

ПРОБЛЕМНА ВЗАЄМОДІЯ В ГРУПАХ:

ФЕНОМЕНОЛОГІЯ,
ЧИННИКИ, ПРОФІЛАКТИКА



НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ
Лабораторія психології малих груп та міжгрупових відносин

**ПРОБЛЕМНА ВЗАЄМОДІЯ В ГРУПАХ:
ФЕНОМЕНОЛОГІЯ, ЧИННИКИ, ПРОФІЛАКТИКА**

МОНОГРАФІЯ

За науковою редакцією
кандидата психологічних наук Л. Г. Чорної

Київ – 2021

УДК

Рекомендовано до друку вченою радою
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України
Протокол № 15/20 від 17 грудня 2020 року

Рецензенти :

О. В. Суший, доктор наук з державного управління, доцент;
О. М. Кокун, чл.-кор. НАПН України, доктор психологічних наук, професор;
В. А. Чернобровкіна, доктор психологічних наук, доцент

Проблемна взаємодія в групах: феноменологія, чинники, профілактика :

монографія [Л. Г. Чорна, П. П. Горностай, О. В. Яремчук, В. І. Вус,
О. Л. Коробанова, О. Т. Плетка] / за наук. ред. Л. Г. Чорної; Національна
академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної
психології, 2021. – 125 с.

ISBN 978-966-189-606-1

У монографії представлено напрацювання, які розширюють наукові уявлення про складні соціальні ситуації, розроблено їх класифікацію відповідно до особливостей сприйняття ситуацій членами груп та феноменології групової взаємодії. Визначено чинники, тенденції і закономірності проблемної взаємодії соціальних суб'єктів у ситуаціях групової напруженості, стресу та фрустрованості, конфлікту, кризи та колективної травми. Розкрито ресурсний і деструктивний вплив групової феноменології на перебіг взаємодії в умовах гібридної війни Росії проти України, вимушеної міграції переселенців, соціальних трансформацій, медичної реформи, пандемії COVID-19. Розглянуто найбільш ефективні засоби психологічної допомоги соціальним суб'єктам у складних ситуаціях.

Адресовано науковцям, які розробляють проблеми соціальної психології та суміжних з нею галузей науки, аспірантам і студентам, практичним психологам, викладачам психологічних дисциплін закладів освіти, психологічним службам, керівникам органів державної влади, місцевого самоврядування, органів управління освітою, професійним психологічним асоціаціям та волонтерським організаціям.

УДК 316.454

ISBN 978-966-189-606-1

© Інститут соціальної та політичної психології НАПН України,
2021

© Чорна Л. Г., Горностай П. П., Яремчук О. В., Вус В. І.,
Коробанова О. Л., Плетка О. Т., 2021

ЗМІСТ

Передмова

1. Взаємодія в соціальній групі як відображення суспільних проблем
 - 1.1. Соціальні ситуації взаємодії і групова феноменологія
 - 1.2. Групова феноменологія: класифікація в контексті внутрішньогрупової і міжгрупової взаємодії
2. Групова взаємодія в ситуаціях колективної травми
 - 2.1. Колективна травма як складна соціальна ситуація
 - 2.2. Захисна поведінка як чинник долання або консервації колективної травми
 - 2.3. Форми переживання колективних травм групами різного розміру
3. Групова міфологія як відображення складних соціальних ситуацій
 - 3.1. Соціально-психологічні чинники і функції групових міфів
 - 3.2. Міфологізація історії групи в умовах конфліктної міжгрупової взаємодії
4. Історична пам'ять як підґрунтя творення спільного образу майбутнього етнокультурних груп у складних соціальних ситуаціях
 - 4.1. Концептуалізація творення спільного образу майбутнього у взаємодії етнокультурних груп у ситуації конфліктної історичної пам'яті
 - 4.2. Образ позитивного спільного майбутнього: соціально-психологічна технологія конструювання в українських реаліях
5. Аутгрупові та інгрупові феномени групової взаємодії в складних соціальних ситуаціях
 - 5.1. Соціально-психологічні умови виникнення аутгрупової та інгрупової феноменології
 - 5.2. Проблемна взаємодія в групах ВПО та особливості групової феноменології
 - 5.3. Профілактика негативних проявів міжгрупової взаємодії
6. Психічне здоров'я, соціальна активність, складні соціальні ситуації: взаємозумовленість вияву
 - 6.1. Психічне здоров'я і активність молоді в умовах соціальних трансформацій
 - 6.2. Заклади охорони психічного здоров'я як соціальне середовище формування та розвитку малих груп
 - 6.3. Пандемія COVID-19 як новітня складна соціальна ситуація: біопсихосоціальне благополуччя студентів університетів європейських країн
7. Символізація досвіду долання складних соціальних ситуацій у груповому процесі
 - 7.1. Складні соціальні ситуації: групові стереотипи і символи долання
 - 7.2. Групові стратегії і символізація досвіду долання складних соціальних ситуацій

Післямова

Список використаних джерел

Додатки

Додаток 1. Анкета вивчення ставлення до піклування про власне психічне здоров'я

Додаток 2. Анкета вивчення ставлення до характеру здійснення соціальної активності

Додаток 3. Семінар «Я в групі»

Додаток 4. Рольова гра «Підтримай мене»

Передмова

Суперечки в сім'ї, конфлікти на роботі, булінг у школі – чи є це просто виявом індивідуальних особливостей людей, а чи чогось більшого, не завжди усвідомлюваного в процесі повсякденної соціальної взаємодії. Історії сім'ї та родини в розрізі історичних травм і соціальних умов життя, соціально-психологічний клімат у виробничих, наукових колективах, бізнес-структурах на тлі економічних реформ, цькування в навчальних групах як відображення соціальної поляризації груп у суспільстві, запеклі сварки між сусідами в умовах переходу від тоталітарного комунізму до вільного громадянського суспільства – розгляд цих і подібних до них питань проблемної групової взаємодії в аспектах її соціально-психологічних чинників дає змогу значно глибше поглянути на соціальні негаразди. Складні соціальні ситуації, спричинені воєнною агресією та інформаційною війною проти України, вимушеним переселенням, економічною кризою, пандемією світового масштабу, реформуванням багатьох сфер життя людини (медицини, освіти, державного управління тощо) безпосередньо переживаються людиною як стрес, фрустрація, травма. І ці емоційні стани в колі малої групи відчуються як напруженість у взаємодії, яка може перерости в конфлікт, а згодом – у кризу і групову травмованість.

Захищаючись від негативних емоцій, мала група виробляє низку групових феноменів, які дають їй змогу доступними на цей момент засобами долати складні соціальні ситуації. Зрозуміло, що на певний час внутрішньогруповий фаворитизм і міжгрупова дискримінація знижують відчуття напруженості, утім не розв'язують проблеми. Групові захисні механізми, хоча й викривлено, відображають соціальну дійсність, завдяки чому мала група може зберігатися як єдине ціле. Натомість згуртованість, групова фасилітація та солідарність сприяють виробленню групою конструктивних стратегій додання та сценаріїв взаємодії.

Наша колективна монографія присвячена висвітленню складних соціальних ситуацій як чинників проблемної взаємодії в малій групі та соціально-психологічних умов профілактики такої взаємодії.

Автори розділів і підрозділів монографії:

Чорна Л. Г. – *передмова, післямова, підрозділ 1.1* (Соціальні ситуації взаємодії і групова феноменологія); *розділ 3* (Групова міфологія як відображення складних соціальних ситуацій).

Коробанова О. Л. – *підрозділ 1.2* (Групова феноменологія: класифікація в контексті внутрішньогрупової і міжгрупової взаємодії); *розділ 5* (Аутгрупові та інгрупові феномени групової взаємодії в складних соціальних ситуаціях).

Горностаї П. П. – *розділ 2* (Групова взаємодія в ситуаціях колективної травми).

Яремчук О. В. – *розділ 4* (Історична пам'ять як підґрунтя для творення спільного образу майбутнього етнокультурних груп у складних соціальних ситуаціях)

Вус В. В. – *розділ 6* (Психічне здоров'я, соціальна активність, складні соціальні ситуації: взаємозумовленість вияву).

Плетка О. Т. – *розділ 7* (Символізація досвіду додання складних соціальних ситуацій у груповому процесі).

1. ВЗАЄМОДІЯ В СОЦІАЛЬНІЙ ГРУПІ ЯК ВІДОБРАЖЕННЯ СУСПІЛЬНИХ ПРОБЛЕМ

1.1. Соціальні ситуації взаємодії і групова феноменологія

Актуальна соціальна ситуація в Україні характеризується значною соціальною напруженістю, поляризацією і протистоянням, конфліктами й високим рівнем міжгрупової недовіри представників різних соціальних груп одне до одного, важкістю знаходження порозуміння між ними. Останнім часом і протягом тривалого історичного періоду українці стали свідками, були або є учасниками трагічних соціально-політичних подій, які мають травматичний характер. Колективні і групові травми так чи інакше відображають складні соціальні ситуації в країні. У процесі соціальної взаємодії все більше виявляються емоційне напруження та вигорання певних груп населення (військові, внутрішньо переміщені особи, волонтери).

У психології загально визнаним є розуміння *соціальної ситуації* як сукупності елементів соціального середовища і психіки суб'єкта, що поєднуються в певний момент часу в певному місці (Слюсаревський, 2007). Таке визначення враховує об'єктивні і суб'єктивні складові ситуації, що дає дослідникам змогу розглядати переживання людиною певної ситуації та уявлення про неї в єдності з характеристиками соціального середовища, однією з яких є «простота або складність».

У юриспруденції наразі широко послуговуються поняттям *складних життєвих обставин*, які негативно впливають на життя, стан здоров'я та розвиток особи, функціонування сім'ї, які особа/сім'я не може подолати самостійно (Закон України..., 2019). До таких обставин зазвичай відносять інвалідність, часткову втрату рухової активності у зв'язку зі старістю або станом здоров'я, самотність, сирітство, безпритульність, втрату житла або роботи, насильство, обставини, спричинені наслідками торгівлі людьми, зневажливе ставлення і негативні стосунки в сім'ї, малозабезпеченість, психологічний чи психічний розлад, стихійне лихо, катастрофу тощо.

У психології *складні ситуації* трактуються як травматичні події (Ford, 2020; Brennan, 2010; Kubany et al., 2000; Herman, 2015), критичні поворотні події (Folkman, & Lazarus, 1991), важкі ситуації (Анцыферова, 1994; Нартова-Бочавер, 2019), екстремальні ситуації (Магомед-Еминов, 2006), критичні ситуації, важкі та екстремальні життєві ситуації (Муздыбаев, 1998; Гришина, 2013; Трифонова, 2004; Битюцкая, 2007), кризові ситуації (Анненкова, 2010), життєві кризи (Титаренко, 2013). Найбільш важкими і дискомфортними вважають ситуації асертивності (наприклад, у відстоюванні власних прав людиною), публічний виступ, конфлікт і необхідність мати справу з ворогами, інтимні ситуації, пов'язані з протилежною статтю, зустрічі з незнайомими людьми, контакти з людьми, наділеними владою, страх несхвалення і критики, страх помилитися і виглядати некомпетентним (Аргайл, 2001). Усі ці ситуації є соціальними за визначенням.

Складні життєві обставини насамперед описують індивідуальні життєві ситуації, які можуть відбивати або і не відбивати типові соціальні ситуації. Останні відображають умови життя більшості людей, що проживають разом на певній території: міста, села, територіальної громади, спільноти, держави. Так, наприклад, поведінкові розлади у дітей або дорослих можуть бути зумовлені захворюваннями, зокрема й спадковими, отже спричинені індивідуальними факторами, а от безробіття здебільшого описує соціально-економічну ситуацію в країні, хоча може бути і наслідком інвалідності, спричиненої хворобою. Безробіття, безпритульність, малозабезпеченість, втрата соціальних зв'язків, насильство за соціальним статусом особи (гендерним, майновим, іншим), шкода, завдана бойовими діями, терористичним актом, збройним конфліктом, тимчасовою окупацією, безумовно, є типовими для складної соціальної ситуації. Вони є її ознаками, соціальними наслідками складної економічної ситуації, а також причиною ще більшого ускладнення ситуації в суспільстві.

Складні соціальні ситуації, за визначенням, є ситуаціями взаємодії: між окремими особами, між особою і групами, усередині групи і між групами. До їхніх психологічних і соціально-психологічних ознак відносять яскраво виражені емоції, які супроводжують ситуацію (зазвичай це колективні емоції), когнітивні характеристики хаосу та дезорганізації, невпевнену поведінку (адже актуалізується негативний попередній досвід соціальних індивідів), невизначеність майбутнього, а також суб'єктивну та об'єктивну неможливість жити звичним способом (Vasilyuk, 1990; Магомед-Эминов, 2006). Мінливість, багатозначність, суб'єктивне відчуття впливу такої ситуації на людину і, навпаки, людини на ситуацію також поглиблюють розуміння цього терміна. Однак якщо йдеться про складну соціальну ситуацію, то обійти її ціннісно-смыслову складову неможливо, і тут категорія соціальної справедливості набуває особливого значення. Коли дискримінаційні норми взаємодії або звинувачення ґрунтуються лише на критерії належності соціального індивіда до певної групи людей, коли вся група апіорі визнається винною в соціальних негараздах або життєвих незгодах, то відчуття стресу, болю, гніву, травмованості є особливо нестерпними.

Групову взаємодію в складних соціальних ситуаціях, коли йдеться про розв'язання зумовлених ними якихось гострих суспільних проблем, означимо як *проблемну*.

Дослідники визначили наразі коло тих життєвих подій, які найбільш сильно впливають на людину як фактори стресу (Аргайл, 2001; Шутценбергер, 2010). До переліку таких найбільш стресогенних подій вони відносять, зокрема, смерть одного з подружжя або багаторічного партнера; наявність близьких родичів, мобілізованих до армії, або таких, що живуть у регіоні з ризиком воєнних дій; соціальну напруженість і насилля. Якщо ці два фактори поєднуються, то стрес зростає ще більшою мірою. В українських реаліях, коли на війні з Росією гинуть найвідданіші країні громадяни, такі події є справжнім горем не лише для їхніх близьких, а загалом для великої кількості людей, які вважають себе патріотами. Фрустрованість цими подіями посилюється постійною травмованістю людей від інформаційної війни, складнощами політичної ситуації в Україні, тривалістю «перехідного періоду» в економіці, постійним реформуванням найважливіших сфер життя: освіти, науки, медицини, державного управління тощо.

Отже, складні соціальні ситуації різною мірою впливають на людину, а вона їх по-різному сприймає, може зі свого боку по-різному їх визначати і впливати на них. У таких умовах групова підтримка, солідарність, спільна мотивованість дають змогу соціальним індивідам адаптуватися до складних ситуацій та долати їх. Якщо ж спільнота цілковито залежить від ситуації, нездатна згуртуватися, щоб спільно розв'язувати проблеми, то це переводить взаємодію в суто внутрішній, комунікативний простір. Бачимо відтак створення наративів (часто – міфів) про те, яким чином можна було б осмислити, розв'язати конфлікт, щоб подолати його хоча б у своєму внутрішньому, психологічному просторі. *Проблемний характер взаємодії соціальних індивідів змушує їх в умовах, коли для додання складних ситуацій індивідуальних ресурсів бракує, звертатися до групових.* Поєднання індивідуальних стратегій додання та вироблення спільних сценаріїв взаємодії у складних соціальних ситуаціях суттєво полегшує розв'язання проблемних ситуацій.

Серед характеристик складних соціальних ситуацій можна виділити певні *аспекти взаємодії*: когнітивні (уявлення, самоідентифікація, соціально-історичні контексти), емоційно-регулятивні (переживання), ціннісно-рефлексивні (сенси, цінності), діяльнісні (локус контролю). Відповідно, ситуації також відрізняються рівнем вияву цих складових:

- уявлення про те, що саме відбувається в просторі, які причини й наслідки цієї соціальної ситуації і яке майбутнє чекає учасників; тут невизначеність є провідною характеристикою ситуації;
- сила переживання обставин соціальної ситуації; діапазон цих переживань простягається від відчуття дискомфорту і напруженості у взаємодії до

стресованості і фрустрації, а від них – до відчуття кризи, тобто неможливості взаємодіяти усталеним, звичним способом, і далі існувати в соціальному просторі так само, як це було до певного моменту; стан травмованості характеризується найбільш сильним впливом складної соціальної ситуації на внутрішній стан людини;

- осмисленість соціальної ситуації, її оцінка з позицій провідних суспільних цінностей (свободи, справедливості);
- спроможність долати складні соціальні ситуації, дієво впливати на них.

Лише переживши травматичний досвід (стрес, фрустрацію), людина починає усвідомлювати складність світу та звільняється поступово від ілюзії його простоти (Yalom, 1980). Тому уявлення конкретної людини про складність ситуації свідчить насамперед про її індивідуальний досвід, а вже потім – про соціальний характер цієї ситуації (її типовість, поширеність у суспільстві тощо). Але чим більше людей усвідомлює складність ситуації, чим більша кількість соціальних груп оцінюють її як складну, тим більшою мірою така ситуація є об'єктивно складною.

I. Ялом запропонував аналізувати травматичний стрес у категоріях смерті, свободи, ізоляції та осмисленості (Yalom, 1980). Серед цих категорій свобода та ізоляція описують соціальний характер взаємодії тих, хто зазнав стресу. Звісно, складні соціальні ситуації легше долаються в групі, саме група надає підтримку людині, заступається за окремих своїх членів та гуртом ефективно реалізує завдання свого буття. Однак буває, що в окремого члена групи внаслідок переживання складної події, яка стала для нього стресовою, виникає бажання усамітнитися та особистісно пережити таку емоційну травму. Якщо травма була занадто сильною і страшною, сталася поза групою, до якої себе відносить людина, то внаслідок неможливості артикулювати свій унікальний досвід, нестерпності повторення почуттів, пов'язаних із травмою, член групи буде відчувати себе самотньо, поза групою. Поступово він може відчужитися від групи (сім'ї, однокласників, співробітників, товаришів), переживаючи все більше самотності і невпевненість. Такі люди можуть почуватися більш захищено, упевнено в іншій групі, члени якої відчули на собі вплив аналогічних складних (стресових, травматичних) ситуацій. Тому в людини, яка пережила складну ситуацію, може відтак формуватися в новій групі інше коло «референтного спілкування». Яскравий приклад – групи бойового побратимства, які створюють колишні учасники бойових дій, коли повертаються з війни.

Взаємодія в групі може змінюватися не лише під впливом особливостей сприйняття певним її членом «своєї складної ситуації», а й від того, як ставляться до такої людини інші члени, які не були свідками, учасниками пережитої ситуації. Так, вони можуть співчувати члену групи і водночас боятися спілкуватися та взаємодіяти з ним, щоб знову не травмувати його, не викликати незрозумілу для них реакцію. Через це виникає реальна загроза ізоляції такого члена групи, перехід його в соціометричний статус «ізольованих», стигматизованих. Відчуття «свій-чужий», диференціація членів групи за референтністю щодо довіри в розумінні складних соціальних ситуацій – усе це ефекти, що супроводжують процес групової взаємодії.

Якщо людина переживає складну ситуацію в колі групи, свідками якої є її члени, то тут буває кілька варіантів взаємодії: підтримка, згуртування навколо члена групи або його непідтримка (вигнання з групи), – це залежить від змісту самої ситуації, норм та цінностей взаємодії в групі. У подальшому член групи, відчувши на собі силу її впливу, може стати більш життєстійким і незалежним у групі або ж під впливом страху залишитися самотнім, поводитися конформно, виконувати несамотійні групові ролі (жертви, вигнання).

За умови, що всі члени групи переживають складну соціальну ситуацію разом, сама група переживає її більш синхронно. Спочатку її члени відчувають певну напруженість у взаємодії, у групі порушується рольовий баланс. Зокрема, виникають паралельні групові процеси, коли члени групи неусвідомлено відображають зовнішню

соціальну напруженість і конфлікти, колективні травми (Горностай, 2017). Взаємодія в групі стає проблемною, відтак члени групи можуть сваритися навіть через дрібниці. Відчуваючи соціальні негаразди, незадоволення якістю свого життя, вони несвідомо виявляють свою агресію в колі групи. Посилюється деіндивідуалізація, послаблюється особистісна і стає більш ригідною групова ідентичність, розмиваються психологічні межі прийнятних і допустимих норм взаємодії в групі. За таких обставин члени групи відчують постійний стрес. Негативні стереотипи та упередження замінюють процеси мислення і прийняття раціональних рішень учасників груп, посилюються груповий тиск і егоїзм, з'являються аутгрупова упередженість у сприйнятті членами груп одне одного та недовіра до представників інших груп, що мають інші цінності. Набувають усе більшої вираженості групові психологічні захисти (переноси, раціоналізації, проєкції тощо) як реакції на стрес і фрустрованість індивідуальних потреб членів групи. Психологічні захисти діють на рівні соціальних уявлень та ідеологічних переконань членів групи, неусвідомлюваних групових цінностей. Мала група втрачає адаптивний потенціал, виникає соціально-психологічне підґрунтя для формування групової міфології. Надалі, якщо існуванню групи загрожує відчутна небезпека або стихійне лихо, її члени згуртовуються, поведуться більш однотайно, однак якщо масштаб впливу складних соціальних ситуацій занадто великий, група може розпастися на мікрогрупи, втратити власну ідентичність, припинити своє існування.

Локальні конфлікти між членами групи можуть переростати в конфлікти між мікрогрупами. Груповий контекст взаємодії завжди посилює у людини відчуття психологічного дискомфорту та напруження (Когобанова, 2019), а груповий конфлікт зазвичай залагодити складніше, ніж міжособовий.

Конфлікти не виникають просто так, на порожньому місці. По суті, міжгрупові конфлікти і є відображенням складних соціальних ситуацій, коли соціальним групам не вистачає матеріальних, соціальних, правових тощо ресурсів для розв'язання певної соціальної проблеми. Такі конфлікти також призводять до появи специфічних феноменів: у зовнішньому полі взаємодії – до групової поляризації та групової депривації тощо, а у внутрішньому – до паралельних групових процесів, про які йшлося вище. Група стає нездатною опрацьовувати повсякденні завдання і розв'язувати нові проблеми, до яких вона тепер не готова (Горностай, 2017). Члени групи уникають обговорення небезпечних тем, не бачать проблем, замовчують або заговорюють проблеми взаємодії, намагаються знайти «винуватих» (як усередині групи, так і зовні); час від часу хтось із членів групи задає риторичне запитання «що відбувається?», яке так і залишається без відповіді. У групі продукується міфологія, що заміщує небажану (неприйнятну, небезпечну, ворожу) дійсність, або ж, навпаки, створюється міф, що не заперечує травму і дає надію на покращення ситуації.

Далі в групі розгортається чергова криза – соціально-психологічний стан, що характеризується дефіцитом внутрішніх ресурсів для вирішення актуальних завдань. Про кризу також свідчить психологічна неспроможність соціальних індивідів взаємодіяти звичним, усталеним способом, як це було досі. (Нагадаємо, кризі спочатку передувала напруженість у взаємодії, яка згодом переросла у конфлікт).

Значна частина інформації та емоцій членами групи не усвідомлюється і не опрацьовується (Gornostai, et al. 2018). Посилюються некритичні вірування її членів, актуалізується асоціативне, міфологічне мислення (Kellogg, 1987), яке є регресією особистості до філогенетично ранніх, архаїчних способів відображення дійсності. Відбувається метафоричне позиціонування своєї групи в соціальному просторі (наприклад, «русская весна» для прихильників «русского мира»), поглиблюється символізм у взаємодії (Плетка, 2019), закріплюється «ідеологія» групи. Чуттєве сприйняття дійсності фільтрується ідеологічними настановленнями групи, актуалізується захисний механізм раціоналізації. Група з радістю сприймає міф, штучно створений кимось із членів групи, який виконує роль її «ідеолога». Саме такий міф спрямований на

швидке здійснення найнеймовірніших соціальних очікувань групи, можливість реалізації яких насправді є нульовою. Тільки в міфі група може собі помислити здійснення цих очікувань, тому саме такі міфологічні обіцянки група готова почути. Ідеологічні інтросекції «обманюють» відчуття та образи членів групи. Долання травми не є продуктивним, група не адаптується до соціуму, а вигадує все нові і нові міфи.

Ці процеси не лише свідчать про соціальне нездоров'я групи, а й спричиняють порушення психологічного здоров'я членів групи, які опинилися у фокусі групового конфлікту. Погіршується їхнє самопочуття, поглиблюються проблеми невротичної і психосоматичної природи. Водночас знижуються функціональні спроможності малої групи, зокрема й щодо психологічного захисту членів групи від соціальних потрясінь, занадто швидких трансформацій (Vus, 2019).

Групова травма настає тоді, коли травматичний досвід отримує вся група як суб'єкт, а не лише кожний її представник як окрема особа (Kellermann, 2007). У групі виникає потреба якось упоратися з цим досвідом. Група, як і особистість, відчуваючи загрозу, образу, несправедливість, перебуваючи в конфлікті та зазнаючи травми, захищається. Спочатку група «не в ресурсі», але поступово вона його відновлює. Від стану дезадаптації в новій соціальній ситуації група має перейти до адаптації та долання наслідків кризових і травматичних станів.

Сьогодні в психології прийнято говорити про наявність єдиного конструкта – захисно-долальної поведінки – як цілісного механізму адаптації особистості до стресогенних ситуацій та формування готовності до певних видів діяльності, які передбачають напружені, стресові і навіть травматичні ситуації (Родіна, 2011; Василюк, 1984; 2001; Карпенко, & Карпенко, 2011; Никоненко, 2016). У структурі конструкта виокремлюють два компоненти: використання механізмів психологічного захисту (далі – МПЗ) і застосування копінг-стратегій. МПЗ є первинними, несвідомими психічними процесами порівняно з більш свідомими, активними і контрольованими з боку суб'єкта копінг-стратегіями. Якщо механізми захисту спрямовані на зняття напруженості, то копінги – на подолання стресогенної ситуації; МПЗ активізуються миттєво, спотворюють реальність, щоб захистити психіку людини, а копінги активізуються поступово. Хоча механізми психологічного захисту й призводять до викривлень у сприйнятті соціальної реальності, але вони не лише дезадаптують людину, але й сприяють збереженню її цілісності, адаптуючи певною мірою до дійсності (Rogers, 1961; Боснюк, 2011; Вассерман и др., 2010; Marcher et al., 2010). Так само стратегії можуть, залежно від специфіки ситуації, допомагати людині адаптуватися й долати відтак складні соціальні ситуації. У разі вибору людиною неправильної стратегії це може призвести до її дезадаптації. Так, стратегія використання гумору може перейти в цинічне знецінення деяких аспектів ситуації, особливо тих, у яких ідеться про життя і смерть людини, а отже, призвести до дезадаптації.

Групові захисні механізми, по суті, подібні до індивідуальних за своїм психологічним змістом. Індивідуальні захисні механізми підсилюються завдяки дії групових механізмів взаємодії: тиску, фасилітації, диференціації та консолідації тощо. У процесі переживання групою колективної травми, як найбільш масштабного впливу складної соціальної ситуації на неї, група може використовувати низку захисних механізмів, зокрема сублімації, раціоналізації, витіснення, регресії, заперечення, проєкції, проєктивної ідентифікації, приєднання до агресора. Вони покликані захищати групу від руйнування у випадку колективної травми, якщо групових ресурсів не вистачає для її продуктивного розв'язання.

Говорячи про *групові стратегії* долання складних соціальних ситуацій, варто в їхній структурі розрізняти відповідні їм форми групової взаємодії, які допомагають реалізовувати ці стратегії, і групові сценарії взаємодії (як певні послідовності групових дій).

Отже, у контексті висвітлення проблеми складних соціальних ситуацій і соціально-психологічної феноменології, яка їх супроводжує, можемо говорити про: 1) власне феномени групової взаємодії, 2) групові механізми (психологічного впливу, взаємодії, захисту), 3) групові стратегії додання та відповідні їм групові форми і сценарії взаємодії.

Групові феномени – соціально-психологічні явища, які безпосередньо спостерігаються в діяльності групи, однак окремими членами групи недостатньо усвідомлюються внаслідок їх цілісного вияву в процесі взаємодії, без поділу на когнітивні і конотативні компоненти.

Групові механізми – процеси групової взаємодії, спрямовані на регуляцію поведінки членів групи відповідно до завдань, норм, цінностей, ритуалів групи тощо. До групових механізмів належать: груповий тиск; орієнтація на референтних осіб та референтні мікрогрупи; групова диференціація (поява мікрогруп) та інтеграція (згуртування навколо лідера групи); групове мислення; бажання бути членом групи як вираження страху самотності; процеси деіндивідуалізації як несвідоме бажання бути «як усі» в групі та підтримувати її єдність, одноманітність як запоруку одностайності; фасилітація мотивації діяльності людини; зменшення індивідуальної відповідальності в групі як окремий випадок вияву соціальних лінощів; більш виражений вияв механізмів наслідування та сугестії порівняно із взаємодією в міжособовому просторі; груповий фаворитизм та використання групової ідентичності як захисту від негативних зовнішніх щодо групи соціальних факторів. Отже, група не лише породжує групові феномени, які відображають вплив складних соціальних ситуацій на її життєдіяльність, а й може використовувати власні механізми впливу на членів групи, щоб адаптуватися до складних соціальних ситуацій або подолати їх. Ці механізми можуть як посилювати, так і послаблювати вплив складних соціальних ситуацій на особистість, вияв індивідуальних психологічних захистів у просторі малої групи.

Виокремлення групових феноменів і механізмів є умовним, у психології більшість вищезгаданих механізмів відносять до феноменів (фаворитизм, фасилітація тощо).

Групові стратегії додання – це засоби регуляції взаємодії в групі, спрямовані на вирішення проблемних завдань її діяльності; у стратегіях представлена насамперед когнітивна складова регуляції взаємодії.

Групові форми взаємодії – будь-які форми процесу обміну (ідеями, почуттями, вольовими інтенціями та діями) між акторами (учасниками взаємодії) у групі: групові дискусії, обговорення, перформанси, співи, ритуали, арттерапевтичні групові заняття, шеринги тощо.

Групові сценарії взаємодії – певний повторюваний і такий, що постійно розгортається в просторі групи, план взаємодії її членів, який несвідомо сформований групою як засіб адаптації групи до складних соціальних ситуацій з метою «виживання» групи в стресових, кризових, травматичних ситуаціях. Подібно до поняття життєвого сценарію за Е. Берном (Berne, 1964), груповий сценарій формується під впливом настанов лідера групи або іншої значущої особи, яка виконує роль референтної особи для групи.

Серед групових сценаріїв і стратегій розрізняють конструктивні, які будуються на позитивній ідентичності групи (упевненості членів групи в самодостатності групи в досягненні своїх групових завдань, спільній вірі в краще майбутнє), і неконструктивні, що базуються на негативній ідентичності (незможності досягнути успіху, звинувачуванні інших груп у заздрощах і чиненні перешкод); агресивні (мобінг, булінг, босинг) і неагресивні (синергетична взаємодія, взаємодія «рівний – рівному», ціннісно-рольова взаємодія, «емоційне погладження») тощо. Водночас варто зазначити, що оцінка сценаріїв і стратегій як конструктивних або неконструктивних залежить від позиції оцінювача в соціальному просторі взаємодії. Те, що сприяє збереженню та розвитку однієї

групи, може завдавати шкоди іншій. Тут ідеться про інгрупові та аутгрупові феномени, які завжди пов'язані між собою.

Групи, травма для яких була особливо відчутною, а тим більше у тих випадках, коли травма була дуже сильною і не стала відтак предметом обговорення, усвідомлення, психологічної переробки, відчують суперечливі, важкоартикульовані, складні емоції (відразу, сором, провину, смуток та апатію). Такі групи стають психологічно закритими, не допускають у свій внутрішній світ «чужих». Як наслідок, дистанція між членами групи зменшується, а колективна ідентичність поглинає індивідуальну. Члени групи використовують групову ідентичність як компенсацію браку зрілої особистісної ідентичності, у групі зростають деіндивідуалізація та соціальні лінощі.

Оскільки взаємодія між групою і представниками інших груп порушена, а захисні механізми ведуть до хибного відображення дійсності, то в групі можуть виникати ілюзії сприйняття соціального довкілля. Однією з таких ілюзій є групове настановлення: «група може все, а от окремих її членів – нічого» (Семиліт, 2013). Загалом формується ілюзорна групова реальність, яка хибно відображає та інтерпретує навколишній світ (наприклад, «світле майбутнє», «ідеальний світ»). Ці групи делегують наступникам свої таємниці. Їхня історія неповна, вона насичена звинуваченнями та образами. Тут виявляються захисні механізми компенсації і витіснення.

Один із наслідків групової травми – групова депресія як стагнація групових процесів. Група не розв'язує проблеми, а перетворює їх у «заморожені» конфлікти, втрачаючи перспективи свого розвитку. Вона закривається від зовнішнього світу, її члени начебто не дихають, не живуть, замерли. Групова депресія – це не так спад вияву емоційної атмосфери групи, як значне уповільнення, а то й згорання динамічних процесів, що спричинює деградацію групи. Відтак група втрачає динаміку, «застигає» без руху, а потім і зовсім «розчиняється» в часі і просторі. Брак групової динаміки й розвитку призводить до ще більшої стереотипізації та ригідності у взаємодії, ніж це було, коли група відчувала певну напруженість у взаємодії. Групові стереотипи «архівують» травму, спрямовують увагу та діяльність групи на події минулого, а не на майбутнє.

Перебування групи в стані травмованості призводить до довготривалих соціальних наслідків (Суший, 2014). Коли ситуація змінюється на краще, учасники проблемної взаємодії ще довго суб'єктивно відчують залежність від зовнішніх обставин, психологічно не здатні управляти ситуацією. Зрештою люди навчаються отримувати психологічну вигоду від власної пасивності. «Утеча від свободи» дозволяє їм бути безпечними, легковірними, не обтяжувати себе відповідальністю. Така група чинить груповий опір зовнішнім соціальним змінам і, відповідно, упровадженню нових правил, нових норм взаємодії всередині групи.

Якщо група намагається опрацювати травму, утілити свої сподівання, віру на краще в певному груповому дискурсі (девізі, символі, оповіді, міфі), що базується на певних подіях, й укладає відтак оновлену історію групи, то таким чином вона не лише захищається від тривоги за невизначене майбутнє, а й спрямовує діяльність своїх членів на згуртування групи, на розв'язання актуальних завдань її діяльності та конструктивне долавання травми. Травма не витісняється і не заперечується, а усвідомлюється та проживається. Група дістає нові ресурси для розвитку.

Отже, у результаті групової взаємодії в складних соціальних ситуаціях виникають певні процеси й стани (напруженість, конфлікт, криза, травма), що впливають на переживання члена групи (стрес, фрустрація, відчуття травмованості). Водночас розвиток групової динаміки породжує групові феномени, які відбивають ці переживання. Так, групову напруженість відображається в груповій диференціації, появі мікрогруп, саботажі групою виконання певної діяльності, несприйнятті нових форм взаємодії. Внутрішньогруповий фаворитизм і міжгрупову дискримінацію на певний час знижують це відчуття напруженості.

На противагу вищезазначеним низка інших групових феноменів відображає механізми групової взаємодії, які сприяють позитивним адаптаційним процесам, зняттю напруженості, залагодженню конфліктів, ефективному опрацюванню травматичного досвіду та виходу з кризи. До таких феноменів належать, зокрема, групова фасилітація, соціальна підтримка та афіліація, усвідомлена ідентичність групи (на противагу груповій ідентичності), синергетична командна взаємодія. Результатом їх розгортання стає зростання згуртованості членів групи, їхнього оптимізму, гнучкості і креативності поведінки. Отже, розв'язуючи проблеми соціального буття, член малої групи може діяти як окрема особа, а може відчувати себе членом певної групи та розраховувати на її підтримку. У цьому разі член групи діє як суб'єкт, його індивідуальна ідентичність підсилюється груповою.

Група в процесі функціонування не лише відображає складні соціальні ситуації – перебуваючи в таких ситуаціях, вона може сама їх у подальшому продукувати. Унаслідок дії групових феноменів, що відігравали захисну роль на певних етапах її розвитку, група стає тепер нездатною адекватно сприймати змінену соціальну реальність і втрачає свій адаптивний потенціал. Це може проявлятися в конформізмі (зовнішньому, внутрішньому), груповому егоїзмі, конкурентно-конфліктних стереотипах і бар'єрах взаємодії. Отже, у складних соціальних ситуаціях відповідно до динаміки розвитку таких ситуацій у процесі групової взаємодії *виникає ланцюжок послідовних психологічних феноменів – феноменогенез* (табл. 1.1).

Таблиця 1.1

Складна соціальна ситуація як чинник феноменології групової взаємодії

Психологічна характеристика складної ситуації	Вияв групової феноменології у зовнішньому просторі взаємодії групи	Вияв феноменології у внутрішньому просторі взаємодії групи	Неконструктивні і недостатні стратегії додання складних ситуацій	Конструктивні стратегії додання складних ситуацій
Напруженість, стрес, фрустрація	Міжгрупова дискримінація, зародження конфлікту з іншою групою	Внутрішньогрупові: фаворитизм, опір, саботаж; посилення групової диференціації	Конформізм і групове мислення як засоби додання напруженості в групі	Встановлення рольового балансу в групі; групова фасилітація та афіліація
Конфлікт	Групові поляризація і депривація; встановлення бар'єрів взаємодії; конфронтація з іншими групами	Паралельні групові процеси (групове псевдорозв'язання проблеми)	Використання конкурентно-конфліктних стереотипів взаємодії; МПЗ: уникнення, фокусування на емоціях	Медіація; групова і соціальна відповідальність; компроміси і порозуміння
Криза	Метафоричне позиціонування групи в соціальному просторі як реакція	Зростання некритичних вірувань членів групи, символізм взаємодії, групова депресія і втрата	Створення ідеології групи, міфологізація історії, пошук ворогів. МПЗ: раціоналізація	Синергетична командна взаємодія, спрямована на досягнення спільної

	на брак внутрішніх змістових ресурсів розв'язання проблем	перспектив розвитку групи		соціально значущої мети
Травма	Група психологічно закрита для інших, «чужих», не членів групи. У соціальному просторі групова ідентичність використовується як психологічний захист. Ілюзорна групова реальність хибно відображає навколишній світ	Психологічна дистанція між членами групи зменшуються. Особистісні межі окремих членів групи порушуються. Колективна ідентичність заміщує індивідуальну. Деіндивідуалізація і соціальні лінощі. Групові ілюзії і таємниці групи	МПЗ: витіснення, заперечення, регресія, компенсація. Неконструктивні: групові переноси і контрпереноси, булінг та інші агресивні групові сценарії. МПЗ: проєкції, проєктивні ідентифікації	Спільне групове переживання травми: ритуали, обговорення, колективна творчість по створенню групових історій і міфів як нетравматичних наративів. Усвідомлення ідентичності групи

Деякі з феноменів не можна однозначно віднести до зовнішнього або внутрішнього контуру взаємодії групи, бо, наприклад, групові стереотипи хоча й виявляються насамперед у сприйнятті однієї соціальної групи іншою, але можуть стосуватися і взаємодії всередині групи.

У складних соціальних ситуаціях групові феномени взаємодії насамперед виконують функцію адаптації групи до соціальних умов, інакше б група не могла функціонувати і врешті-решт розпалася. Відповідно до наявних у неї ресурсів (цінностей, статусу в суспільстві, творчого потенціалу тощо), група використовує доступні їй на певний момент часу засоби когнітивного та емоційного опрацювання ситуації. Вирішуючи ситуативні завдання свого функціонування, члени групи захищаються від негативного впливу складних соціальних ситуацій і намагаються таким чином урятувати своє найближче соціальне середовище як осередок формування їхньої ідентичності. У разі зміни соціальних умов на краще група може використовувати ті ж самі стратегії і сценарії взаємодії, які вона використовувала раніше в складних соціальних ситуаціях, однак вони вже виконуватимуть функції дезадаптації групи. Використовуючи ефекти синергетичної взаємодії своїх членів, група також може дієво-творчо перевизначати ситуацію, виступати суб'єктом взаємодії, а не лише пристосовуватися до неї. Отже, феноменологія групової взаємодії пов'язана з виконанням функцій адаптації (деадаптації) групи до складних соціальних ситуацій, а також із їх дієво-творчим доданням.

Щоб запобігти вияву ефектів негативної проблемної взаємодії в групах, потрібно подбати про своєчасне, ініційоване референтними особами або референтними групами обговорення актуальних та історичних подій, які стали джерелом непорозумінь, напруженості, конфліктів, протистояння між членами малої або великої групи, між малими групами або представниками великих соціальних груп. Ідеться про створення соціальних зон безпечного і довірливого спілкування між представниками різних соціальних груп на території їх мешкання як противагу «занадто публічним» телевізійним майданчикам безкінечних політичних суперечок, які лише посилюють поляризацію груп у

суспільстві; про створення умов для появи малих контактних груп із розв'язання актуальних соціальних проблем (вимушеної міграції, протидії інформаційним фейкам, розвитку фізичної активності та зміцнення ментального здоров'я, екології, управління будинками, соціальної адаптації комбатантів); про соціодраматичні перформанси та спільні групові обговорення проблемних питань взаємодії; про встановлення чітких і зрозумілих норм взаємодії у групі в разі появи негативних соціальних явищ, як-от: міжгрупова дискримінація, групові упередження, булінг, мобінг тощо. Усе це слугуватиме ефективній розбудові громадянського суспільства в Україні. Розуміння соціально-психологічних механізмів появи проблем у процесі безпосередньої взаємодії в малій групі як відображення великих соціальних проблем має стати наріжним каменем прийняття управлінських та організаційних рішень у країні.

Отже, складні соціальні ситуації, відбиваючись у переживаннях членів групи, запускають процеси групової динаміки, які породжують специфічні групові феномени як відображення цих переживань. Групова феноменологія може мати в соціальному полі взаємодії як негативну, деструктивну, так і позитивну, конструктивну природу. Водночас складні соціальні умови можуть як ускладнювати функціонування малих груп, так і полегшувати, фасилітувати вияв групової динаміки, завдяки якій виникають ефекти синергетичної взаємодії між членами групи.

1.2. Групова феноменологія: класифікація в контексті внутрішньогрупової і міжгрупової взаємодії

Періоди соціальних змін, позитивних і негативних, завжди супроводжуються зміною соціальної свідомості. Це відображається не лише на індивідуальному рівні відбиття дійсності, а й на рівні взаємодії між соціальними суб'єктами, а саме:

- між окремими особами як представниками великих соціальних груп,
- між членами малих груп.

Ефекти такої взаємодії відбиваються в груповій феноменології: фасилітації (Triplett, 1898), соціальних лінощях (Ringelmann, 1913; Darley, & Latane, 1968; Latane, Williams, & Harkins, 1979), «безквитковому проїзді» (Olson, 1965; Kerr, 1983), поведінці «бевзя» (Kerr, 1983) груповому мисленні (Janis, 1972), конформізмі (Asch, 1952; 1955; 1956), «зсуві до ризику» (Stoner, 1961), груповій поляризації (Moscovici, & Zavalloni, 1969), нормалізації (Lott, & Lott, 1965; Owen, 1985; Crandall, 1988), афіліації (Murrey, 1938; Schachter, 1959) а також у фаворитизмі і дискримінації (Sherif, 1961; Campbell, 1967; Pettigrew, 1979; Tajfel, 1970; 1978; Tajfel, & Turner, 1979; Maass et al., 1989), деіндивідуалізації (Festinger, Pepitone, & Newcomb, 1952) тощо.

Низка перелічених вище феноменів давно вже зарахована в психології до групових. Низку інших лише нещодавно віднесено до цього класу психічних явищ, але вони наразі ще недостатньо досліджені в психології. Так, груповий егоїзм традиційно вивчали соціологи (Лебон, 2016; Durkheim, 1982); цей термін трапляється в підручниках із соціальної психології (Платонов, 2016), але як феномен групової взаємодії він абсолютно не досліджений. Еріх Фромм (2011) описав груповий нарцисизм, розуміння якого З. Фрейд (2017) представив у своїх працях, проте як саме він виявляється на рівні динаміки групових процесів досі не вивчено. Гордість групи або сором групи (Salice, & Montes Sánchez, 2016) лише останнім часом стають предметом пильного теоретичного науково-психологічного аналізу. Груповий міф (Горностай, 2007) представлено як складову процесу формування групової ідентичності, однак його дослідження емпіричним

шляхом лише розпочато (Чорна, 2019; 2020). Терміни «групова афіліація», «групові відкритість і референтність» (Агеев, & Сыродеева, 1987) є похідними від афіліації (Schachter, 1959) і референтності (Human, 1942) на рівні міжособових стосунків, дослідження яких має більш давні традиції в психології. Групові психологічні захисти (Горностаї, 2019) також можна розглядати як ефекти міжгрупової взаємодії. Лише номінативний перелік наведених нами феноменів показує, що останнім часом психологи все частіше звертаються до аналізу групових емоцій, групових наративів, неусвідомлюваних компонентів групової взаємодії, тоді як раніше вони зосереджували свою увагу безпосередньо на ефектах взаємодії. *Таке розширення кола групових феноменів свідчить про те, що умови їх виникнення є багатозначними, непростими, нерідко – складними.*

Якщо виходити з визначення феномену як цілісного явища, що виявляє єдність зі своєю сутністю і може бути сприйняте органами чуття (Словник іншомовних слів) як явище, доступне людському пізнанню (OxfordLanguages), то, безумовно, до групових феноменів насамперед віднесемо ті, які виявляються на рівні поведінки і які можна безпосередньо спостерігати в процесі взаємодії (лінощі, фасилітація, зсув ризику, ефект «бевзя», групове мислення, вплив меншості на прийняття рішень групою, конформізм, поляризація, нормалізація, опір, деіндивідуалізація), або ж ті, які можуть бути артикульовані членами групи, як, наприклад, міф, групові настановлення, стереотипи, образ групи. Інші групові феномени: гордість групи, груповий егоїзм, відкритість, референтність, афіліацію, групові ілюзії та захисні механізми, фаворитизм і дискримінацію – визначають більшою мірою опосередковано, на основі аналізу суджень та особливостей поведінки членів групи. Ці когнітивні та емоційно-оцінні складові функціонування групи також віднесемо до групової феноменології, підкресливши, однак, їхній більш прихований характер вияву. Отже, як групові феномени умовно можна виокремити ті, що здебільшого містять *когнітивні, емоційно-оцінні та настановчо-поведінкові складові* групової взаємодії.

Переважаюча більшість термінів, що презентують феноменологію групової взаємодії, описують ефекти, які негативно позначаються на ефективності, етичності, суб'єктності, автономності функціонування групи та її членів. Потрібно, на нашу думку, суттєво розширити коло групових явищ, які описують синергійність, цілісність, єдність групових процесів взаємодії.

Вважаємо, що класифікація феноменів на *внутрішньогрупові* і *міжгрупові* є досить широкою. В її основі лежить *критерій особливостей взаємодії та кооперації* між соціальними індивідами. Оскільки серед феноменів, які негативно або позитивно позначаються на взаємодії через групові механізми її регуляції, бачимо порівняння груп, конкуренцію між ними, а подекуди – і протистояння, то за *критерієм владно-підвладних відносин* варто виокремлювати *інгрупові* і *аутгрупові* феномени.

Інгрупа – це група осіб, щодо яких людина відчуває належність (відчуття «ми-групи»), сильну позитивну ідентичність з ними. Коли члени однієї групи не ідентифікують себе з членами якоїсь іншої (відчуття «вони», або «не-ми»), то йдеться про аутгрупу. Члени такої групи сприймаються як «чужі», що приховує в собі негативні змісти. Тому до *аутгрупових феноменів* насамперед відносять міжгрупову дискримінацію, а також ефекти гомогенності чужої групи, «білої ворони», груповий егоїзм, групову поляризацію, групові стереотипи та упередження, груповий опір, групові психологічні

захисти, а до *інгрупових* – внутрішньогруповий фаворитизм, груповий нарцисизм, гордість групи, груповий міф, референтність, образ групи, групові ілюзії.

Групові феномени також класифікуємо за критерієм визначення суб'єктів взаємодії, що впливає на особливості соціально-психологічних умов вияву цих феноменів. Водночас зазначимо, що для виникнення феноменів потрібен *збіг певних обставин*, тобто певна ситуація, за інших обставин феномени як такі не виникають.

Отже, *внутрішньогрупові* феномени за критерієм суб'єктності взаємодії можна поділити на ті, що виникають у *групі-як-цілісності* (внутрішньогруповий фаворитизм, соціальні лінощі, групове мислення, групова поляризація та ін.), і ті, що відбуваються з *людьми-у-групі* (конформізм, соціальна фасилітація/інгібіція та ін.). У першому випадку суб'єктом є група (група-як-цілісність), тоді як у другому – люди як члени тієї чи тієї групи, на поведінку яких група впливає тим чи іншим чином. *Міжгрупові* феномени виникають у міжгруповій взаємодії (*група-і-група*), до таких належить насамперед міжгрупова дискримінація. Результатом дискримінації є груповий фаворитизм (який виникає, власне, у групі, проте спостерігається за наявності реальної або уявної конкуруючої, «ворожої» групи), тому за критерієм умов вияву фаворитизм, по суті, є аутгруповим феноменом. Зазначимо, що відносини між групами можуть будуватися також на засадах референтності (це коли інша група набуває статусу «еталонної», взірцевої) або ж відкритості, афіліації, толерантності, демократії, прийняття і розуміння.

Отже, до внутрішньогрупових феноменів належать інгрупові та інші феномени, які не можна віднести до тих, що посилюють відчуття «своєї» групи, тобто до *інгрупових*: соціальні лінощі, фасилітація, «безквитковий проїзд», «бевзь», «свідок, який не втручається», деіндивідуалізація, позитивний зсув ризику, групове мислення, вплив меншості на більшість (і навпаки), рольовий баланс, афіліація, конформізм, поляризація, нормалізація. Означимо ці феномени як *інтераційні*. Серед міжгрупових феноменів є також такі, які не можна безумовно віднести до *аутгрупових*: міжгрупова референтність, групова афіліація, групова відкритість. Означимо ці феномени як *конгруентно-групові*.

Можемо відтак підбити підсумки: групові феномени поділяються на внутрішньогрупові і міжгрупові, а також на ті, що містять когнітивні, емоційно-оцінні та настановчо-поведінкові складові взаємодії. Уточнимо: внутрішньогрупові охоплюють інгрупові та інтераційні, а міжгрупові – аутгрупові і конгруентно-групові феномени. Якщо розглядати групові феномени під кутом зору, а хто ж є, власне, суб'єктом взаємодії, то тут має сенс виокремити: ті, що виникають у групі-як-цілісності; ті, що мають місце між людьми-у-групі, і ті, що є між групами.

2. ГРУПОВА ВЗАЄМОДІЯ В СИТУАЦІЯХ КОЛЕКТИВНОЇ ТРАВМИ

2.1. Колективна травма як складна соціальна ситуація

Поняття про колективну травму

Кожна соціальна група постійно переживає різноманітні зміни, спричинені новими завданнями, які постають перед нею, а також дією інших факторів (як зовнішніх, так і внутрішніх), що впливають на динамічну рівновагу. У більшості випадків це не порушує нормального функціонування групи, навіть якщо вона мусить витратити зайві ресурси для розв'язання цих проблем (як психологічні, так і матеріальні).

Однією з типових складних ситуацій є *групова, або колективна, травма*, яку може переживати група будь-якої чисельності. Психологічна травма – це руйнування базових

уявлень людини про себе і про світ. Несприятливі враження, що є неочікуваними, болісними, надзвичайними і шокуючими, призводять до порушень у поточних психічних процесах або стосунках, а також можуть спричинити неадекватну відповідь. Такі враження впливають зазвичай не тільки на окрему людину, а можуть колективно переживатися цілою групою людей. Травми розрізняють за силою, характером, масштабом і тяжкістю наслідків.

Травми, які вражають велику кількість людей, називають колективними. Але відмінною рисою колективної травми є не число травмованих, а те, що, крім безпосередніх учасників, вона зачіпає людей, безпосередньо не причетних до травматичних подій, навіть тих, кого трагедія особисто не торкнулася, хоч і зачепила все суспільство. Інакше кажучи, колективна травма не обмежена в просторі. Ще одна її особливість – розтягнутість у часі, коли травма немовби відривається від безпосередньої події, закріплюючись в історичній пам'яті, часто проходячи через кілька поколінь. Жертвами колективної травми стають не окремі люди, навіть не багато людей, а цілі соціальні групи. Саме вони є об'єктами травматизації і суб'єктами переживання колективної травми.

Через переживання колективної травми нормальне життя групи стає неможливим. Так буває, коли група стикається із ситуацією, несумісною з її цілями, що руйнує звичну групову взаємодію. Типовою причиною колективної травми може бути несподівана агресія з боку іншої групи (або частини своєї групи), як пряма, так і прихована, як фізична, так і психологічна (інформаційна, ідеологічна). Найбільшу травматичну силу має смерть людей, особливо масова, за трагічних обставин. Нові завдання, які має вирішувати група, виявляються непомірно складними, унаслідок чого важливі цілі групи стають недосяжними. Дія факторів впливу на групу виходить за межі звичних рівнів так далеко, що це деформує або й руйнує систему групових цінностей.

Наше українське сьогодення переповнене подіями, які мають різний ступінь травматичності. Це і суспільні проблеми (війна, вимушене переселення, криза тощо), і проблеми, пов'язані з переживанням наслідків історичних травм («червоний терор», «розстріляне відродження», репресії, дві війни – громадянська і світова, боротьба з націоналізмом, ліквідація УПА, чорнобильська катастрофа, російська агресія і втрата територій та ін.). Усе це в сукупності стало причиною переважання в українському менталітеті депресивних форм та інших психологічних проблем, які потребують свого осмислення й опрацювання.

У процесі реагування на травму беруть участь різні рівні групової свідомості і групового несвідомого. Чим глибше травма витісняється в суспільне несвідоме, тим менше вона схожа на травму, і ми просто не розуміємо, яким чином вона впливає. Якщо травма ближче до свідомості, цей вплив зрозуміліший. Скажімо, щодо терористичних актів ми усвідомлюємо значення цих подій. Нащадки жертв терору, геноциду, якщо їхні предки з цією травмою не справилися, переживають її як свою, відчуваючи бажання помститися. До речі, багато сучасних конфліктів мають давню історію.

Як стверджував Хайнц Когут, група часто використовує регресивні, нарцисичні форми згуртування і досягнення своєї величі, значення яких різко зростає, коли відбувається атака на велич групи (або коли є уявна загроза цій величі), і які проявляються як нарцисична агресія (Kohut, 1985). Дослідник писав: «Бажання перевести пасивний досвід в активний, механізм ідентифікації з агресором, садистська напруженість, що збереглася у тих, хто, будучи дітьми, зазнав садистського поводження своїх батьків, – усі ці фактори пояснюють готовність схильного до сорому індивіда протидіяти ситуації, яку він може потенційно спровокувати, вдаючись до простого способу: активно (і часто

упереджено) завдати іншим того нарцисичного болю, якого боїться сам» (цит. за: Кукиер, 2004, с. 36).

Дослідження колективних травм у соціальній психології

Тема колективних травм стала особливо актуальною після Другої світової війни. З останньою пов'язана, зокрема, трагедія єврейського народу, відома під назвою *Голокост*. Цей страхотливий вияв геноциду привернув до себе увагу не лише істориків, юристів, соціологів, а й психологів і психотерапевтів. Під час численних досліджень вони вивчали безпосередній вплив цієї колективної травми як на тих, хто вижив, так і на їхнє найближче оточення, членів сімей та нащадків у різних поколіннях. Це дало змогу накопичити значний емпіричний і статистичний матеріал, виявити закономірності переживання трагедії, порівнявши їх з іншими прикладами колективних травм, знайти спільні та особливі риси, дослідити інші закономірності й механізми.

Тема колективних травм знайшла висвітлення у великій кількості публікацій, що заслуговують на окремий великий огляд. Ми зупинимося тут лише на деяких із них, передусім на тих, що ілюструють найважливіші аспекти цієї проблеми. Багато дослідників розглядають загальні проблеми, що стосуються закономірностей утворення й перебігу колективних травм, а також їхній зв'язок з проблемами історії та культури. Проте більшість публікацій присвячено специфічним видам колективних травм і соціальним групам, що їх зазнали. Наприклад, у роботі Р. Айермана (2016) аналізується феномен рабства як різновид культурної травми і його інтелектуальні наслідки, зокрема вплив на особливості колективної пам'яті, на прикладі історії афроамериканської ідентичності.

Серед досліджень з проблематики колективних травм та їхніх наслідків наразі найбільше праць, присвячених темі травми Голокосту. Цій трагедії не лише приділяється найбільша увага з боку політичних, юридичних, історичних інституцій – її можна вважати однією з найбільш опрацьованих у психологічному і психотерапевтичному сенсі. Наприклад, М. Ньюфілд (Neufeld, 2012) на основі аналізу історій постраждалих та їхніх родичів, які залишилися в живих після Голокосту, досліджує вплив травми на колективну ідентичність сучасних американців єврейського походження. Один з найбільш розроблених аспектів проблеми психології колективних травм стосується трансгенераційної передачі травматичного досвіду. Прикладом такого дослідження є, зокрема, розвідка Н. П. Келлермана (Kellermann, 2013), де дослідник застосовує епігенетичний підхід до аналізу вторинних, видимих і невидимих слідів Голокосту у тих, хто вижив, і у їхніх нащадків.

Дослідники також аналізують процеси та зміни, які відбуваються у членів травмованих груп, особливо їх цікавлять різні способи опрацювання такими групами колективних травм. Наприклад, Д. Сомасундарам (Somasundaram, 2014) вивчає зумовлені війною і стихійними лихами складні ситуації, які справили психологічний вплив не лише на особу, а й на її сім'ю, на цілі спільноти і суспільство загалом. М. Еріксон (Eriksson, 2016) у своїй роботі розглядає, як вплинула на колективну травму соціальна мережа Twitter через шість днів після терористичного акту 2011 року в Норвегії.

Для нашого суспільства особливе значення має тема колективної травми українського Голодомору 1932–1933 років. Зауважимо, що їй, на жаль, поки що присвячено відносно небагато досліджень порівняно з іншими прикладами колективних травм. Одне з таких досліджень – розвідка О. Кісь (2010), де феномен історичної травми аналізується в контексті уявлень про колективну пам'ять і колективну ідентичність на основі опублікованих свідчень жінок, які пережили Голодомор. У статті

В. І. Огієнка (2013) аналізується співвідношення між поняттями «культурна травма» і «колективна травма», висвітлюється проблема впливу історичної травми Голодомору на поведінку та психіку людей. Серед зарубіжних досліджень привертає увагу робота Б. Безо, де розглядається міжпоколінна передача травми Голодомору 1932–1933 років в Україні та її вплив на психологію нащадків, зокрема на гендерні ролі (Bezo, 2011; Bezo, & Maggi, 2015).

Категоріальний апарат проблематики колективних травм

Психологічна травма, як ми вже зазначали, це руйнування основних уявлень людини про себе і про навколишній світ. Неочікувані, болісні, надзвичайні та шокуючі враження призводять до порушення перебігу поточних процесів, руйнування відносин, а також можуть спричинити неадекватну відповідь на новопосталі виклики. Такі враження можуть впливати не тільки на окрему людину, а й ставати колективним переживанням цілих груп людей.

Тема психологічної травми набула особливої актуальності в Україні у зв'язку з війною на Донбасі і зростаючим запитом на фахову допомогу, зокрема психотерапевтичну. Однак не всі розуміють, що психотерапевтичної допомоги наразі потребують не тільки потерпілі через ту чи ту стресову ситуацію, а й усе суспільство загалом.

Розгляньмо відтак більш детально категоріальний апарат проблематики колективних травм.

Травматичний стрес – це стрес, спричинений фізичними або психічними травматичними факторами. Часто травматичний стрес розглядають як синонім до поняття «психічна травма». Надмірний стрес, або дистрес, – це такий рівень стресу, коли замість мобілізації ресурсів проявляється неузгодженість функцій, відбувається руйнування звичних стратегій діяльності, що в кінцевому підсумку веде до помилок, невдач і провалів. А ті, відповідно, є джерелом нового кола травматизації. Один з віддалених наслідків травматичного стресу – посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), що стає пролонгованим чинником розширення зони травми.

Вторинний травматичний стрес – психічна травма, спричинена іншою травмою. Є таке поняття, як травма свідка. Це психічна травма у тих, хто став свідком якоїсь страшної події, спостерігав за переживанням травми іншими людьми. Саме вторинний травматичний стрес, зокрема і такий його наслідок, як ПТСР, є причиною поширення травматизації в популяції, а отже, механізмом утворення групових (колективних) травм. Це стає причиною переживання травми великою кількістю людей. Такі травми зазвичай називають груповими, або колективними.

Колективна травма – це психічна травма, отримана групою людей будь-якої чисельності, навіть цілим суспільством, унаслідок якихось катастрофічних подій або злочинних дій політичних чи інших соціальних суб'єктів. Усі представники травмованої групи (а також їхні нащадки) відчують її наслідки і потребу емоційного відреагування.

Є низка понять, близьких за змістом до поняття «колективна травма».

Історична травма – це колективна травма, що розглядається в історичній ретроспективі. Вона ілюструє кумулятивний ефект від переживання особою чи цілим поколінням емоційної та психологічної травматизації, спричиненої травматичним досвідом або подією. Історична відповідь на травму пов'язана з проявом емоцій та дій, зумовлених переживанням цієї травми.

Трансгенераційна (міжпоколінна) травма – це травма, яка передається від першого покоління тих, хто пережив травмування, до другого і наступних поколінь нащадків через складні механізми ПТСР. Якщо йдеться про великі групи людей, поняття «історична травма» і «трансгенераційна травма» можна вважати, власне, синонімами.

Національна травма – це колективна травма, наслідки якої поширюються на членів такої колективної групи, як нація, етнос, країна чи інша чітко визначена велика група людей. Переживання трагічного досвіду може загрожувати національній ідентичності, тому почуттю належності, яке поділяє нація загалом, представлена традиційною культурою, мовою та політикою, або навіть руйнувати колективну ідентичність.

Культурна (культуральна) травма – це значущі соціальні події, що спричиняють зміни умов культурного життя, соціальних традицій, суспільної структури. Пйотр Штомпка, який запропонував цей термін, називає культурною травмою зсуви в соціальному середовищі, що змінюють умови життя та «правила гри». Ознакою травми є високий рівень недовіри в суспільстві, песимістичний погляд на майбутнє, ностальгія за минулим, емоційна переоцінка історії, політична апатія (Штомпка, 2001а; 2001б).

Чинники групової травматизації

Причинами колективних травм найчастіше стають війни (особливо загарбницькі, які не закінчилися примиренням), геноцид, резонансні терористичні акти, рабство в усіх формах, колективна депортація, соціальні революції та перевороти (державні і військові), політичні, релігійні та інші соціальні репресії, трагічна загибель суспільних лідерів або кумирів, техногенні катастрофи, пандемії, екологічні катастрофи.

Можна виділити такі фактори, що визначають тяжкість наслідків колективної травми.

Перший фактор – це масштаби трагедії, сила травматизації: кількість загиблих, розмах події, значущість загиблої особи (якщо йдеться про загибель суспільного кумира).

Другий фактор стосується психологічних умов, у яких відбувається травматична подія, перш за все – рівня переживання несправедливості (або порушеної справедливості), ступеня невинності загиблих. Велике значення має те, хто є агресором – «свій» чи явний ворог (від «свого» отримати травму набагато болючіше).

Третій фактор пов'язаний з неможливістю (або нездатністю) протистояти травматичній силі або суб'єкту, тобто з пасивністю жертви, часто вимушеною. Чим менша здатність чинити опір, тим сильніше переживається травма від дій агресора (загибель на полі бою менш травматична для суспільства, ніж насильницька смерть у концтаборі).

Четвертий фактор зумовлений віддаленими наслідками і неможливістю (або нездатністю) емоційного відреагування постраждалими, що залишилися в живих, і їхніми нащадками пережитої травми – якщо вони не можуть відкрито висловлювати почуття з приводу трагічних подій, оплакувати загиблих, сумувати, позбавлені (через заборону або замовчування) можливості опосередкованого зцілення.

Однією з найстрашніших травм в українській історії XX століття був Голодомор 1932–1933 років. За всіма чотирма наведеними вище факторами маємо тут величезний масив проблем. Насамперед небачені масштаби трагедії – мільйони смертей. Можна стверджувати, що це була волаюча несправедливість, адже акція спрямовувалася на абсолютно невинних людей, позбавлених шансів на порятунок, серед яких було багато дітей. Це фактично призвело до знекровлення українського селянства, яке становило тоді основу аграрної економіки УРСР. Можливість протистояти насиллю тоталітарної держави

була дуже низькою, протидії фактично не було, за рідкими, поодинокими випадками. Нарешті, згадаймо майже цілковиту неможливість відреагування цієї колективної травми: до останнього часу (аж поки не відкрили кілька меморіалів і не почали відзначати роковини) ця подія не лише не була ритуалізована, – навпаки, упродовж десятиліть зберігалися тривала заборона і тотальне замовчування. Ця колективна травма витіснялася у свідомості жертв усіма можливими способами. Отже, трагедія Голодомору і її наслідки, досі належним чином не опрацьовані в суспільній свідомості, й далі негативно впливають на життя українського суспільства.

Інформаційна травма як складова всіх колективних травм

Інформаційна травма – це особливий вид індивідуальної чи колективної психологічної травми, що виникає в результаті тривалого та інтенсивного впливу на психіку людини різноспрямованої емоційно значущої інформації і супроводжується специфічними порушеннями психічної діяльності. Для жертв інформаційної травматизації характерне різке зниження критичності мислення і сприймання інформації, різні форми емоційного зараження, що інколи доходить до рівня епідемій. Травмована група часто набуває всіх ознак психології натовпу, про які писав Гюстав Лебон (1896). Типовою причиною інформаційних травм є шалена пропаганда, до якої під час воєнних конфліктів вдається агресор. Інформаційна травма, спричинена інформаційною агресією, є однією з основних цілей будь-яких воєн, насамперед «холодних» та «інформаційних».

Інформаційна травма є складовою всіх колективних травм, навіть якщо інформаційна агресія і не здійснювалася навмисно. Поширення травматизації, емоційне зараження, передача травматичного досвіду між поколіннями не можуть відбуватися без інформаційного обміну. Проте є такі види травм, де інформаційне ураження є головною метою. У процесі інформаційної травматизації найчастіше розвиваються такі емоційні стани, як страх, агресія та соціальна фрустрація. Страх інколи навмисно нагнітається для деморалізації людей, наприклад війська суперника, щоб його легше було здолати. Ці прийоми використовувалися здавна в усіх «гарячих» війнах. Інформація, що викликає почуття страху, як правило, жахлива, загрозлива, непередбачувана. Це може бути інформація про зовнішню для групи загрозу або демонстрація загрози зовнішньої сили. Страх може бути результатом дефіциту інформації, інколи спеціально створюваного. Агресія часто навмисно провокується для перетворення соціальної групи на агресивний натовп, що можна використати для багатьох цілей. Соціальна фрустрація – це руйнування групових цінностей, згодом вона може переходити в соціальну депресію.

Причина інформаційного травматизму – неправдива або навмисно спотворена інформація. Травматична дія тривалої публічної дезінформації, викривлення інформації або спотворення реальних фактів дійсності завжди були наслідком недоброякісної пропаганди. Людина дуже сприйнятлива до споживання різної інформаційної продукції. Вона часом не здатна відрізнити неупереджену інформацію, що безпосередньо сприймається, від створених завдяки інформаційним технологіям інформаційних продуктів, які часом не мають нічого спільного зі справжньою дійсністю. Особливо сильною є дія цілеспрямованої, інтенсивної, безперервної і, що важливо, однобічної пропаганди.

Брехня як джерело інформаційної травми може бути різних рівнів. Пропагандистська брехня – це повна дезінформація, що внаслідок масованого і тривалого нав'язування сприймається як правда («ефект Геббельса»). Більш витончена, але більш дієва дезінформація полягає не в прямій брехні, а в спотворенні правди за формулою

«1/2 правди + 1/2 правди = брехня». Ще один вид дезінформації полягає у створенні «паралельних реальностей», абсурдизації дійсності. Ідеться про «синдром Оруела», або «синдром театру абсурду». Через тривале перебування в «паралельних» інформаційних реальностях відбувається помітна зміна свідомості, що насправді може бути прихованою травмою. Схожий результат може спричинити і тривале сприймання несправедливої дійсності, невиконання чи грубого порушення законів, непокараних злочинів тощо. У результаті може спостерігатися розщеплення свідомості (індивідуальної і групової).

Інформаційна травматизація відбувається в процесі цілеспрямованого маніпулювання свідомістю людини, її зомбування, що можна спостерігати у постраждалих від деструктивних культів (Ліщинська, 2008), тоталітарних релігійних сект (наприклад, «Біле братство», «Аум Сінрікьо») і т. ін. Порушення психіки в таких випадках можуть бути настільки серйозними, що потребують глибокого терапевтичного втручання.

Особливий вид інформаційної травматизації пов'язаний з блокуванням інформації чи її заборорою, замовчуванням важливих для групи тем, зокрема і замовчуванням правди. У минулому, наприклад, замовчували інформацію, яка суперечила ідеалізованій картині соціалістичного світу, де мають бути лише досягнення і не має бути недоліків. Наприклад, приховували правду про катастрофи (особливо з великими жертвами). Яскравий приклад – чорнобильська катастрофа, про справжні наслідки якої, принаймні в перші дні і місяці, можна було дізнатися тільки завдяки зарубіжним радіостанціям. Це призводило до поширення чуток, інколи – навіть фантастичних, різних форм фобій та інших форм травмування, з'явився навіть особливий термін – «радіофобія».

На нашу думку, найсильніша інформаційна травма в українській історії – це травма, пов'язана з Голодомором. Ідеться про небачені доти суворі заходи щодо заборони інформаційного висвітлення тогочасних подій, а згодом – заборони навіть згадувати про цю трагедію. Водночас суспільній свідомості нав'язувалася думка, що люди, які голодують, погані, що вони винні і їх слід покарати. Суворі заборони тривали два десятиліття, а потім, з деяким послабленням, ще тридцять років. І це дає підстави вважати Голодомор «подвійним геноцидом» – фізичним і психологічним (інформаційною травмою).

2.2. Захисна поведінка як чинник долання або консервації колективної травми

Поняття колективних захисних механізмів

Одними з перших проблему групових психологічних захистів порушили представники *групового психоаналізу*. Так, Вілфред Біон, один з його основоположників, розглядав гармонійні і патологізовані процеси в групі, яка може набувати двох форм: робочої групи (workgroup) і групи базових передумов (basic assumption group). Зокрема, дослідник дійшов висновку, що *група базових передумов* замість того, щоб бути в контакті з реальністю (як робоча група), використовує цілу низку захистів від примітивних емоційних переживань. З огляду на використовувані захисти він виокремив три основні її форми: «група залежності», «група боротьба-втеча» і «група утворення пар» (Bion, 1961).

Ці результати перегукуються з висновками Дж. Гібба, який досліджував рівень захисту в малих групах. Він вважав, що докорінне покращення спілкування полягає в зміні міжособових стосунків, а один з можливих шляхів до цього вбачав у зниженні рівня захисної поведінки. На думку Гібба, підвищена *дефензивність* (схильність до захисних форм поведінки) перешкоджає спілкуванню і тим самим утруднює, а іноді й унеможлиблює комунікацію та вирішення багатьох терапевтичних, освітніх чи управлінських проблем (Gibb, 1961).

Російська дослідниця Ю. Б. Захарова розглядає функціонування психологічного захисту на внутрішньоособистісному, міжособистісному та міжгруповому рівнях. Останній спрямований на збереження Ми-образу, тобто Я-образу суб'єкта як члена певної соціальної групи. Актуалізація захисних механізмів відбувається в разі виникнення загрози соціальній ідентичності індивіда як члена певної соціальної групи під час його взаємодії з членами інших груп (Захарова, 1991).

Значний внесок у збагачення концепцій психологічного захисту, коли її суб'єктом стає група, зробив російський дослідник В. А. Штроо, який упровадив у науковий ужиток поняття *захисних механізмів групової динаміки*. Він вважає, що захисний механізм – це свого роду спосіб відновлення стабілізації у групі в ситуації виявлення загрози (зовнішньої або внутрішньої) для цілісності групи, що є несумісним з позитивним станом групової реальності. Стабілізація цілісності групи, зокрема в топологічному, структурному та динамічному аспектах, досягається за рахунок афективно-когнітивного переструктурування загрозової ситуації (Штроо, 1998; 2001).

Українська дослідниця К. С. Мальцева вивчала *інтрагрупові захисні механізми* в контексті групової, зокрема етнічної, ідентичності. У фокусі уваги авторки – базальна потреба індивіда в позитивній груповій ідентичності, у співвіднесенні себе з групою, яку цей індивід високо оцінює. Така потреба реалізується шляхом ідентифікації з великою групою, основна функція якої – підтримання сталого уявлення про групу в усіх її членів із збереженням її позитивної оцінки (Мальцева, 2000). У більш пізніх працях українських учених розглядаються конкретні аспекти функціонування механізмів психологічного захисту під час групової взаємодії, зокрема в роботі рятувальників у ситуаціях реальної екзистенційної загрози (Олійников та ін., 2011), працівників правоохоронних органів у процесі їхньої професіоналізації та набуття професійної ідентичності (Андрушко, 2016).

Польська дослідниця М. Калиновська досліджує *захисні механізми колективної психіки* під кутом зору спільних практик пам'яті, що реалізуються в проміжному просторі між психічним і соціальним життям. Процес *меморалізації* дослідниця розглядає на прикладі такої польської колективної травми, як Смоленська катастрофа 2010 р. Перебіг цього процесу вона аналізує в контексті юнгіанської концепції колективної психіки та психоаналітичного розуміння захисних групових механізмів проти травм, особливо тих, що стосуються втрат та оплакування (Kalinowska, 2012).

Ізраїльський учений Т. Ейн-Дор пропонує *теорію соціального захисту*. На його думку, люди реагуватимуть на загрозу, яка частково базується на диспозиційних змінних. Дослідник вважає, що психологічні реакції на загрози не відокремлені від соціального контексту, зокрема тих груп, до яких себе відносять люди. Згідно з цією теорією, групи людей з усіма трьома видами реагування на загрозу («занадто пильні», «упевнені у своїх силах», «потенційні лідери») будуть більш ефективними в боротьбі із загрозами та небезпеками, ніж менш гетерогенні групи (Ein-Dor, 2014).

Тему колективних захисних механізмів порушують у своїх роботах й інші вітчизняні і зарубіжні дослідники (Автономов, 2015; Старченко, 2017; Aydin, 2017; Böhmetal., 2015; De Dreuetal., 2016).

Що є предметом захисту групи

Кожна група незалежно від її чисельності має свою систему *групових цінностей* (духовних і матеріальних), які є змістом її життя та діяльності і які вона, як і кожний соціальний суб'єкт, прагне захищати від руйнування. Такий захист потрібний групі для збереження своєї *автентичності*, свого статус-кво, щоб залишатися саме такою групою, відмінною від безлічі інших. Однією з визначальних цінностей групи є *групова*

ідентичність, без якої не може існувати жодна спільнота і яка є умовою входження в групу її членів. Особливою категорією вважають *ідентичність групи* як соціального суб'єкта. Її значущість проявляється в міжгруповій взаємодії, вона фактично є умовою самовизначення групи. Це поняття синонімічно близьке до поняття автентичності.

До групових цінностей належать можливості та засоби ефективної комунікації в групі. *Мова* серед них – один із найважливіших. Завдяки мові одна група відрізняється від іншої (особливо це стосується великих і глобальних груп). Мова є суттєвим чинником групової ідентичності. Ідеться не лише про національні, етнічні мови, регіональні діалекти, а й про різноманітні соціолекти (соціальні діалекти, або мови певних соціальних груп), такі як сленг (молодіжний, кримінальний), жаргон (наприклад, професійний) та інші специфічні «мови».

Ознаками самобутності групи є такі цінності, як *групові атрибути*: прапор, герб, емблема, бренд, форма одягу, групові символи, традиційні кольори, орнаменти тощо. Кожна група має свою історію, без якої неможливе самоусвідомлення її членів. *Групова історія* складається з численних історій про групу та її членів і має дуже широкую палітру зразків – від героїчного епосу до анекдотів. *Групова міфологія* є частиною цих історій і водночас спотвореним відображенням дійсності, яке дає змогу оминати все те, що видається несумісним із життям і безпекою групи, навіть якщо такий образ є хибним. Близькими до міфології є *групові вірування*, а також забобони, упередження та інші стереотипи. До цієї групи слід віднести і віросповідання, зокрема офіційну релігію.

Умовою життя кожної групи є *групова автономія* – відносна незалежність від інших груп і зовнішнього соціального середовища, можливість зберігати свою самобутність під тиском інших групових суб'єктів. Групова автономія тісно пов'язана з такою важливою характеристикою групи, як *групова суб'єктність*. Це здатність групи ставити і вирішувати групові задачі, виходячи з інтересів і цілей саме цієї групи. Важливою складовою функціонування групи є її *емоційне життя*, під яким розуміють соціально-психологічний клімат у групах, суспільні настрої, емоційну взаємодію між груповими суб'єктами, переживання почуття справедливості (для великих груп – історичної справедливості), а також пов'язані із цим групові провини, образи та сором.

Кожна група захищає свої *групові межі*, які є для неї беззаперечною цінністю. Ідеться насамперед про зовнішні межі, захист яких запобігає її «захопленню» іншою групою, злиттю, асиміляції. Для таких груп, як нація, країна, територіальна спільнота, поняття «кордон» має пряме (територіальне) значення, проте групові межі є в кожній групі, без них неможливе існування навіть найменшої групи. Так, вони завжди є умовою диференціації так званих інгруп від аутгруп. Група має і *внутрішні межі*, що визначають власне групову структуру, яку група також схильна захищати від різноманітних змін, навіть якщо вони є конструктивними.

Система розглянутих групових феноменів формує *групову картину світу*, яка вміщує в собі і *образ групи* (групове імаго). У частині групових цінностей уже потенційно закладено захисні стратегії поведінки, наприклад в ідентичності, міфології, віросповіданні. Картина світу може бути цілком реалістичною або ж, навпаки, міфологічною. Міфологічна картина світу часто базується на ідеї нарцисичної величч, за якою може приховуватися *груповий комплекс меншовартісності* (тут пряма аналогія між індивідуальною і колективною психологією). На рівні глобальних груп можна навести приклад Росії, яка створює свої історичні міфи на основі чужої історії – історії Київської Русі, а також приклад Німеччини початку 1930-х років, яка, переживши травму поразки в Першій світовій війні, зробила своїм тогочасним гаслом міф про Великий Рейх.

Можна навести й інші історичні приклади – коли людей змушували прийняти чужу релігію (іслам) і вони обирали смерть, але не погоджувалися відректися від своєї ідентичності, яка ґрунтувалася на релігійних переконаннях. Яскравим взірцем такої позиції можуть бути сафардські євреї, яких у кінці XV століття було вигнано з Іспанії та Португалії. Згадаймо тут і православних українських козаків, які, потрапивши в турецький полон, виявляли небачені зразки мужності.

Важливість групових атрибутів наочно проявляється, зокрема, у ставленні до такого важливого символу, як військовий прапор, і до його захисту. Так, втрата прапора прирівнюється до злочину і може тягнути за собою розформування військового підрозділу (тобто ліквідацію групи, яка не вберегла свою святиню).

Типи реагування групи на колективну травму

Унаслідок колективної травми групові цінності зазнають втрат, деформації, аж до повного руйнування. Група прагне їх захистити, щоб зберегтися як соціальний суб'єкт. Для цього деякі цінності доводиться трансформувати, відновлювати, вдосконалювати, замінювати іншими. Якщо це вдається, група успішно переживає колективну травму, переходячи на новий щабель свого розвитку, – як після продуктивного подолання кризи.

Якщо таке опрацювання неможливе або засобів для цього явно недостатньо через брак ресурсів, вихід зі складної ситуації стає неможливим або дається занадто дорогою ціною. Порушується баланс між витратами на самозбереження групи і можливими позитивними змінами. Група зазнає при цьому неминучих незворотних втрат, які дуже важко або неможливо компенсувати. Травмована група має потребу відновити втрачені ресурси, щоб ефективно захищати групові цінності, і шукає для цього різноманітні засоби.

Якщо реальне відновлення групи неможливе, вона змушена вдаватися до *захисних механізмів*, щоб послабити переживання травми й уберегтися від руйнування своїх цінностей і втрати групової суб'єктності та групової автономії, фактично – від загибелі групи. Частина захистів справді сприяє зціленню від колективної травми, проте більшість із них лише послаблюють негативні переживання і фактично консервують травму. Це переводить проблему з гострого в хронічний стан, переміщуючи інформацію, пов'язану з травмою, з групової свідомості у групове несвідоме. Таке реагування здатне істотно подовжити час життя травми, що інколи виходить за межі часу існування цієї групи.

Залежно від різних обставин (тяжкість травми і її наслідків, застрягання на травмі або її витіснення, прагнення відновити порушену травмою рівновагу тощо) група виробляє типові форми подолання травми, які закріплюються в національному характері. Описати реагування групи на травматичні події можна за допомогою ефективної моделі – діаграми, побудованої на двох дихотомічних параметрах: «активність–пасивність» і «миролюбність–агресивність» (рис. 2.1). Вибір цих параметрів зумовлений тим, що вони є важливими характеристиками групової взаємодії (насамперед конфліктної).

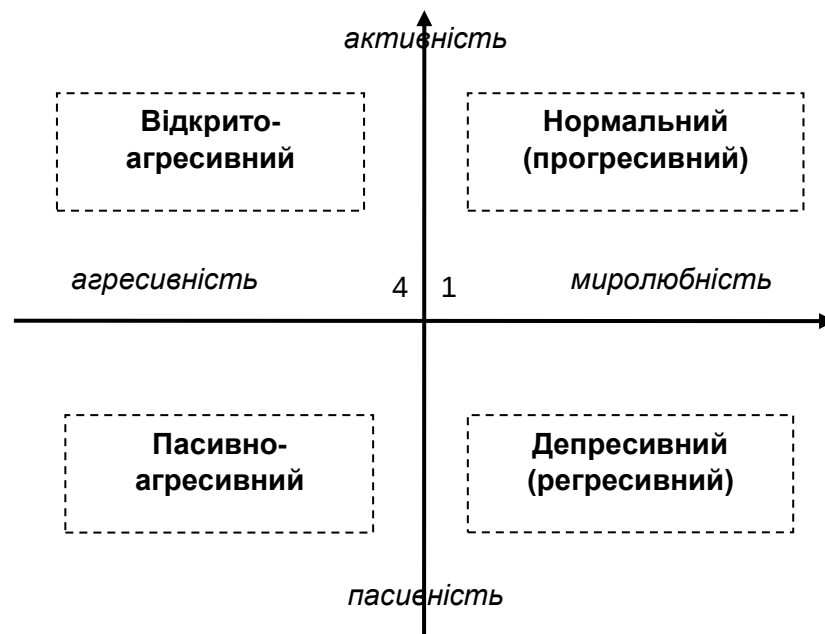


Рис. 2.1. Типи реагування групи на колективну травму

На основі наведеної моделі можемо скласти типологію *способів* подолання колективної травми, закріплених у таких типах національного характеру: агресивний; пасивно-агресивний; депресивний, нормальний. Ця класифікація є окремим варіантом типології національних характерів з точки зору ставлення до колективної травми. У контексті нашого дослідження саме цей критерій становить для нас особливий інтерес. По суті, усі типи, крім нормального, являють собою регресивні форми, але найбільш яскраво це виявляється щодо депресивного типу. Як ми побачимо далі, депресивний спосіб реагування притаманний українській нації.

Агресія є однією з універсальних форм захисної поведінки групи і спрямована на збереження міфологічно спотвореної групової картини світу. Групова сублімація (прикладом якої є різні способи окультурення травми) має чіткий історичний (ретроспективний) вектор. Вона перетворює травматичну подію на історію, яку можна не лише прийняти, а й пишатися нею, що вже не потребує агресії. У такий спосіб відбувається трансформація картини світу, в якій травма набуває нової якості, стаючи джерелом розвитку. З такої умови можлива часткова міфологізація травматичної історії, але без зміни історичного вектора. Міфологічна ж картина світу існує в теперішньому і спрямована в майбутнє (має перспективний вектор). Вона вимагає підтвердження величчя групи та її історії замість подолання групового нарцисизму і комплексу меншовартості. Група прагне не зміни картини світу, а підтвердження її хибних положень. Це потребує агресивних механізмів, що є джерелом нових конфліктів і травм. Група дуже важко розлучається зі своїми ілюзіями, стереотипами, упередженнями, навіть якщо вони суперечать логіці та здоровому глузду. Агресією неможливо вилікувати травму, а можна лише пережити ілюзію зцілення, послаблюючи симптоми психології жертви.

Можна проаналізувати відтак, які колективні травми вплинули на менталітет українців. Тільки за останнє століття наша нація пережила чимало травматичних подій, найсильніші з яких припадають на першу третину цього періоду: фактична поразка в громадянській війні за незалежність, колективізація і розкуркулення, Голодомор, сталінські репресії, Друга світова війна (включаючи анексію Західної України і

придушення там визвольного руху). Хоч наступні періоди були не настільки драматичними, там теж вистачало колективних травм, з яких найсуттєвішими були чорнобильська катастрофа, а також соціальна, економічна та політична криза 90-х років (про травми останнього часу буде сказано окремо). Найбільш руйнівний вплив на національний характер українців справила колективна травма Голодомору.

Усе це не могло не позначитися на менталітеті українців, тим більше що травма геноциду сама по собі є однією з найтяжчих серед можливих колективних травм і важко піддається лікуванню. Голодомор наклав невитравний відбиток на український національний характер; у цьому, до речі, одна з причин відмінностей між ментальністю українців, що живуть у центральних, східних областях, і українців західних областей, що не зазнали страшного геноциду. Серед наслідків Голодомору – політична пасивність; політичний нігілізм; терпимість (толерантність), яка іноді просто зашкалює або доходить до неконструктивних рівнів; психологія жертви, невіра у свої сили.

Класифікація колективних захисних механізмів

Як уже зазначалося, спільним результатом дії більшості групових захисних механізмів є переведення травматичного досвіду у сферу групового несвідомого. Спробуємо виділити та проаналізувати головні групові захисні механізми, за допомогою яких група захищається від руйнівної дії колективних травм:

Сублімація – творче опрацювання травми, колективне переживання травматичних подій, перетворення травми на історію, міф, витвір мистецтва (яскравий приклад – героїчний епос, який мав місце в історії більшості народів і цивілізацій).

Раціоналізація – раціональне «виправдовування» травми, пояснення її істотними реальними чи надуманими причинами (наприклад, «це Бог покарав нас за наші гріхи»).

Витіснення – видалення з колективної свідомості в групове несвідоме травматичної інформації, яку неможливо прийняти (характерне для травми жертви).

Регресія – повернення до ранніх історичних форм розвитку групи, примітивізація картини світу, практикування інфантильних способів групової поведінки (приклад – вибори 2019 року в Україні, вибір «нових облич» як «дитячий» протест проти патерналізму старих політиків).

Заперечення – категорична відмова приймати деякі неприємні факти, які, проте, можуть частково усвідомлюватися (характерне для травми агресора).

Проекція – зняття напруженості в групі шляхом спрямування негативної емоційної енергії на інших соціальних суб'єктів (приклад – пошук ворогів народу, спалювання відьом тощо).

Проективна ідентифікація – приписування іншим власних негативних рис (приклад – звинувачення російською пропагандою у фашизмі всіх, хто протидіє російському шовінізму).

Приєднання до агресора – співчуття агресору, спроба співпрацювати з ним. Цей захисний механізм немовби переводить групу та/або її учасників (частину групи) з категорії «жертви» в категорію «агресора», що є для неї менш травматичним.

Цікаву картину можна отримати, якщо класифікувати зазначені захисні механізми залежно від типу реагування на травму (рис. 2.2).

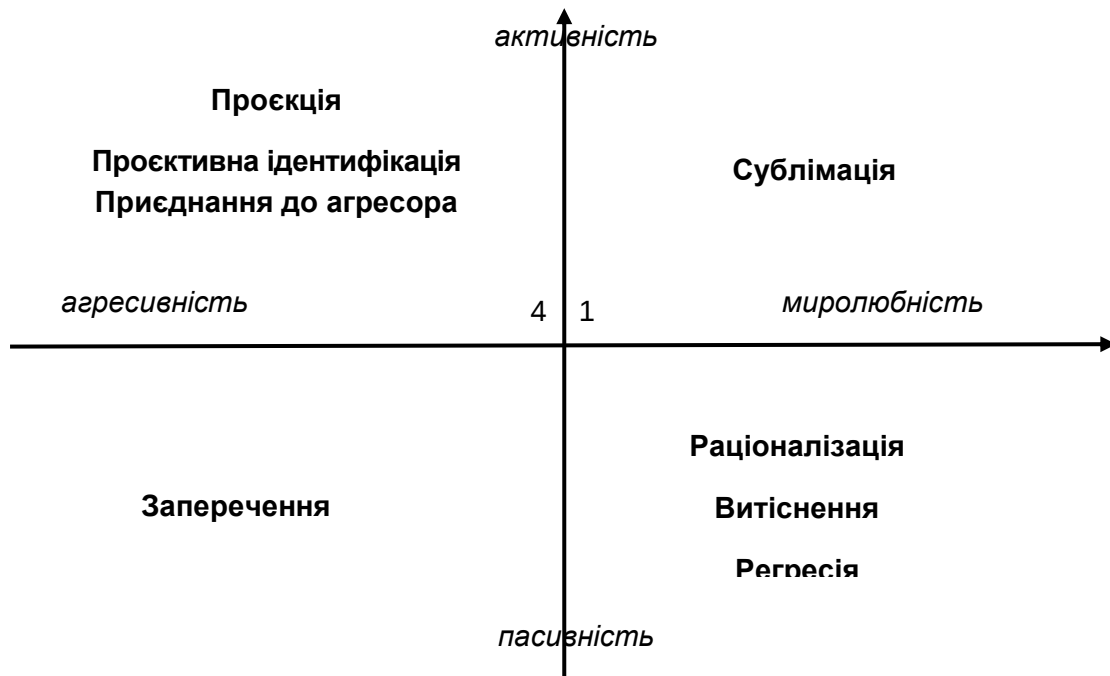


Рис. 2.2. Класифікація захисних механізмів групи залежно від типів реагування на травму

З перелічених вище захисних механізмів лише сублімація є продуктивним способом розв'язання проблем, зумовлених колективною травмою, оскільки пасивні та агресивні стратегії поводження з травмою нездатні усунути джерело травматизації. Вони так чи інакше лише послаблюють травматичну дію на соціально-психологічному рівні (полегшуючи її емоційне переживання), але не сприяють реальній трансформації травми в прийнятний історичний досвід. Ба більше, агресивні форми реагування є джерелом майбутніх міжгрупових конфліктів і нових колективних травм. У цьому причина живучості «старих» проблем, поява яких має циклічний характер, – вони актуалізуються в інших реаліях на нових історичних етапах. «Пасивно-миролюбна» позиція також не сприяє зціленню, а лише «заморожує» травму на тривалий час, після чого група або перебуває в стані соціальної депресії (приклад – більшість африканських країн), або «розморожує» травму, переходячи в агресивну фазу. Так, механізмом витіснення можна пояснити той факт, що африканські країни не визнали український Голодомор геноцидом, попри те що вони пережили рабство, депортацію, геноцид і добре знають, що таке голод. Неподолана травма не дозволяє навіть торкнутися цієї болючої теми.

Гіпотеза про циклічність колективних травм

Останнім часом набувають популярності теорії, в основу яких покладено математичне моделювання соціальних процесів. Серед них можна назвати *теорію самоорганізованої критичності*, розроблену Пером Баком у 1988 році (Бак, 2013). Зокрема, теорія аналізує можливості повної зміни моделі поведінки системи під час проходження точки біфуркації. Закономірностям поведінки складних систем присвячені й більш пізні дослідження в межах *теорій нелінійної динаміки* (Броск, 2001), *концепції суб'єктивної ентропії* (Касьянов, 2015) та ін. Усі вищеперелічені теорії та концепції

можна вважати логічним етапом розвитку таких відомих теорій, як *синергетика* (Хакен, 1980), *теорія хаосу* (Kiel, & Elliott, 1997), *теорія фракталів* (Мандельброт, 2009).

Незважаючи на те, що розробниками цих наукових концептів є представники точних наук (фізики і математики), їх можна з досить високим рівнем апроксимації поширити на соціальні системи і процеси. Висновки, які випливають із цих теорій і концепцій, не завжди оптимістичні, а часом і досить тривожні. Вони не лише підтверджують факт живучості колективних травм і травматичної міжгрупової взаємодії, що ми спостерігаємо протягом усієї історії цивілізації, а й прогнозують неминучість глобальних конфліктів, якими є великі війни. Один із висновків полягає в неможливості з достатньою точністю визначити чинники, здатні провокувати великі глобальні конфлікти, а отже – у важкості передбачення таких конфліктів і запобігання їм. Причинами можуть стати незначущі, на перший погляд, але з великими наслідками події (одне з положень *теорії «чорного лебедя»*). Ця ідея перегукується з концепцією *«ефекту метелика»*, яка є складовою теорії хаосу.

Ще 20 років назад на основі математичного моделювання вчені з Австралії, Росії та США, незалежно одні від одних, дійшли висновку, згідно з яким приблизно в середині XXI століття розвиток людської цивілізації досягне *точки сингулярності*, що означатиме якийсь глобальний фазовий перехід еволюції. Це може призвести або до «кінця історії людства» (один з імовірних сценаріїв – загибель унаслідок термоядерної війни чи глобальної екологічної катастрофи), або до початку абсолютно нового етапу розвитку, якісно іншого рівня еволюції, наприклад на основі синтезу природного та штучного інтелекту, або панування штучного розуму, здатного до самоорганізації та самостійної еволюції. Сьогодні це лише припущення, які видаються комусь, можливо, безглуздими, вартими хіба що науково-фантастичних сюжетів (яскравий приклад – фільм-трилогія «Матриця»), але до них усе частіше звертаються серйозні теоретики в солідних наукових публікаціях.

Ці висновки підтверджуються і більш пізніми дослідженнями. Не так давно, у 2016 році, у Нью-Йорку відбувся черговий Нобелівський симпозіум, на якому Нассім Талеб, автор теорії «чорного лебедя» (Талеб, 2017), спростував теорію Стівена Пінкера про епоху «тривалого миру», що нібито вже почалася, з неухильним падінням рівня насильства, зниженням числа жертв у війнах, математично обґрунтувавши протилежний висновок про неминучість великої війни з десятками (а може, і сотнями) мільйонів жертв. Подібні результати подибуємо і в роботі, присвяченій аналізу світових конфліктів за останні 600 років (Martelloni, Patti, & Bardi, 2018). Один із висновків, зроблений авторами, полягає в тому, що суспільство, як будь-яка інша складна система, живе «на межі хаосу» в стані самоорганізованої критичності, а війни є природним і найбільш ефективним механізмом зменшення ентропії системи з максимальною швидкістю.

Ці досить песимістичні висновки мають, на жаль, численні історичні підтвердження. Хоча, можливо, суспільством керують набагато складніші закономірності, що виводять за межі згаданих моделей. Так, на нашу думку альтернативним прикладом самоорганізації в критичній ситуації є події весни 2014 року в Україні, коли в надзвичайно критичний момент (падіння старої влади і фактичне безвладдя, анексія території і початок воєнної агресії проти України) абсолютно спонтанно відбулася надзвичайно висока самоорганізація людей у формі добровольчого та волонтерського рухів, які не були санкціоновані жодними організованими структурами (ні державними, ні політичними, ні суспільними). Тут самоорганізація сприяла зупиненню великого кровопролиття, а не навпаки.

Так чи інакше – ідеться про проблему, пов'язану із живучістю колективних травм і тією роллю, яку відіграє тут захисна поведінка групи. Для перевірки цих положень і підтвердження вірогідності таких висновків було проведено дослідження, що спиралося на теоретичний аналіз та вивчення практичного досвіду.

Колективні травми є одним з істотних чинників, що впливають на суспільну ситуацію та ймовірність соціальних конфліктів, зокрема великих воєн. Залежно від співвідношення конструктивних і деструктивних способів реагування на колективні травми у великих просторових і часових масштабах ми отримуємо переважну тенденцію або в бік поступового зниження травматичного досвіду людства, перетворення його на прийнятний історичний матеріал (позитивний баланс), або в бік його поступового накопичення (негативний баланс). На жаль, і висновки на основі математичного моделювання, і виявлені нами закономірності перебігу колективної травматизації (лише один конструктивний захисний механізм проти чотирьох пасивних і трьох активно-агресивних) свідчать радше про негативний баланс, що, власне, і пояснює циклічність конфліктів і колективних травм.

Чому ж людство досі не загинуло внаслідок неухильного накопичення травматичного досвіду та зростання конфліктності? Які запобіжники спрацьовують у надкритичні періоди історії? Відповідь дає теорія самоорганізованої критичності. Війна, як це не парадоксально, є тим «клапаном», який знімає напруженість і знижує ймовірність конфлікту на найближчу перспективу. Унаслідок великих конфліктів та інших подій, що спричиняли колективні травми, гинуло багато людей. Цілі великі групи, які були носіями колективних травм, зникали з лиця Землі, забираючи із собою свій травматичний досвід, який, фактично, вилучався із загальнолюдської групової свідомості та групового несвідомого. Це вирівнювало баланс принаймні до нульового рівня. Але водночас – тут закладалися і «зерна» майбутніх конфліктів у вигляді «незавершених» наслідків колективних травм у тих, хто вижив.

Постає важливе питання: чи є війни єдиним «способом» самоорганізації критичності, здатним зменшувати ентропію соціальних систем? Чи може людство на сучасному етапі свого розвитку запропонувати соціально-психологічні технології лікування наслідків колективних травм, а отже, зменшити ймовірність міжгрупових конфліктів з тяжкими наслідками? Ситуацію все ж не хочеться вважати фатальною. Над колективними травмами та їхніми наслідками можна ефективно працювати, про що свідчить досвід опрацювання травм Другої світової війни та Голокосту. Можна навіть припустити, що цей результат є однією з причин того, що у післявоєнному світі був досі відносно тривалий період без глобальних конфліктів.

2.3. Форми переживання колективних травм групами різного розміру

Феноменологія колективних травм

Соціальні групи переживають колективні травми в різних формах. Це викликає певні зміни в груповій психології, різноманітні психологічні проблеми як на індивідуальному, так і на груповому рівні. До негативних наслідків групової травматизації можна віднести всі ознаки соціальної дезадаптації, гострий травматичний стрес, що супроводжується загостренням психологічних проблем, депресією і поширенням соматичних захворювань у популяції, що зазнала такої травматизації.

З часом, якщо засобів психологічної допомоги недостатньо (а здебільшого їх справді бракує, оскільки група рідко буває готовою до колективної травми),

спостерігаються різноманітні ускладнення. Серед них найчастіше розвивається таке порушення, як *посттравматичний стресовий розлад (ПТСР)*. Інколи спостерігаються викликані травмою психотичні порушення: реактивний психоз, травматичний психоз та інші психічні розлади. Для травмованої групи характерні суспільна фрустрація, соціальна депресивність, групоцентризм, схильність до ідеалізації своєї соціальної групи та вороже ставлення до представників інших груп (аж до формування образу ворога), особливо причетних до колективної травми.

Через великі проміжки часу (що часом налічують десятиліття і більше) розвиваються більш віддалені наслідки травматизації, що закріплюються в групових психологічних характеристиках, наприклад у рисах *національного характеру*. Серед них – суспільна пасивність, політичний нігілізм, песимістичні уявлення про майбутнє тощо. На рівні індивідуальної психології у представників травмованої групи часто спостерігаються песимізм, невіра у свої можливості, комплекс меншовартості, психологія жертви, проблемні (віктимні) життєві сценарії, різноманітні емоційні труднощі, проблеми з близькістю, дисгармонії в особистісному розвитку. Неопрацьовані колективні травми можуть стати причиною різноманітних конфліктів, проблем у міжгруповій взаємодії. Серед найбільш небезпечних негативних явищ можна назвати кровну помсту, тероризм, етнічні війни тощо, що так само можуть стати причиною нових колективних травм (Volkan, 1997).

Колективні травми можуть переживатися різними за чисельністю групами. Травматизація поширюється на всі підгрупи травмованої групи. Менша група перебуває в полі дії колективної травми більшої групи і може переживати її як свою власну. Проте в підгрупах може бути різний ступінь усвідомленості, аж до повного витіснення чи заперечення, що зумовлено дією захисних механізмів.

Дія колективної травми більшої групи може не відчуватися, особливо якщо йдеться про травми минулого (історичні травми). Але якщо в групі виникає новий конфлікт або травма, їхній перебіг може ускладнюватися без усвідомлення зв'язку з історичною травмою. Часто цей вплив набуває форми *паралельних процесів*, тобто актуальний конфлікт базується не лише на справжніх чинниках, пов'язаних з теперішньою ситуацією, а й на «зовнішніх», які стосуються інших соціальних суб'єктів (наприклад, більшої групи чи соціальної системи – аж до глобальних соціальних конфліктів) або минулих подій. Захисні механізми, до яких обов'язково вдаються групи в таких ситуаціях, блокують усвідомлення цих зв'язків і роблять повне розв'язання конфлікту майже неможливим. Учасники конфліктної взаємодії можуть навіть не знати про цю «зовнішню» травму і про те, що вони самі (чи їхні предки) до неї причетні. Розв'язати таку проблему можна лише опрацювавши всі історичні травми, що передували цьому.

Більшою групою травма меншої групи, що входить до її складу, не завжди переживається як травма. Така ж ситуація спостерігається і для зовнішніх груп, які можуть не визнавати травму іншої групи – аж до повного її заперечення. Визнання травми зовнішніми груповими суб'єктами означає її поширення, розширення її зони, захоплення травмою інших груп (підгруп), які також стають суб'єктами переживання травми (співпереживання). Але таке визнання зовнішніми структурами послаблює дію травми для тієї групи, що перебувала в епіцентрі травматичної події (травматична енергія немовби розподіляється на більше число суб'єктів). Це може стати початком зцілення. Прикладом є травма Голокосту, яка тривалий час була локальною травмою єврейського етносу, але після Другої світової війни суб'єктом переживання (співпереживання) цієї травми стало фактично все прогресивне людство.

Отже, травма, поширюючись на більше число суб'єктів, може відтак збільшувати свою «територію». Реальне зменшення «території» травми можливе лише за умови достатнього опрацювання травми тими спільнотами, що є частиною великої травмованої групи, але на практиці так буває не завжди. Найчастіше відбувається переведення досвіду травми в групове несвідоме за допомогою захисних механізмів, що робить цю групу (частину групи) нечутливою (або менш чутливою) до травми, проте не зцілює її повністю. Цим пояснюється механізм міжпоколінної передачі травми, про який ітиметься нижче.

Механізм міжпоколінної передачі

Одним з основних механізмів функціонування колективних травм, що може бути описаний у рамках системного підходу, є *трансгенераційна (міжпоколінна) передача травматичного досвіду* (Шутценбергер, 2010; Kellermann, 2013; Volkan, 1997). Характерна особливість колективної травми – її довгостроковий характер. Психологічні проблеми, особливо не опрацьовані свого часу, можуть «делегуватися» нащадкам, які стають їхніми «носіями», і переживатися ними як свої власні. Це відбувається, якщо ресурсів для подолання колективної травми недостатньо або ж їх зовсім бракує. Покоління, що успадкувало травму, переживає почуття образи, провини за своїх предків, невиражену скорботу, відчуває потребу щось із цим робити. Це може проявлятися в різноманітних формах – від простого горювання та сумування за своїми предками до бажання помститися за них, що фактично стає причиною численних міжгрупових проблем і повторюваності колективних травм протягом століть.

Віддалені наслідки колективних травм пов'язані з невисловленими почуттями, насамперед – з неопрацьованою скорботою, невиплаканими слізьми, невираженим гнівом. Ці почуття можуть переходити в латентний стан (групове несвідоме), зберігатися дуже довго, передаватися з покоління в покоління. У нащадків, які особисто не зазнали травматизації, це може проявлятися в різноманітних, інколи незвичних, формах (наприклад, як психосоматичні симптоми, що символізують рану на полі бою або смерть у концтаборі). Про це писали П. Ф. Келлерман (Kellermann, 2001; 2013), Р. Кукієр (2004), Я. Наор (2005), А. А. Шутценбергер (2005; 2010) та ін.

Колективна травма може істотним чином впливати на життя і поведінку соціальних груп різної чисельності. Одним із найважливіших чинників проблемності цієї поведінки є механізм міжпоколінної передачі проблемної інформації. Передавання може відбуватися на рівні малої (сім'я), середньої (сімейно-родова система), великої (етнічна спільнота) та глобальної (нація, народ чи цивілізаційне угруповання) групи. Про зв'язок між цими рівнями писав, наприклад, Де Гольжак (2003). Ми можемо говорити про сімейні, родові та соціокультурні сценарії, що поєднують у собі різні феномени групової психіки: ментальність, національні риси, типові образи майбутнього, міфологію минулого, відображені в етнічних традиціях, соціальних стереотипах тощо. Колективні травми часто заважають нормальному функціонуванню соціальних груп. Наприклад, на рівні *сімейно-родових систем* це проявляється в збереженні «страшних таємниць» і дотриманні табу, про що писала А. Шутценбергер (2005), у перериванні «потоків любові» (Хеллінгер, 2006; 2007), що заважає людині приймати важливі аспекти себе, своєї і колективної історії.

А. А. Шутценбергер наводить поняття «*синдром сімейних повторень*» і «*синдром річниць*», які ілюструють процес передачі травматичного досвіду наступним поколінням у сімейно-родових системах. В окремих представників роду немовби відбувається відтворення (часто не в прямій, а символічній формі) травматичних подій, з якими не до

кінця впоралися їхні предки, делегувавши їх завершення нащадкам. Наприклад, нав'язлива потреба підлітка ловити метеликів й умертвляти їх у банці з ціанідом є символічним «відпрацюванням» родової травми, пов'язаної з його дідом, який загинув у газовій камері (Шутценбергер, 2005, с. 68).

Часова дистанція міжпоколінної передачі може бути досить великою – від декількох десятиліть до двох століть. Проявлятися це може як у вигляді психологічних проблем у нащадків (схожих до проблематики предків), так і у вигляді психосоматичних симптомів, аж до проявів ПТСР. Часто важливу роль відіграють «проблемні» дати, пов'язані з травматичними подіями. Це проявляється у формі синдрому річниці, коли збіг дати та/або віку стає критичним з погляду вразливості людини до нової травматизації. У цей період з людиною можуть траплятися неприємні речі: від пригніченості в емоційній сфері до ризику захворіти, зіткнутися із життєвою кризою тощо.

Один із механізмів, що лежить в основі цих закономірностей, пов'язаний з проявами *неусвідомлюваної лояльності* до сім'ї і роду, яку досліджував Іван Бузормені-Надь (Boszormenyi-Nagy, Spark, 1984). Згідно з цією концепцією людина схильна переживати почуття любові до роду і своїх близьких, проявляти вдячність до них. Унаслідок цього вона неусвідомлено ідентифікує себе із членами роду і предками, прагне бути схожою на них, немовби хоче «пережити» за них те, що їм опрацювати не вдалося, не усвідомлюючи, що таким чином ризикує «повторити» несприятливі сторони їхньої долі, психологічні проблеми і навіть хвороби. Ці ризики тим більші, чим більше травмована сімейно-родова система, чим менше опрацьовані історичні травми минулого.

Малі групи у фокусі колективних травм

Колективні травми можуть переживати групи будь-якої чисельності. Водночас травматичний досвід відчуває вся група як суб'єкт, а не лише окремі її представники. Крім того, у малих групах є специфічні особливості опрацювання колективної травматизації. Потрібно розрізняти випадки, коли сама мала група переживає травму і коли вона відчуває на собі наслідки травмування великої групи, до якої належить. Травмована група відчуває потребу в опрацюванні цього досвіду. Вона може спонтанно або за допомогою неформального лідера чи офіційного керівника сформувати певні тактики і стратегії подолання групової травми.

Ці закономірності можна проілюструвати на прикладі навчально-терапевтичних груп. Ми досліджували тактики і стратегії поведінки учасників малих груп, що переживають групову чи колективну травму. У дослідженні брало участь 14 груп, 175 осіб, тривалість включеного спостереження (як групового тренера) становила від 200 до 300 годин у кожній групі. Не менше ніж 10 % часу роботи групи приділялося спеціальній роботі з груповою динамікою (дискусія, гра, рольове моделювання, робота з переносами в групі). Режим роботи однієї групи – по 18 годин (2 дні) один раз на місяць, протягом 2-х років. Тип груп – навчально-терапевтичні, які поєднують у собі навчальний процес і терапевтичні стосунки.

Ролі учасників дослідження були різні: студенти, клієнти психотерапії, психологи-консультанти, учасники групових процесів. Нас цікавили передусім такі дослідницькі питання: як групова та інгрупова ідентичність впливає на групову динаміку і цілісність групи? Як поводить себе група, якщо не вистачає ресурсів для вирішення поточних групових задач? Яке співвідношення свідомих і несвідомих чинників у групових процесах залежно від складності групових задач? Які захисні механізми використовує

група для подолання негативних станів? Як поводить ся група у випадку групової травми (серйозний конфлікт, розкол групи, смерть учасника, травматичні події в суспільстві)? Проводився частковий запис окремих частин роботи групи (10-20 годин на кожну групу) з подальшою розшифровкою та аналізом транзакцій взаємодії, аналізувалися також ретрофлексивні нотатки тренера після сесій групової роботи.

Отже, група може вдаватися до різних способів додання колективної травми. Вони можуть мати різний рівень продуктивності. Ефективними способами подолання є різні форми колективного переживання травми, коли група не витісняє негативну інформацію, а намагається належним чином її опрацювати. Прикладом можуть бути колективні ритуали, присвячені травматичним подіям, групове емоційне обговорення, дискусія, колективна творчість тощо. Хороший терапевтичний ефект має створення групових історій у поєднанні з груповою міфологією. Це допомагає трансформувати травматичний досвід у нетравматичний наратив, дає змогу обговорювати проблемні теми в групі, а також безпечно транслювати проблемну інформацію назовні.

Щоб послабити травматичні переживання, група може вдаватися до різних захисних механізмів, проте вони не знімають проблему, а радше «консервують» її, послаблюючи або нівелюючи симптоматику. Якщо механізми витіснення і заперечення можна віднести до неповних (недостатніх) засобів опрацювання травматичного досвіду, то механізми компенсації, регресії та проєктивної ідентифікації є неконструктивними формами подолання травми. До непродуктивних форм належать і групові переноси та контрпереноси, різні форми цькування та агресивного відреагування, закріплені в групі на попередніх етапах розвитку, пов'язаних із груповими травмами. Агресія може проявлятися як у внутрішньогрупових стосунках, так і щодо зовнішніх соціальних суб'єктів.

Якщо мала група перебуває в полі травматизації більшої групи, це позначається на всіх сферах її життєдіяльності. Травматичні і кризові події в суспільстві можуть відбиватися на малих групах, що мають різну спрямованість та групові цілі.

Ідеться про такі особливості:

- переживання колективної травми великої групи як проблеми малої групи, що має низку емоційних і комунікативних проявів;
- суттєве посилення процесів розшарування в групі;
- посилення згуртованості та проявів інстинкту самозбереження групи;
- зростання рівня емоційної напруженості в групі;
- посилення регресивних тенденцій у групі (повернення групи або окремих її членів на більш ранні етапи розвитку);
- актуалізація всередині групи інфантильної психологічної проблематики, унаслідок чого учасники потребують індивідуальної психотерапевтичної допомоги;
- посилення проявів групових захисних механізмів, переносів, контрпереносів та паралельних процесів як неконструктивного «виходу» з травматичних ситуацій та переживань;
- зміна балансу групової свідомості і групового несвідомого в бік неусвідомлених чинників групової взаємодії.

Такі процеси спостерігаються в різних малих групах, наприклад у професійних і навчальних колективах. Проте найбільш яскраво і помітно це відбувається в тренінгових, навчально-терапевтичних та деяких інших групах, що мають високий рівень розвитку інтеграційних процесів, унаслідок чого групова динаміка там є набагато гострішою і глибшою. Важливо, що в малій групі можна опрацьовувати як колективні травми, що стосуються цієї групи, так і суспільні травми, які відображаються в динаміці малої групи.

Отже, можемо зробити висновок, що соціотерапевтичну допомогу суспільству цілком можливо здійснювати через малі групи, зокрема і через спеціально створені для вирішення таких завдань.

Соціальна динаміка колективної травми у великих групах

У великих групах переживання колективної травми відбивається в різноманітних проявах соціальної динаміки, за аналогією із загостренням групової динаміки в малих групах. Одним із найважливіших психологічних чинників соціальної динаміки є соціальна ідентичність, яка визначає належність людини до різних соціальних груп і спільнот. Так само як особистісна ідентичність допомагає людині зберігати свою неповторність й унікальність, соціальна ідентичність є умовою самобутності та оригінальності групи, до якої себе зараховує індивід.

Якщо різні соціальні групи (з різною ідентичністю) тісно пов'язані, живуть в одному просторі, постійно перемішуються, беручи участь у соціальному житті, це неминує веде до ризику посилення напруженості. Однак ми дотримуємося позиції, що соціокультурні відмінності (ідентичності) різних соціальних груп можуть чудово уживатися, якщо в суспільстві, крім часткових ідентичностей, є сформована спільна ідентичність, яка будується на прийнятих усіма цінностях, цілях, інтересах. Якщо такої мета-ідентичності немає, якщо в суспільстві не сформовані (або не працюють) спільні цінності, ці суперечності можуть перетворюватися в конфлікти ідентичностей, що загрожують перерости в справжню війну.

Важливим психологічним фактором, що живить ці конфлікти, є *загроза втрати ідентичності і страх цієї загрози*. На розкручуванні таких страхів (часто значно перебільшених) будується пропаганда, спрямована на дестабілізацію суспільства. Тут бачимо, до речі, і вплив низки соціально-психологічних закономірностей: під час війни здебільшого загострюється чорно-біле світосприйняття, знижується критичність мислення, підвищується рівень агресивності. Людина стає дуже чутливою до будь-якої інформації, яка підтверджує її спотворену, перекручену картину світу. Вона стає більш схильною впадати в крайнощі, а серед членів групи помітно посилюється нетерпимість, однією з найнебезпечніших форм якої є ксенофобія. Це характерно для всіх сторін конфліктного протистояння.

Колективна, історична травма, безумовно, впливає на подальше життя великих груп людей. Як ми вже зазначали, залежно від миролюбності та активності групи є різні стратегії реагування на колективну травму. Їх умовно можна розділити на конструктивні і деструктивні. Одним із наслідків конструктивних тенденцій є консолідація групи навколо прогресивних ідей розвитку.

Деструктивними формами, як правило, не долають наслідки колективної травми, а в кращому разі їх компенсують, використовуючи ідею величчя, обраності цієї групи (наприклад, нації). Це може також консолідувати групу, але на зовсім інших засадах. Для цього створюється агресивна тоталітарна ідеологія, яка часто спирається на агресивні мотиви міфології, що вплітаються в історію великої групи. На відміну від героїчного епосу, який є конструктивним засобом зцілення від колективної травми, агресивна міфологія спрямована не на осмислення минулого, а на реалізацію в майбутньому. Вона потребує агресивного відреагування, що веде до мілітаризації суспільства, несе загрозу агресії, війн, тероризму, расизму.

Між конструктивним і деструктивним полюсами (що є активними стратегіями) можуть бути і пасивні, або депресивні, стратегії, що, на жаль, часто породжують у групи психологію жертви, комплекс меншовартості, прагнення до приєднання до іншої великої групи для захисту своїх цінностей.

Вибір між активними і пасивними стратегіями залежить від багатьох чинників, зокрема від можливості зцілення, від наявності ресурсів для подолання наслідків травматизації. Так, якщо порівнювати такі колективні травми, як Голокост і Голодомор, то навіть за їхньої схожості (масштаб трагедії, близькість історичних умов) є одна дуже істотна відмінність. Про травму Голокосту говорив увесь цивілізований світ, щодо неї було реалізовано безліч програм, зокрема терапевтичних, спрямованих на подолання наслідків травми у жертв, що вижили, та їхніх нащадків. На відміну від цього ставлення до травми Голодомору було прямо протилежним. Протягом щонайменше півстоліття (особливо перші 20 років – до смерті Сталіна) ця тема була заборонена, не дозволялося говорити, навіть пошепки, що він був. Після фізичного геноциду декілька десятиліть тривав *психологічний геноцид*, щоб витравити цю подію з історичної пам'яті українців. І все це було настільки катастрофічним, що навряд чи можна говорити про подолання наслідків травми через майже 90 років. Можливо, зараз ми не можемо вибратися з «потенційної ями» через те, що нас досі тримає цей біль, і ми нічого не можемо із цим вдіяти. Перелічені обставини й були визначальними для формування, відповідно, активних і прогресивних стратегій виходу із травми (Ізраїль) або пасивних і депресивних (Україна).

Переживання колективних травм на глобальному рівні

Описані тенденції дуже добре простежуються на прикладі таких великих груп, як нації, держави, або навіть таких глобальних суб'єктів, як Європейський Союз або «мусульманський світ». Використовуючи наведену вище схему, можна досить наочно проілюструвати різні типи реагування на травматичний досвід, закріплені в національному характері (рис. 2.3).

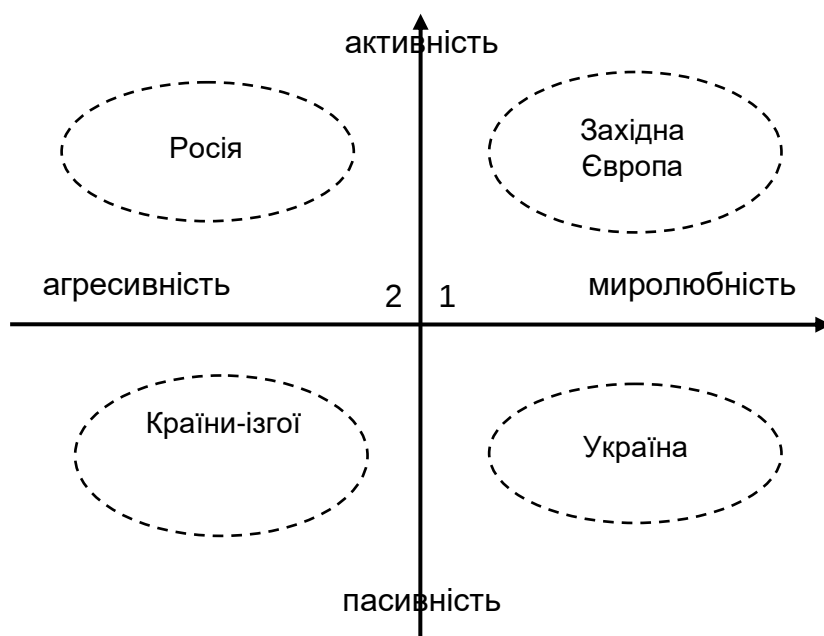


Рис. 2.3. Приклади різних типів національних характерів

Як бачимо, позитивним прикладом подолання травми є Західна Європа після Другої світової війни, зокрема Німеччина, та Ізраїль, які зуміли подолати наслідки нацизму і Голокосту. Відносно позитивним можна вважати подолання колективної травми Великої депресії 1930-х років у США. Депресивний спосіб виходу з колективної травми (у більш тяжких формах, ніж Україна) можемо бачити на прикладі великої кількості постколоніальних країн Африки, які попри політичну незалежність не можуть подолати наслідки колективних травм, насамперед травм геноциду, колективної депортації і рабства темношкірого населення Африканського континенту.

Більшість колективних травм виникає внаслідок міжгрупових конфліктів, причому там травмуються обидві сторони, навіть якщо одна група – явний агресор. Ефективне розв'язання міжгрупових конфліктів неможливе лише зусиллями однієї зі сторін конфлікту, без подолання всіх наслідків колективних (історичних) травм з обох боків. Це дуже складне, іноді практично не вирішуване завдання (особливо коли йдеться про травми агресора, їх усвідомлення і продуктивне опрацювання). Так, зцілення від травми геноциду вірмен (1915 року) та усунення джерел конфлікту неможливі без відповідного опрацювання травми турецькою стороною як винуватцями цієї трагедії, проте сучасна турецька влада активно протидіє визнанню геноциду вірмен (механізм заперечення). Навпаки, прикладом відносно успішного опрацювання є зцілення від травми Голокосту, яке включало в себе і процес денацифікації Німеччини.

На жаль, агресивна політика є поширеною стратегією деструктивного виходу з травми, що проявляється в уже описаному вище механізмі циклічності колективних травм. Можна навести безліч історичних фактів, що підтверджують висловлені міркування. Один із найяскравіших прикладів такої циклічності – глобальний конфлікт, що відбувається між умовно християнською і мусульманською цивілізаціями, історія якого налічує тринадцять століть. Його перебіг – це почергова зміна позицій «агресора» і «жертви» між його сторонами. Цей конфлікт, що періодично загострюється, має всі ознаки циклічності. Його початок пов'язаний з арабською колонізацією Південної Європи на початку VII століття. Потім були хрестові походи проти мусульман (XI–XV століття), унаслідок яких арабів було фактично витіснено з Європи. Проте Європа довго відчувала на собі загрозу з боку Османської імперії, яка в XV–XIX століттях панувала на Балканах і фактично знищила Візантію – колиску східного християнства. Водночас не треба забувати про жорстоку колоніальну політику європейських країн у Північній Африці і на Близькому Сході, яка активно проводилася до середини XX століття. У сучасну епоху це протистояння є причиною міжнародного тероризму, який базується на ісламізмі, кількох локальних воєн (Афганістан, Ірак, Сирія), проблем біженців, з якими не може впоратися Європа, що може стати причиною нового глобального конфлікту.

Ще один приклад пов'язаний з цілою низкою колективних травм, спричинених ідеологією більшовизму і зокрема подіями 1920–1930-х років («червоний терор», голодомори, репресії, співучасть у розв'язуванні Другої світової війни), які й досі не дістали справедливої оцінки та засудження. Як наслідок, це стало причиною перемоги маоїзму в Китаї з десятками мільйонів жертв, геноциду «червоних кхмерів» у Камбоджі та інших злочинів комунізму проти людства. У наш час це є однією з причин такого явища, як путінізм, з усіма його загрозами для людства і наслідками, що з цього випливають.

Агресивна політика сучасної Росії пов'язана з травмою розпаду імперії (або загрози розпаду) і спробою реваншу за територіальні втрати. Але на цю травму

накладається травма участі СРСР у Другій світовій війні фактично на стороні Німеччини. Окупація Фінляндії, східної частини Польщі, Прибалтики відбувалася в умовах фактичної змови з Гітлером. Але слідом за цією ганьбою не сталося визнання провини і покаяння (як це зробила післявоєнна Німеччина). Виникла ілюзія, що перемога все «спіше». Правда, тут, щоб витіснити з колективної історичної пам'яті фактичну змову з Німеччиною в 1938–1941 роках і пов'язану із цим ганьбу, Росії знадобилися додаткові засоби, а саме інтенсивна пропагандистська кампанія про Велику Перемогу над фашизмом і нацизмом у війні 1941–1945 років.

3. ГРУПОВА МІФОЛОГІЯ ЯК ВІДОБРАЖЕННЯ СКЛАДНИХ СОЦІАЛЬНИХ СИТУАЦІЙ

3.1. Соціально-психологічні чинники і функції групових міфів

Груповий міф є одним із найменш опрацьованих психологами соціально-психологічних явищ (Ferreira, 1996; Горностай, 2007). Колективний міф, що базується на прадавніх сюжетах і архетипових образах, завдяки К. Юнгу (2018) давно увійшов у психологічний ужиток, а особистісний – знову ж таки продукт творчості психоаналітиків (Feinstein, & Krippner, 2009) – останнім часом також активно використовується в теорії та практиці психології (Гундერთайло, 2006; Гуцол, 2016). Саме колективний міф виконує функції первинної соціалізації людини, адаптації її до світу (Суший, 2016), артикуляції в художньо-образній формі глибинних життєвих смислів, відбиття колективного несвідомого в образах, символах, словесних наративах, архетипах. Особистісний міф знімає напругу внутрішніх конфліктів людини. У чому ж призначення групового міфу?

Груповий міф – це спільний для всіх членів малої реальної групи наратив, який у художньо-образній формі презентує іншим групам, загалом соціуму історію становлення своєї групи як єдиного цілого. Тобто міф ідентифікує групу, вирізняє її серед інших груп. Негативні сторінки історії групи не згадуються, а позитивні – представлено якнайкраще. Якщо малій групі не вистачає якихось реальних подій для формування групової ідентичності, вона звертається до міфу. Коли ж згодом виявляються розбіжності між міфом і реальністю, то група схильна більше вірити міфу, а не фактам (Горностай, 2007). Отже, виникнення групового міфу пов'язане з потребою певної кількості (купки) людей визначитися в соціальній реальності, ототожнити себе з якимись подіями і на цій основі об'єднатися. Міф тут виконує когнітивну функцію.

Як і у всіх міфах, у груповому міфі панують емоційно-чуттєві образи, тому, безумовно, усе групове несвідоме членів групи проєктується в таку розповідь. Можна сказати й навпаки: оскільки міф є чудовим соціальним проєктом з вербалізації несвідомого, то така оповідь і містить переважно емоції, почуття та лінійний сюжет, представлений як послідовність конкретних образів, які символізують, однак, важковимовні, суперечливі життєві смисли. Трансформуючи у розповіді складне в просте, люди його міфологізують. Міф базується на універсальних сюжетах розповіді: про чудесний збіг обставин, порятунк і спасіння, справедливості світу. Такі розповіді викликають у людей позитивні колективні емоції. Навколо таких сюжетів і солідаризуються члени групи. Отже, міф тут виконує функцію інтеграції, консолідації, згуртування. Чинником такого єднання є емоційна привабливість міфу. Як бачимо, конотативна функція міфу тут виразно представлена.

Груповий міф якнайкраще артикулюється членами групи через її гасла, наприклад: «Наша сім'я дружна, усі стосунки пронизані любов'ю», «Наш шкільний клас – єдине ціле, і після закінчення школи ми будемо також підтримувати одне одного». Саме навколо таких ідей, гасел або символів, які в найбільш стислій формі презентують світові цінності групи, і згуртовуються члени групи.

У складних соціальних ситуаціях, коли людина часто не знає, як діяти, як інтерпретувати ситуацію, активізується міфологічне мислення та функціонування в соціальному просторі чуток, байок, міфів. Відчуваючи тривогу через невизначеність майбутнього, соціальні індивіди починають пояснювати самі собі, як уміють і знають, що відбувається. Сприймаючи вражаючу інформацію щодо суспільно-політичного життя, часто відверту і нахабну брехню, чесні громадяни відмовляються вірити в те, що хтось міг таке вигадати, сприймають інформаційні фейки за правду. Живе колективне обговорення неправди надає їй статусу напівправди. Приголомшлива брехня обростає вже правдивими деталями. Члени соціуму, адаптуючись до соціальної дійсності, створюють міф. Можна сказати, що міф – це колективне долання когнітивного дисонансу (Festinger, 1957), а його функція – захисно-адаптивна – знову-таки є конотативна. Причиною виникнення міфу можуть бути як стихійні лиха, так і суспільні події, а суто психологічним чинником – тривога і невизначеність.

Якщо соціальна дійсність, яка оточує людину, занадто невиразна, нудна, позбавлена яскравих вражень, то міф, як певна яскрава картинка, здатний компенсувати людині буденну рутинність. Люди можуть об'єднуватися в групи за інтересами або життєвими уподобаннями (часто релігійними), бо такий міф компенсує їм нестачу життєвих викликів, емоцій, а часто й матеріального достатку. Так, міф про багате майбутнє при комунізмі компенсував населенню СРСР бідність і повсякденну сірість його існування. Якщо й це не задовольняло людей, то вони вдавалися до всіляких вигадок і фантазмів у духовній сфері, утворюючи деструктивні секти. Функція міфу тут «емоційна», а чинник – соціальні умови життя людини.

Ще одним яскравим прикладом виникнення міфології на підґрунті соціалістичного минулого країни є соціальні ситуації, пов'язані з працею окремих професійних груп, яких зараховували в Радянському Союзі до соціальної групи інтелігенції. Наприклад, оплата праці вчителів, лікарів тоді різко відрізнялася від оплати праці робітників, особливо висококваліфікованих. Отже, вже тут педагоги і вчителі відчували соціальну несправедливість. Крім того, катастрофічна для педагогічних і медичних працівників у соціальному плані ситуація 1990-х років не могла не призвести до переживання ними колективної травми та вироблення захисних механізмів її відреагування. Так і виник специфічний для пострадянської педагогічної спільноти міф про роль педагога в суспільстві як месії, який має, незважаючи ні на які матеріально і морально складні обставини, виконувати свій педагогічний обов'язок. Міф і є одним із результатів дії захисного механізму раціоналізації, пояснення педагогом самому собі складної соціальної ситуації, її переживання та долання в символічний спосіб. Згодом, коли ситуація із соціальним статусом учителя в країні поліпшилася, цей міф з адаптаційної своєї функції переріс в дезадапційну. Учителі мають насамперед навчати дітей, а функції виховання належать сім'ї. Авторитарне втручання вчителя в особистісний простір учня (адже педагог є абсолютним мірилом того, правильно чи неправильно поводить дитина) зумовлене міфом про особливу місію педагога в суспільстві. Таке втручання сприймається в наш час батьками та учнями як неприпустиме і часто призводить до міжгрупових конфліктів у школі.

Коли група як єдине ціле зазнала колективної травми, міф стає для неї засобом витіснення негативних емоційних переживань. У подальшому група в процесі комунікації може опрацювати таку травму, вдавшись до відтворення подій минулого, склавши докупи індивідуальні переживання, дійшовши згоди щодо несуперечливого і надихаючого тексту про процес долання травми (Карпенко, 2016). Група, однак, може піти й іншим шляхом. Зазнавши травми і не маючи змоги її пережити (з різних причин), не осмисливши причину травми, ролі дієвих осіб травматичної ситуації, соціальна група вдається до заперечення травми, до історичних фальсифікацій, вигадок і відвертої брехні, яка, на думку членів групи, допоможе зберегти її гордість. І в разі долання травми, і в разі її замовчування група може вдаватися до міфологізування. Однак у першому випадку дійові особи розповіді мають бути названі відповідно до тих реальних ролей, які вони виконували насправді (герої, мученики, зрадники, провокатори, трикстери, спостерігачі, помічники тощо), а сюжет оповіді має стверджувати цінності групи та базуватися на спільному визнанні історії групи, її досягнень, втрат, провин, сорому, гордості як результаті відвертого діалогу в групі. Рефлексія малою групою цінностей групи тут обов'язкова, а міфологізування стосується лише деталей подій, «прикрашання» фізичного образу учасників подій, їхніх звичок, індивідуальних особливостей, емоційного стану тощо. Такий груповий наратив у подальшому може все більше в процесі багатьох переоповідань спонтанно міфологізуватися, але насамперед тому, що він містить надихаючі наративи, сповнені переконаності в доланні травми і досягненні щасливого майбутнього для групи. Тому члени групи підхоплюють таку розповідь – міф вселяє у них надію і гордість. Члени групи ідентифікують себе з героями наративу, проєктують власні почуття на них. І в цьому виявляється ще один психологічний чинник мимовільної міфологізації групового наративу.

В іншому випадку, а саме коли травма не опрацьовується, міф усіляко перекручує рольові ідентифікації учасників подій, які було піддано міфологізації. Він не базується на цінностях групи, а лише на прийнятих нормах взаємодії, часто підкріплених ритуалами. Тут міф не є результатом відвертої розмови в групі, а зазвичай написаний ідеологами групи. Часто такий міф містить підозри, упередження, агресію, злість щодо аутгруп і стверджує довічне страждання інгрупи – саме на колективних переживаннях і розквітає міф. Він стає засобом деструкції: спочатку аутгруп, а зрештою і того соціального простору взаємодії, де він виник, – інгрупи.

Коли соціальна ситуація стає для людини або групи людей нестерпною, занадто складною, коли їм загрожує фізичне винищення, у міфі вони бачать єдине джерело самопідтримки. Щоб зберегти власне достоїнство в ситуаціях вимушеної несправедливості та страждань, група вдається до психологічних засобів долання фрустрації, а міф якраз таким засобом і є.

Оскільки міф через свою художньо-образну форму представлення світу є прекрасним засобом комунікації, саме міф влада часто використовує для того, щоб чинити ідеологічний вплив на населення. Тут не йдеться про справжній, живий міф, який спонтанно виникає в групі людей, а про псевдоміф, «мертвий міф» (Жовтянська, 2011). Ідеально сконструйований політтехнологами міф має велику сугестивну силу впливу, він обходить здорові психологічні захисти людини, формує у неї певні політичні вподобання, групові стереотипи, настановлення та упередження щодо інших груп – аутгруп. Тут міф виконує функцію конструювання соціальної реальності – псевдонової, бо псевдоміф тут – цілковита вигадка.

Отже, груповий міф може виконувати когнітивні функції упорядкування світу та ідентифікації певної спільноти людей як групи в ньому, конструювання, зокрема

ідеологічного, дійсності і майбутнього. Конотативні функції міфу виявляються у двох аспектах: психологічному (артикуляція складних емоцій членів групи, долання негативних емоційних станів, підсилення – позитивних) і соціально-психологічному (об'єднання в групи задля більш ефективного функціонування в соціальному просторі, долання складних соціальних ситуацій, несправедливості та повсякденності соціальних умов існування групи).

Міф може витіснити і замішувати небажану для людини реальність. А може, не зважаючи на таку реальність, стверджувати її дієве долання, надихати на досягнення. Тому класифікувати функції міфу можна й за іншим критерієм – особливостями поведінки малої групи в складних соціальних ситуаціях. Тут груповий міф виконує функції адаптації, дезадаптації до складних соціальних ситуацій, а також їх долання, перетворення із складних у нескладні, розв'язані, пережиті та подолані. Соціалізувальна, інтегративна (консолідувальна) функції належать до адаптивних; компенсаторно-деструктивні, ілюзорно-фантазматичні – до дезадаптивних; емоційно-наснажлива, ціннісно-рефлексивна та дієво-долальна – до проактивно-творчих. Захисні функції міфу залежно від специфіки психологічних захистів (компенсація, гіперкомпенсація, проєкція, заперечення, раціоналізація тощо), які використовуються в процесі створення міфу, і джерел виникнення міфу можуть виконувати всі три вищезазначені функції: адаптації, дезадаптації, творчого перетворення складних соціальних ситуацій. Відповідно до функцій можна визначити і чинники виникнення міфу: психологічні – потреба малої групи в самовизначенні, сильні колективні емоції членів групи, потреба в проєктуванні групових сценаріїв долання складних соціальних ситуацій; соціально-психологічні – соціальне визнання малої групи, соціальні умови життя представників соціальних груп, пов'язані із соціальною несправедливістю, іншими соціальними труднощами, владно-підвладними відносинами.

3.2. Міфологізація історії групи в умовах конфліктної міжгрупової взаємодії

Кожна група має свою внутрішню динаміку розвитку, на певних етапах групу «штормить», у ній назрівають конфлікти (Tuckman, 1965). Учасники групи встановлюють правила взаємодії, домовляються про спільні цінності – говорячи метафорично, «вибудовують межі групи», через які переступати не можна. Усі конфлікти, взаємні образи членів групи, які супроводжували в груповій динаміці етап «шторму», згодом забуваються, а групова історія зберігає лише позитивні спогади про минуле. Група використовує захисний механізм заперечення негативних моментів свого існування, щоб виглядати презентабельно в соціальному просторі, а тому її історія набуває міфологічних ознак.

Такі конфліктні моменти в груповій динаміці є природними; переживши їх, група надалі функціонує більш стабільно і продуктивно. Однак на групову динаміку, крім внутрішніх факторів, впливають ще й зовнішні, і це також призводить до конфліктів – внутрішньогрупових і міжгрупових. Таких конфліктів могло б і не бути, якби не зовнішній вплив.

Міжгрупові конфлікти виникають з різних причин: унаслідок конкуренції груп і боротьби між ними за статус у суспільстві, через ціннісні суперечності, загрози одній групі з боку іншої, як вияв соціальної несправедливості щодо певних груп у соціумі, як результат псевдорозв'язання інгрупових проблем за рахунок аутгрупи, як засіб підвищення самооцінки групи тощо.

Розгляньмо особливості конфліктної міжгрупової взаємодії в умовах гібридної війни однієї країни проти іншої, у штучно змодельованих умовах міжгрупового

конфлікту. Росія, намагаючись втримати Україну в зоні свого політичного впливу, давно використовує тактику розколу нашої країни на умовні групи. Говориться про Захід і про Схід України (неначе це окремі держави), про різні групи населення, одну з яких буде дискриміновано іншою в разі приходу до влади певного політичного лідера. На основі такої міфології в Україні ще з часів Помаранчевої революції штучно формуються негативні стереотипи і настановлення однієї соціальної групи, виокремленої за територіальним принципом, проти іншої. Наразі, коли частина території України окупована Росією, зросло і використання останньою штучно створених міфів у її намаганні розколоти українців на окремі групи. Так, серед населення окупованих українських територій активно формується псевдонова соціальна ідентичність громадянина псевдодержави «ДНР» або іншої псевдодержави – «ЛНР» – за допомогою цілеспрямованих ідеологічних впливів, які становлять цілісну систему міфологем. За допомогою формування такої нової квазіідентичності мешканців ОРДЛО штучно посилюється конфліктна міжгрупова взаємодія.

Як уже зазначалося, міфи виникають у різний спосіб. Справжній, живий міф виникає спонтанно як продукт колективної творчості, у результаті багаторазового переказування історії групи. Автор міфу – колективний суб'єкт. Члени групи згодом усвідомлюють відносну правдивість сюжету міфу, але визнають істинність його смислів. На відміну від живого міфу, штучно створені, «мертві» міфи, або псевдоміфи, незалежно від того, цілком чи частково вони спотворюють реальні історичні факти, нав'язують певній соціальній групі «чужу» їй ціннісну спрямованість. Смисли псевдоміфу не відображають істинних мотивів групи. Духовну колективну роботу за групу зробив не член групи, а фахівець із міфодизайну і представник іншої групи. Саме такі інтросектовані у свідомість людей «мертві» міфи і є тригерами міжгрупових конфліктів.

У процесі конфліктної міжгрупової взаємодії група-агресор виробляє два види міфів. Один із них призначений для використання в інгрупі – він пояснює, власне, те, за що і проти кого бореться група. Інший же адресований аутгрупі, групі-супернику і спрямований на її розкол, штучне формування в ній мікрогруп, відчуття ними інакшості, а не цілісності. Ці міфи використовують психологічні механізми порівняння груп – внутрішньогруповий фаворитизм для інгрупи та дискримінацію – для аутгрупи. Розколюючи аутгрупу на мікрогрупи, група-агресор знову вдається до їх поділу на умовно «своїх» і «чужих». Однак найкраще умовно «свою» групу не зараховувати до інгрупи, а тримати її на певній соціальній дистанції. «Чужі» групи дегуманізуються (згадаймо численні інформаційні російські фейки про українських націоналістів-карателів). Колишні члени групи стають ворогами, і таким чином зростає міжгрупова агресія. Використовуючи таку стратегію міжгрупової взаємодії, група-агресор вирішує декілька актуальних і перспективних для неї завдань: уже відразу підвищує власну самооцінку, перенаправляє невдоволення членів власної групи лідером і нерозв'язаними соціальними проблемами на іншу групу, а в подальшому – намагається підкорити собі цю іншу групу та експлуатувати її у власних цілях.

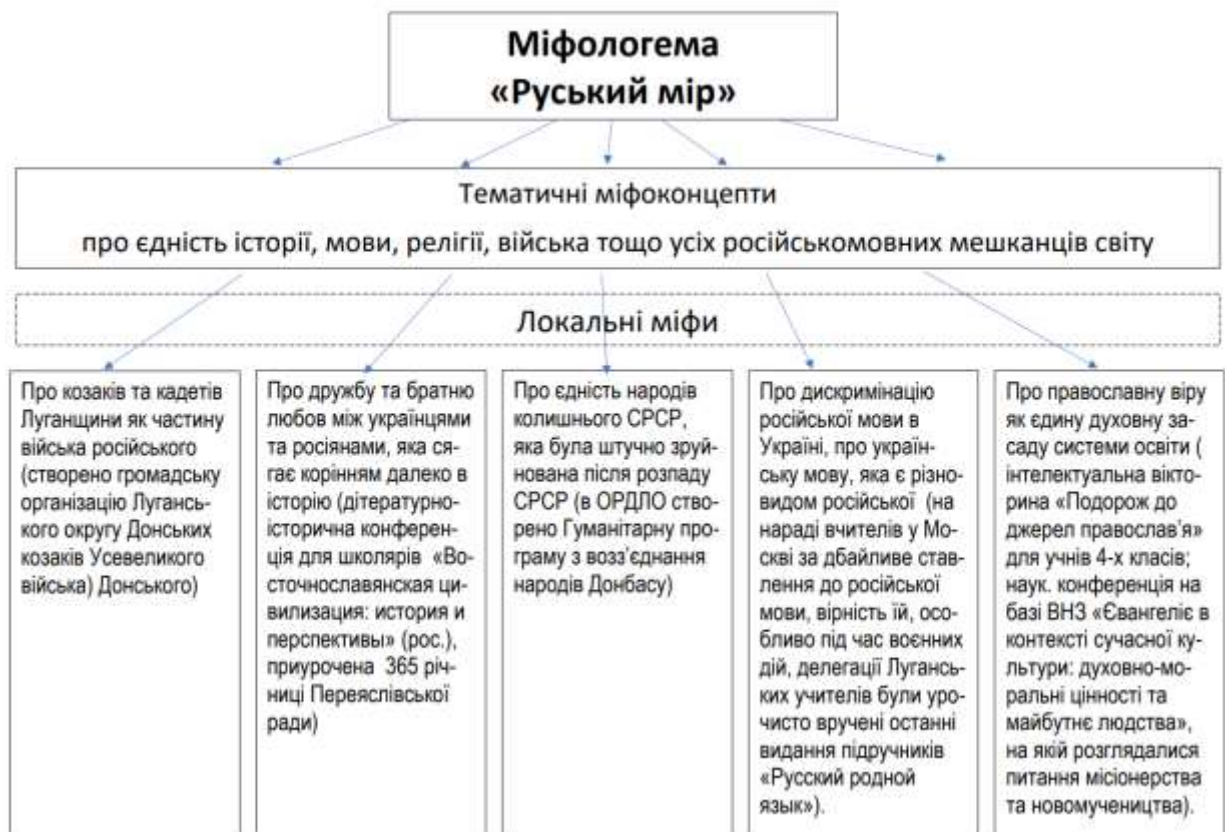
Щоб дослідити особливості використання Росією міфології для ідеологічного впливу на мешканців окупованого регіону Луганської області, проаналізовано тексти новин сайту Міністерства освіти та науки псевдодержави «ЛНР» (2016–2019 роки – 4006 інформаційних повідомлень; 2020 рік – 254 повідомлення). Більшість із цих міфологем запозичено з ідеологізованої історії СРСР (вони були позбавлені істориками статусу фактів після розпаду СРСР), а деякі породжені вже в наш час (Війна і міф...; Соколов, 2016; Суперечності..., 2014).

Отже, на прикладі подачі інформаційних повідомлень, призначених для великої соціальної групи, якою є учасники освітнього процесу в окупованій Росією частині Луганської області, і за допомогою контент-аналізу цих повідомлень ми спробуємо здійснити верифікацію наших попередніх теоретичних положень щодо міфу як засобу створення ворожої міжгрупової взаємодії. Оскільки освітній процес в ОРЛО

(псевдодержаві «ЛНР»¹) будується здебільшого на політико-ідеологічних, на зразок прорадянських, а не гуманістично-просвітницьких засадах, то є всі підстави стверджувати, що історія формування цієї соціальної групи є міфологізованою.

Залежно від спрямованості виявлені міфологеми умовно класифіковано на три види. Перший вид міфологем спрямований на формування у дітей і молоді проросійської ідентичності; другий – ідентичності громадянина «ЛНР»; третій – мілітаризованої свідомості, що маскується під їхнє патріотичне виховання. Кожен із цих видів мегаміфологем містить кілька більш дрібних міфоконцептів, а ті так само – локальних міфів. Міфоконцепти можуть «обслуговувати різні» міфологеми. Таку структуру міфологем ми означили «міфологічною хмарою», де змісти різних міфоконцептів і локальних міфів перетинаються один з одним. Так, ті, які стосуються проросійської ідентичності, насамперед використовують псевдомегаміфологему «русский мир» (рос.), що спирається на розповіді про єдність історії, мови, релігії, війська – ні більше ні менше як усіх російськомовних мешканців планети Земля (рис. 1; приклади ситуацій вияву локальних міфів наведено на схемі в дужках). Найвиразніше тут виявляються концепти, умовно названі нами як «Новоросія», «Нікуди без православної віри», «Радянський Союз – назавжди» і т. ін. Добре спрацьовує споконвічний сюжет про вічну боротьбу зла і добра, поданий у контексті «русского мира», а саме як про необхідність об'єднуватися всім «русским» православним людям проти зовнішніх ворогів.

У формуванні ідентичності громадянина псевдореспубліки міфодизайнери спираються на створення власної історії «молодої держави», героїзацію вчинків бойовиків і російських найманців (у пресі про них говорять як про відомих захисників та відважних людей). Водночас в учнів формується невизначений, «розмитий» концепт батьківщини (на шкільних уроках вони вивчають разом історію Росії, України та Донбасу).



¹ Тут і далі, щоб позначити нелегітимний статус «держави ДНР» і «держави ЛНР», будемо писати назви цих псевдодержав у лапках.

Рис. 3.1. Структура міфологем, які є підґрунтям для формування квазінової соціальної ідентичності мешканців ОРЛО

Формування мілітаризованої свідомості мешканців «ЛНР» спирається насамперед на військово-патріотичне виховання дітей і молоді, а воно серед усього іншого та найбільшою мірою використовує тематику Великої Вітчизняної війни (зокрема, активно експлуатується історія діяльності підпільної організації «Молода гвардія» в інтерпретації письменника О. Фадєєва (Фадєєв, 1951)). Цю мегаміфологему ми назвали «Боротьба і страждання назавжди». Вона спирається на два більш дрібні міфоконцепти: «Велика Вітчизняна на порозі» і «Сучасна молодь безмежно віддана боротьбі з фашизмом». Так само ці міфоконцепти поєднують у собі локальні міфи про причини виникнення війни на Донбасі і міфи радянського часу про Другу світову війну. Наприклад, збори учнів біля меморіального комплексу молодогвардійців «Клятва» в Краснодарі (міфоконцепт) супроводжуються риторикою відданості підростаючого покоління «країні ЛНР», вірності вітчизні та обов'язку захищати її (локальний міф); святкування Дня Перемоги (мегаміфологема) поєднується зі святкуванням 235-річчя заснування Чорноморського флоту Росії (військовий міфоконцепт) та відвідуванням школярами виставки сучасного військового озброєння і техніки (локальний міф). Унаслідок емоційної насиченості згаданих подій, через погане знання справжньої історії (та ще й неодноразове її переписування в радянські часи) відбувається «злипання» дискурсів цих подій у свідомості молодшої людини.

Дітей шкільного віку, не лише старшокласників, вивозять на військові полігони для стрільбищ. Заклади освіти проводять велику кількість заходів, які лише номінально є патріотичними, а насправді спрямовані на формування у дітей мілітаризованої свідомості. Найчастіше це змагання, які експлуатують мотивацію дітей виграти цікавий конкурс та отримати винагороду – поїздку до Росії, Криму, на екскурсії або ж до російських дитячо-молодіжних організацій, заангажованих на ідеях «руського мира». Тематика заходів поєднує воєнні дії на Луганщині з подіями Другої світової війни. Згадуються як реальні події, так і давно ідентифіковані істориками як міфи вигадані історії або їх інтерпретації (про 28 панфіловців, про Зою Космодем'янську, про причини радянсько-фінської війни тощо).

Поширення таких псевдоміфів серед населення свідчить про намагання проросійських владних структур зруйнувати у мешканців Луганщини природні соціальні ідентифікаційні процеси за рахунок розширення їхньої належності до умовної глобальної соціальної групи (у цьому випадку – до «руського мира»), що призводить до «розмитості» базових концептів формування соціальної ідентичності людини, таких як Батьківщина, історія краю. Аморфність цих концептів у свідомості молодшої людини закріплюється на шкільних заняттях з історії «ЛНР».

За нашими підрахунками, частка новин на сайті Міністерства науки та освіти так званої «ЛНР», які містили різні ідеологічні настановлення міфологічного спрямування, протягом 2016–2020 років у середньому становила близько 32%. Визначаючи інформаційні повідомлення як міфологічні, ми не враховували ті з них, які просто повідомляли про святкування Дня Перемоги 9 травня, Дня звільнення Луганська від німецько-фашистських загарбників, тобто ті події, які є історичними фактами. Якщо ж такі події штучно поєднувалися з іншими подіями, історичні причини яких є іншими, то тоді такі повідомлення визначалися як хибно подібні, маніпулятивні, міфологізовані. Інформаційні повідомлення міфологічного характеру фіксувалися за допомогою номінативної шкали, яка визначала, є міфологеми в повідомленні чи їх немає. Зазвичай у таких повідомленнях події Другої світової війни на території СРСР прирівнювалися до сучасних воєнних подій на Донбасі, а дії збройних незаконних формувань на окупованій території Луганської області трактувалися як захист проти сучасних українських фашистів, боротьба проти реваншу нацизму. У повідомленнях за 2016 рік таких

міфологічних повідомлень було лише 12,1%, у 2017 році їх стало 31,2%, у 2018 – 32,9%, у 2019 – 31,7%. У 2016 році було набагато менше повідомлень, які стосувалися історичних дат і були штучно прив'язані до сучасних подій на Донбасі. Повідомлення були без зайвої емоційності та пафосності. А вже з 2017 року і по кінець 2019-го кількість таких повідомлень трималася майже на одному рівні – трохи більше ніж 30%. Отже, їх кількість зросла, а частка їхньої презентації в інформаційному просторі, імовірно, спеціально регулюється міфодизайнерами на певному рівні (Зеленін, 2017).

У структурі інформаційних повідомлень міфологічного характеру (якщо взяти кількість таких повідомлень за 100%) найбільша частка припадає на тематику, пов'язану з формуванням мілітаризованої свідомості у дітей та молоді (56,91%), тобто з міфологемою «Боротьба і страждання назавжди». Саме серед цих текстів міфологеми провідне місце займають повідомлення, які орієнтують учнів і студентів на патріотичне, по суті військове, виховання і які стосуються подій Другої світової війни та формують зміст міфоконцепту «Велика Вітчизняна на порозі» (45,2%). Ідейне ядро концепту становить локальний міф про Молоду гвардію. А от доволіно-міфологічна інтерпретація сучасних подій на Донбасі займає підпорядковане місце в цих повідомленнях (5,6%). Також більш ситуативно представлені тексти, присвячені прагненню мешканців «ЛНР» до миру (6,1%).

Хоч значна кількість масових заходів для дітей і молоді, присвячених подіям Другої світової війни на території СРСР, проводиться в «ЛНР» упродовж року, але на час святкування 75-річчя Перемоги в цій війні у травні 2020 року їхня частка від усіх подієвих інформаційних повідомлень на сайті МОН «ЛНР» сягала аж 51,2% – 130 повідомлень з усіх 254 (нагадаємо, що зазвичай частка таких політизованих новин лише трохи перевищує 30%). Майже всі назви заходів (наводимо їх тут російською мовою для збереження «колериту») містили слово «перемога», рідше – «війна»: «Внуки Победы», «Окна Победы», «Голоса Победы», «Лента Победы», «Победная весна», «Книжная летопись Победы», «Урок Победы», «Вечный огонь Победы», «Вечный огонь великой Победы», «Поем вместе песни Победы», «Наше наследие – великая Победа», «Победа деда – моя победа», «И только потому мы победили», «Горжусь Победой, помню каждый день войны», «Знай и помни историю Победы», «Рисуем мир, подаренный Победой», «Луганщина в годы войны», «Солдаты войны – наследники Победы», «75 книг о войне и мире». У цих слоганах поєднуються, а часто просто аглютинуються дискурси різних історичних періодів – незрозуміло, про які події йдеться: які були 75 років тому чи які відбуваються зараз, про яку війну йдеться – теперішню чи минулу. Серед назв трапляються і провокативно-непедагогічні: «Читайте детям о войне».

Часто в назвах заходів використовується термін «пам'ять», або ж асоціативний ряд слів, пов'язаних з ним (далі – рос.): «Нам жить – и помнить, и беречь», «Мы не забудем никогда, лишь память в сердце сохраним», «Память и слава», «Связь времен – связь поколений», «Я помню, я горжусь», «Мы этой памяти верны», «Подвигу народа жить в веках», «17 мгновений весны», «Память о добровольцах, погибших в боях за Донецкий аэропорт», «1945... Последний год, он трудный самый», «Такого, казалось, не должно быть...». Як бачимо, серед назв є такі, що не завжди стосуються 1945 року, а також двозначні: чого такого не повинно бути зараз, як було колись, – незрозуміло.

Поняття «батьківщина» в назвах заходів трапляється дуже рідко (2 рази в 130 повідомленнях): «С чего начинается родина?», «Кто сражался за Родину?» (рос.). У свідомості населення окупованих територій усе ще живий дискурс «батьківщина», а не «родина». Батьківщину захищають, а не воюють проти неї.

Отже, якщо в Європі про день закінчення Другої світової війни говорять як про пам'ятний день, день примирення і скорботи, то Росія просуває в масову свідомість дискурси перемоги, війни, свята. Під гаслами пам'яті про перемогу дітей в ОРЛО навчають військової справи.

Загалом сегмент міфологем, присвячених формуванню проросійської ідентичності, представлений на рівні 25,9%, а тих, що спрямовані на формування

ідентичності громадянина псевдодержави «ЛНР» і базуються на «розмитому» концепті Батьківщини (Отечества – рос.), – ще менше (17,1%). Очевидно, що політична складова подій, які відбуваються сьогодні на Донбасі, наклала помітний відбиток і на створення цих міфологем. По суті, мілітаристський характер сучасної Росії насамперед відобразився в змісті цих сучасних міфів. Використовуючи штучно створені міфи, спрямовані на формування в мешканців ОРДЛО мілітаризованої свідомості, Росія штучно створює соціально-психологічні умови для конфліктної міжгрупової взаємодії: не лише між громадянами Росії та України, а й серед самих українців. У цих міфах представлено дискурси, які використовують соціально-психологічні механізми виокремлення інгрупи та аутгрупи – механізми фаворитизму і дискримінації. У масовій свідомості штучно сформована псевдореальність чудового, величного «русского мира», яка начебто охоплює велику групу людей у всьому світі, а водночас і в Росії як справедливий і духовно досконалий імперії (Карпенко, 2015), – це міф для «своїх». Натомість про аутгрупи, у нашому випадку – про українців, не говорять як про представників великої єдиної групи людей, яка має свою історію, звичаї, символи, гідність і здобутки, а говорять як про декілька розрізнених груп, які не мають спільного центру, не визнають «владу Києва». Часто представників аутгрупи дегуманізують, приписують їм усілякі злочини, прирівнюють до фашистів, як за часів Другої світової війни. Намагаючись сформувати у населення ОРДЛО нову соціальну ідентичність, російські міфодизайнери водночас не поспішають надавати їм статусу інгрупи, оскільки не мають наразі чіткого наміру включати ОРДЛО до складу РФ. Усе це свідчить про намагання Росії заморозити воєнний конфлікт на Донбасі, не дати можливості Україні його розв'язати.

Отже, у процесі гібридної війни проти України Росія використовує два соціально-психологічні механізми групового протистояння: розбиття групи на підгрупи і примусову афіліацію групи до більш великої, штучно створеної групи. Формування ідентичності групи за допомогою міфології і значного розширення меж групової належності (аж до всесвітніх масштабів) призводить порушення природних ідентифікаційних групових процесів серед населення, які зазвичай базуються на спільній меті, нормах, цінностях групи, а також на певних територіальних межах групи. Наслідком таких ідеологічних впливів на свідомість населення ОРДЛО стає аморфність, нечіткість концепту «Батьківщина» як рідної землі.

Щоб запобігти виявам міфологічного мислення в процесі групової взаємодії, потрібне передусім глибоке історичне дослідження подій і фактів, а ще – ефективний набір психологічних засобів, усвідомлення того, що використання міфів у процесі соціальної взаємодії часто є засобом провокування політичного протистояння різних соціальних груп як псевдореалістичного долаття складних соціальних ситуацій.

4. ІСТОРИЧНА ПАМ'ЯТЬ ЯК ПІДґРУНТЯ ТВОРЕННЯ СПІЛЬНОГО ОБРАЗУ МАЙБУТНЬОГО ЕТНОКУЛЬТУРНИХ ГРУП У СКЛАДНИХ СОЦІАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ

4.1. Концептуалізація творення спільного образу майбутнього у взаємодії етнокультурних груп у ситуації конфліктної історичної пам'яті

У сучасному українському суспільстві виразно помітною останнім часом стає проблема консолідації спільнот, що мають етнокультурні відмінності. Ця проблема не може бути розв'язана без концептуального осмислення процесів творення спільного образу майбутнього в процесі міжгрупової взаємодії цих груп та застосування відповідних технологій. У Державній концепції національного виховання молоді морально-світоглядні

якості етносу визначаються як основа формування національних цінностей особистості, її толерантності до представників інших націй, що для поліетнічного і полікультурного українського суспільства є фактором міжетнічної злагоди. Взаємодія етнічних ментальностей, узгодження світоглядних позицій, вироблення моделей мультикультурності і поліетнічності – найважливіші виклики XXI сторіччя. В умовах культурної глобалізації постає потреба в соціально-психологічному дослідженні суб'єктів цього процесу: націй, етносів, спільнот, особистостей, здатних творчо розвивати традиції. Оскільки «розмивання» етнічної ідентичності в глобалізованому світі значною мірою утруднює інтеграцію особистості в етнокультурну традицію на основі смислів етнокультурної спільноти, зростає значущість індивідуального авторського міфотворення, що сприяє самоактуалізації, саморозвитку та самоздійсненню особистості в процесі її самоініціації в культурі.

Глибинні трансформації психіки особистості в умовах культурної глобалізації потребують психологічного супроводу цього процесу. Екологічним шляхом створення цілісного образу динамічного світу є етнокультурна міфотворчість особистості та спільноти, що передбачає індивідуальне авторське міфотворення.

Творення спільного образу майбутнього в процесі міжгрупової взаємодії етнокультурних груп у складній соціальній ситуації конфліктної історичної пам'яті, включаючи його інваріантні, усталені та динамічні рівні, потребує формування нового методологічного простору, декларованого постмодерністською парадигмою в соціальній психології. Цей запит може задовольнити соціально-психологічна концепція етнокультурної міфотворчості, що ґрунтується на розумінні самоініціації особистості в культурі як взаємодії суб'єкта з несвідомими змістами власного «Я» в перебігу самоорганізаційних процесів не тільки психіки, а значно ширше – внутрішнього світу людини загалом, включаючи її душевність і духовність.

Ідеться не стільки про аналіз невисвітлених аспектів творення спільного образу майбутнього в процесі міжгрупової взаємодії етнокультурних груп у складній соціальній ситуації конфліктної історичної пам'яті особистості чи додаткове розроблення окремих складових цієї наукової проблематики, скільки про досягнення цілісності соціально-психологічного знання щодо цього складного соціально-психологічного феномену. А це, відповідно, передбачає системний погляд на етнокультурну міфотворчість, розкриття її природи та зв'язків з іншими соціально-психологічними феноменами, а також передбачення на цій основі змін, яких може зазнавати етнокультурна міфотворчість особистості. Праксеологічна функція концептуалізації етнокультурної міфотворчості може бути зреалізована в цілеспрямованому розвитку етнокультурного міфотворчого потенціалу індивідуального і колективного суб'єктів.

Образ майбутнього артикулюється тільки в поняттях попереднього досвіду, тому що категорія часу може бути дана лише в безпосередньому чуттєвому досвіді. Отже, образ майбутнього може бути сприйнятий у всій повноті завдяки уяві.

Образ майбутнього – це континуум цінностей і смислів у психіці індивідуального та колективного суб'єктів. Він не має автономії і власної сутності, відмінної від суб'єкта, що його створює. Образ майбутнього ситуативно відтворюється когнітивним зусиллям і чуттєвим уявленням під впливом внутрішніх інтенцій і зовнішніх мотиваційних спонукань.

Традиція дослідження етнокультурної міфотворчості спирається на аналітичну психологію К.-Г. Юнга (Jung, 1948), а також на праці антропологів, міфологів та філософів (Афанасьєв, 2008; Барт, 2008; Голосовкер, 2010; Еліаде, 2010; Кассирер, 2015; Леви-Брюль, 2010; Леви-Стросс, 1994; Лосєв, 1982; Мелетинский, 2000; Нойманн, 2009; Потебня, 1998; Пропп, 1986; Тэрнер, 1983; Фрай, 1996; Фрезер, 1983), зокрема і на доробок українських дослідників (Белявский, 2012; Донченко, 2005; Жовтянська, 2011; Забужко, 1992; Калина, 1997; Кримський, 2006; Мейзерська, 1996; Поліщук, 2002; Роменець, 1995).

Тенденція реміфологізації соціального життя в епоху глобалізації викликає ефект одночасного існування різних видів міфів: архаїчних, міфів масової культури, особистого та індивідуального авторського міфів, національного міфу. Тому системний підхід до міфотворчості в сучасних умовах має враховувати взаємозв'язок між різними видами міфів, а це потребує концептуального моделювання їхньої структури і динаміки.

Теоретичне та емпіричне дослідження змістових і динамічних ознак індивідуальної міфології співвідноситься з традиціями одеської школи історичної психології І. Г. Білявського (Белявский, 2012; Коваль и др., 2012). Основою дослідження суб'єктних та вчинкових проявів етнокультурної міфотворчості особистості є науковий доробок К. О. Абульханової (2014), М. М. Бахтіна (1986), В. А. Роменця (1995), С. Л. Рубінштейна (1973), В. О. Татенка (2009; 2010), що дає змогу інтегрувати в її дослідницьке поле такі поняття, як «вчинок» (індивідуальний і спільний), «суб'єкт психічного життя» та ін.

Провідна концептуальна ідея полягає в тому, що творення спільного образу майбутнього в процесі міжгрупової взаємодії етнокультурних груп у складній соціальній ситуації конфліктної історичної пам'яті є етнокультурною міфотворчістю. Це синтетичне і багаторівневе явище, що відображає здатність людини розпізнавати архетипово-символічні змісти і, взаємодіючи з ними, розкривати свій культурно-історичний і соціально-психологічний потенціал. Етнокультурна міфотворчість є важливою формою пізнання, самоактуалізації, саморозвитку та самоздійснення особистості, особливо в умовах культурної глобалізації. У процесі спільного вчинку етнокультурної міфотворчості створюються ціннісно-сміслові та предметно-дієві передумови консолідації етнонаціональної спільноти. Етнокультурна міфотворчість ґрунтується на індивідуальному авторському міфотворенні, яке узгоджує етнокультурну картину світу та індивідуальний образ світу суб'єкта і лежить в основі формування та розвитку національного міфу, оскільки відображає взаємозв'язок ментальності особистості як суб'єкта і етносу як колективного суб'єкта. Щоб виявити механізми актуалізації етнокультурної міфотворчості особистості, застосовувались: спостереження, аналіз продуктів діяльності, метод психоісторичної реконструкції (Белявский, 2012), метод архетипного аналізу, дискурс-аналіз, авторські методики актуалізації етнокультурної міфотворчості особистості (Яремчук, 2011, 2012, 2013; Яремчук, & Фокіна, 2012; Яремчук, & Ключикова-Цобенко, 2012а, б), експертне опитування.

Історична пам'ять – це соціально-психологічний феномен колективного та індивідуального відтворення (усвідомлення) минулого досвіду, що має архетипну природу, опосередковується сьогоденням та виконує функцію моделювання майбутнього спільнотою та особистістю, сприяючи трансформації їхньої свідомості в процесі націєтворення.

Аналіз філософсько-психологічного та гуманітарного дискурсу щодо проблематизації міфу, ментальності, картини світу, свідомості і несвідомого особистості дає підстави говорити про наявність парадигми етнокультурної міфотворчості особистості в соціальній та історичній психології, яка на перше місце ставить індивідуальну інтерпретацію архетипових основ психіки. Основними дослідницькими настановами цієї парадигми є: 1) ключове значення наративів (Лиотар, 2001), зумовленість уявлень про реальність дискурсом, у якому зосереджені приховані джерела влади (Фуко, 2008); 2) значущість усвідомлення несвідомого в історичному процесі, яка підтверджується можливостями створення гіперреальності симулякра, коли образ бере верх над реальністю (Бодріяр, 2004); 3) деконструкція (Деррида, 1995) і провокація відкриттів розбіжностями в поглядах (Лиотар, 2001), досягнення згоди шляхом дискусії (Габермас, 2006); 4) гнучка позиція особистості та розвиток суб'єктності в дискурсивних практиках.

Дослідження динаміки несвідомого в психіці особистості з позиції міфотворчості фокусується на символотворчому процесі як фундаментальному психічному феномені. Здатність особистості створювати символічну реальність і взаємодіяти з нею є основою самоініціації в культурі. Міфотворча стратегія самоініціації дає змогу гармонійно

включати несвідомі змісти в систему психічної активності, а інтерпретація архетипової символіки міфу збагачує й розвиває несвідомі змісти, актуалізує їхні компенсаторні відношення зі свідомістю, полегшуючи сучасній людині цілісну взаємодію з навколишнім світом.

Створення індивідуального авторського міфу як трансцендентний акт цілісного осягнення власного призначення задовольняє потребу самоініціації особистості в культурі. Під кутом зору психології самоініціація – це синтезування нової конфігурації особистого мікрокосму, якому відповідає оновлений образ світу й самого себе. Основними складовими самоініціації за аналогією з процесом ініціації (Еліаде, 2010; Фрезер, 1983) є: вихід за рамки буденності (виділення зі звичного середовища, перехід у змінений стан свідомості тощо); період інтроверсії (визрівання новоутворень особистості, символи – «лоно матері» та ін.); термінальні переживання як сходинки до трансформації особистості, прикмети перевтілення в більш досконалу форму існування, друге (культурне, релігійне) «народження», яке актуалізує причетність особистості до цілей спільноти.

Ці складові оприявнюються в процесі індивідуальної авторської міфотворчості, яка характеризується певними етнокультурними рисами. Наведемо їх.

По-перше, зв'язок індивідуального авторського міфотворення з процесом художнього мислення, яке є метафоричним, інтуїтивним, наближеним до стародавнього міфолого-релігійного світогляду. Художнє мислення спонтанно виводить особистість за рамки буденності, переводить її у стан натхнення, катарсису. Катарсис сприяє самоперевершенню особистості, сходженню її на новий рівень самоусвідомлення.

По-друге, актуалізація суб'єктивного образу світу міфотворця завдяки синтезу усвідомлюваних і неусвідомлюваних психічних змістів особистості.

По-третє, автор індивідуального міфу, спонтанно керуючись універсальними законами створення міфологічної картини світу, об'єктивує унікальне розуміння просторово-часового континуума в певній етнокультурній традиції, специфічно репрезентує її цінності й смисли. Саме тому етнокультурну міфотворчість особистості можна співвіднести з другим (культурним) «народженням» її, яке реалізується як екзистенційний проєкт особистості щодо певної культури. У ракурсі ставлення суб'єкта до історичної традиції екзистенційний проєкт – це побудова власного життєвого світу відповідно до надбань, проблем та перспектив етнокультурної спільноти, з якою цей суб'єкт себе ідентифікує (Лозова та ін., 2014).

По-четверте, неповторний, ексклюзивний стиль художнього мислення автора індивідуального міфу. Цей стиль задається суб'єктивним переломленням загальнокультурної картини світу, а також особистісною і професійною аперцепцією досвіду.

По-п'яте, в індивідуальному авторському міфі оприявнюються термінальні переживання суб'єкта. Семантика життя і смерті відбиває процес трансцендентування за межі особистості до змістів духовного рівня, прагнення вийти за межі біологічних законів для відродження у світі духовному, символічному.

Отже, етнокультурна міфотворчість особистості – це процес створення суб'єктивного міфологічного простору (індивідуального авторського міфу), який корелює з певним типом культурно-історичного, етносоціального та екзистенційного досвіду. Саме створення індивідуального авторського міфу як трансцендентний акт цілісного самоосагнення власного призначення задовольняє потребу в культурно-історичній освоєнні часу, розгортання потенціалу особистості як суб'єкта історії та культури.

Механізми актуалізації етнокультурної міфотворчості особистості базуються на зв'язку психоестетичних та морально-ціннісних її складових, які представлені в спільному вчинку. Спільний учинок етнокультурної міфотворчості – це особлива система взаємин і взаємодії між людьми, що передбачає творення його учасниками унікальних, індивідуально і соціально значущих смислів і цінностей етнокультурної спільноти, з якою

вони себе ідентифікують. Основний його принцип – ціннісно-сміслова спрямованість особистості на процес реструктурування середовища відповідно до структури особистісних смислів. Спільний учинок є інтегральним соціально-психологічним механізмом актуалізації етнокультурної міфотворчості особистості, який систематизує решту інших, серед яких: психоісторична реконструкція як діалог суб'єкта культуротворчості з архетиповим підґрунтям; психорезонанс на основі етнокультурної міфотворчості в музиці; катарсис через опрацювання тіньових вмістів несвідомого; символотворчість і смислоутворення, що оприявнюються в процесі трансляції і трансформації культурно-історичних смислів.

Логіка актуалізації етнокультурної міфотворчості особистості передбачає встановлення зв'язку особистості з рівнем колективного несвідомого через індивідуальну авторську міфотворчість, послідовно синтезуючи його енергії в особистому несвідомому, особистому міфі, індивідуальному авторському міфі, полі культури (культурний соціогенез) і, зрештою, призводячи до конструювання соціальної ідентичності.

Рівні самоконструювання «Я» органічно співвідносяться з етапами актуалізації етнокультурної міфотворчості особистості і є послідовними та взаємопов'язаними стадіями розгортання суб'єктності особистості в етнокультурній міфотворчості. Перший етап – самоактуалізація, що в парадигмі етнокультурної міфотворчості постає як проектування власного «Я» в міфологеми, продуковані світовою культурою; другий – саморозвиток як вироблення автором-міфотворцем суб'єктивних цінностей та смислів в індивідуальному авторському міфі, третій – самоздійснення суб'єкта культури в спільному вчинку етнокультурної міфотворчості особистості і спільноти.

Концептуальні засади дослідження етнокультурної міфотворчості впливають з розуміння міфу як багатовимірного феномену людської психіки.

- Міф як універсальний культурно-психологічний феномен, первинний код смислів, символів, світоглядних настановлень, що відбивають універсальні архетипи колективного несвідомого в індивідуальній психіці.
- Міф як система мислення й досвіду, яка спирається на психологічний баланс свідомої і несвідомої сфери особистості і таким чином виступає медіатором між реальним і потенціальним «Я».
- Міф як специфічна інформаційна структура, що дає змогу відбити тенденцію холистичності у внутрішньому світі людини й у соціальному житті і виявляється в синтезі логіки й емоцій, раціонального й інтуїтивного способів пізнання світу.
- Міф як універсальна форма включеності людини у світ, екологічний спосіб структурування, упорядкування психічних змістів на шляху до самості.
- Міф як інтегральний компонент ментальності певної культури, етносу, соціальної групи, особистості, що задає координати картини світу і визначає перспективи самореалізації суб'єкта в певному смисловому полі можливостей.

З погляду взаємодії з історичною традицією етнокультурна міфотворчість наближається до екзистенційного проектування особистості, і тоді суб'єкт вибудовує свій життєвий світ відповідно до досягнень, проблем та перспектив спільноти, з якою він себе ідентифікує. Отже, семантичне поле ментальності етносу є своєрідним простором для розгортання етнокультурної міфотворчості особистості. Включення цього міфологічного вмісту в колективний синтез нових значень, символів, смислів у процесі спільного вчинку етнокультурної міфотворчості, на нашу думку, дає змогу актуалізувати культурно-історичний потенціал особистості й спільноти.

Застосування методологічних принципів постмодернізму в парадигмі етнокультурної міфотворчості знімає опозицію суб'єктності – контекстуальності. Це відбувається тому, що суб'єкт-автор «дозволяє» різноманітним контекстуальним змістам вільно поєднуватися, накладатися один на одний і навіть конфліктувати у власному індивідуальному міфі. Така позиція «небайдужого спостерігача» міфотворчого процесу,

який виявляє власну інтенціональність, волюючи зануритися в несвідомі вмісти «Я» (етнокультурної спільноти) у перебігу дискурсивних практик і здобути таким чином нову варіацію індивідуального та колективного міфу, без сумніву, вимагає високого рівня суб'єктності. Саме суб'єктність дає змогу піти далі, за межі власного «Я», не переймаючись втратою цих меж, довіряючи спонтанним процесам самоорганізації глобального психічного простору.

4.2. Образ позитивного спільного майбутнього: соціально-психологічна технологія конструювання в українських реаліях

На основі представлених вище положень соціально-психологічних концепцій етнокультурної міфотворчості особистості (Яремчук, 2011, 2013) і творення спільного образу майбутнього в технології конструювання такого образу ми застосували психологічні прийоми трансляції і трансформації культурно-історичних смислів у наративах та діалогах, а також прийом створення міфологічних артефактів-посередників між епохами і колективне синтезування символу як універсального артефакту, що конденсує досвід багатьох епох.

Окреслимо відтак просторово-часову структуру творення спільного образу майбутнього в процесі міжгрупової взаємодії етнокультурних груп у складній соціальній ситуації конфліктної історичної пам'яті. *Перший етап – психоісторична реконструкція архетипного підґрунтя етнокультурних груп.* Реконструкція спирається на процес самоконструювання «Я» на основі колективного несвідомого слов'ян в обрядовому спільному вчинку. Вихідним положенням пропонованого етапу стало припущення про те, що колективне несвідоме давніх слов'ян є основою самоконструювання «Я» і залежно від запитів конкретних осіб фасилітує їхню самоактуалізацію, саморозвиток та самоздійснення. Такий погляд дає можливість зберегти цілісність «Я» і «Ми» в умовах трансформації українського суспільства. Це етап акме-орієнтованого розвитку особистості із залученням психоісторичної реконструкції. Тут основний наголос робимо на зв'язку колективного несвідомого і етноархетипів із самоактуалізацією, саморозвитком і самоздійсненням особистості завдяки принципу карнавальності.

Ми звернулися до міфологем богів і богинь слов'янського пантеону, тому що найяскравішим виявом архетипових енергій є ідея зв'язку людини з божеством, а поділ на чоловіче і жіноче, що добре простежується в язичницьких пантеонах, пов'язаний зі взаємодією природних стихій і якостей творіння. Тобто міфологеми богів як культурних героїв слов'ян активізують ідею життєтворчості та взаємодії чоловічого і жіночого первнів. У психіці сучасної людини все яскравіше відчувається андрогінний акцент, тому в сьогоденних реаліях чоловіче і жіноче потребують не розведення, а продуктивного синтезу задля індивідуації особистості. Це слушно запроваджувати на основі взаємодії з колективним несвідомим. За ключовий наратив ми пропонуємо взяти міфологему Веселки як потужний ресурс єднання на кількох рівнях: свідомості з несвідомим, чоловічого і жіночого як архетипів та рольових позицій.

На пропонованому етапі технології, а саме в обрядовому спільному вчинку, також задіюється психорезонанс із музичними архетипами давньослов'янської традиції, що має яскраво виражений катарсичний потенціал. Ключову роль тут грає архетип «Славління», характерний для святкових обрядових дійств слов'ян, що долучалися таким чином до світу богів. У «Славлінні» відбувається суб'єктивна семантизація «плинних смислів» особистого несвідомого, пов'язаних з конструюванням індивідуального авторського міфу кожного з учасників. Це зумовлює резонансну взаємодію зі смислами всіх учасників обрядового спільного вчинку та актуалізує екзистенційний проєкт особистості, що метафорично передається в «розгортанні власного талану». «Талан» тут – це особиста обдарованість, відчуття власного покликання, діяльнісний і перетворювальний потенціал особистості. Метафоризація процесу «розгортання власного талану» відбувається протягом усієї групової взаємодії в обрядовому дійстві, але кульмінацією є плетіння

талісмана у вигляді орнаменту з різнокольорових ниток, які «благословляла» богиня Макошь. Таким чином актуалізувалася міфологема Веселки.

Індивідуальний неповторний візерунок, який поєднує різні кольори, є одним із продуктів міфотворчості та відтворення міфологеми як медіація між сучасними і давніми слов'янами. Власне, завдяки міфологемам Талану і Веселки відбується потенціювання індивідуальних уявлень про майбутнє, які символізують уподобані кольори ниток. Це, по суті, творення смислів, що збагачує не тільки суб'єкта, а й проінтерпретовану ним слов'янську давнину. Такий підхід до саморозвитку особистості в культурно-історичному просторі і є, власне, терапією народною творчістю. Тут етнотерапія сприяє трансляції культурно-історичних смислів в індивідуальних авторських міфах учасників обряду, а також опрідметненню індивідуальних смислів у груповому дійстві. Творення індивідуального авторського міфу як післядія обрядового спільного вчинку оприявнювалося у плетінні власного оберега-талану.

Міфодрама, що розгортається в груповій взаємодії, пожвавлює міфологеми творення Світу і «творення власної долі» з ниток Макоші, а це сприяє усвідомленню суб'єктності й мотивує учасників дійства на розвиток творчого потенціалу.

Психоісторична реконструкція передбачає діалог з міфологемами Лади (злагода, сімейне благополуччя, любов), Дажбога (захисник, мужній воїн, прабатько слов'ян), Живи (цілюща енергія, зв'язок з предками), Макоші (доля, передзаданість) з метою трансформації їхніх культурно-історичних смислів в індивідуальному авторському міфі та вироблення нової міфологеми для консолідації спільноти в сучасних умовах. Цією міфологемою стала Веселка Єдності.

Другий етап технології творення спільного образу майбутнього в процесі міжгрупової взаємодії етнокультурних груп у складній соціальній ситуації конфліктної історичної пам'яті – *це історичне самопроєктування суб'єктів етнокультурних груп та усвідомлення термінальних й інструментальних цінностей спільноти*, тобто власне цінностей спільноти (гармонії, дружби тощо) та цінностей-засобів як засобів досягнення термінальних. Усвідомлення інструментальних цінностей відбувається також через плекання представниками етнокультурних груп відповідних якостей рефлексивності, креативності, дружності тощо. Звісно, що самопроєктування відбувається на основі етнокультурної міфотворчості. Для цього ми залучили ідею автобіографічного наративу як способу оприявнення індивідуального авторського міфу.

Автобіографічний наратив «Один день в епосі...» знімає багатозначність на користь «тут-і-тепер» суб'єкта певної епохи і тим самим виконує когнітивні і терапевтичні функції. Ціннісно-смысловий резонанс з учинками та почуттями людей іншої епохи спонукає учасників цього етапу групової взаємодії до індивідуального авторського міфотворення, потенціювальний ресурс якого полягає в самопереверненні і самоконструюванні «Я».

Алгоритм пропонованого етапу технології передбачає застосування механізмів актуалізації етнокультурної міфотворчості особистості, а саме психоісторичної реконструкції, як діалогу смислів учасників зі смислами різних історичних епох; психорезонансу як пожвавлення особистого несвідомого через музичні твори окремих епох; катарсису як опрацювання тіньових вмістів особистого і колективного несвідомого, що проєктуються в культурно-історичний простір іншої епохи; символотворчості і смислоутворення на основі образів і міфологем різних історичних епох. Психоісторична реконструкція оприявнюється переважно на етапі творення наративу «Один день в епосі...». Механізми психорезонансу, катарсису, символотворчості і смислоутворення зі свого боку працюють у процесі та в післядії спільного вчинку етнокультурної міфотворчості, який інтегрує всі ці механізми.

Ключовим мотивом групової роботи є ідея спільновчинкової взаємодії учасників цього етапу як представників різних епох: античної, середньовічної, епохи Відродження, Просвітництва та сучасної епохи – з метою осягнення специфічних для них культурно-

історичних смислів у діалогах та синтезування нових ціннісно-сміслових орієнтацій на перетині смислових полів різних культур.

Плинні смисли особистого несвідомого окремого учасника, резонуючи зі смислами інших, пожвавлюють самоконструювання «Я» на основі особистого міфу, що спонукає до індивідуальної авторської міфотворчості. Основний психодраматичний конфлікт зосереджується навколо «темних» і «світлих» прикмет певної епохи. Він часто відображається в опрацюванні проблеми «культура – варварство», що актуальна у всі історичні періоди. Психодраматичне «проживання» цієї проблеми в різних епохах пожвавлює творення суб'єктивних смислів, стимулює учасників до самоініціації в культурі.

Третій етап – *об'єднання цінностей і смислів суб'єктів етнокультурних груп у ціннісно-смісловий континуум образу майбутнього нації*. Завданнями цього етапу є фіксація суперечностей у свідомості і несвідомому суб'єктів етнокультурних груп та конфліктів у їхній взаємодії, усвідомлення мети творення спільного образу майбутнього. Шлях до цієї мети сприяє медіації суперечностей з урахуванням історичного і територіального вимірів міжгрупової взаємодії. Розгортання просторово-часової структури технології відбувається відповідно до актуальної аудиторії.

Пропонована технологія може бути практично реалізована за різними моделями: як тривала соціально-психологічна робота з представниками етнокультурних груп у межах різних організаційних форм об'єднання цих груп; як навчально-розвивальний курс для учнів, студентів, аспірантів закладів освіти; як соціально-психологічне підґрунтя здійснення державної соціальної політики в різноманітних масових заходах патріотичного спрямування.

Отже, широкий дослідницький контекст творення спільного образу майбутнього в процесі міжгрупової взаємодії етнокультурних груп у складній соціальній ситуації конфліктної історичної пам'яті спонукає до узгодження різноспрямованих поглядів на неї в соціально-психологічній концепції, яка пояснює та прогнозує етносоціальні і психологічні прояви міфотворчості в епоху глобалізації, а також самоактуалізацію, саморозвиток та самоздійснення особистості в глобалізаційній культурі. Саме на цій теоретичній основі вибудовувалися етапи творення спільного образу майбутнього в процесі міжгрупової взаємодії етнокультурних груп у складній соціальній ситуації конфліктної історичної пам'яті. Ключову позицію в них займає діалог, що реалізується в інтра- та інтерсуб'єктній сфері особистості. Причому процесуальність як онтологічний атрибут діалогу оприявнюється в процесуальній природі наративу, у взаємопереходах зовнішнього і внутрішнього планів особистості. Міф як система мислення й досвіду, яка спирається на психологічний баланс свідомої і несвідомої сфери особистості, виступає медіатором між реальним і потенційним «Я», між модусами «Я» і «Ми», між минулим, теперішнім і майбутнім.

Соціально-психологічна технологія творення спільного образу майбутнього охоплює такі етапи:

1. Психоісторична реконструкція архетипового підґрунтя етнокультурних груп.
2. Історичне самопроектування суб'єктів етнокультурних груп та усвідомлення термінальних й інструментальних цінностей спільноти.
3. Об'єднання цінностей і смислів суб'єктів етнокультурних груп у ціннісно-смісловий континуум образу майбутнього нації.

Технологію апробовано у два етапи:

1. Обрядовий спільний вчинок та самопроектування особистості в історичну епоху (серед студентів-гуманітаріїв Одеського національного університету імені І. І. Мечникова).

2. Об'єднання цінностей та смислів у ціннісно-смісловий континуум (серед експертів психологів у межах творчої майстерні на Четвертому круглому столі «Історія в

нас і ми в історії: психологія історичної пам'яті», проведеному Інститутом соціальної та політичної психології НАПН України 29 жовтня 2020 року).

Пропонована технологія є актуальною в умовах конфліктної історичної пам'яті саме тому, що передбачає узгодження різних поглядів на ті чи інші історичні події через звернення до осмислення уроків цих подій і представлення історичного досвіду в цінностях і смислах, інтегрованих в образ майбутнього етнонаціональної спільноти.

5. АУТГРУПОВІ ТА ІНГРУПОВІ ФЕНОМЕНИ ГРУПОВОЇ ВЗАЄМОДІЇ В СКЛАДНИХ СОЦІАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ

5.1. Соціально-психологічні умови виникнення аутгрупової та інгрупової феноменології

Економічні, політичні та соціальні реформи, водночас – військове протистояння з Росією на наших східних рубежах, переселення великої кількості людей на мирні території – ось ті найголовніші чинники, що визначають сьогодні ситуацію в Україні. Соціальні зміни поєднуються з руйнуванням звичного способу життя громадян, фізичними, моральними та психологічними втратами і травмами. Часта зміна правил, умов економічної діяльності, залежність життя багатьох людей від часом необдуманих політичних виборів, зумовлених інформаційною війною проти України, від політичних домовленостей, перебігу воєнних дій тощо – усе це характеризує актуальну соціальну ситуацію в країні як невизначену. Відповідно, у людини виникає прагнення осмислити ситуацію, описати її, визначити майбутнє для себе. Багато людей переживають таку соціальну ситуацію як складну або утруднену, подолання якої вимагає від них зусиль та активізації особистісних і групових ресурсів. Переживаючи стрес у складних соціальних ситуаціях, особистість стає особливо схильною до фрустрацій, які виникають через неможливість досягнути фрустрованої в таких умовах мети (Засекіна, 2017). Отже, соціальна ситуація та її особливості безпосередньо впливають на вияви активності людини, на чому наголошують представники соціально-психологічного ситуаціонізму (Росс, & Нисбет, 1999). Але людина або група людей є суб'єктами взаємодії, від їхнього ставлення до ситуації залежить, власне, і сама ситуація. На ситуативні умови впливають також учасники взаємодії, унаслідок чого ситуації і змінюються. Загалом, взаємодія в складних соціальних ситуаціях змушує її учасників виявляти активність, спрямовану на перетворення умов та обставин у бік їх суб'єктивного спрощення, полегшення та об'єктивного покращення. А це і є соціально-психологічні механізми виникнення більшості групових феноменів.

Щоб зробити зрозумілим зміст соціальних ситуацій, у їхньому визначенні поєднують причини їх виникнення та наслідки вияву, соціальні очікування щодо поведінки учасників ситуацій. Складними вважають ситуації, які становлять загрозу для фізичного, особистісного та соціального благополуччя особистості (Андрущенко, 2018). Людина є повноправним учасником, «актором» ситуації, і не лише ним, а й її «режисером», тому вона сама визначає, яка ситуація для неї є складною, а яка – ні.

Результати класифікації групових феноменів відповідно до критерію визначення суб'єктів соціальної взаємодії стали підґрунтям для їх систематизації (табл. 5.1). Феномен соціальних лінощів було віднесено одночасно до двох класів явищ, виокремлених за критеріями особливостей функціонування групи як єдиного цілого та взаємодії члена групи з іншими її членами. Адже цей феномен можна розглядати, з одного боку, з позиції

окремого члена групи – як поведінку людини, що не сплачує за свій проїзд у громадському транспорті (ефект «безквиткового проїзду» – free-rider problem), прагне безплатно користуватися соціальними послугами (ефект «соціального бажання» – social loafer effect) або не докладає належних зусиль у груповій діяльності, перекладаючи відповідальність на сильного партнера («ефект присоски» – sucker effect) (Kerr, 1983; Макконнелл, Брю, 1992), а з другого боку, з позиції того члена групи, який не хоче бути «бевзем» і працювати за тих, хто «не купив квитка». Також соціальні лінощі можна розглядати як загальногруповий ефект під час виконання членами групи спільної роботи, коли неможливо визначити внесок окремого члена групи в загальний результат її діяльності.

Виникнення тих чи тих феноменів групової взаємодії пов'язано з певними умовами. Якщо йдеться про формування та ранні етапи розвитку групи, то виникають одні феномени, насамперед образ групи, груповий міф, міжгрупова референтність, афіліація, а якщо про захист від впливу (агресії) іншої групи – то інші: міжгрупова дискримінація, яка може переходити в міжгрупову ворожість, міжгрупові конфлікти, негативні аутгрупові стереотипи (тобто відбувається об'єднання інгрупи проти спільної загрози з боку іншої групи, пошук відмінностей між групами на користь своєї, завищення оцінки своєї групи порівняно з іншою).

Таблиця 5.1

**Систематизація групових феноменів
за критерієм визначення суб'єктів взаємодії та умов вияву феноменів**

Критерій поділу: суб'єкти взаємодії	Феномен	Умови, за яких явище виникає	Умови, за яких явище не виникає
Група і група (взаємодія груп, у реальних ситуаціях – здебільшого взаємодія окремих членів різних груп як представників цих груп)	Міжгрупова дискримінація та внутрішньогруповий фаворитизм, а також похідні від них ефекти гомогенності (однорідності) чужої групи, «білої ворони», групового нарцисизму тощо	1. Створення нової групи, ранні етапи становлення ідентичності групи. Ситуації, що вимагають групової ідентифікації у протиставленні щодо іншої групи. 2. Окремі ситуації актуалізації групової підтримки, зумовлені внутрішньою груповою динамікою. 3. Ситуації конкуренції 4. Складні соціальні ситуації протистояння та ворожості: війна, економічні, екологічні, політичні негаразди.	1. Згуртованість членів групи, наявність групових досягнень, історії групи, сформованість групової ідентичності. 2. Долання складнощів групової динаміки та встановлення статусно-рольового балансу у взаємодії членів групи. 3. Складні ситуації, які вимагають взаємодії між групами та усвідомленого спільного розв'язання проблеми. 4. Повсякденні ситуації взаємодії між групами, коли вона будується на засадах афіліації,

			референтності, відкритості, усвідомлення процесу встановлення соціальної належності.
Групова поляризація/нормалізація	1. Ситуація групового інформаційного і нормативного тиску на членів групи під час прийняття групового рішення. 2. Демонстрування представниками різних груп під час публічної дискусії або публічної презентації полярних думок, цінностей, позицій, поглядів. 3. Нерівноправний і несправедливий доступ різних соціальних груп до суспільних благ, різний соціально-психологічний статус малих груп в організації, колективі, соціальному середовищі.	1. Спеціально розроблені групою норми та ритуали прийняття рішення, коли думка кожного члена групи може бути врахована (виникає нормалізація). 2. Закриті для сторонніх дискусії в групі, непублічні процедури медіації та встановлення соціальної гармонії у міжгруповій взаємодії. 3. Рівноправний і справедливий доступ різних соціальних груп до суспільних благ, однаковий соціально-психологічний статус малих груп в організації, колективі, соціальному середовищі.	
Міжгрупова референтність	Наявність зовнішньої групи як носія певних цінностей і норм, певної еталонної моделі, взірця ціннісних орієнтацій групи, її соціальних настановлень і провідних тенденцій розвитку	Немає зовнішньої групи, яка могла б сприйматися як взірцевий носій норм і цінностей	
Групова афіліація	1. Є соціальні, політичні, економічні загрози існуванню групи. 2. Несформована ідентичність групи. 3. Задоволення глибинної комунікативної потреби в належності, прагнення меншої групи ідентифікуватися через включення в більшу групу.	1. Сприятливі соціально-економічні, політичні умови розвитку малої групи. 2. Сформованість ідентичності групи.	

	Групова відкритість	1. Сприятливі соціальні ситуації та гармонійна взаємодія між групами. 2. Соціальна контактність, довіра до представників інших груп. Необтяженість історії групи історичними або колективними травмами.	1. Складні соціальні ситуації, що викликають напруженість у міжгрупових відносинах. 2. Самообмеження групи в контактах з іншими групами, «закритість» групи щодо процесів соціальної комунікації. Насторожене ставлення групи до інших груп.
Людина і група (взаємодія окремого члена групи з іншими членами цієї групи)	Соціальна фасилітація	1. Ситуація виконання діяльності або пред'явлення (презентація) себе групі як її члена, коли присутні інші, дружні до нього члени групи. 2. Виконання в групі простої і знайомої для члена групи діяльності, у позитивних результатах якої він упевнений.	1. Оцінка поведінки та діяльності члена групи значущими для нього експертами групи (ситуація «акваріума») За таких умов виникає соціальна інгібіція. 2. Ситуації виконання членом групи в колі групи складних, незнайомих, нових завдань. Складні соціальні ситуації.
	Деіндивідуалізація	1. Групові ситуації, що передбачають швидке реагування, пов'язане з оцінкою хороших і поганих групових норм, унаслідок чого людина підпадає під вплив норм натовпу. Ідентифікація з юрбою. 2. Ситуація психічного зараження, копіювання поведінки інших, втрати соціальних «гальм» неприпустимої поведінки. 3. Користування соцмережами, інтернет-ресурсами. Використання «ніків» та аватарів.	1. Відсторонення від юрби. 2. Рефлексія власної поведінки; намагання уявити, як така поведінка сприймається збоку; звернення до духовних, моральних основ власного «Я».

	Ефект Даннінга – Крюгера (Kruger, Dunning, 1999)	1. Ситуація потрапляння людини низької кваліфікації на керівну посаду (або ширше: людина, що має якусь владу, перебуває не на своєму місці). 2. Оточення себе підлесливими підлеглими, що займаються «окозамилуванням».	1. Відкритість групи до обговорення проблем менеджменту. Наявність управлінських можливостей зміни керівництва. 2. Ситуація обґрунтованої критики з боку інших людей або груп, наділених авторитетом.
	Вплив меншості на групу / вплив більшості	1. Згуртованість меншості, її консолідована позиція щодо тих чи інших суспільних питань. 2. Послідовність і стійкість у часі позиції меншості. Упевненість меншості в собі та в позиції, яку вона відстоює. 3. Розпорошеність більшості, наявність серед неї «відступників».	1. Дезінтеграція меншості, її розпад на підгрупи. 2. Часта зміна позицій меншості. Невпевненість у собі та у власній позиції. 3. Згуртованість більшості.
	Конформізм /нонконформізм	1. Ситуація групового тиску. 2. Ситуація невизначеності, багатозначності, неясності. 3. Ситуації, які провокують вияв «усвідомленого конформізму»: заради миру, злагоди, «щоб тільки не було війни» (зазвичай характерні для груп, які пережили колективні травми). 4. Соціальне середовище, в якому превалює колективістична (групова) ідентичність.	1. Ситуації прийняття, що створюють умови для самореалізації; ситуації толерантності. 2. Ситуації чітко визначено, відомі причини їх виникнення, наслідки, моделі поведінки в таких ситуаціях. 3. Колективних травм не було або ж їх конструктивно подолано. 4. Соціальне середовище, в якому схвалюється особистісна ідентичність, гармонійно поєднуються особистісна і громадянська ідентичності.

	Афіліація	1. Складні соціальні ситуації, небезпека та загрози існуванню особі або групі людей. 2. Колективна ідентичність. 3. Вирішення повсякденних життєвих завдань окремою людиною. 4. Задоволення комунікативної потреби належати до людської спільноти.	1. Соціальна стабільність. 2. Індивідуальна ідентичність. 3. Урбанізація. Перенаселеність територій.
	Феномен свідка, що не втручається	1. Ситуація булінгу в малій групі, що посилюється ефектом наявності спостерігачів. 2. Деіндивідуалізація. 3. Групова фрустрація і травмованість. Неопрацьовані колективні емоції членів групи.	1. Групові норми як регулятори взаємодії в групі, які передбачають взаємодопомогу і взаємовиручку. Групові традиції вияву стурбованої реакції та підтримки членів групи. 2. Кожний член групи – цінність. Залежні стосунки в групі не схвалюються. 3. Справедливе ставлення до членів групи з боку референтних і значущих для них осіб. Відкрите обговорення в групі складних соціальних ситуацій.
Група як цілісність, коли всі її члени діють узгоджено	Групове мислення	1. Ситуація групового обговорення, прийняття рішень, що супроводжується прагненням учасників обговорення будь-що дійти згоди. Настановлення не суперечити думці інших осіб з високим статусом. 2. Жорстка статусно-рольова структура групи. 3. Толерантність у взаємодії. Схиляння перед авторитетами. Небажання порушувати	1. Ситуація прийняття групових рішень з урахуванням усіх об'єктивних обставин, зважування аргументів «за» і «проти». 2. Баланс ролей у групі. Наявність авторитетних експертів і критиків. Баланс рольової гнучкості і рольової глибини членів групи. Наявність у групі ролі «адвоката диявола». 3. Між членами експертної ради, яка

		групову злагоду. 4. Використання конформних багатозначних висловів, які інші можуть трактувати відповідно до власних уявлень та цілей.	приймає рішення, немає тісного емпатійного зв'язку. Висока критичність мислення учасників на противагу глибокій ціннісній, емоційній залученості учасників до групи.
	Позитивний зсув ризику	1. Ситуація колективної відповідальності (по суті, безвідповідальності) за прийняті рішення; перекладання відповідальності на групу. 2. Почуття безпеки в групі.	1. Виважена, об'єктивна групова оцінка рішення, що приймається, його переваг і ризиків. 2. Потреба в подальшому дослідженні умов прийняття групою рішень, які мають різний ступінь ризикованості.
	Соціальні лінощі, або ефект Рінгельмана	1. Виконання спільної діяльності групою, коли неможливо чітко визначити внесок кожного члена групи в досягнення результату діяльності. Ситуація, що фактично призводить до збільшення кількості членів групи, включених у групову роботу. 2. Особливості групової роботи як простої командної роботи, що потребує фізичних зусиль.	1. У ситуаціях, коли треба узгоджувати окремі дії членів групи в спільній діяльності; або ж коли спільний результат складається з виконання учасниками групи окремих завдань поодиноч, тобто в ситуаціях, коли видно внесок кожного члена групи в спільний результат. 2. Ситуація виконання творчої інтелектуальної роботи; пошук розв'язання складної проблеми.

	Груповий егоїзм	1. Група займає панівне або ж унікальне становище серед інших груп, які залежать від неї. 2. Усередині групи вибудовано жорстку статусно-рольову структуру, яка підтримує вертикаль влади в групі. У групі є члени, які несуть відповідальність за всі її невдачі (роль «цапа-відбувайла»). 3. Зазвичай група використовує маніпулятивні технології, штучні міфи, ідеологію тощо для утримання свого панівного становища в суспільстві, нібито задля стабільності і цілісності малої групи, а насправді – для отримання вигоди від свого становища.	1. У групи рівноправне становище серед інших груп. 2. Усередині групи досягнуто рольового балансу. 3. Усі групові досягнення або невдачі група сприймає як результат власної діяльності. Група реально оцінює своє становище в соціумі та будує відносини з іншими групами на засадах рівноправності, відкритості, кооперації.
	Гордість групи / сором групи	1. Процес формування ідентичності групи, уявлення про себе як про «нас» («ми»). 2. Перші значущі досягнення групи та їх соціальна презентація.	1. Низька згуртованість, роз'єднаність групи. 2. Діяльність групи не є достатньо успішною або значущою; недооцінка досягнень групи. Група переживає відчуття сорому.
	Груповий міф	1. Процес формування ідентичності групи, уявлення про себе як про «нас» («ми»). Недостатня кількість досягнень групи, які могли б скласти її історію. 2. Груповий міф як групове настановлення на долаття складних соціальних ситуацій.	1. Сформована ідентичність групи і достатня кількість подій, які можуть скласти історію групи. 2. Соціальна стабільність і гармонія в міжгруповій взаємодії.
	Референтність / груповий нарцисизм	1. Наявність впливової особи або групи в комунікативному просторі або в уяві. 2. Процеси соціалізації групи.	1. У групи немає особи або групи, які могли б слугувати для неї еталоном. 2. Груповий нарцисизм.
	Групові стереотипи та упередження	1. Міжгрупові порівняння і конкуренція. 2. Складні соціальні	1. Новостворена група або група без довгої історії.

		ситуації, які пов'язані із соціальною несправедливістю і вимагають швидкого прийняття рішень.	Група, яка не претендує на особливий статус у соціумі. 2. Соціальна стабільність і соціальна гармонія в міжгруповій взаємодії.
	Групові ілюзії	1. Наявність групових стереотипів та упереджень. 2. Кризова соціальна ситуація, екстремальна, стресова ситуація, коли група сприймається як соціальний осередок безпеки. 3. Ситуації, коли несвідоме керує поведінкою членів групи.	1. Несформованість групових стереотипів та упереджень. 2. Соціальна стабільність і соціальна гармонія в міжгруповій взаємодії.
	Образ групи	1. Формування групової ідентичності. Пошук учасниками особливостей, які відрізняють їхню групу від інших. 2. Утвердження власного статусу за рахунок зовнішніх атрибутів.	1. Група, яка не стала цілісністю, не має образу групи. 2. Виконання членами групи умов необхідності і достатності в презентації власної належності до певної малої групи.
	Групові психологічні захисти	1. Функціонування групи як цілісності. 2. Важка, кризова, стресова ситуація або травматична для групи подія.	1. Група є формальною, номінальною, не є цілісністю. 2. У груповій історії не було важких травматичних подій, а тому і немає потреби в психологічних захистах.
	Рольовий дисбаланс	1. Групова динаміка, формування владно-підвладних стосунків у групі. 2. Групові цінності переважають над цінностями окремих членів групи.	1. Група функціонує як цілісність, відбувається комплементарна або синергічна взаємодія членів групи. 2. Баланс групових та індивідуальних цінностей членів групи.
	Груповий опір	Нерозуміння групою смислу й значення здійснюваних дій і, як наслідок, – відчуття членами групи втоми й нудьги.	Розуміння членами групи змісту роботи, їх зацікавленість у результатах групової роботи, бачення кінцевої мети.

У складних соціальних ситуаціях групи людей потрапляють в поле дії сил, що спричиняють феномени міжгрупової дискримінації, внутрішньогрупового фаворитизму, конформізму, групового мислення тощо.

Схожість груп між собою і можливість їх порівняти є соціально-психологічними чинниками вияву інгрупового фаворитизму і міжгрупової дискримінації (Turner, 1978). На думку дослідників, вираженості цих феноменів сприяють статусна диференціація аутгруп на тлі інгрупової ідентичності (Dovidio, Gaertner, & Validzic, 1998); різні критерії оцінки малих груп (Crisp, Beck, 2005); упередження (Pettigrew, 1997); соціальна категоризація (Tajfel, 1978). Усе це посилює стабільність і нормативність статусних відмінностей між групами, узаконює соціальну несправедливість. Тригером міжгрупової дискримінації може стати будь-яке контраверсійне узагальнення – від етнічних упереджень до націоналістичної зверхності, від констатації гендерної інакшості до образливих суджень про інших за зовнішньою ознакою (свої і чужі, «ашки» і «бешки»; гуманітарії і технарі; першокурсники і старшокурсники, загалом – «ми» і «вони»). Ступінь негативу щодо іншої групи може варіюватися в часі і просторі – від легкої неприязні до важкої ворожнечі. У разі вичерпаності приводу для негативного ставлення групи можуть переходити до амбівалентних або навіть приязних стосунків.

Деякі однакові феномени виникають за різних умов. Груповий фаворитизм може бути притаманний новоствореній групі, на ранніх стадіях її розвитку як певний компенсаційний механізм її невпевненого функціонування в соціальному просторі взаємодії. Коли ж ідеться про вже сформовану малу групу, то сам по собі груповий фаворитизм не виникає і група зазвичай ставиться до своїх успіхів і невдач досить об'єктивно. Але коли соціальний простір міжгрупової взаємодії ускладнюється, зростає ймовірність виникнення дискримінації.

Водночас одні й ті самі умови можуть породжувати різні феномени. Так, групова ідентичність, в основі якої є розподіл на «Ми» і «Вони» («Не-ми»), має на одному крайньому полюсі міжгрупову дискримінацію, яка передбачає міжгрупові конфлікти, а на другому – відкритість, референтність, соціальну гармонію у взаємодії з іншою групою. Як показують дослідження, міжгрупова дискримінація виникає не завжди, у міжгрупових відносинах можна спостерігати індіферентність, партнерські взаємини або навіть прихильність до іншої групи. Дослідження свідчать про диференційований прояв цього феномену в студентському середовищі та його статусно-референтний характер, коли групи старших курсів сприймаються як привабливі і референтні, групи того ж курсу – як групи-партнери, а молодших курсів – як нереперентні (останнім приписують стереотипні характеристики, часом упереджені) (Кондратьев, & Емельянова, 2011).

З'ясовано, що є необхідні і достатні умови виникнення феномену внутрішньогрупового фаворитизму, пов'язані із ситуаціями конкуренції і протиставлення людині або іншій групі. Внутрішньогруповий фаворитизм (солідарність членів групи) також може бути зумовлений реальною загрозою, більш повним усвідомленням власної групової ідентичності та непроникністю групових меж (Sumner, 1906 [1959]); Coser, 1956; Sherif, 1966). Груповий фаворитизм означається спільними цінностями, що сповідує група, спільними аксіологічними засадами її існування, загальнолюдськими принципами, як-от справедливості, рівних прав, що актуалізують групову підтримку та групову згуртованість (Коробанова, 2018; 2019). Порівняльне дослідження образів України і Росії в

геополітичній свідомості студентів показало, що воєнний конфлікт істотно погіршив образ Росії, натомість образ України поліпшився лише частково (Дроздов, 2014). Це означає, що в цьому випадку феномен міжгрупової дискримінації в масовій геополітичній свідомості виявився помірно і не потребував посилення внутрішньогрупового фаворитизму як встановлення відмінності з іншими соціальними групами на користь власної.

У складних ситуаціях невизначеності, багатозначності, неясності, коли учасники взаємодії відчують власну некомпетентність, недостатню поінформованість, розгубленість, невпевненість, посилюється їхній *конформізм* або ж вони навіть транслюють чужу точку зору як власну (Озерова, 2017). Однак схильність реагувати на дії іншого аналогічною поведінкою деякі психологи розглядають як взаємність (Burgoon, 1978). Оскільки мала група є чинником деіндивідуалізації, то в складних соціальних ситуаціях, коли посилюється згуртованість, відповідно і зростатиме конформізм членів групи. Так, наші дослідження свідчать про такі тенденції поведінки з ознаками конформізму членів групи в сучасних українських реаліях: коли людина не знає точно, яка групова думка є «правильною» (тобто відчуває певний когнітивний дисонанс), вона протягом короткого проміжку часу транслює різні, протилежні думки, намагаючись зорієнтуватися, як же насправді «правильно думати» (Korobanova, 2019).

Умовами виникнення групового мислення є переоцінка навичок і можливостей групи-як-цілого її учасниками; їхні упереджені оцінки щодо інших груп та хибні уявлення про них; сильний конформізм усередині групи; стрес (Janis, 1972), високий ступінь залученості до системи групових уявлень та цінностей (Korobanova, 2019). За таких умов підвищується схильність членів групи погоджуватися з більшістю або лідером групи і на основі цього приймати важливі рішення. Як результат – кількість правильних рішень групи знижується. Тобто пошук згоди в групі переважає над реалістичною оцінкою можливих наслідків групових дій. В українських реаліях групове мислення знаходить прояв в оцінці воєнних, політичних, суспільних подій на сході України їхніми учасниками: заради злагоди в сім'ї її члени намагаються віднайти аргументи, щоб виправдати нелояльні, а часом і недостойні щодо Української держави деякі рішення своїх рідних.

Мала група є для людини соціально-психологічним осередком безпеки, тому логічно, що належність до групи дає людині таке відчуття. Ось чому група приймає більш ризиковані рішення, ніж людина наодинці. У складних соціальних ситуаціях, коли сама ситуація містить ризики для життя людини, ризикованість групових рішень може або різко зростати (якщо ситуація кризова, коли група не бачить іншого, аніж ризиковане вирішення, розв'язання), або ж, навпаки, знижуватися, якщо ситуація напружена, але її можна стерпіти і водночас група не бачить ресурсів, які б «страхували» ризиковані рішення. Так, наприклад, переїзд на мирні території України мешканців зони бойових дій або окупованих територій є доволі важким і ризикованим рішенням, але й проживання на цій території є також ризикованим. Сім'ї як малій групі приймати це ризиковане рішення разом легше, ніж кожному її членові окремо. Об'єктивно, якщо умови проживання ризиковані, то переселення на мирні території всієї сім'ї є менш ризикованим рішенням, ніж переїзд окремих членів сім'ї, утім суб'єктивно це може здаватися більш ризикованою справою. Рішення залишитися на небезпечній території всією сім'єю може здаватися менш ризикованим, ніж коли йдеться про окремих її членів.

Отже, соціально-психологічні умови виникнення групових феноменів передбачають певні, конкретні ситуації їх вияву. Групові феномени виникають здебільшого тоді, коли занурені в непросту ситуацію члени групи не здатні всебічно проаналізувати ситуацію, змодельовати подальші дії, спрямовані на подолання складності ситуації, а також відрефлексувати власні рольові патерни поведінки в ситуації, що швидко змінюється. За такої умови в члена групи посилюється прагнення дістати групову підтримку як підтвердження типовості своїх поведінкових та емоціональних реакцій на складну ситуацію та їхньої відповідності реакціям інших членів групи.

Низка внутрішньогрупових і міжгрупових феноменів, що презентують механізми функціонування груп, за допомогою яких здійснюються групові процеси і досягаються групові стани, забезпечує інтеграцію індивідуальних дій у спільній груповій діяльності і спілкуванні. Групові феномени насамперед виникають як відображення групової динаміки; деякі з них знижують групову напруженість. Так, міжгрупову дискримінацію можна розглядати як один із деструктивних варіантів додання внутрішньогрупових суперечностей. Члени групи не визнають власних помилок, не розв'язують конфлікти всередині групи, не шукають ресурсів додання групових проблем і все своє незадоволення спрямовують на інші групи людей. Таким чином знижується групову напруженість, члени групи вже не є опонентами, суперниками, а підтримують товариські взаємини. Натомість зростає внутрішньогруповий фаворитизм і, як наслідок, посилюється комформізм, зокрема групове мислення, яке уникає дивергентності, різноманітності думок. Формується групову міфологія, яка утверджує унікальність групи. Група пишається собою, виникає гордість групи (Salice, & Montesánchez, 2016), а між самими групами зростає соціальна дистанція.

Оскільки перераховані явища несуть негативне смислове та емоційне навантаження і виникають вони разом з феноменом міжгрупової дискримінації, то саме цей феномен можна вважати підґрунтям виникнення цих інших негативних проявів взаємодії у складних соціальних ситуаціях. Обґрунтовуючи цю тезу, наведемо узагальнювальні висновки деяких політико-психологічних досліджень. Так, уявлення про консолідаційні моделі поведінки містять, зокрема, консолідацію «проти чогось» – корупції, спільного ворога, зовнішнього агресора, а найпоширенішими серед імпліцитних моделей консолідації є «протестні» моделі гуртування в боротьбі проти спільного ворога, зовнішньої загрози тощо (Петрунко, 2014). Ситуації виникнення міжгрупової дискримінації – це складні соціальні ситуації протистояння, ворожості, конкуренції, унаслідок чого встановлюється перевага власної групи над іншою.

Аналогічні механізми виникнення інгрупової та аутгрупової феноменології спрацьовують у разі ускладнення соціальної ситуації загалом. Неможливість швидкого розв'язання соціальних, політичних, воєнних конфліктів; неспроможність пересічного громадянина держави досягнути весь комплекс причин і наслідків складної соціальної ситуації; «заплутаність проблеми», яка не розв'язувалася роками; дискурси хаосу й пошуку винних, які інтроектуються в голови людей інформаційними атаками, – усе це стає благодатним соціальним тлом для виникнення негативних міжгрупових феноменів взаємодії. Згуртування своєї групи на основі дискримінації іншої, не своєї групи, є доволі легким, швидким, таким, що не потребує особливих інтелектуальних ресурсів, способом взаємодії в складних соціальних ситуаціях.

У контексті обговорення питання міжгрупової дискримінації варто згадати про так званий парадокс Р. Патнема (Putnam, 2007). Цей парадокс полягає в тому, що збільшення

расової різноманітності в спільноті веде до зменшення соціального капіталу, зниження готовності довіряти та співпрацювати з іншими людьми в цій спільноті. Зменшення соціального капіталу в расово неоднорідних спільнотах призводить також до зниження довіри до уряду і політичних лідерів, погіршення здатності об'єднувати зусилля для розв'язання спільних проблем, зниження альтруїзму, звуження кола друзів, зростання часу перегляду телепрограм і готовності брати участь у соціальних протестах. Тут саме той випадок, коли як провідний чинник виникнення таких групових феноменів доречно розглядати не расову різноманітність, а складність соціальних ситуацій, наявність переліку соціально-економічних, політичних, культурних проблем у такому соціальному середовищі, що призводять до руйнації спільноти. Одночасний прояв расової різноманітності і протестної активності на тлі зменшення соціального капіталу не означає причинно-наслідкового зв'язку, а є лише констатацією феномену. Якщо проблеми, пов'язані зі складнощами соціально-економічної ситуації, будуть розв'язуватися, а соціальні групи матимуть ресурси для долати складних соціальних ситуацій, феномени дискримінації мають зникнути.

Важливим підтвердженням того, як «працюють» інгрупові/аутгрупові феномени, є спостереження урбаністів щодо перетворення міських кварталів щільної забудови та проживання, віддалених від міст і майже позбавлених інфраструктури, що зводилися як проекти соціального житла, на «нетрі», «гето» зі злочинністю (вандалізм, грабежі, викрадення машин, пожежі, насилля) (у США – житловий комплекс «Пруїтт-Айгоу» (Pruitt-Igoe) в м. Сент-Луїс штату Міссурі); у Франції – Grands Ensembles: Pierre Collinet, Sarcelles, Les Minguettes, Venissieux та ін.), що змушувало владу згодом зносити такі квартали (Самборська, 2018; Балухіна, 2019). У таких випадках природного «соціального експерименту» з великими ком'юніті, нездатними створити здорову спільноту, відбувалося «вимивання» середнього класу з кварталів і перетворення їх на осередок проживання декласованих елементів. Мешканці інших кварталів згодом вдавалися до стереотипних дискримінативних суджень щодо тих осіб, хто був із «гето».

Неможливість подолати складну ситуацію може стресувати, фруструвати або травмувати її учасників; викликати, зокрема, явища неточної перцепції або «помилкової» інтерпретації складної соціальної ситуації, спричиняти виникнення групових і соціальних ілюзій.

У складних соціальних ситуаціях взаємодія членів групи потребує врахування їхніх мотивів, цінностей та інтенцій, до яких можна віднести прагнення до самозбереження, бути прийнятим групою та підтвердити свою належність до групи, бажання бути «зарахованим» до певної групи, проявити себе з позитивного боку, виставити себе у вигідному світлі. Підсвідомо в учасників взаємодії виникає уявна «шкала» їхніх емоцій: на позитивному полюсі цієї шкали – упевненість, спокій, а на негативному – занепокоєність та мотиви її уникнення, невпевненість, страх та інші негативні емоційні наслідки сприйняття особою складних соціальних ситуацій. Люди, хочуть того вони чи ні, чутливі до їх поділу на групи, соціально-психологічної належності до однієї з них. Отже, емоції, мотиви та інтенції малої групи пояснюють, чому феномени в таких ситуаціях або проявляються, або ні.

Саме такі інтенції членів групи до уникнення або приховування чогось (особливо – емоційно заряджені) є підґрунтям для виникнення спочатку групових, а відтак – соціальних ілюзій. Таким чином, групові феномени пов'язані, начебто «склеєні» з ілюзорним, подекуди помилковим сприйманням соціальної дійсності, ознакою чого є

певні суперечності у свідомості людини (Коробанова, 2016; Korobanova, 2019). Феномен «групової ілюзії» можна розглядати як неадекватне очікування щодо можливостей групи: група може все, а окремий її член без групи – нічого (Семиліт, 2019). На рівні функціонування малої групи ілюзії є продуктом дії групових захисних механізмів у складних соціальних ситуаціях, «утечею від нестерпної реальності».

Одним із поштовхів до ірреального сприйняття складних соціальних ситуацій є уявне майбутнє, зокрема прагнення уникнути небажаного розвитку подій у майбутньому. Отже, ілюзії ґрунтуються на певних настановленнях щодо майбутнього, що не наступило, на подіях, що ще не відбулися; на бажаннях, прагненнях, очікуваннях, сподіваннях; на уникненні чогось небажаного в майбутньому, що вже сьогодні викликає хвилювання, страхи, побоювання, сумніви. Групові ілюзії підсилюються на тлі прояву несвідомих тенденцій у поведінці. Однією з особливостей соціальних ілюзій є те, що детермінована ними поведінка веде не до того результату, який артикулюється або очікується. Ніби та реальність, якої відчайдушно хочеться уникнути, таки виникає. Або навпаки, бажана реальність, така приваблива і майже здійсненна, ніяк не настає (і не настане). Також ілюзорний механізм може включатися у випадку оцінювання ситуації взаємодії, і чим вона складніша, тим імовірніше, що виникне ілюзія.

На виникнення групових ілюзій може пливати авторитетна думка іншої людини або ж усієї групи. Також ілюзії виникають в умовах, коли члени групи стикаються з емоційними переживаннями, здебільшого негативними (побоювання, страхи, непевність, обурення, збурення, ненависть, невдоволення, сум, горе, душевний біль, переживання несправедливості, пошук винного тощо). Намагання групи знайти винного в таких випадках можна інтерпретувати як прояв прагнення визначити, означити певним чином ситуацію. Власне, *пошук винного* також можна розглядати як груповий феномен на рівні взаємодії «людина-і-група», де суб'єктом взаємодії (зрозуміло, деструктивної) є група, яка розглядає «винного» в ситуації, що склалася, як об'єкт.

Отже, втеча групи від реальності в ілюзії «розряджає» ситуацію і полегшує стан учасників, проте не є конструктивним способом долаання складних соціальних ситуацій. Утім, деякі соціальні ілюзії (на кшталт «роби як усі», «будь як усі», «від кожного за можливістю, кожному за потребами» або побудова «справедливого», рівного суспільства), як і деякі групові («група може все, а окрема людина – нічого», «без колективу людина ніщо», «не можна йти проти колективу»), дісталися українцям у спадщину від радянських часів та й досі функціонують серед населення. Ілюзії групи згодом перетворюються на групові стереотипи та упередження.

Виникнення групових феноменів часто зумовлено порівнянням статусів своєї і «чужої» групи, ступенем залученості до групи, а також соціальною мотивацією поведінки учасників групи. Залученість до групової взаємодії визначають як сприйняття людиною системи вимог, норм, ролей, прав, обов'язків та очікувань, які пред'являють до неї сфери її діяльності. У складних соціальних ситуаціях у групі більш наочно виявляються життєві ролі її членів, їхні рольові очікування та домагання. Занадто афективна поведінка (ажіотаж, паніка) або, навпаки, скута поведінка свідчать про певні рольові орієнтації суб'єктів взаємодії. Поведінка члена групи, спрямована на отримання для себе більш значущого і високого рольового статусу в групі, є маркером особистісної «експансії» в просторі взаємодії групи. Вона свідчить про намагання члена групи переструктурувати владно-підвладні відносини в групі, про мотивацію «врятувати» малу групу від впливу

напружених, кризових соціальних ситуацій шляхом встановлення більш жорстких правил рольової взаємодії.

5.2. Проблемна взаємодія в групах внутрішньо переміщених осіб та особливості групової феноменології

У межах цього дослідження предметом вивчення стала групова феноменологія взаємодії в складних соціальних ситуаціях, пов'язаних із переселенням мешканців окупованих Росією українських територій на мирні території. Як групу осіб, що переживає складні соціальні ситуації, розглядатимемо тут внутрішньо переміщених осіб, які створили за підтримки громадських організацій («КримSOS», «ДонбасSOS», «Жіночий клуб», «Будинок вільних людей») *групи психологічної самопомоги* – соціальний умовно закритий і постійний осередок власного спілкування та взаємодії на новому місці свого мешкання. Вибірку склали 123 внутрішньо переміщені особи з Криму та Сходу України (115 жінок і 8 чоловіків).

Під час дослідження ми використовували такий інструментарій: опитування, бесіду, глибинне інтерв'ю, включене спостереження за роботою групи самопомоги, авторську модифікацію методики «Репертуар життєвих ролей» П. Горностая. (Остання полягала в тому, що ролі членів групи аналізувалися в часовому вимірі: ситуація «раніше» – у найближчому соціальному оточенні на малій батьківщині, до переїзду на мирні території, і ситуація «зараз» – на новому місці мешкання, але без поділу рольових ідентифікацій за життєвими сферами).

За результатами опитування визначалися такі показники:

- 1) міра складності актуальної соціальної ситуації для респондентів (оцінювалася за шкалою самозвітності від 0 до 5 балів);
- 2) зарахування респондентами себе до інгрупи (з'ясовувалося, членом яких груп вони себе вважають зараз, а членами яких вони себе вважали до переселення);
- 3) ступінь залученості респондентів до інгрупи (оцінювалася за шкалою від 0 до 5 балів);
- 4) наявність референтних для респондентів груп (встановлювалося, які групи людей є для респондентів важливими і значущими, на думку яких вони орієнтуються,
- 5) успішність соціальної адаптації на новому місці мешкання (визначалася за самозвітами за шкалою від 0 до 5 балів).

Також застосовувалися арттерапевтичні проєктивні методики, а саме: а) виготовлення респондентами колажів і малюнків на тему «Я і групи, що мене оточують», б) інтеграція досвіду минулого особистості в її майбутнє за методикою «Горщики» В. Назаревич (2014), в) піктографічне малювання психологічного простору і дистанцій у малій групі, г) малювання референтних груп у символічних образах. Результати проєктивних методик доповнювали вербальні самозвіти переселенців, а разом усе це становило психологічний матеріал для якісного аналізу результатів дослідження. Однак зазначимо, що оскільки переселенці відзначаються високою мобільністю, а виконання методик було добровільним, то проєктивні методики виконали 58 осіб.

В основу емпіричного дослідження групової феноменології в складних соціальних ситуаціях покладено модель соціально-психологічних процесів, яка охоплює такі складові:

- спрямовані на складну ситуацію когнітивно-перцептивні процеси, а саме: самоідентифікація членів групи (ідентифікація належності до інгрупи та орієнтація на референтні групи), соціальна дистанція взаємодії (визначення і порівняння статусів представників своєї та «інших» як близьких або далеких груп), оцінка минулого і майбутнього особистості як складова її актуальної ідентичності;
- емоційна і дієва «залученість» у складну соціальну ситуацію членів групи, ступінь відчуття складності ситуації;
- поведінкові патерни членів групи: особливості їхнього рольового репертуару, групові очікування та настановлення, згуртованість та інші особливості взаємодії в групі.

Виявлено особливості переживання та долаття внутрішньо переміщеними особами складних життєвих ситуацій. Респонденти описували різні ситуації: несподівану появу озброєних осіб, «тітушок», провокаторів, членів воєнізованих формувань, яких важко ідентифікувати, зокрема встановити, кого саме вони представляють; зміну керівництва міста і його стилю спілкування з мешканцями; транспортні проблеми; від'їзд друзів і приятелів, тобто втрату найближчого соціального оточення; раптові воєнні дії, поранення і смерть близьких, велику кількість покинутих голодних тварин. Переселенці відчували емоційний дискомфорт, який полягав у незадоволеності, несхваленні, розгубленості, роздратуванні тощо. На новому місці люди переживали складності адаптації, необхідність вирішення нових життєвих завдань, розв'язання побутових проблем, надмірні фізичні навантаження. *Емоційний дискомфорт був пов'язаний зі зміною кола спілкування, тугою за близькими та друзями.* Отже, емоційне тло внутрішньогрупової і міжгрупової взаємодії в таких ситуаціях є здебільшого негативним.

Загалом результати дослідження свідчать про низку особливостей проблемної взаємодії переселенців у групах самодопомоги і вияв групової феноменології в тих складних ситуаціях, у яких вони опинилися.

1. Внутрішньо переміщені особи одні й ті самі соціальні умови та обставини, схожі ситуації (переїзд, облаштування на новому місці) оцінюють по-різному: одні переживають стрес або психологічну травму, а інші їх сприймають не так болісно, не відчують їхньої надскладності. Спостерігається позитивний зв'язок між належністю внутрішньо переміщеної особи до інгрупи переселенців, у якій відбувається живе спілкування, і більш низьким рівнем оцінки складності соціальної ситуації (кореляція між відповідями на питання №1 і №2 анкети становить: $r=+0,178$, $p \leq 0,05$, $N=123$).

2. Група внутрішньо переміщених осіб відчуває групову ідентичність як наслідок спільної проблемної історії («Ми-групи»), а це відбивається і на проблемній взаємодії в групі. Дискусії та суперечки про минуле і теперішнє, часто про повсякденні проблеми свідчать про непросту взаємодію в групі, про її опосередкованість складними соціальними ситуаціями. Виконання арттерапевтичних завдань об'єктивувало, до яких реальних або вже втрачених груп респонденти відносять себе, які групи є для них референтними. Групи, до яких афіліюють себе внутрішньо переміщені особи, – це сім'я, колеги по роботі, а також учасники груп психологічної взаємодопомоги на новому місці мешкання. Часом групи колег по колишній роботі, з якими було втрачено зв'язок, залишалися значущими. Такі групи несуть на собі як позитивне, так і негативне забарвлення значущості. І це також є аспектом проблемної взаємодії в групі.

Як і можна було очікувати, внутрішньо переміщеним особам важко визначити свою ідентичність на новому місці мешкання та встановити відповідну ситуації соціальну дистанцію спілкування. Так, з огляду на результати методики піктографічного малювання психологічного простору можна стверджувати, що переселенцям дається важко категоризація осіб, з якими вони контактують на новому місці мешкання, як «близьких-далеких», а також визначення зв'язків, які є між ними. Досить часто трапляються граничні оцінки соціального оточення: знайомих розташовують або як дуже близьких (43,1% респондентів), або як дуже далеких (34,5% респондентів). Проградувати хоча б на декілька рівнів (усього рівнів могло бути за методикою п'ять) психологічний простір і дистанції змогли лише 8,6% учасників. Інші 13,8% відчували помітні труднощі і справилися з визначенням психологічних дистанцій лише частково. Отже, внутрішньо переміщені особи практикують взаємодію або на дуже близькій, або на далекій психологічній дистанції, і це явище можна інтерпретувати як групову поляризацію соціального простору взаємодії ВПО. Труднощі, які відчували переселенці, визначаючи переважну дистанцію у взаємодії з близьким оточенням, пов'язані, найімовірніше, з їхньою адаптацією на новому місці.

Складовою ідентифікації члена малої групи є інтеграція його минулого досвіду з теперішнім, а на основі цієї інтеграції – формування спрямованості на майбутнє. Таким чином ідентичність члена групи пов'язується з історією групи. Виконання проєктивної методики «Горщики» засвідчило суперечливі тенденції становлення ідентичності ВПО і в часовому контексті. Більшість зображень мають ознаки особистої драми учасників, і вже сама об'єктивація цієї проблеми, важких переживань на папері у вигляді дивних, а іноді – недоречних деталей виконує функцію оволодіння ситуацією, знаходження себе-в-ситуації. Часто в учасників виникало бажання намалювати друге зображення, яке було б більш приємним, життєрадісним, життєстверджувальним і яке символізувало б певний рух у напрямку конструювання «хорошої» ситуації. Частина респондентів (46,6%) ідеалізують минуле, надають високого статусу людям, з якими розлучилися (вияв ефекту ореолу), а частина оцінює минуле негативно (32,8%). Решта респондентів не виявили певних тенденцій в оцінці минулого. Для останніх теперішні складні життєві обставини зумовили переоцінку минулого, унаслідок чого минуле втратило частину своїх привабливих рис для них і було досягнуто безперервності досвіду між минулим і майбутнім часу життя.

Під час проведення проєктивної методики – малювання референтних груп у символічних образах (зокрема в образах рослин) – учасників запитували про те, які групи були значущими для них у житті, які запам'яталися, які є значущими тепер. У малюнках респондентів простежується тенденція диференціювати групи: сім'я (васильки), колеги (кактуси), члени групи самодопомоги, актуально присутні в колі (троянди). Спроба поєднати різні «мої групи» в єдиному цілому відобразилася в малюнках «квіточки з пелюстками семи кольорів», двох переплєтених квіток і певної кількості опалих пелюсток. Заслугує на увагу малюнок групи у вигляді соняшника серед поля васильків, який відсилає до символіки національного прапора.

3. У складних соціальних ситуаціях і через їхній безпосередній вплив у малих групах змінюється динаміка процесів групової інтеграції та диференціації в соціальному просторі взаємодії: спостерігається зменшення або збільшення груп (мікрогруп), створення нових груп (мікрогруп) прихильності і втрата тих, що були раніше. ВПО на новому місці проживання заново оцінюють соціальну ситуацію в країні, набувають нових соціальних зв'язків, переглядають старі, і це, відповідно, відображається на їхніх групах

прихильності. Такі висновки зроблено на основі включеного спостереження, аналізу колажів і малюнків респондентів, а також аналізу їхніх відповідей на питання анкети. Так, одним з арттерапевтичних завдань для внутрішньо переміщених осіб було виготовлення колажів на тему «Я і групи, що мене оточують». Невербальний характер цієї роботи давав змогу проявитися несвідомим тенденціям поведінки ВПО, тому, що не завжди може бути висловлено. Особливістю колажів переселенців є те, що травматичні обставини минулого часто є зображеннями лише будинків, інтер'єрів і просто предметів. Респонденти уникають зображень людей, що ніби «виринає» їх із соціального контексту. Така тенденція фіксації особливостей ситуації без відображення соціального контексту спостерігається в переважній більшості респондентів (67,2%, але лише в минулому – приблизно в третини). Зона майбутнього на колажах створює позитивне враження в набагато меншій кількості малюнків – 24,1%. Підсумуємо: уникнення зображень людей і соціального контексту ситуації свідчить про те, що «стара» ідентичність ВПО вже втрачена, а поки нова ідентичність ще не сформована, вони перебувають у своєрідному «вакуумі» і тому потребують підтримки груп самопомогі.

Прагнення ВПО створювати групи, учасників яких об'єднують спільні переживання, втрати, прагнення та мрії, свідчить про пошук групових ресурсів у теперішньому. Учасники таких груп ідентифікують себе як «Ми-група». Ці групи гомогенні за ознакою переживання складності ситуації.

4. Часто внутрішньо переміщені особи, які нещодавно покинули непідконтрольну Україні територію, демонструють конформізм. Під час дискусій у групі вони багаторазово змінюють одні судження (про українців, нацгвардійців, мешканців Донбасу) на інші – полярні, протилежні за змістом, ніби в пошуках слушної думки, яку схвалює та група, у якій вони наразі перебувають. Вони легко змінюють власну думку і швидко приймають загальногрупові судження та оцінки. Однак такий конформізм можна розуміти як адаптаційний механізм психіки, як розуміння цінності згоди між членами групи: «разом краще», «злагода в сім'ї і в групі – це краще, ніж війна і непорозуміння». Переселенці пережили багато складних соціальних ситуацій та складних життєвих обставин, тому єдність і злагода в групі для них є надцінністю.

5. Члени групи ВПО надзвичайно низько оцінювали свої життєві ролі. Оцінюючи, якою мірою їм властива та чи інша роль, учасники застосовували багато нульових оцінок (щодо 35,6% ролей зі списку всіх ролей, які містить опитувальник), але кожен респондент назвав хоча б одну роль. Лише деякі життєві ролі були високо оцінені переселенцями. Зазвичай члени малої групи рідко вдаються до таких низьких оцінок. Це свідчить про збіднення рольового репертуару переселенців, яке можна пояснити зміною обставин, втратою звичного кола спілкування та груп, у яких людина соціалізована, необхідністю знову адаптуватися в соціумі. Водночас в актуальній для ВПО ситуації «зараз – на новому місці мешкання» ті, в кого соціальна адаптація на новому місці проходить успішно, хто має матеріальні переваги перед іншими (питання №5 анкети), помітно більше ролей включають у свою рольову структуру особистості, ніж менш адаптовані (відмінності не є випадковими; значущість відмінностей підтверджено за ϕ^* -критерієм кутового перетворення Фішера ($p < 0,05$) (значення $\phi^*_{\text{емп}} = 1,8315$, $\phi^*_{\text{кр.}} = 1,64$, табл. 5.2).

Таблиця 5.2

**Розподіл ВПО на підгрупи відповідно до їхньої суб'єктивної
успішності соціальної адаптації на новому місці помешкання**

та кількістю життєвих ролей, які вони обирають

Підгрупи респондентів	Кількість обраних ролей		Суми
	0-6	7 і більше	
менш успішні (0-2 бали)	26 (48,1%)	28 (51,9%)	54
більш успішні (3-5 балів)	22 (31,9%)	47 (68,1%)	69
Суми	48	75	123

На цей час переселенці опановують насамперед ролі, пов'язані з адаптацією до нової життєвої ситуації: спостерігач, сповідник, консультант, переможець, всезнайко тощо. Серед життєвих ролей, частка яких, за суб'єктивними оцінками респондентів, наразі зменшилася порівняно з минулим, – ролі судді ($p=0,05$), керівника, коміка (веселуна). Натомість збільшилася питома вага ролей іпохондрика ($p=0,05$), пораненого ($p=0,05$), спостерігача, консультанта (табл. 5.3). Якщо розглянути значущість зміни таких рольових ідентифікацій, то можна зробити такий висновок: унаслідок складних соціальних ситуацій, розбалансованості життєвих ролей ВПО втратили внутрішню особистісну позицію, коли вони могли однозначно і безапеляційно когось оцінювати або про когось судити, натомість відчують себе іпохондриками і пораненими, по суті – психологічно травмованими. Такі значущі негативні зміни рольового репертуару, його редукція свідчать насамперед про складні життєві обставини суб'єктів соціальної взаємодії. Водночас відбувається опанування нових ролей, які пов'язані з адаптацією до нових соціальних умов і доланням складних соціальних ситуацій. Збільшився в абсолютному значенні вибір ролей «спостерігача», «консультанта» і «підлеглого», які можна пов'язати із життєво необхідними практиками – зорієнтуватися та адаптуватися на новому місці.

Таблиця 5.3

**Зміни рольової структури внутрішньо переміщених осіб у часовому вимірі
(«раніше» і «зараз»)**

Назва ролі	«Раніше», у відносних цифрах	«Зараз», у відносних цифрах	Різниця значень	Значущість різниці за біномінальним критерієм m
«суддя»	12	4	-8	$p=0,05$
«цілитель»	12	13	+1	-
«сповідник»	11	14	+3	-
«не переможець»	8	9	+1	-
«критик»	14	17	+3	-
«консультант»	17	23	+6	-
«іпохондрик»	4	12	+8	$p=0,05$
«трудоголік»	29	27	-2	-
«проповідник»	13	15	+2	-
«страждалець»	13	15	+2	-
«підлеглий»	21	23	+2	-

«поранений»	7	18	+9	$\rho=0,05$
«той, хто програв»	4	6	+2	-
«керівник»	25	21	-4	-
«переможець»	16	20	+4	-
«жертва»	8	6	-2	-
«спостерігач»	18	27	+9	-
«комік»	19	14	-5	-
«всезнайко»	11	16	+5	-
«посередник»	21	19	-2	-
«виконавець»	24	22	-2	-
«художник»	25	23	-2	-
«грішник»	18	14	-4	-

Примітка. Згідно з методикою респонденти могли назвати відразу кілька ролей, які вони виконують у житті.

6. Оскільки ВПО становлять особливу соціальну групу – з непростю історією існування, то цілком очікувано, що переселенці відчують тривогу через те, як до них на новому місці проживання будуть ставитися місцеві мешканці. Вони визнають, що були невпевнені, як їх як представників Донбасу зустрінуть на мирних територіях. Тут ідеться про міжгрупове сприйняття тих, хто мешкав у Донецькій і Луганській областях, і місцевих жителів. Знаючи про вже сформований стереотип щодо «донецьких» і «луганських» серед українців і маючи в переважній більшості абсолютно проукраїнську ідентичність, ВПО, звісно, не могли не прогнозувати упередженого до себе ставлення. Учасники нашого дослідження констатували приємне здивування щодо позитивного і доброзичливого ставлення до них на новому місці їхнього мешкання з боку місцевих, а під час переселення – представників ЗСУ.

Отже, ситуації невизначеності, неясності, багатозначності, які супроводжували переїзд ВПО та їх адаптацію на новому місці проживання, пов'язані з виявом у них низки групових феноменів. Серед внутрішньогрупових, насамперед інтеракційних, такі феномени: афіліація і комформізм, коли згуртованість членів групи після пережитих людиною складних соціальних ситуацій є надцінністю. Через зміну соціальних умов, обставин, місця проживання людина втрачає зв'язок із колишніми інгрупами та певні психологічні ролі. Переселенці також втратили виконувані раніше життєві ролі, значущі для них. Тобто поява певного розриву в соціальному досвіді і зміна не тільки місця проживання, а й груп участі і референтних груп приводить до відмови від одних ролей і необхідності освоєння нових.

Інгрупові феномени виявляються меншою мірою, що пов'язано з проблемною взаємодією серед переселенців, формуванням нових груп прихильності, переструктуралізацією групового поля взаємодії (появою нових груп і зникненням старих), суперечливими процесами переоцінки минулого.

Серед міжгрупових феноменів виокремимо тут аутгрупові – стереотипізовані групові очікування і процеси групової поляризації (що не так і складно пояснити з огляду на життєві обставини переселенців).

Збіднення рольової варіативності, утруднення, пов'язані з рольовою диференційованістю («Ким я зараз є?»), складність категоризації тих, хто оточує, як близьких/далеких і зв'язків з ними, суперечливі ідентифікації старих референтних груп минулого і теперішнього – усе це можна трактувати як травматичну реакцію людини на складну життєву ситуацію.

5.3. Профілактика негативних проявів міжгрупової взаємодії

Зміни функціонального стану людини в разі переживання стресу змінюють її ставлення до навколишнього світу і до взаємодії з іншими людьми. Стрес відбивається на взаємодії, яка може набувати форми як взаємоспівдії (гостинність, комунікабельність, прагнення справити позитивне перше враження на учасників взаємодії, пропонування допомоги), так і взаємопротидії (заперечення допомоги, «вставляння палиць у колеса» тощо) (Китаєв-Смык, 1983). До виявів соціально-психологічного субсиндрому стресу також логічно віднести й інші ефекти групової взаємодії, зокрема «рольову невизначеність», рольовий конфлікт, використання у взаємодії групових психологічних захистів, групову дискримінацію, груповий егоїзм, мобінг тощо. Змінену стресом взаємодію можна розглядати як соціально-психологічну форму стресу або його субсиндром, як важливий елемент адаптаційно-захисного реагування людей на екстремальність ситуації. Загалом, вважається, що група людей в умовах стресу мала б створювати більш ефективний, ніж властивий окремій людині, захисний потенціал, однак на практиці це не завжди так.

Емоційне тло взаємодії, на якому виникають групові психічні феномени, відображає різний ступінь негативних або позитивних емоцій – від комфорту до дискомфорту, що і є одним із показників психологічної напруженості в соціальному просторі взаємодії. Це можуть бути стани піднесеності, цікавості, емпатії, байдужості, невпевненості, хвилювання, сором'язливості, побоювань, страху, печалі, горя тощо. Негативний полюс емоційної шкали утворюють соціальні процеси, наповнені ворожістю, конфліктами, агресією. Оскільки складні соціальні ситуації характеризуються почуттям невизначеності, то вони здебільшого і викликають страхи й тривожність. Зазначимо, що брак інформації призводить до виникнення саме негативних емоцій (Симонов, 1984). Якщо спільнота роз'єднана, незгуртована, не відчуває ідентичності з певною малою групою, то такі негативні почуття посилюються. Натомість об'єднання людей у групи, особливо проти спільної загрози, сприяє заспокоєнню, вияву більш виражених почуттів, виробленню стратегії додання складних ситуацій.

Отже, негативний спектр емоційної шкали соціальної перцепції складних соціальних ситуацій утворюють міжгрупова дискримінація, конформізм, групова поляризація, соціальні лінощі і т. ін., а позитивний – групова відкритість і референтність, гордість групи, афіліація, груповий міф тощо. Однак такий поділ є відносним, адже сприйняття та оцінка цих явищ лише з позиції абстрактного наукового спостерігача є недостатніми без урахування їх оцінки членами групи і загалом аналізу групової динаміки та становлення групової ідентичності. Груповий фаворитизм, коли члени групи в процесі взаємодії надають перевагу насамперед членам власної групи на протигагу членам іншої, позитивно пов'язаний з ефективністю діяльності групи, зміцненням умовних соціально-психологічних меж малої групи і на ранніх етапах її розвитку згуртовує членів групи. Однак у подальшому, коли група вже досягла статусу в соціальному оточенні, набула

власної групової ідентичності, члени групи можуть відтак і не спиратися на фаворитизм, а використовувати інші механізми успішного групового функціонування. У разі ж зростання складності соціальної ситуації, неможливості розв'язання актуальних суспільних проблем, втрати групою достойного статусу серед інших груп, нестачі й непереконливості групових досягнень інгруповий фаворитизм і аутгрупова дискримінація можуть знову посісти провідні позиції у функціонуванні групи. Тоді ці феномени свідчать про нездоровий соціально-психологічний клімат у групі, викривлене відображення соціальної дійсності як наслідок дії групових захисних механізмів, закритість у взаємодії з представниками інших груп.

Групові феномени виникають на тлі прояву несвідомих тенденцій у поведінці її членів (зниження або розсіяння уваги, втоми, сильних емоцій, потреби швидко реагувати на загрозу, підвищеної складності завдань). Саме тому члени групи зазвичай не помічають, не рефлексують групових феноменів. Крім того, феноменологічні прояви поведінки групи в складних соціальних ситуаціях здебільшого можна віднести, умовно кажучи, до найнижчого рівня її усвідомленості: поведінка учасників стереотипізується, спрощується, підганяється під норми, шаблони, схвалювані зразки, міфологізується, детермінується груповими ілюзіями. У зв'язку з цим постає питання, чи можуть бути застосовані інші, такі, що не належать до негативної групової феноменології, засоби зняття психологічної напруженості групи. Так, звісно, можуть. За всієї неоднозначності вияву групових феноменів їм притаманна не лише функція спрощення соціальної дійсності, полегшення соціальних, групових суперечностей, а й низка інших функцій, пов'язаних із функціонуванням груп у соціальному просторі: проєктування майбутнього, формування групової ідентичності, досягнення соціальної гармонії у взаємодії з іншими групами, а також соціального дистанціювання від груп, які загрожують існуванню цієї групи або ж її мікрогруп.

Отже, соціальні індивіди повинні розуміти чинники виникнення їхніх емоційних станів, посилення певних емоційних реакцій у групі людей та в публічному просторі взаємодії.

Як свідчить проведене нами емпіричне дослідження, залучення людини, яка переживає складнощі соціальної ситуації, до інгруп, де вона може отримати інформаційну, емоційну та дієву підтримку, можна розглядати як психологічний ресурс долаття такої ситуації. Об'єднання в групи належності, опора на відчуття «я не самотній», подолання безвиході як проєктування власного майбутнього в групі односторонніх часто характеризують поведінку людей у складних життєвих обставинах. Так, новостворена мала група як група психологічної допомоги переселенцям, що потрапили в складні соціальні ситуації, на протидію дискримінації, булінгу, груповому егоїзму надає психологічну підтримку людям та активізує ресурси їхньої долальної поведінки. Відтак психологічна допомога соціальним суб'єктам, що переживають труднощі взаємодії у складних соціальних ситуаціях, лежить у площині підтримки з боку референтних для них груп, новостворених груп прихильності на кшталт груп психологічної самодопомоги або спеціально створених тренінгових груп (Гусак та ін., 2017). Члени таких груп опановують нові моделі рольової поведінки: мобільності, гнучкості, варіативності та диференційованості ролей. Допомагаючи одне одному в складних соціальних ситуаціях, члени групи мимоволі обмінюються ролями.

Якщо людям бракує досвіду долаття тих чи тих складних ситуацій, вони вдаються до моделювання способів їх розв'язання в колі малої групи, особливо коли потрапляють у

нові, незвичні для них обставини. Якщо стисло охарактеризувати смисл цієї технології, то вона спрямована *на вироблення в групах спільного розуміння соціальної реальності*. Учасники складних ситуацій зазвичай не можуть сприйняти і всебічно її осмислити у всій сукупності умов та обставин, з усіма особливостями, унаслідок перевантаженості сприйняття такої ситуації. Саме тому вони вдаються до моделювання як створення в уяві фрагмента соціальної реальності, до якого добирають, плануючи подальшу взаємодію, прийнятні ролі і структурно-функціональну «канву» дій.

Також конструктивним засобом долання негативних явищ міжгрупої і внутрішньогрупової взаємодії може стати встановлення, декларування меж (границь) у спілкуванні. Такі межі можуть бути як фізичними, так і психологічними. Наприклад, технічне блокування нападників у випадку кібербулінгу буде ближчим до фізичних, технологічних меж у спілкуванні. Для членів групи важливо «тренувати» здатність встановлювати межі: відчувати власні межі (внутрішні і зовнішні), усвідомлювати те, що створює обмеження взаємодії (норми взаємодії в суспільстві і в малій групі, режим, правила, межі особистісної території, «соціальна дистанція», ритуали, традиції), вирізняти зовнішні і внутрішні обмеження, встановлювати межі безпечної взаємодії з іншими. Психологічними межами можуть стати певні правила ведення діалогу, обмеження тем спілкування, вимоги ввічливості, поваги, толерантності, асертивності. Інструментами встановлення меж можуть бути: 1) збільшення або зменшення психологічної дистанції в контакті, 2) розуміння того, що суперечливі думки мають право на існування, а їхні носії – право на власну позицію з позитивними або негативними емоційними проявами; 3) емоційне приєднання до інших членів групи з означенням спільних, схожих або відмінних цінностей; 4) пошук власного безпечного простору взаємодії в групі. (Зауважимо, що можна використовувати різну аргументацію причин відмежування – головне, щоб вона була для партнерів зрозумілою і переконливою. По суті, комунікативна компетентність у встановленні меж взаємодії є одним із аспектів вияву асертивності особистості, ефективним засобом запобігання конфліктам.

Отже, соціально-психологічними ресурсами долання складних життєвих ситуацій і їхніх наслідків для осіб, які їх переживають (зокрема ВПО), є залучення переселенців до інгруп і, відповідно, встановлення й підтримання соціально-психологічних зв'язків із членами таких груп; використання рольового потенціалу взаємодії особистості в малій групі; гнучке варіювання соціально-психологічних дистанцій взаємодії, здатність означувати й підтримувати соціальні і психологічні межі взаємодії в соціальному просторі.

6. ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я, СОЦІАЛЬНА АКТИВНІСТЬ, СКЛАДНІ СОЦІАЛЬНІ СИТУАЦІЇ: ВЗАЄМОЗУМОВЛЕНІСТЬ ВИЯВУ

6.1. Психічне здоров'я і активність молоді в умовах соціальних трансформацій

Активізація глобалізаційних соціальних трансформацій у світі, реалізація економічних, політичних, соціальних реформ в Україні зумовлюють виникнення мінливих і невизначених складних соціальних ситуацій. Зміна традиційних соціальних конструкцій взаємодії спричинює нечіткість життєвих планів людини, непередбачуваність наслідків

таких змін для особистості. Це становить значний виклик для психічного здоров'я як окремої особистості, так і всього суспільства. Демонструючи соціальну активність, людина може подолати складні соціальні ситуації та зберегти власне психічне здоров'я.

Мета дослідження полягала у визначенні стану психічного здоров'я людини в умовах соціальних трансформацій. Було проведено, зокрема, емпіричне дослідження. У ньому взяла участь студентська молодь, тобто представники соціальної групи, яка досить чутлива до соціальних змін і яка водночас порівняно з іншими віковими категоріями більшою мірою готова до сприйняття таких змін.

Завдання дослідження полягали в тому, щоб:

- з'ясувати специфіку рефлексії молоддю проблем соціальної взаємодії і власного психічного здоров'я;
- визначити чинники взаємовпливу соціальних трансформацій як різновиду складних соціальних ситуацій і ставлення молоді до власного психічного здоров'я;
- окреслити шляхи покращення соціальної ситуації в контексті встановлення соціальної стабільності, що сприятиме зміцненню психічного здоров'я молоді.

Дизайн дослідження базувався на низці теоретичних засад і практичних підходів, а саме:

– циркуальну каузальність як взаємозв'язок та інтеракцію соціальних, психологічних і психічних компонентів чинників здоров'я людини визначено як принцип дослідження взаємозумовленості стану психічного здоров'я, характеру групової активності молоді та розуміння нею шляхів розбудови суспільства в складних соціальних ситуаціях;

– оскільки українське суспільство нині стикається із серйозними соціальними проблемами в розвитку громадянського суспільства (соціально-економічна криза, соціальні перетворення, соціальні наслідки воєнного конфлікту, збільшення міграційної активності населення тощо), то Україна і є прикладом країни економіки та суспільства «перехідного періоду». Зазначимо, що Центральна і Східна Європа (ЦСЕ), до якої належить і Україна, називають «перехідним регіоном» (Szondi, 2007). Двадцять вісім незалежних держав постали на теренах країн колишнього соцтабору, що перебували досі під владою Радянського Союзу. Сьогодні ці країни перебувають на шляху до (пере)визначення своїх культурних, соціальних, політичних та економічних систем, намагаючись дистанціюватися від концепції «Східна Європа» і комуністичного минулого. Більшість із цих країн, прагнучи побудувати нові національні ідентичності, стикаються з необхідністю свого «ребрендингу» як держави. Національна ідентичність та особистісна ідентичність громадян визначають інтерпретації реальності, транслуються через міжособові стосунки та спільний досвід, базуються на загальних конструкціях цінностей (Szondi, 2007). Такі соціальні умови формують певне ставлення населення до власного здоров'я, і це дає змогу досліджувати зв'язок між ставленням молоді до піклування про своє психічне здоров'я і характером її соціальної активності. Саме в таких умовах невизначеності, зміни соціальних ролей, життєвих планів особистості, вимог суспільства до поведінки людини в соціумі як представника певної великої соціальної або малої групи і виникає соціальне підґрунтя для складних ситуацій;

– щоб більш ефективно прогнозувати майбутні тенденції розвитку як громадянського суспільства України, так і ментального здоров'я її населення, за респондентів було взято студентську молодь українських закладів вищої освіти;

– специфіка зв'язку між соціальною активністю молоді і її піклуванням про власне здоров'я стане показником реакції молоді людини на трансформаційні зміни в суспільстві;

– проблему піклування молоді про власне психічне здоров'я в умовах перехідного суспільства ми аналізували на кількох рівнях:

- екзистенційному – як усвідомлення молоддю своєї належності до глобального світового простору або лише до того регіону, де вона мешкає;
- культурному – як творення молоддю певних культурних цінностей;
- соціально-психологічному – як усвідомлення молоддю особливостей соціальної ситуації власної активності,
- особистісному – як усвідомлення молоддю людиною своїх потреб у розвитку;
- саногенному – як створення державою належних соціально-психологічних умов для запобігання моральному і психічному виснаженню громадян.

У процесі дослідження було використано *авторські анкети* (Vus, & Omelchenko, 2019) для вивчення ставлення:

- до догляду за власним психічним здоров'ям (додаток 1);
- до характеру здійснення соціальної активності (додаток 2).

Діагностичні маркери дослідження за першою методикою визначено на основі узагальнення інформації, акумульованої організацією «Mental Health Foundation» (Фундація Психічного Здоров'я) Великої Британії. Анкету структуровано таким чином, щоб представити різні аспекти піклування про власне психічне здоров'я. Ці аспекти означено як: Культура комунікації; Культура фізичної активності; Культура харчування; Культура вияву тілесних відчуттів; Культура соціальної репрезентації (звернення по допомогу до інших, компетентність у виконанні соціально значущих справ тощо); Культура фізичної і психічної релаксації; Культура міжособових стосунків (піклування про інших тощо). Респонденти мали визначити кількість часу, які вони в середньому витрачають на специфічні активності (у хвилинах на тиждень), і розподіл затраченого часу відповідно до їхнього ставлення до виконання цих активностей: із задоволенням або без задоволення, з емоційним піднесенням або механічно, рутинно. Таким чином ми визначили характер вияву активності: механічна активність чи активність із задоволенням.

Мета іншої анкети полягала в отриманні інформації, що відбиває: (а) демографічні, соціальні, професійно-трудова характеристики респондентів; (б) рефлексію респондентами соціальних умов вияву їхньої соціальної активності та особливостей здійснення цієї активності. Дослідження проводилося на вибірці з 1562 студентів (віком від 18 до 22 років) із семи університетів України (Запорізький національний університет, Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького, Національний університет біоресурсів і природокористування України, НТУУ «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», Вінницький національний технічний університет, Одеський національний економічний університет, Національний університет «Львівська Політехніка»). Результати дослідження показали, що 78% опитаних не могли вербалізувати і конкретизувати власне розуміння поняття «ментальне здоров'я». Лише 16% респондентів визначили ментальне здоров'я як «емоційне здоров'я», «соціальне благополуччя», «соціальну, особистісну та психічну гармонію» тощо. Респонденти визначили етичну та естетичну соціальні сфери як сфери, де вони почуваються найбільш благополучно. Найнижчі оцінки щодо цього отримала політика. На основі показників стандартного відхилення зафіксовано амбівалентне ставлення до релігійної сфери.

Розгляньмо відтак більш детально різні аспекти піклування молоді людини про власне психічне здоров'я.

Культура комунікації. Сучасна молода особа витрачає на розповіді про власні почуття та переживання в середньому 172 хвилини на тиждень. Однак 77% опитаних незадоволені емоційною реакцією партнерів по спілкуванню на їхні розповіді.

Культура фізичної активності. Лише 5% загального часу, витраченого на виконання домашніх обов'язків, пов'язані з переживанням респондентами задоволення. Однак у переважній більшості випадків час, відведений респондентами на виконання ранкової гімнастики (88%), фітнесу (90%), пробіжок (75%), змагальної фізичної активності (93%), пов'язаний із переживанням радості. Водночас 68% опитаних не дотримуються жодної спеціальної системи під час занять фізичною культурою.

Культура харчування. На харчування як активність, що дає задоволення, припадає лише 34% від загального витраченого часу на споживання їжі. Не дотримуються жодної системи в харчуванні (склад страв, кількість прийомів їжі) 83% опитаних. Часто люди поєднують споживання їжі та виконання інших активностей.

Культура вияву тілесних відчуттів. Середній час, який респонденти витрачають на обійми, дотики, становить 107 хвилин на тиждень. Однак вони не завжди (26% від загального часу, що витрачається на обійми, дотики) відчувають радість та задоволення від обіймів і тілесних контактів у житті.

Культура соціальної репрезентації. Середній час, протягом якого опитані отримують соціальне схвалення в різних формах за свої дії та результати своєї діяльності, – 117 хвилин на тиждень.

Культура фізичної і психічної релаксації. Респонденти витрачають на фізичну і психічну релаксацію (йога, релаксаційні вправи, медитація, дихальні вправи) в середньому 159 хвилин на тиждень. Водночас 93% опитаних не дотримуються тут жодної системи.

Культура міжособових стосунків. Згідно з отриманими результатами, 87% опитаних незадоволені тим зворотним зв'язком, який вони отримують, піклуючись про інших (членів родини, друзів), доглядаючи за ними (дітьми, братами і сестрами, літніми членами родини).

За результатами анкетування молоді щодо характеру здійснення соціальної активності визначено чинники, які, на її думку, зумовлюють виникнення складних соціальних ситуацій. Нижче наводимо чинники в рейтинговому порядку (табл. 6.1).

Таблиця 6.1

**Чинники виникнення складних соціальних ситуацій
за уявленням студентської молоді**

№ з/п	Індикатори		Частка опитаних, які зазначили такий індикатор, %
1	Якість соціального життя	Бідність	80
		Брак соціальної підтримки	
		Зниження якості охорони здоров'я	
		Гендерні питання	
		Зниження якості батьківської опіки	
		Низька якість освіти і професійної підготовки	
		Екологічні проблеми	
		Кримінальна активність, корупція	
2	Умови трудової діяльності	Нефахова праця	75
		Безробіття	
		Нестабільність ринку праці	
		Зниження рівня оплати праці	
3	«Специфічні» проблеми,	Брак спільних цінностей	62
		Немає загальновизнаної провідної	

	які стосуються цінності людського життя, спілкування та духовності. Геополітичні проблеми	ідеології	
		Зниження цінності людського життя	
		Перенаселення	
		Міграційні процеси	
		Діджиталізація людського життя	

Примітка. Респонденти давали здебільшого не одну, а кілька відповідей на питання анкети.

Отже, молоді люди серед чинників виникнення складної соціальної ситуації на перше місце ставлять бідність. Нестабільність ринку праці та безробіття, які і є першопричинами бідності, займають у рейтингу чинників більш низькі, ніж бідність, другорядні позиції. Питання охорони здоров'я посідають третє за значущістю місце серед чинників.

Вивчалось і ставлення досліджуваних до здійснення волонтерської соціально орієнтованої діяльності. Провідна мотивація до здійснення такої діяльності полягала в тому, щоб: «дістати моральне задоволення» (62%); «отримати матеріальну компенсацію за власну діяльність» (60%); «мати зручні умови праці» (38%). Для того щоб бути залученими до розбудови суспільства, досліджувані готові виконувати волонтерську діяльність у таких сферах, як «соціальні і мистецькі проекти» (72%), «супровід заходів» (54%), «робота з інвалідами та дітьми» (28%). Однак 38% досліджуваних зазначили, що вони не залучені до волонтерської діяльності, а 32% – що взагалі не мають мотивації до волонтерства. Загалом, згідно з результатами дослідження, діяльності, яку вони визначають як волонтерську, соціально орієнтовану, молоді люди приділяють трохи більше двох годин на тиждень. Досліджувані вбачають найбільшу актуальну необхідність здійснювати волонтерську діяльність у таких сферах, як «фітнес і фізична активність» (54%), «програми розвитку дітей» (50%), «освітні проекти» (34%). Отже, незважаючи на значне зростання волонтерської активності серед населення, ми виявили досить неоднозначні мотиви участі молоді у волонтерській діяльності, які часто суперечать сенсу такої діяльності: отримати матеріальну компенсацію за своє волонтерство. Видається також дивним, що молодь не згадала серед сфер волонтерської діяльності допомогу військовим на фронті на сході України, протидію інформаційним фейкам у соціальних мережах, тобто надзвичайно значущих, актуальних для українського суспільства напрямів діяльності. Лише 30% студентської молоді мають мотивацію до здійснення волонтерської діяльності і водночас здійснюють її.

Отримані результати можна інтерпретувати як різне ставлення студентської молоді до здійснення соціально орієнтованої діяльності в сучасних соціальних умовах.

За результатами факторного аналізу виявлено 18 факторних структур показників (табл. 6.2). З них перші три, загальний внесок яких у загальну дисперсію становить близько 53%, ми визначили та інтерпретували як найбільш значущі. Ці фактори були визначено як форми збереження психічного благополуччя в складних соціальних ситуаціях, а саме як: «механічна, глобально-віртуальна вітальність молоді»; «функціональний статус міської молоді»; «емоційна підтримка, моральні та духовні цінності молоді».

Таблиця 6.2

Факторна структура чинників збереження психічного благополуччя молоді в складних соціальних ситуаціях

№ п/п	Соціально-психологічні показники	Фактори		
		I (22%)	II (18%)	III (13%)
1	2	3	4	5

1	Вік	- 0,546		-0,455
2	Умови проживання: міська територія	-	0,615	-
3	Умови проживання: сільська територія	-	-0,615	-
4	Рефлексія основних соціальних проблем у глобальному світі	0,457	-	-
5	Рефлексія основних соціальних проблем у регіоні проживання	0,415	0,554	-
6	Наявність часу для здійснення волонтерської діяльності	-	0,676	-
7	Задоволення станом матеріального благополуччя	-	-0,443	0,443
8	Задоволення рівнем залученості до активності соціуму/групи	-	-	0,717
9	Задоволення рівнем залученості до політичної активності, активності громадянського суспільства	-	-	0,425
10	Задоволення наявним станом можливостей для інтелектуальної взаємодії з іншими	-	-	0,540
11	Задоволеність рівнем життя (жити відповідно до загальних моральних і суспільних цінностей)	-	-	0,767
12	Задоволеність від краси і комфорту у власному житті	-	-	0,662
13	Задоволеність від здатності взаємодіяти і виражати себе духовно	-	-	0,525
14	Уявлення про себе як про духовну і релігійну людину	-	-	0,400
15	Рефлексія якості власного життя (механічна активність)	-	0,633	0,445
16	Репрезентація власних почуттів у міжособовій комунікації (активність із задоволенням)	-	-	0,845
17	Репрезентація власних почуттів у міжособовій комунікації (механічна активність)	-	-	0,761
18	Репрезентація власних щоденних справ у міжособовій комунікації (активність із задоволенням)	-	-	0,707
19	Репрезентація власних щоденних справ у міжособовій комунікації (механічна активність)	-	0,537	0,617
20	Виконання щоденної фізичної активності (механічна активність)	0,824	-	-
21	Виконання фізичних вправ (активність із задоволенням)	-	0,580	0,453
22	Виконання фізичних вправ (механічна активність)	0,930	-	-
23	гра (механічна активність)	0,912	-	-
24	Конкурентна/змагальна активність (активність із задоволенням)	0,590	-	-
25	Конкурентна/змагальна діяльність (механічна активність)	0,605	-	-
26	Задоволення якістю власної фізичної активності	-	-0,498	-
27	Дотримання системи у виконанні фізичної активності	-	0,557	0,513
28	Рефлексія якості їжі (активність із задоволенням)	-	0,457	-
29	Рефлексія якості їжі (механічна активність)	-	0,402	0,652
30	Споживання їжі (механічна активність)	0,795	-	0,447
31	Пиття води (механічна активність)	0,898	-	-
32	Пиття кави (механічна активність)	0,922	-	-

33	Дотримання системи харчування	-	0,445	0,453
34	Тілесні дотики (активність із задоволенням)	-	0,760	-
35	Тілесні дотики (механічна активність)	0,711	-	-
36	Рефлексія власних тілесних відчуттів (активність із задоволенням)	-	0,883	-
37	Рефлексія власних тілесних відчуттів (механічна активність)	-	0,774	-
38	Звернення по допомогу до інших людей (активність із задоволенням)	-	0,762	-
39	Звернення по допомогу до інших людей (механічна активність)	0,675	-	-
40	Отримання соціального схвалення за власні здібності та активність	-	-	0,809
41	Виконання фізичної та психічної релаксації (механічна активність)	0,716	-	-
42	Дотримання системи у виконанні фізичної і психічної релаксації	-	0,584	0,490
43	Самоосвіта (механічна активність)	-	0,438	-
44	Опіка та підтримка інших людей (механічна активність)	-	-0,408	-
45	Опіка та підтримка літніх людей (механічна активність)	0,685	-	-
46	Надання допомоги друзям (активність із задоволенням)	-	0,655	-
47	Надання допомоги власним друзям (механічна активність)	0,434	-	0,435

Фактор 1. *Механічна, глобально-віртуальна вітальність* (внесок у загальну дисперсію $V = 22\%$). Ця група показників охоплює:

- високий рівень психофізіологічної напруженості через виконання повсякденних обов'язків; опіка та догляд за людьми похилого віку, заняття розумовою і фізичною релаксацією, звернення до інших людей по допомогу, міжособова комунікація, споживання кави, води, їжі, гра, виконання фізичних вправ і щоденні фізичні навантаження виконуються механічно-рутинно, без задоволення. Навантаження пунктів № 20, 22, 23, 25, 30-32, 35, 39, 41, 45 на цей фактор розташовані в діапазоні $f = 0,605 - 0,930$;
- надання допомоги друзям на межі власних можливостей і без задоволення ($f = 0,434$);
- здійснення конкурентної/змагальної фізичної активності із задоволенням, тобто ця активність є психічним ресурсом молоді ($f = 0,590$);
- достатній рівень рефлексії глобальних соціальних проблем загалом у світі ($f = 0,457$) і на регіональному рівні зокрема ($f = 0,415$).

Таке поєднання показників у факторі можна трактувати як ознаку психофізіологічного виснаження, що може бути пов'язано з необхідністю вияву постійної активності для досягнення добробуту, здобуття особистої і професійної самоактуалізації та навіть для задоволення фізіологічних потреб (фізичне розслаблення на кшталт пиття кави). Така активність сприймається молодими людьми найчастіше як рутинна потреба відновити сили або стимулювати нервову систему, що збільшує їхню працездатність.

Нижчі від середнього значення показника «надання допомоги друзям без обтяження для себе» можна трактувати як прояв амбівалентного ставлення до виконання соціальної ролі друга: якщо молода людина усвідомлює важливість задоволення власних

потреб у спілкуванні, то це мотивує її до підтримки, схвалення та обміну життєвими враженнями з іншими. Інакше з'являється незадоволеність якістю виконання власної соціальної ролі «друга», що викликає почуття провини, самотності, що, відповідно, може призводити до розвитку депресивних станів.

Показники рефлексії соціальних проблем свідчать, що для української молоді глобальні проблеми людства набувають усе більшого значення, оскільки статистичне значення цих показників є досить високим (0,457). А проте воно лише наближається до середнього значення, що можна інтерпретувати як творення у свідомості молоді нової глобальної віртуальної реальності, у якій проблеми людства ототожнюються з труднощами їхньої соціальної групи. Таке значення показника можна також тлумачити як наявність «фонового» почуття невпевненості молоді людини в процесі виконання повсякденної діяльності. Показник рефлексії молоддю основних соціальних проблем у глобальному світі вищий від показника рефлексії соціальних проблем у тому регіоні, де безпосередньо проживає молода людина (0,415). Це можна пояснити виявом захисних механізмів заперечення, інтелектуалізації та компенсації як реакції на небезпечні соціальні конфлікти в країні. Таке розуміння отриманих результатів узгоджується з висновками дослідження психічного здоров'я українців, яке провів Міжнародний медичний корпус у 2017–2018 роках (ІМС, 2018).

Вищі від середнього значення фізичної змагальної активності (зокрема спортивні змагання), яка дає задоволення (0,590), свідчить про те, що групова фізична активність є ресурсним заняттям для частини молоді, чинником відновлення її психоемоційного стану.

Особливу увагу потрібно звернути на те, що ці показники мають негативну кореляцію з віком, а отже, виокремлені нами особливості є специфічними для вибірки молодих людей і їх не можна екстраполювати на іншу вікову групу.

Фактор 2. *Функціональний статус міської молоді* (внесок у загальну дисперсію $V = 18\%$). Особливості цієї групи показників такі:

- високий рівень задоволеності власними функціональними компетентностями, про що свідчить виконання фізичних вправ із задоволенням ($f = 0,580$), дотримання системи у виконанні власної фізичної активності ($f = 0,557$), а також – психічної і фізичної релаксації ($f = 0,584$), надання допомоги друзям із задоволенням ($f = 0,655$), наявності часу для волонтерської роботи ($f = 0,676$), відчуття задоволення від тілесних дотиків ($f = 0,760$), легкості звернення по допомогу до інших людей ($f = 0,762$) та відчуття задоволеності від власних фізичних почуттів ($f = 0,883$);
- низький рівень задоволеності молоді наявними в неї матеріальними ресурсами, про що свідчить низка показників: амбівалентні відчуття задоволеності і незадоволеності від якості їжі ($f = 0,457$; $f = 0,402$), часткове дотримання системи харчування ($f = 0,445$);
- низький рівень задоволеності саморозвитком і самовихованням (0,438);
- зосередженість молоді на відображенні насамперед регіональних соціальних проблем ($f = 0,554$), а не світових, глобальних.

Математико-статистичне групування саме цих показників можна трактувати як умову задовільного функціонального стану представників міської молоді завдяки їхній особистій інтеграції в соціальну активність. Ці результати кореспондують із дослідженнями Дж. Хоманса (Homans, 1974), Т. Яблонської та ін. (Yablonskaia, 2017), згідно з якими психологічні переваги, які надає соціальна група особистості, є важливим фактором її стресостійкості, а також підтверджують висновки В. Яніва (2006) і Т. Данилової (Yudina, & Danilova, 2018) про важливість для українців соціальної групи як поля власної індивідуальної самоактуалізації. Ось чому студенти з міста в умовах соціальних трансформацій використовують стратегію отримання і надання соціальної підтримки в найближчому середовищі свого спілкування (вони отримують допомогу від інших і надають її іншим, і не лише друзям). Молоді люди усвідомлюють важливість власної соціальної активності (включаючи волонтерську діяльність) і гармонії у взаємодії

зі своїм соціальним середовищем. Життя молоді людини спрямоване насамперед на набуття нового соціального статусу, бо вона змінює свою соціальну належність, здійснює перехід з однієї соціальної групи (сільських мешканців) в іншу (групи містян). Студентська молодь із цієї умовної соціальної групи звертає значну увагу на соціально-економічні проблеми регіону, в якому вона мешкає. Причина тут може полягати в тому, що якщо в житті людей немає регіональних проблем, то це сприяє стабільності та ефективності їхніх референтних груп, і навпаки – поглиблення регіональних проблем свідчить про поглиблення кризи розвитку групи.

Чинником, який негативно впливає на психічне здоров'я цієї групи респондентів, є також низька якість їжі, яку вони споживають (респонденти оцінили її на 3 бали з 10-ти можливих), що так само призводить до зростання почуття небезпеки, послаблення мотивації дотримуватися збалансованої дієти і, відповідно, до формування культури споживання напоїв, а не, власне, зосередження уваги на гарній їжі. Низький рівень задоволеності самоосвітою є також чинником стресу, що свідчить про брак у молоді матеріальних та особистих ресурсів для розв'язання цієї актуальної проблеми.

Фактор 3. *Емоційна підтримка, моральні і духовні цінності* (внесок у загальну дисперсію $V = 13\%$). До цієї групи показників ми віднесли такі:

- високий рівень задоволеності молоді власною соціальною активністю, про що свідчить її задоволеність участю в діяльності соціальної групи ($f = 0,717$), презентацією власних почуттів і повсякденних справ у соціальному просторі міжособового спілкування ($f = 0,845$ і $f = 0,707$), загалом життям згідно із загальними моральними і суспільними цінностями ($f = 0,767$), красою життя і зручностями в ньому ($0,662$), а також задоволеність можливістю інтелектуально взаємодіяти з іншими, духовно виявляти себе в процесі такої взаємодії ($f = 0,540$ і $f = 0,525$). Зазначимо, що цей фактор водночас включає також і показник процесу рутинного представлення власних почуттів у просторі міжособового спілкуванні ($f = 0,761$);
- середній рівень фізичної активності, про що свідчить систематичність вияву фізичної активності ($0,513$);
- відносно низький рівень матеріального і фізичного благополуччя: задоволеність матеріальним добробутом ($f = 0,443$), незадоволеність якістю власного життя ($f = 0,445$), їжею ($f = 0,447$).

Поеднання цих показників у факторі дає підстави говорити про те, що дисонансу між власною соціальною діяльністю і сформованими моральними та духовними цінностями молоді немає. Єдність цінностей і діяльності в житті молоді забезпечується значною емоційною її підтримкою з боку найближчого соціального середовища або референтної групи. Це сприяє задоволеності молодих людей якістю власного емоційно-ціннісного і морально-духовного стану, розвитку їхньої здатності продуктивно взаємодіяти з іншими та надавати їм допомогу. Варто звернути увагу на досить амбівалентне ставлення респондентів до вияву власних почуттів у міжособовому спілкуванні, що може свідчити про наявність відмінностей у ціннісній системі студентської молоді та представників інших соціальних груп, з якими вона взаємодіє.

Отже, на основі проведеного емпіричного дослідження виокремлено соціальні способи збереження молоддю свого ментального благополуччя в складних соціальних ситуаціях. Ці способи операціоналізуються як стилі життя та адаптації людини до соціальних ситуацій, які постійно змінюються.

Ідеться насамперед про такі особливості:

- життя без особливих життєвих цілей та демонстрація належності людини не до малих груп (сім'ї, дружнього кола спілкування), а здебільшого до великих соціальних, умовних, глобальних груп;
- життя як набуття молоді людиною нового соціального статусу, коли вона переходить з однієї соціальної групи в іншу шляхом демонстративно-ретельного

виконання нових соціальних функцій, функціонального опанування нових соціальних ролей;

- пошук молодого людиною підтримки у своєму найближчому соціальному середовищі, у реальній малій групі, орієнтація на моральні і духовні цінності малої групи.

До основних соціально-психологічних чинників психічного благополуччя молодого покоління в умовах глобалізації та складних соціальних ситуацій, які вона породжує, можемо віднести: ступінь інтеграції індивіда до соціальної групи; рефлексію та особливості осмислення особистістю соціальних проблем; рівень емоційного і ціннісного розвитку молоді; рівень фізичного навантаження і психологічного виснаження молодого людини; рівень її матеріального добробуту; умови і можливість займатися самоосвітою.

Аналіз осмислення молоддю соціальних проблем і складних соціальних ситуацій, пов'язаних зі статусом України як країни перехідного періоду, а також особливостей самооцінювання нею власного психічного здоров'я дає підстави для таких *висновків*. По-перше, на *екзистенційному рівні* аналізу українська молодь, що представляє країну з перехідною економікою, сформувала усвідомлення своєї належності до глобального світу та бажання покращувати власний добробут шляхом інтеграції в широкий світовий соціальний простір. По-друге, на *культурному рівні* молоде покоління створило концепцію справедливості, у рамках якої добробут людини є базовою цінністю. Водночас молоді люди сформували образ сучасного світу, в якому соціальне середовище агресивно впливає на формування особистості, інгібує її основні потреби і таким чином впливає на психічне здоров'я молодого людини. По-третє, на *соціально-психологічному рівні* молоде покоління країн з перехідною економікою усвідомлює цінність громадянської активності, оскільки така групова активність сприяє формуванню громадянської ідентичності, відчуття гордості від належності до умовної соціальної групи патріотів країни. По-четверте, на *особистісному рівні* молодь, осмислюючи проблеми людського буття, усвідомлює, що наразі проявляються його різновекторні тенденції: з одного боку, новітня інформаційна реальність приводить до роботизації різних аспектів життя людини, а з другого – очевидною є потреба людини в постійному розвитку, зумовленому швидким науково-технічним прогресом. Це сприяє появі нових форм самоактивності молоді, зокрема волонтерської діяльності, спрямованих на забезпечення розвитку живого міжособового спілкування, саморозвитку (фізичного, особистісного, професійного тощо), на підтримку фізичного здоров'я (особливо в міському середовищі). По-п'яте, на *саногенному рівні* маємо говорити про необхідність створення доступних центрів соціальної і психологічної допомоги в закладах вищої освіти або поблизу місця проживання, оскільки в українській молоді, яка живе в країні з *перехідним типом економіки*, загалом низький рівень самооцінки та психічного самопочуття в поєднанні з досить високим рівнем морально-психологічного виснаження.

На основі результатів дослідження можемо відтак визначити способи зменшення впливу соціальних фрустраторів, чинники поліпшення психічного здоров'я громадян країн «перехідного періоду» в економіці та встановлення соціальної стабільності їхньої взаємодії. Важливо підвищувати обізнаність суспільства у сфері психічного здоров'я, забезпечити інформаційну та матеріальну підтримку нових форм волонтерства молоді: створення інформаційних платформ і соціальної реклами про соціально-психологічну допомогу, облаштування доступних зон для спілкування, творчості, саморозвитку та фізичного виховання. Це сприятиме задоволенню потреби молоді в живому міжособовому спілкуванні, особистісному і професійному саморозвитку, підтримці фізичного здоров'я, а також долатню напруженості в процесі групової взаємодії.

6.2. Заклади охорони психічного здоров'я як соціальне середовище формування та розвитку малих груп

Зростання у світовому масштабі загальної кількості розладів психічного здоров'я та постановки психічних діагнозів треба розглядати не тільки в контексті сучасних екологічних, кліматичних та соціально-психологічних викликів, а й у соціально-медико-організаційному аспекті та з огляду на заходи щодо превенції глобальних світових криз.

Організація і розбудова закладів охорони фізичного здоров'я на сучасному етапі повинна мати більший пріоритет для урядів, аніж організація і розбудова закладів охорони психічного здоров'я. На заклади охорони психічного здоров'я виділяється менше ніж 10% загального бюджету охорони здоров'я, про що свідчить усереднений показник у загальносвітовому масштабі (WHO, 2018). Це призводить не тільки до зниження якості нагляду за психічним здоров'ям населення, а й, загалом, до зростання «катастрофічності» різних криз для населення, збільшення згубних наслідків для соціально-економічного добробуту країни (Patel et al., 2010). Тому саме критерій «благополуччя» населення і визначають наразі як основний критерій «рівня розвитку» країни. У країнах з перехідною економікою, до яких належить і Україна, де заклади охорони здоров'я перебувають у процесі реформування, так би мовити, «відкрите» соціальне середовище спілкування і взаємодії для людей із розладами психічного здоров'я може стати чинником поглиблення їхніх психічних негараздів. Лікування в стаціонарних умовах й амбулаторно може суттєво відрізнитися для таких людей з погляду переживання ними відчуття захищеності або незахищеності, безпеки або небезпеки, спокою або тривожності. Отже, соціальні умови перебування людей із розладами психічного здоров'я будемо розглядати як складну соціальну ситуацію для такої категорії людей.

Мета дослідження полягала в тому, щоб проаналізувати мотивацію людей з розладами психічного здоров'я в отриманні медико-соціальної допомоги в умовах інституціональної медичної системи охорони психічного здоров'я як соціальному середовищі з формування та розвитку малих груп.

Дизайн дослідження. Значну увагу приділено вивченню мотиваційних детермінант отримання особами, хворими на шизофренію, медико-соціальної допомоги та особливостей їхньої соціальної поведінки. Пацієнтів закладів охорони психічного здоров'я було обрано для дослідження, оскільки саме умови цих закладів спричиняють формування специфічної соціальної ситуації взаємодії та специфічних малих груп.

Методики дослідження:

- *Опитувальник самотигматизації, соціального функціонування і якості життя*, розроблений та апробований І. Гуровичем та ін. (1994; 2015);
- *шкали «PANSS», «SANS»* (Kay, Fiszbein, & Opler, 1987) в адаптації С. Мосолової (Гурович, & Шмуклер, 2015), спрямовані на діагностику психопатологічної симптоматики хворих на шизофренію;
- *шкала «BPRS»* – Brief Psychiatric Rating Scale (Overall, & Gorham, 1962), призначена для оцінки продуктивної психопатологічної симптоматики;
- *шкала «GAF»* – Global Assessment of Functioning (Hall, 1995), адаптація (Рустанович, & Фролов, 2001), призначена для оцінки соціального, професійного і психологічного функціонування людини;
- *Опитувальник медикаментозного комплаєнсу* (як міри терапевтичного співробітництва пацієнта з лікарем), розробленого в НДПНІ ім. В. М. Бехтерева (Лутова et al., 2007).

Учасники дослідження. У дослідженні, проведеному у 2018 році, взяли участь 80 пацієнтів закладів охорони психічного здоров'я міст Києва і Львова.

Результати та обговорення. Більша частина досліджуваних (70,9%) самостійно звертаються до психоневрологічного диспансеру, щоб отримати медико-соціальну допомогу. За викликом лікаря звертаються 7,8%. Але не всі пацієнти згідно з їхніми самозвітами звертаються суто за лікуванням (тільки 45,6%). Тобто йдеться про те, що характер звернень по медико-соціальну допомогу в умовах клініки пов'язаний також із

задоволенням певних соціально-психологічних потреб. Оскільки, як показує практика, умови клініки створюють для психічно хворих осіб окреме соціальне мікросередовище, де проходить частина їхнього життя, де набувають подальшого розвитку їхні навички міжособової взаємодії, формуються і розвиваються соціальні вміння, поведінкові патерни, світоглядні настановлення.

Частка досліджуваних, які мають дуже погане психічне здоров'я, становить 1,9%; погане – 20,4%. Задовільний стан психічного здоров'я виявлено у 68% досліджуваних.

Переважа більшість досліджуваних (67%) виявили задоволеність станом свого психічного здоров'я, незадоволених було 33,2%.

Незадоволеність фізичною працездатністю висловили 26,2% досліджуваних. Задоволені своєю фізичною працездатністю 73,8%. Виявлення трудової активності психічно хворих осіб має низку обмежень клініко-соціально-особистісного характеру. Часто їхня трудова активність обмежена соціально-правовими нормами (статус інвалідності). Однак 57,2% досліджуваних висловили задоволеність щодо своїх соціальних пілг та преференцій, а значна частина досліджуваних (19,4%), маючи збережену працездатність, не здійснюють трудової діяльності.

За результатами вивчення специфіки щоденної активності психічно хворих осіб встановлено, що 12,6% досліджуваних практично ніколи не спілкуються з друзями і знайомими. Значну обмеженість міжособової взаємодії виявлено у 7,7% досліджуваних (так, вони підтримують соціальні контакти тільки щоквартально – 3,9%; раз на півріччя – 1,9%; раз на рік – 1,9%). Щоденно підтримують міжособові контакти 38,8%; щотижня – 26,2%; раз на місяць – 14,6%. Незадоволеність рівнем своєї щоденної активності висловили 23,3% досліджуваних. Переважна ж більшість досліджуваних (76,7%) виявила задоволеність.

У частини досліджуваних (20,3%) виявлено обмеженість соціальних контактів, ускладненість міжособової взаємодії. Близько третини досліджуваних (30,1%) ніколи не відвідують місця культурного відпочинку і не можуть самостійно організовувати власне дозвілля. Повністю мають змогу обслуговувати себе в побутовій діяльності тільки 26,2% досліджуваних. Однак переважна більшість досліджуваних (76,7%) виявила задоволеність рівнем своєї щоденної активності.

За результатами вивчення суб'єктивного відчуття благополуччя встановлено, що психічно хворі люди почуваються:

- абсолютно неблагополучними і нещасними – 5,8%;
- в основному неблагополучними – 16,5%;
- в основному благополучними – 53,4%;
- повністю благополучними і щасливими – 24,3%.

Загалом, з огляду на результати дослідження особливостей соціальної поведінки пацієнтів закладів охорони психічного здоров'я можна стверджувати, що в доволі значній частини досліджуваних виявлено:

- складнощі міжособової взаємодії, проблемність виявлення щоденної і соціальної активності;
- тенденцію до легітимізації проблем соціальної активності в статусі інвалідності (тим самим пацієнти можуть перекладати відповідальність за своє життя на державу/суспільство);
- специфічну трансформацію сприйняття об'єктивної соціальної реальності, своєрідність психологічних настановлень соціальної перцепції, а саме: світ за межами медичної установи і домівки – некомфортний, викликає настороженість і тривогу;
- внутрішнє переживання антагонізму між світом «здорових» і світом «хворих»; бажання «розбудувати» для себе більш зручне і комфортне «суспільство» (симулякр реального суспільства), комфортне коло спілкування в межах соціальної взаємодії в медичних установах.

Характер звернень пацієнтів по медико-соціальну допомогу в умовах інституціональної (медичної) системи охорони психічного здоров'я дає підстави стверджувати таке:

- поряд із потребою в медичній допомозі пацієнти також задовольняють і певні соціально-психологічні потреби (бути прийнятим, зрозумілим у вузькому колі спілкування тощо);
- умови клініки створюють для психічно хворих осіб окреме соціальне мікросередовище, де проходить частина їхнього життя, набувають подальшого розвитку навички міжособової взаємодії, формуються і розвиваються відповідні соціальні вміння, поведінкові патерни, світоглядні настановлення;
- персонал психіатричних клінік, інші пацієнти стають для людей з розладами психічного здоров'я найбільш сприятливим життєвим середовищем

Отже, перевагою інституціональної (медичної) системи, як її сприймають люди з розладами психічного здоров'я, є можливість створити для себе закрите, безпечне і розвивальне середовище. Однак ця перевага надалі для людини з розладами психічного здоров'я перетворюється на складну соціальну ситуацію, зокрема коли вона починає взаємодіяти в широкому соціальному просторі: в транспорті, у закладах освіти, за місцем роботи тощо. Дружнє коло спілкування (мала група) поза межами закладу охорони здоров'я для такої людини може й не сформуватися. Водночас особи із психічними розладами переживають антагонізм між світом «здорових» і світом «хворих», вони прагнуть відшукати щось більш зручне і комфортне для себе в суспільстві, ніж це в них є наразі; причина їхніх звернень по медико-соціальну допомогу в клініку – це не лише стан здоров'я, а й потреба в задоволенні певних соціально-психологічних потреб (бути почутим, прийнятим тощо), а умови клініки створюють для них певний «мінісоціум» (закрилу групу), де специфічним чином долається фрустрація їхніх потреб, розвиваються навички міжособової взаємодії, поведінкові патерни, світоглядні настановлення. Після виписування пацієнта із клініки важливо забезпечити функціонування референтної для нього малої групи, де б він зміг продовжити своє спілкування з важливих для нього питань, виконувати певні соціальні функції щодо допомоги іншим особам, які залишили медичний заклад, але відчувають антагонізм у спілкуванні між «здоровими» і «хворими».

6.3. Пандемія COVID-19 як новітня складна соціальна ситуація: біопсихосоціальне благополуччя студентів університетів європейських країн

Пандемія вірусу COVID-19 викликала обговорення в широких колах науковців щодо необхідності додаткової підтримки вразливих категорій населення (Bao et al., 2020; Odriozola-González et al., 2020). Однак студентські групи за біологічними і валеологічними ознаками не було віднесено до вразливих груп населення. Саме тому психосоціальна «вразливість» студентської молоді до впливу пандемії COVID-19 залишається ще недостатньо дослідженою сферою в сучасній науковій літературі.

Гіпотеза. Пандемія вірусного захворювання COVID-19 стала специфічною, соціально складною ситуацією для студентів університету, оскільки:

- заходи соціальної ізоляції згубно впливають на формування їхніх навичок і компетентностей у здійсненні соціальної активності;
- наслідки пандемії вірусу COVID-19 посилюють їхнє відчуття невизначеності щодо майбутнього (James et al., 2020);
- багато студентів у європейських країнах втратили джерело своєї фінансової стабільності і підтримки навчання (неповну роботу, підробітки).

Мета дослідження. Ці припущення лягли в основу емпіричного дослідження наслідків впливу пандемії вірусу COVID-19 на психічне, психологічне та соціальне

здоров'я і благополуччя університетської молоді як певної соціальної групи.

Дизайн дослідження. Емпіричне дослідження розроблено міжнародною командою науковців з університетів Нідерландів, України, Німеччини, Фінляндії, Італії з метою визначення впливу пандемії вірусу COVID-19 на біопсихосоціальне благополуччя студентів. Дослідження (онлайн-формат опитування) проведено у квітні-травні 2020 року.

Обстеження було спрямоване на виявлення такої інформації:

1. Демографічний статус респондентів: країна походження і країна навчання, вік, стать, рівень навчання (бакалаври чи магістри), сфера навчання і навчальний заклад, умови життя студентів та їхня трудова зайнятість.
2. Соматичні і соматоформні (психосоматичні) скарги, які діагностувалися за допомогою валідизованого опитувальника PHQ-15 (Kocalevent et al., 2013; Kroenke et al., 2002). Цей опитувальник на 15 пунктів розширено набором питань щодо зміни вираженості симптомів до і під час пандемії.
3. Психологічні скарги. Для вимірювання ступеня занепокоєності респондентів використовувалася шкала стурбованості щодо: фінансових проблем, академічних вимог, житла, турбот про здоров'я, перспектив роботи, світових справ, особистих стосунків, релігійних питань і навколишнього середовища (Davey et al., 1992).
4. Спосіб життя. Індивідуальні звички (вживання алкоголю, кави, куріння, замовлення фаст-фуду, виконання фізичних вправ, прогулянки, сон і медитація) та соціальні звички (використання соціальних медіа, міжособова онлайн- і офлайн-комунікація, залучення до волонтерської діяльності). Окремо вивчався ступінь відчуття молоддю самотності. Учасники дослідження оцінювали, наскільки вони задоволені своїм способом життя і почуваються щасливими, ведучи той чи інший спосіб життя.

Учасники дослідження. Загальна кількість респондентів – 551 особа. Середній вік – 22,6 роки (SD = 4,78), 85,5% – жінки, 14% – чоловіки, 0,5% – небінарні. У державних закладах вищої освіти навчалися 60,4% учасників, 37,2% – у приватних університетах, а 2,4% не впевнені щодо статусу свого освітнього закладу. Більшість респондентів – 62,3% – не працює, 21,1% працювали за сумісництвом і 16,7% працювали неповний робочий день. Багато студентів проживали з батьками (40,5%), 21,4% жили самі, 19,6% спільно орендували квартиру, 7,8% проживали в гуртожитку, а 10,7% вибрали «інше житло».

Результати та обговорення. Студентська молодь Європи, як і інші групи населення, наприклад літні люди, лікарі (DeCaprio et al., 2020; Zhou et al., 2020), теж зазнала негативних наслідків пандемії COVID-19. Незважаючи на те, що досліджувані студенти не зазначили у своїх відповідях виняткові/критичні для них наслідки соціальної ізоляції, однак загалом ситуація пандемії COVID-19 негативно позначилася на їхньому благополуччі і самопочутті.

Вплив пандемії на соматичне здоров'я. Психосоматичні скарги. Раніше в кількох дослідженнях було відзначено високу поширеність соматичних і психосоматичних симптомів у студентській популяції, що пов'язували з академічним стресом та іншими невизначеностями/викликами в їхньому житті (Allgöwer et al., 1998; Fradelos et al., 2019; Reig-Ferrer et al., 2001; Stock et al., 2003; Yudina, & Danilova, 2018). Тому й не дивно, що така нова велика подія, як всесвітня пандемія інфекційного захворювання, теж могла стати причиною посилення та ускладнення таких симптомів.

Результати проведеного дослідження свідчать про статистично значуще зростання вираженості соматичних і психосоматичних симптомів у середовищі студентського населення Європи за період карантинних обмежень. Водночас наше дослідження виявило такі цікаві факти:

- різний темп наростання вираженості симптомів (як соматичних, так і психосоматичних);
- наростання вираженості соматичних і психосоматичних симптомів збігається із встановленням/розвитком нових звичок, пов'язаних із здоровим

способом життя (наприклад, зменшення споживання алкоголю, збільшення часу для прогулянок на свіжому повітрі).

Серед найбільш виражених соматичних симптомів були «непритомність» і «задишка, ускладнене дихання», що може свідчити про зростання тривожності і схильності до панічних атак.

Результати нашого дослідження щодо вираженості соматичних і психосоматичних симптомів можуть бути використані медиками та університетськими закладами для розроблення програм медико-психосоціальних інтервенцій. Серед рекомендованих можливостей можуть бути:

- запровадження/поширення програм навчання медитативних практик;
- підвищення загальної обізнаності щодо управління/копінгу панічними атаками.

Вплив пандемії на психічне здоров'я. Психологічні скарги. Опитувальник вивчення стану психічного здоров'я та вираженості психологічних скарг (Davey et al., 1992), обраний для оцінки психічного здоров'я студентів, раніше був розроблений та валідизований спеціально для студентів університету (Evans et al., 2005).

Під час аналізу отриманих емпіричних даних виявлено:

- розмежування між клінічними і неклінічними показниками у досліджуваних. Якщо середнє значення всіх неклінічних показників становило 1,04, SD = 0,67, то середнє значення клінічних – $M = 2,11$, SD = 0,67 (Mann–Whitney $p < 0,001$);
- показники шкал психологічних скарг свідчать про те, що у студентів університетів психічне здоров'я справді значно погіршилося і що у них спостерігається значний рівень вираженості психологічних проблем. Це узгоджується з попередніми висновками інших досліджень, які свідчать про те, що під час пандемії молоді люди часто скаржаться на тривожність (Mazza et al., 2020);
- одні з найвищих кількісних показників за шкалою «занепокоєння» пов'язані з фінансовими проблемами і перспективами роботи. Тобто ці проблеми є одними з найактуальніших для студентів університету. Це можна тлумачити в контексті того, що студентська молодь стурбована перспективами майбутнього та економічними наслідками пандемії: безробіттям, інфляцією та закриттям бізнесу;
- показник стурбованості студентської молоді через стан загальносвітового розвитку, глобальні світові процеси є найвищим серед усіх інших показників опитувальника. Середнє значення цього показника суттєво перевищує навіть середнє значення інших двох показників занепокоєння студентів: щодо фінансових проблем і щодо перспектив роботи. Це пояснюється тим, що занепокоєність через глобальні процеси пов'язана зі спільним соціальним майбутнім людства, а не з індивідуальним. І це спільне майбутнє залежить серед іншого і від пандемій інфекційних захворювань світового масштабу. Велика ймовірність того, що на ці результати вплинули особливості вибірки студентської молоді, адже лише більше третини (37,7%) не лише навчалися, а й працювали. Також зауважимо, що часом у психології припускається, що вищий порівняно з іншими віковими категоріями рівень стресу серед молодого населення пов'язаний з рівнем доступу до джерел інформації (Zhou et al., 2020). Це частково також може пояснити високий рівень стурбованості студентської молоді світовими справами в нашій вибірці.

Вплив пандемії на індивідуальні і соціальні звички, спосіб життя. На основі результатів дослідження встановлено, що серед студентської молоді, яка представляє європейські університети, спостерігається:

- незначне збільшення кількості використовуваних соціальних медіа та частоти соціальних взаємодій в інтернеті;
- зменшення частоти живої соціальної взаємодії, соціальних трансакцій, що є закономірним наслідком запроваджених урядами країн карантинних обмежень;
- середньо виражений рівень переживання самотності.

Середні, не завищені показники переживання самотності в поєднанні зі «стабільним» рівнем «зануреності» у віртуальний світ соціальних мереж та інтернету на тлі обмеження «живих» соціальних контактів можна інтерпретувати так: використання соціальних інтернет-медіа молодими людьми стає все більш важливим аспектом формування їхньої особистісної та соціальної ідентичності (Bartsch, & Subrahmanyam, 2015). Незалежно від впливу ситуативних чинників залученість молодих людей до соціальних мереж та електронних ЗМІ є невід'ємною складовою їхнього способу життя, усталених соціальних звичок.

Деякі попередні дослідження виявляли зв'язок між частотою використання соціальних мереж / інтернет-ресурсів та зниженням рівня психічного здоров'я (Sahu, 2020). Незважаючи на це, останнім часом збільшилася кількість досліджень, які намагаються піддати ретельному аналізу і перевірці такі зв'язки між рівнем психічного здоров'я і рівнем інтернет-комунікації. Дехто з дослідників навіть припускає, що використання соціальних медіа може бути корисним для психічного здоров'я через збільшення можливості автентичного («самобажаного») самопредставлення в інтернеті (Berryman et al., 2018; Reinecke, & Trepte, 2014). Загалом, є думка, що кількісні та якісні показники використання соціальних інтернет-медіа мають тісніший і складніший зв'язок із станом психічного здоров'я, ніж просто характеристики погіршення/покращення психологічного благополуччя (Berryman et al., 2018; Davila et al., 2012). Саме тому можемо зробити висновок, що зростання кількості та якості соціальної взаємодії в інтернет-просторі може захищати людину від почуття самотності. Однак для виявлення цього гіпотетичного зв'язку потрібні подальші дослідження.

Водночас цікавим і важливим є той факт, що молода інтелектуальна генерація Європи засвідчила дуже високий рівень дотримання ними обмежувальних заходів, запроваджених урядами в період пандемії COVID-19. Це важливо враховувати під час розроблення національних і місцевих профілактичних програм щодо пандемічних ситуацій.

Отже, серед студентської молоді під час пандемії COVID-19 помітно зростають тривожність і схильність до панічних атак, що зумовлено стурбованістю молодих людей перспективами майбутнього та економічними наслідками пандемії: безробіттям, інфляцією та закриттям бізнесу. Водночас студенти опановують нові життєві звички, пов'язані із здоровим способом життя, що може бути інтерпретовано як вияв копінг-стратегії долаття стресу.

7. СИМВОЛІЗАЦІЯ ДОСВІДУ ДОЛАННЯ СКЛАДНИХ СОЦІАЛЬНИХ СИТУАЦІЙ У ГРУПОВОМУ ПРОЦЕСІ

7.1. Складні соціальні ситуації: групові стереотипи і символи долаття

Малі групи як структури, що організовують соціальне життя людей, щодо свого функціонування мають низку особливостей: вони різняться за складом, довгостроковою метою, цінностями, ресурсами тощо. Однак їхні особливості пов'язані також із актуальною ситуацією (стабільною або кризовою), яку проживають члени групи. Ситуація є кризовою, коли окремій особі або групі людей неможливо надалі вирішувати життєві завдання звичним для них способом (Психосоціальна допомога..., 2012). Криза є певним апогеєм на шкалі зростання складності ситуації: від напруженості в соціальній взаємодії до власне кризи.

Кризова ситуація, в якій опинилася група, означає, що через вплив зовнішніх (війни, економічний спад, безробіття тощо) або внутрішніх чинників виникає потенційна або реальна загроза існуванню групи як цілого, а це, відповідно, потребує зміни способу її буття. До внутрішніх відносять чинники, пов'язані з розвитком групи (стадія штормінгу за Tuckman (1965)) або з її регресом, який актуалізує захисні механізми і жорсткі стереотипи взаємодії, що зазвичай виникають унаслідок впливу соціальних потрясінь, колективних травм (Горностаї, 2019) та інших негативних зовнішніх соціальних впливів на групу. Отже, кризовими ситуаціями для групи можуть бути: внутрішні конфлікти, коли члени групи не можуть дійти компромісного для кожного її члена рішення; переживання членом групи екстремальної події, яка впливає на всіх членів групи і потребує негайного відреагування; зовнішні обставини, які ставлять під загрозу саме існування групи; стадія розпаду групи.

Кризові умови – більш широке поняття, ніж кризова ситуація. Власне, вони є зовнішніми чинниками функціонування групи. Кризові умови можуть і не становити актуальної загрози існуванню певної малої групи. Потенційні ж загрози зовнішнього (економічна криза, бойові дії тощо) і внутрішньогрупового (особливості стану деяких учасників, наприклад посттравми) характеру зумовлюють певні особливості групи, однак не завжди викликають внутрішню кризу в групі.

У контексті обговорюваної проблеми потрібно також окреслити коло характеристик, що відрізняють *групу, яка перебуває в кризових умовах*, від власне *кризової групи* як більш поширеного терміна. Останній не є науковим поняттям, його немає в Оксфордському академічному словнику (Oxford Learner's Dictionary of Academic English). Термін використовують як усталене в медіапросторі означення команд із врегулювання криз, управління кризовою ситуацією або груп із кризової комунікації. Натомість *група в кризових умовах* – це група, яка перебуває в складних соціальних умовах, чинниками яких є зовнішні щодо групи суспільні негаразди. Члени таких груп мають статус певної соціальної, актуальної для них вразливості (наприклад, постраждалих унаслідок війни або певних суспільних катаклізмів, стихійних лих). Такі групи зазвичай потребують зовнішнього врегулювання ситуації. На відміну від груп, які мають внутрішню кризову ситуацію, усередині таких груп може домінувати синергійність взаємодії та емоційне взаємопорозуміння.

Зазначимо, що реальна складна соціальна ситуація та уявлення про неї учасників групи можуть відрізнятися. Так, для одних учасників ситуація видається звично складною, для інших – незвично, занадто складною. Питання формування образу такої ситуації образу самої групи в її членів у цих умовах залишаються недослідженими. Однак ці образи (ситуації і групи в кризових умовах) є регуляторами взаємодії людей. Відповідно до них група продукує стратегії долаття соціальних складнощів.

Образ групи – це сукупність уявлень членів групи про її діяльність, про окремих її членів, про групове середовище, у якому вони перебувають. Він формується на основі очікувань членів групи щодо інших учасників взаємодії, а також уявлень і рольових домагань щодо власного статусу в групі. Також образ групи залежить від попереднього досвіду перебування учасників актуальної групи в інших групах, від уже сформованих стереотипів щодо групи, себе в групі та характеру групової взаємодії. Формування образу групи зумовлюється внутрішньогруповими процесами: етапами групової динаміки,

диференціацією групи на мікрогрупи, ієрархічним і статусним розподілом ролей серед членів групи (рольового розгалуження статусів), особливостями групової взаємодії тощо. Зауважимо, що створений кожним учасником образ групи може частково або повністю охоплювати її груповий образ. Так, метафора «довго запрягають» є образом групи, яка довго готується до виконання якоїсь спільної справи; «на одного виконавця – три командири (управителі)» – образом малої групи або організації, де заплутані або ще не сформовані владно-підвладні відносини.

Мала група має і свій зовнішній груповий образ – імідж, який набуває неабиякого значення, коли йдеться про суспільно важливу діяльність групи, її соціальну спрямованість. Якщо група створена задля вирішення нагальних спільних для учасників групи питань, то її образ формується без тиску суспільної норми і особистісні образи групи можуть не підпорядковуватися загальногруповому рівню. Отже, образ групи складається з «внутрішнього» автообразу, створеного учасниками групи, і зовнішнього – іміджу, «обличчя» групи. Образ групи має певні рівні функціонування: особистісний (кожного учасника групи) і загальногруповий.

Група в кризових умовах має певні особливості власного образу групи. Конкретний образ групи може набувати символічного значення, якщо презентує сутність групи, її цінності, значущі для групи події, пов'язаний з її історією – стисло і наочно означає групу. Низка символів, пов'язаних з образом групи, слугує, з одного боку, інформативними загальними ознаками групи, а з другого – опорою у формуванні групової ідентичності її учасників. Образ групи її учасники можуть презентувати у вербальній та образно-символічній формі.

Уявлення групи про складну ситуацію також можуть містити символи. Ці символи відображають приховані смисли взаємодії учасників групи в складних соціальних ситуаціях, можуть свідчити про стратегії їх долання і стереотипи взаємодії. Важливим є попередній досвід учасників щодо стратегій взаємодії і долання таких ситуацій. Цей досвід привноситься в поле групи і ним можуть скористатися інші її учасники. Отже, на символічному рівні відбувається обмін стратегіями і збагачення особистісного досвіду членів групи. Символізація групових процесів зумовлює метафоричне сприймання групи і себе в ній. Це полегшує сприймання групи оточенням і, отже, веде до певної стереотипізації процесів взаємодії. Отже, загалом символізація групових процесів сприяє розвитку групи та консолідації її членів, а складові групового процесу (взаємодія, символізація, обмін, збагачення досвідом і частково – стереотипізація) слугують формуванню групової ідентичності кожного члена групи.

Тож розгляньмо внутрішній образ малої групи крізь призму процесів символізації, що дасть змогу розкрити символічний характер уявлень про саму групу і стратегії та стереотипи долання ситуації, в якій перебуває група. Проведене нами емпіричне дослідження ставило за мету виявити такі уявлення, стратегії, стереотипи і символи у членів груп, які перебувають у кризових умовах. Вибірку склали 132 особи (57 чоловіків і 75 жінок, середній вік – 42 роки) – 16 малих груп різного спрямування взаємодії: реальні групи, які перебували в кризових соціальних умовах (ситуаціях воєнних конфліктів і пов'язаних з ними гуманітарних криз), і новостворені групи із потерпілих від таких криз, групи самопомогі. До цих груп належали вимушено переселені особи із зони воєнних дій на сході України, родини демобілізованих військовослужбовців, ветерани АТО/ОСС. Опорними базами емпіричного дослідження стали Київське відділення Товариства Червоного Хреста України, ГО «Родини ветеранів АТО».

Методи дослідження: анкетування, включене спостереження, феноменологічний аналіз, моделювання соціально-психологічних процесів у штучно створених умовах рольової гри.

Емпіричне дослідження проводилось у три етапи: 1) розроблення та апробація анкети «Я в групі», 2) проведення семінару «Життєві кризи і складні ситуації» та анкетування учасників груп, 3) проведення авторської комплексної методики

«Символізація групового досвіду» у формі соціально-психологічного тренінгу. Під час розроблення змісту практичної частини нашого дослідження ми спиралися як на власний досвід ведення груп (Плетка, & Чаплинская, 2017), так і на досвід колег-психологів (Коқун, Агаєв, Пішко, Лозінська, & Остапчук, 2017).

Анкета «Я в групі» спочатку складалася із 26 запитань закритого і відкритого типу. Вони розкривають особливості взаємодії в малій групі, яку людина вважає своєю (група належності; найближче соціальне середовище людини). Після апробації анкети перелік її запитань скоротився до 18 (додаток 3). Відповіді на них містять інформацію про складні соціальні ситуації, стереотипність взаємодії, символи групи, символізацію власного і групового досвіду, звичні стратегії подолання наслідків складних соціальних ситуацій.

У цьому розділі ми опишемо відповіді респондентів на ключові питання, які висвітлюють тематику додання складних соціальних ситуацій. *Семінар* мав таку структуру: знайомство ведучого з учасниками, актуалізація їхніх очікувань; групове обговорення проблематики складних соціальних ситуацій та особливостей їх додання як самостійно, так і в групі; рольова гра «Підтримай мене» (додаток 4); обговорення набутого досвіду; заповнення анкети «Я в групі». Перед анкетуванням важливо обговорити з учасниками семінару термінологію: «група належності», «Ми-група», «контактна група». Тривалість семінару – 3-4 години залежно від потреби групи. Наступним етапом дослідження стала робота за методикою «Символізація групового досвіду»: учасники груп змогли не тільки намалювати образи групи та визначити стратегії додання складних соціальних ситуацій, а й проаналізувати власний і груповий досвід їх додання. Оскільки на семінарах були присутні люди, які багато часу контактували між собою ще до семінару і створили осередки живого спілкування, котрі можна означити як контактні малі групи (бойові побратими, родини переселенців), то робота з образом групи, анкетування стосувалися насамперед цих груп, а, звісно, не групи учасників семінару, який проводився в процесі дослідження.

Розгляньмо більш детально типові уявлення про групу представників груп, які перебувають у кризових умовах, на основі їхніх відповідей на запитання анкети. Насамперед респонденти зазначають, що перебування в групі для них є комфортним. Вони майже одностайно (93%) запевняють, що група їм подобається. В її описах переважають оптимістичні та доброзичливі характеристики, що свідчить про їхню групову ідентичність та лояльність до своєї групи. Можливо, така атмосфера не була б настільки комфортною, якби мала група була безпосередньою мішенню кризи або опинилася в центрі кризової ситуації. Складні зовнішні умови спонукають членів групи до згуртування та адаптації, що, відповідно, сприяє виникненню відчуття комфорту від перебування в групі. Група також стає комфортним середовищем, прихистком для членів групи, коли в зовнішньому соціальному середовищі вирує війна, панують соціальна нестабільність і вимушені міграційні процеси. Отже, група сприяє консолідації учасників у разі функціонування її в кризових умовах.

З попередньою тезою про комфортність перебування в такій групі кореспондує і твердження про належне задоволення в колі групи індивідуальних потреб членів групи у прийнятті та розумінні. Так, більшість учасників груп (86%) зауважують, що їхні життєві потреби задовольняються повною мірою, вони почуті іншими учасниками групи, а їхні думки під час прийняття групових рішень враховуються. Під час проживання складних соціальних ситуацій група «самоактуалізується» (Maslow, 1970), бо зростає активність її членів. Відбувається переструктурування потреб кожного, коли вони підпорядковуються меті групи, і тому здебільшого задовольняються. Так виникає образ малої групи в кризових умовах: активної, комфортної для учасників, у якій задовольняються індивідуальні потреби в комунікації і визнанні.

Респонденти набагато частіше як групові рольові самоідентифікації обирають ролі лідера у групах в кризових умовах, ніж у звичайних групах. Так, на роль лідера в

малих групах зазвичай претендує близько 3-4% членів малої групи (Чорна, 2014), а в групах, які перебувають у кризових умовах, – близько 50%. Це насамперед свідчить про те, що лідерські якості членів групи стають у пригоді під час розв’язання складних ситуацій, а лідерство в кризових умовах існування групи може бути ситуативно зумовленим.

На питання, чи відчувають респонденти внутрішню потребу в змінах соціального та особистого життя, більшість із них (72%) зазначили, що ці умови спонукають їх бути активнішими, змінюватися самим і змінювати комунікацію як усередині групи, так і за її межами. Майже третина (28%) членів груп зазначила, що вони воліли б лише спостерігати за змінами, не втручаючись у соціальний процес. Така пасивна позиція може свідчити про потребу в рефлексії власного досвіду, про бажання спиратися на лідерів групи та довіряти їм у груповій взаємодії. Комфортність перебування в групі для таких її членів визначається переадресуванням відповідальності за внутрішньогрупові процеси активним лідерам групи. Утім, природна потреба в комунікації задля отримання достовірної інформації про ситуацію в країні та кризові умови (воєнні дії, обстріли, безпеку тощо) є провідною для перебування таких членів у групі, вона базується на соціальних стереотипах та упередженнях про дефіцит правдивої інформації і неможливість без певних компетенцій віднайти конструктивне розв’язання проблемної ситуації. Незважаючи на лідерські домагання членів групи, певна її частина (26%) вважає, що група потребує сторонньої допомоги фахівців (юристів, соціальних працівників, реабілітологів), проте часто не артикулюється, якої саме допомоги, з якого конкретного питання.

Важливими для формування образу групи є також цінності, які транслюють її учасники. Зауважимо, що загальної класифікації цінностей на цьому етапі розвитку наукових знань немає. Так, з одного боку, цінність характеризують як об’єктивну суть речей, з другого як – вартісну цінність у грошовому еквіваленті чи під кутом зору корисності, значущості та здатності задовольняти потреби людей. Соціологи поділяють, цінності як нормативи або регулятори діяльності на цінності-норми, цінності-ідеали, цінності-цілі, цінності-засоби. З погляду психологічної науки (Долинська, 2008) цінності поділяються за предметом або змістом об’єктів, на які вони спрямовані (соціально-політичні, моральні, економічні); за суб’єктом ставлення (суспільні, цінності соціальних груп, колективні, індивідуальні). За класифікацією Е. Носенко (1999), цінності можна поділити на: 1) абсолютні (доброта, любов, правда, справедливість, гідність, свобода, чесність); 2) національні (патріотизм, національна гідність, державотворчі прагнення, історична пам’ять, змагання до єдності); 3) громадянські (права і свободи, обов’язки, соціальна гармонія, повага закону); 4) сімейно-родинні (подружжя вірність, турбота про дітей, стосунки в сім’ї, пам’ять предків); 5) особистісні (риса характеру, поведінка, стиль приватного життя) (с. 29).

Отже, наступне питання анкети стосувалося цінностей, які важливі для групи в кризовій ситуації. Респонденти виокремили низку цінностей, на які вони орієнтуються в кризових ситуаціях і які для них є підґрунтям стійкості й згуртованості групи. Цінності, зазначені учасниками дослідження, було поділено на групи залежно від їхньої спрямованості на ті чи інші аспекти взаємодії в групі: підтримка, мораль, розвиток і творчість, комунікація та діловий клімат (табл. 7.1). Зрозуміло, такий поділ є умовним, оскільки часто цінності можна одночасно віднести до декількох категорій. Цінності, наведені респондентами, узагальнено під більш широкі категорії. Назви цінностей представлено в авторській інтерпретації учасників груп. На рейтинг цінності вказує усереднений відсоток їх представленості в групах.

Таблиця 7.1

Цінності групи, які актуальні в кризових умовах її функціонування, %

Підтримка	Мораль	Розвиток	Комунікація та діловий
-----------	--------	----------	------------------------

		і творчість	клімат
Дружність (дружелюбність, дружні, теплі стосунки, дружба) – 45	Миролюбність – 23	Гумор – 29	Компетентність (верховенство розуму, професіоналізм) – 58
Взаємоповага (прийняття, взаємність) – 24	Етика – 20	Креативність – 25	Безконфліктність («згладженість», існування особистих зон комфорту, легкість досягнення компромісу, приємність взаємодії, толерантність) – 58
Підтримка – 14	Доброта (доброзичливість) – 16	Індивідуальність – 23	Оптимізм (життєрадісність, життєствердження) – 54
Довіра – 17	Людяність – 12	Розвиток – 19	Відповідальність – 21
Уважність – 13%	Чесність (правдивість) – 12	Самоцінність – 17	Взаєморозуміння – 20
Допомога людям – 10	Порядність – 11	-	Згуртованість (співпраця, (взаємодопомога) – 20
Чуйність – 9	-	-	Зацікавленість (інтерес) – 19
-	-	-	Відкритість – 11

Респонденти насамперед виокремлюють цінності компетентності в розв'язанні життєвих завдань та безконфліктності взаємодії, бо вони допомагають долати кризові умови, що переживає група. Розуміння логіки подій, їхніх причин і наслідків, уміння пояснити цю логіку іншим сприяють установленню доброзичливої атмосфери в групі.

Творчі цінності пов'язані з можливістю нестандартного розв'язання проблемної ситуації за допомогою гумору, креативності. Серед етичних цінностей провідне місце займає миролюбність, що абсолютно логічно, зважаючи на кризові умови функціонування досліджуваних нами груп.

Емоційна і дієва підтримка супроводжують процес відновлення людини після складних соціальних ситуацій або посттравми, тому вона є важливою складовою функціонування таких груп. Цінності, пов'язані з емпатією, чуйністю, взаємодопомогою, широко представлені в ціннісному груповому полі взаємодії. Важливу роль у груповому процесі відіграють цінності, пов'язані з логікою та розумінням.

Отже, провідними цінностями в груповому процесі респонденти вважають цінності компетентної взаємодії, безконфліктності та дружності у взаємодії, групової підтримки. Миролюбність, яка є полярною до ворожості та агресивності цінністю, перебуває на першому місці в рейтингу абсолютних (Носенко, 1999) етичних цінностей.

Малій групі, яка перебуває в кризових умовах, притаманні не лише феномени групової взаємодії, які становлять її ресурс долання складних соціальних ситуацій (групові лояльність і цінності, лідерські домагання більшості членів групи і водночас доброзичливий внутрішньогруповий клімат), а й такі, що гальмують цей процес. Групі властиві стереотипи і автостереотипи.

Стереотип у психології визначають як стійкий (Lippman, 1922), жорстко фіксований (Ядов, 1960) спрощений образ соціального об'єкта. Зазвичай групові стереотипи досліджують у контексті міжособової, зокрема між статевої, взаємодії (Мастерс, 1991). Стереотипи взаємодії в малій групі психологи досі майже не вивчали.

Розгляньмо детальніше процес стереотипізації в групі, який відбувається на зовнішньому щодо групи, внутрішньогруповому та особистісному рівнях. Так, зовнішній рівень стереотипізації (формування іміджу групи) тісно пов'язаний з міжгруповою взаємодією: члени груп порівнюються їх між собою, змагаються, конкурують,

конфліктують, а стереотипи сприяють швидкому оцінюванню, завдяки їм можна знецінити аутгрупу та підвищити самооцінку інгрупи. Групові стереотипи можуть перетворюватися в упередження за умови актуалізації аутгрупової дискримінації. Внутрішньогрупові стереотипи описують автоматизовані, неусвідомлювані поширені в групі способи взаємодії. Ознакою особистісного рівня є формування нових стратегій взаємодії в групі з огляду на звичні, привнесені у групу, патерни поведінки її учасників.

Респонденти означили низку стереотипів, які, на їхню думку, побутують у групі та спрощено транслиують групові процеси. Зауважимо, що деякі стереотипні твердження, які описують взаємодію, позначені способом дії, а деякі містять твердження щодо характеру цієї дії. Характерними для груп виявилися такі стереотипні твердження про членів групи та їхню активність у групі: *«одні працюють, другі – ніби працюють, не заважають, а треті – користуються ентузіазмом»*; *«хай усе вирішує лідер, без мене впорайтесь»*; *«хтось (найрозумніший у групі), має витягувати групу і мене з кризи»*; *«якщо активний, то нав'язливий, сміється і заважає»*; *«якщо неговіркий, то байдужий до групи, відсторонюється»*; *«треба приймати думку іншого, не завжди її потрібно обґрунтовувати»*. Перше з наведених тверджень влучно характеризує груповий феномен «бевзя» (Керг, 1983). Наступні два стереотипи описують звичаєву ситуацію, за якої «ініціатива має бути покарана», то й не треба висувати пропозиції. Кожен зі зазначених стереотипів має певне підґрунтя для пояснення і стосується відповідальності, яка є особливо важливою в складних соціальних ситуаціях. Групова відповідальність у вигляді «групового договору» завжди розподілена між окремими членами, а не лягає на когось одного – «папа-відбувайла».

Отже, формування стереотипів групової взаємодії спирається на ситуативну доцільність їх використання, сприяє виправдальному поясненню неконструктивних способів взаємодії в групі, виокремлення яких у стереотип свідчить про усвідомлене ставлення до цих способів взаємодії і про намагання їх позбутися.

Групові міфи – це колективні наративи, які серед іншого містять усталені, прийняті групою стереотипи взаємодії. Міфами респонденти вважають наративи: *«колись було краще»*, *«ми просто всі схожі»*, *«я знаю краще, у мене в житті таке було»*. Такі інтерпретації подій, з одного боку, допомагають позбутися когнітивного дисонансу від сприймання соціальної ситуації, а з другого – унеможливлюють пружність і гнучкість у взаємодії між членами групи. Антитезою до міфу «колись було краще» є наратив, який акцентує увагу на застигlostі в часі свідомості людей: *«ми всі з 90-х років»*.

Зауважимо, що учасники групи, надаючи споріднені і схожі відповіді на питання, виявляють, з одного боку, синергійність мислення і взаємодії в групі, коли всі почуваються «на одній хвилі», а з другого – посилює стереотипність їхніх когніцій.

Серед символів групи насамперед представлені образи природних об'єктів, що позначають згуртованість, силу, стійкість групи, її здатність вистояти в складних соціальних ситуаціях, перебороти кризу та відновитися, на кшталт того, як це циклічно відбувається в природі. Оскільки в членів групи запитували просто про символи власної групи, а не групи, яка перебуває в кризових умовах, то можна вважати, що саме в цих символах прихований глибинний духовний ресурс групи, відчуття плинності і відновлення життя.

До групових символів складних соціальних ситуацій належать образи опори, допомоги, підтримки та стійкості, які є системоутворювальними в таких ситуаціях і дають змогу віднайти ресурси для їх долання. Символи групи (по суті, автосимволи) і групові символи складної ситуації умовно можна розділити на конкретні і абстрактні, а конкретні – на природні і штучні (соціальні) (табл. 7.2). Загальна кількість наведених символів групи становила 69 одиниць (без урахування повторюваних як самотійних), а символів самих складних соціальних ситуацій – 13. Серед них переважають символи, які можна означити як позитивні або емоційно нейтральні, але які є для людини образом розв'язання складної ситуації (77%). Негативні дискурси групових символів наявні в 23% випадків: це «злам»

життя, попіл тощо. Не можна стверджувати, що демонстрація членами групи оптимістичної символіки не зумовлена механізмами психологічного захисту, однак психологічна робота із символікою допоможе членам групи усвідомити ситуацію, її ризики та перспективи.

Таблиця 7.2

**Групові символи складних соціальних ситуацій
та автосимволи групи, яка перебуває в кризових умовах, %**

Групові символи складних соціальних ситуацій	Питома вага вибору	Автосимволи групи, яка перебуває в кризових умовах	Питома вага вибору
Простягнуті долоні	15	Соняшник	17
Опора	15	Квіти	15
Сонечко, яке зігріває промінцями	12	Зірки	13
Коло любові	12	Посмішки	12
Книга	12	Серце (знак)	10
Купка попелу	10	Будиночок	10
Їжак	9	Вулик	9
Серце (знак)	5	Феєрія фантазій	5
Нескінченність	3	Коло	3
Злам (абстрактний символ)	2	Сонечко	3
Стіг сіна	2	«5»	1
Коло людей	2	Трикутник як символ ієрархії	1
Дуб	1	Сад	1

Як бачимо, серед символів переважають конкретні, а серед них майже порівну представлені природні і соціальні.

Отже, особливостями груп, що опинилися в кризових умовах і їх долають, є такі їхні характеристики:

- комфортність групи – перебування в ній для членів групи є емоційно комфортним, вони вподобали групу та виявляють бажання в ній перебувати; образ групи базується на схвальних і доброзичливих твердженнях;
- проактивна позиція групи і феномен «ситуативності» лідерства – більшість членів групи виявляють соціальну активність, залежно від ситуації та актуальних групових завдань проявляють рольову гнучкість, беруть на себе відповідальність та виконують роль лідера групи (менеджера, модератора, керівника, натхненника);

- групова взаємодія як цінність – члени групи поділяють групові цінності підтримки, компетентної взаємодії і дружелюбності, тобто група консолідована на ціннісних засадах взаємодії;
- групові стереотипи як маркери поширених неусвідомлюваних способів взаємодії в групі – розкривають особливості активності її членів; здебільшого стосуються вияву ініціативи членів групи, взаємодії між лідером та іншими членами групи, розподілу відповідальності в групі;
- груповий міф як складова образу групи допомагає ситуативно, протягом якогось часу справлятися з когнітивними дисонансами, які викликає сприймання складних соціальних ситуацій; залежно від специфіки міфу він може консолідувати групу і метафорично позначає її основні риси. Так, твердження про те, що «ми схожі» допомагає створити групову ідентичність, віднайти спільні мотиви і цілі, комунікувати за принципом рівності та сформувати цілісний образ своєї групи;
- серед символів групи насамперед представлені ті, які за допомогою образів природних об'єктів позначають згуртованість, силу, стійкість групи, її здатність подолати кризу та відновитися, на кшталт того, як це циклічно відбувається в природі. Груповими символами складних соціальних ситуацій є образи опори, допомоги і підтримки, які дають змогу віднайти ресурси їх додання. Отже, символи групи і групові символи соціальної ситуації за змістом доповнюють одні одних.

Ці особливості малої групи, яка перебуває в кризових умовах, формують в її учасників образ ресурсного, підтримувального середовища, яке сприяє доданню складної соціальної ситуації. Вербальні і образно-символічні складові образу групи розкривають особливості цього середовища. Стереотипи взаємодії свідчать про складні процеси прийняття малою групою відповідальності за ситуацію.

7.2. Групові стратегії і символізація досвіду додання складних соціальних ситуацій

Символізація і стереотипізація образу групи дають змогу побачити ситуацію з метапозиції та виокремити стратегії її подолання.

Ми розробили комплексну методику роботи із символами групи, яка перебуває в складній соціальній ситуації, що допомагає інтегрувати досвід її додання. Методика базується на арттерапевтичних підходах, зокрема на художній творчості, а також на нарративному описі складних соціальних ситуацій. Ідея методики спирається на уявлення про те, що процес символізації тих чи інших подій завершує процес їх проживання. Крім того, методика допомагає узагальнити травматичний досвід та виокремити основні надбання посттравматичного зростання. Робота в групі посилює процеси індивідуальної символізації, а спільні продукти діяльності групи є результатом групової рефлексії досвіду. Методика спрямована на узагальнення в символічній формі досвіду подолання складних соціальних ситуацій і має назву, що безпосередньо розкриває її зміст: **«Символізація групового досвіду»**. Вона використовується як інструмент рефлексії групою досвіду та виокремлення його позитивної складової: чого навчила кризова ситуація групу як єдине ціле, що вона втратила внаслідок пережитої ситуації, за рахунок яких групових ресурсів було подолано кризові умови і які перспективи група має в результаті.

В основу створення методики покладено модель процесу символізації додання життєвих труднощів (рис. 7.1). Модель можна використовувати як в індивідуальній, так і в груповій роботі. Вона відображає етапи трансформації досвіду проживання людиною

складних соціальних ситуацій. Учасники груп описували в есе свій шлях трансформації та інтеграції, а також намалювали в символічній формі ці метаморфози.

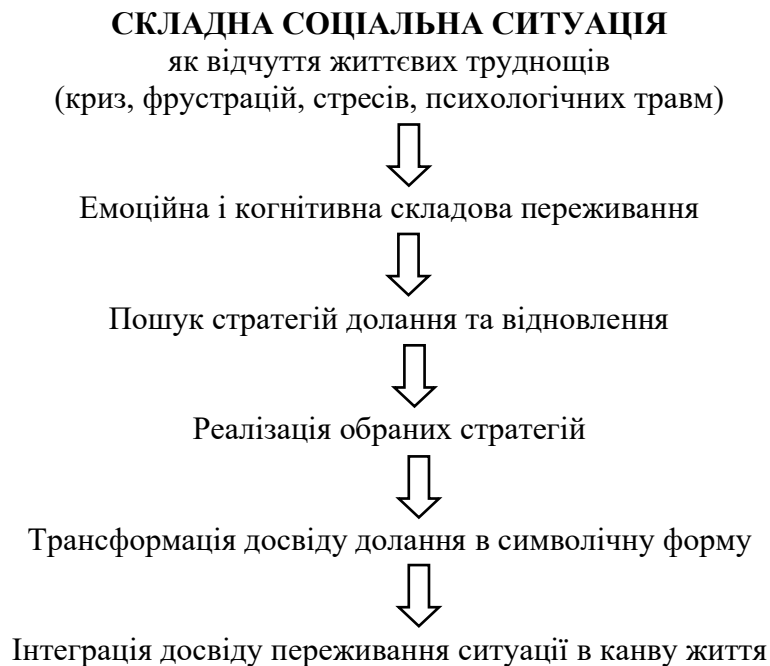


Рис. 7.1. Модель процесу символізації додання життєвих труднощів

Зауважимо, що запропоновану нами технологію творення символів не варто використовувати в ситуації гострої кризи. Насамперед треба стабілізувати стан членів групи, знизити напруженість у взаємодії, а вже потім застосовувати методику символізації. Для її виконання потрібно мати папір для малювання і записів (А4 – 4 аркуші, А1 – 2 аркуші), кольорові олівці, кулькову ручку.

Етапи роботи:

1. Підготовчий, надихаючий. Стабілізація стану членів групи за допомогою дихальних вправ або візуалізації образів природи (ліс, річка, ранок, море тощо). Актуалізація за допомогою обговорення в групі ситуації, з якою буде працювати група. Формування позитивного образу групи, яка зможе подолати складні соціальні ситуації.

2. Основний, технологічний. Створення групових символів складної соціальної ситуації за допомогою послідовної серії малюнків, тобто зображування на папері: 1) складної соціальної ситуації, 2) способів (стратегій) її додання, 3) символу, який би поєднував образи складної соціальної ситуації і способу (стратегії) виходу з неї, 4) спільного для групи символу додання складної соціальної ситуації. Після кожного малюнка члени групи фіксують свої емоції, враження, інсайти на окремому аркуші паперу. Відтак – групова рефлексія. Перші три малюнки учасники виконують індивідуально і мовчки, четвертий – спільно групою (на великому аркуші), обговорюючи задум малюнка.

3. Аналітичний. Аналіз ситуації групою: «бонуси», які отримала група в процесі проживання і додання ситуації; втрати, яких вона зазнала; визнання отриманого досвіду додання. Актуалізація і творення нового образу групи відповідно до результатів попередньої її роботи. Учасники групи висловлюють слова вдячності «ситуації» за те, що вони зрозуміли, відчули, зробили завдяки її проживанню. Спільне малювання символу групи на аркуші паперу А1 завершує цей етап роботи групи.

4. Завершальний. Шеринг і наснаження членів групи, обговорення ключових моментів роботи та складання групою побажання самій собі. Важливими є висновки групи про те, що ситуація, яку пережили її члени, привела до позитивних зрушень у житті членів групи.

Аналіз малюнків показав, що символи, якими респонденти позначають образ групи і складні соціальні ситуації, мають спільні елементи. Так, одні з них демонструють *динамічність образу*, відображають розвиток певного природного явища або позитивні перетворення предмета. Інші відбивають *певний сюжет, послідовність подій у розвитку*, на кшталт серії малюнків: дерево зі зламаними гілками – обрізання пошкоджених гілок – квітуче дерево. Також виділено групу символів, що мають *абстрактну природу*, динаміку і логіку якої без пояснень автора неможливо зрозуміти.

Виявилось, що групові зображення таких ситуацій мають статичний характер, а індивідуальні – динамічний. Це можна пояснити тим, що власна ситуація розгортається поступово, а групова – одномоментно всіма учасниками групи, і вони можуть зафіксувати лише ті процеси, до яких були дотичними або в яких брали активну участь. Групові символи становлять метафоричний, глибинний, архетиповий ресурс групи, який функціонує в полі групового несвідомого і допомагає долати складні соціальні ситуації.

Отже, групові символи становлять метафоричний, глибинний, архетиповий ресурс групи, який функціонує в полі групового несвідомого і який варто продуктивно використовувати як психологічний засіб долати складні соціальні ситуації. Розшифровка символів за допомогою відомих інтерпретацій, на кшталт символдраматичних, може збагатити розуміння процесу, але треба зауважити, що члени групи можуть «піти за психологом», нехтуючи власним задумом та індивідуальними значеннями символів, які вони актуалізували, виконуючи методіку. Тому важливими є питання, які ставлять учасникам на початку процесу рефлексії, – саме ці питання і висвітлюють їхнє бачення символу. Так, згідно з концепцією регресу (Калмыкова, 2002) досвід, здобутий під час проживання складних соціальних ситуацій у дитинстві, впливає в подальшому на сприйняття таких ситуацій у дорослому віці. Тому людина може зображувати символи, які характеризують саме цей віковий зріз. Символізуючи минулі складні соціальні ситуації, респонденти зображають анімаційні символи, символи природи і казкові сюжети. Це знаходить своє відображення і в групових малюнках, де ключовими символами стають рослинні сюжети або зображення побутових сцен. Як уже зазначалося вище, групові зображення складних соціальних ситуацій мають здебільшого статичний характер, а індивідуальні – динамічний.

Аналізуючи на основі концепції К. Юнга (2016) символіку групи і складних соціальних ситуацій, у яких ця група перебуває, ми спиралися на значення зображень з точки зору архетипів, або психічних першообразів. Так, зображення, які характеризують символ групи (дерево, фортеця, щит, будинок, бузок, герб), відповідно до символізму колективного несвідомого відбивають командний дух і підтримку. Цікавими є образи патріотичного спектру, зокрема герб і фортеця, що відображають актуальну для учасників груп самопомогі соціальну ситуацію. Образом групи родин ветеранів АТО/ООС один з учасників назвав герб України. В описових характеристиках учасники згадують безпечність, дружність, підтримку, командність. Ветерани та їхні сім'ї традиційно в образі родини як малої групи зображують серце (як ознаку любові) і долоні (як символ єдності). Аналізуючи зображення образів груп, учасники сприймають групу як родинне коло і транслюють на неї символи власної родини. Такі зображення властиві групам, які функціонують тривалий час (групи самопомогі, терапевтичні групи) і мають спільну історію проживання складних соціальних ситуацій – як індивідуальних, так і групових.

Зображення символів складних соціальних ситуацій та образів групи в кризових умовах можна також аналізувати з арттерапевтичного погляду на малюнок (Лебедева, 2006). Тут важливим є значення, якого надають символам самі автори, а потім можна вже звернутися до загальнолюдських значень зображеної символіки. Наприклад, респондент зобразив дерево як образ групи. Пояснюючи намальоване, він сказав, що для нього дерево – це символ міцності, стійкості і водночас гнучкості. І справді, якщо звернутися до словника символів, то дерево – завжди символ життя, єднання землі і космосу, плодovitості і

достатку. Спираючись на широке розуміння символів, у процесі групової дискусії можна збагатити уявлення респондента про обраний ним символ і, відповідно, про стратегії долати складних соціальних ситуацій.

У штучно змодельованих умовах за допомогою включеного спостереження під час рольової гри «Підтримай мене» (додаток 2) підтверджено типологію стратегій долати складних соціальних ситуацій, їх поділ на конструктивні, умовно конструктивні і деструктивні. До *конструктивних стратегій* відносимо активні дії з пошуку оптимальних варіантів виходу із ситуації із залученням членів групи, які найбільшою мірою обізнані з проблемою, а також необхідних для цього інших групових ресурсів, емоційної підтримки з боку всіх членів групи. Такі стратегії можна назвати «*Я зможу подолати*» або «*Розкажіть, і я зроблю*». Члени групи самоорганізуються для долати складних соціальних ситуацій. У групі завжди знайдеться хтось, хто знає про ситуацію трохи більше, ніж інші. Також в умовах безпечного середовища, коли в групі намагаються утриматися від надмірної критики, відбувається фасилітація індивідуальної креативності, яка, відповідно, запускає процеси колективної творчості. Член групи не чекає допомоги від інших членів групи, а сам організовує групове середовище для розв'язання проблеми, артикулює свою потребу щодо допомоги інших членів групи.

Умовно конструктивні стратегії (за певних умов можуть перетворюватися на деструктивні) спрямовані на пошук причин ситуації, коли презентується лише демонстрація готовності діяти, а не сама дія: «*Пошук причин моїх негараздів*» і «*Формування готовності*». Член групи чекає ситуативної нагоди, щоб почати діяти, але так нічого і не робить для розв'язання проблеми, мовчки сподіваючись на допомогу інших. Член групи демонструє інфантильне бажання бути керованим, не брати на себе відповідальність за ситуацію. Зазвичай особи, які керуються стереотипом «хтось має витягувати мене з кризи», говорять про численні перешкоди на шляху подолання, виявляють неспроможність цілеспрямовано діяти або ж імітують активність, іноді отримуючи неусвідомлену вигоду від власного стану. Тобто людина неначе застрягає на аналізі ситуації, на думках і мріях про її розв'язання, але їй важко почати діяти і взаємодіяти. Якщо стратегія «Пошук причин» виливається в пошук винуватого у складній ситуації, яка склалася, у перекладання відповідальності на «цапа-відбувайла», а тим більше коли на рівні групових процесів трансформується в мобінг, то така стратегія перетворюється на деструктивну. У безпечному середовищі малої групи обговорення таких не дуже конструктивних стратегій і їхніх прихованих смислів може стати поштовхом для члена групи діяти більш сміливо, приймати рішення. Група має демонструвати підтримку членові групи в здійсненні реальних дій з розв'язання складних для нього складних ситуацій. Модерацію групових обговорень може здійснювати психолог, а за умови, що група подолала етап «штормінгу» (Tuckman, 1965), – лідер малої групи.

Деструктивні стратегії пов'язані із ситуацією, коли член групи відкидає допомогу з боку інших: «Моя ситуація унікальна», «Я самотній у групі», «Моя ситуація занадто складна, щоб хтось зміг її зрозуміти». Допомога групи і її синергійна взаємодія знецінюються і не сприймаються членом групи. Так, для стратегії «Моя ситуація унікальна» характерне настановлення члена групи, що зі своїм горем треба справлятися самотужки, бо ніхто не зможе йому дати раду, а отримання допомоги від інших може бути ознакою слабкості й безпомічності в кризовій ситуації. Стратегія «Я самотній у групі» відображає знецінення особистістю власних переживань, спроба за будь-яких обставин зберегти ілюзію благополуччя, викресливши, витіснивши складну травматичну подію, не проживши її. Така закрита позиція члена групи свідчить про дію психологічних захисних механізмів, коли переживання складної соціальної ситуації завдає людині нестерпного емоційного болю, а вона не бачить можливості з ним справитися. Стратегія «Моя ситуація занадто складна...» демонструє невіру члена групи в дієвість допомоги з боку інших та знецінення такої допомоги. Безперечно, таким членам групи потрібна

насамперед психологічна допомога фахівців, але й така допомога знецінюється. Тому група має розуміти причини виникнення таких стратегій у її членів і створити тепле, комфортне, безпечне середовище спілкування для них. Після налагодження довіри в спілкуванні з такими членами групи авторитетні для них особи можуть почати обговорювати питання необхідності отримання ними спеціалізованої психологічної допомоги.

Отже, символізація досвіду дає змогу інтегрувати результати успішного долаття кризових подій і вибудувати перспективи розвитку групи та особистості в ній. Пропонована нами методика «Символізація групового досвіду» виводить цей досвід у метапозицію, що сприяє більш ефективному опрацюванню пережитого. Робота в групі допомагає кожному її учаснику усвідомити не тільки дієвість власних стереотипних уявлень щодо способів долаття складних соціальних ситуацій, а й віднайти, «присвоїти» ті стратегії, які використовують інші члени групи. Таке збагачення досвіду, розширення розуміння символіки пережитої ситуації налаштовують на позитивний погляд щодо можливості справлятися в подальшому зі складними соціальними ситуаціями.

Післямова

Групова феноменологія взаємодії фасилітує виконання членами групи спільних завдань, адаптує функціонування групи до соціальних умов, сприяє становленню і підтримці соціальної ідентичності її членів. Міжгрупова конкуренція за ресурси і престиж у соціальному просторі взаємодії зумовлюють негативний вияв цієї феноменології, унаслідок чого виникають дискримінація, упередженість, етноцентризм, тероризм, конфлікти і війни. Використання конструктивного потенціалу групової феноменології для досягнення соціальної гармонії і миру між соціальними групами – актуальне завдання подальших наукових досліджень. У цьому і багато чому іншому, зокрема в розкритті механізмів міжгрупової взаємодії, її історичних і територіальних аспектів, і полягатимуть перспективи наукових досліджень співробітників лабораторії психології малих груп та міжгрупових відносин ІСПП НАПН України.

Список використаних джерел

- Абульханова, К. А. (2014). Методологический принцип субъекта: исследование жизненного пути личности. *Психологический журнал*, Т. 35, № 2, 5–18.
- Автономов, Д. А. (2015). Динамика групповых защитных механизмов, возникающих при лечении аддиктивных пациентов в реабилитационном центре. *Наркология*, 3, 58–66.
- Агеев, В. С., Сыродеева, А. А., (1987). Интегративные процессы в межгрупповом взаимодействии. *Вестник МГУ, Серия 14 «Психология»*, 2, 11–20.
- Айерман, Р. (2016). Культурная травма и коллективная память. *Новое литературное обозрение*, 5, 40–67.
- Андрушко Я. С. (2016). *Психологічні захисти в структурі професійної ідентичності майбутнього працівника органів внутрішніх справ*. Львів: ЛьвДУВС.
- Андрущенко, І. Г. (2018) Психологічні особливості впливу копінг-стратегій на саморозвиток особистості юнацького віку. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»: збірник наукових праць*, 6, 4 – 8. Острог: Вид-во НаУОА.

Анненкова, Е. А. (2010). Личностные детерминанты оценки трудных жизненных событий юношами и девушками и их стратегий совладания: Автореф. дис. ... канд. психол. наук; спец. 19.00.01 – «Общая психология, психология личности, история психологии». Ростов-на-Дону.

[Анцыферова, Л. И.](#) (1994). Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита. *Психологический журнал*, Т. 15, №1, 3–19.

Аргайл, М. (2001). Основные характеристики ситуаций. В *Психология социальных ситуаций* (с. 165–188). СПб.

Афанасьев, А. Н. (2008). *Славянская мифология*. Москва: Эксмо; СПб.: Мидгард.

Бак П. (2013). *Как работает природа: Теория самоорганизованной критичности*. – Москва: УРСС: Либроком,.

Балухина, Н. (2019). Пессимистичний сценарій для російської багатоетажки. *Строительный эксперт*. Портал для специалистов архитектурно-строительной отрасли. Режим доступа: <https://ardexpert.ru/article/16389>

Барт, Р. (2008). *Мифологии*. Москва: Академический проект.

Бахтин М. М. (1986). *Эстетика словесного творчества*. Москва: Искусство.

Белявский, И. Г. (2012). *Историческая психология*. Вступ. ст. [С. Д. Максименко, О. В. Яремчук](#). Одесса: Изд-во Одесского университета им. И. И. Мечникова.

Битюцкая, Е. В. (2007). *Когнитивное оценивание и стратегии совладания в трудных жизненных ситуациях*: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 Москва.

Бодріяр, Ж. (2004). *Симулякри і симуляція*. Київ: Вид-во Соломії Павличко «Основи».

Боснюк, В. Ф. (2011). Зв'язок механізмів психологічного захисту з копінг-стратегіями у рятувальників. *Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди. Серія психологія*. Вип. 41, 33–42.

Василюк, Ф. Е. (1984). *Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций*. Москва: Изд-во Московского университета.

Василюк, Ф. Е. (2001). Жизненный мир и кризис: типологический анализ критический ситуаций. *Журнал практической психологии и психоанализа*, 4, 12–20.

Вассерман, Л. И., Абабков, В. А., Трифонова, Е. А. (2010). *Совладание со стрессом: теория и психодиагностика*. СПб.: Речь.

Війна і міф: невідома Друга світова (e.d.). URL: <https://www.ww2.memory.gov.ua/category/statti/vijna-i-mif-nevidoma-druga-svitova/>

Габермас, Ю. (2006). Залучення іншого. *Студії з політичної теорії*. Львів: Астролябія.

Голосовкер, Я. Э. (2010). *Избранное. Логика мифа*. Москва; СПб.: Центр гуманитарных инициатив.

Горностай, П. (2019) Групові захисні механізми як форма реагування на колективні травми. *Проблеми політичної психології*, 22(1), 89–114. URL: <https://doi.org/10.33120/popp-Vol22-Year2019-27>.

Горностай, П. П. (2017). Концепція паралельних процесів у навчально-терапевтичних групах. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 39(42), 131–144.

Горностай, П. П. (2007) Проблема групового бессознательного в социальной психологии. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 18(21), 30–39.

Гришина, Н. В. (2013). Изменения жизненной ситуации: ситуационный подход. *Психологические исследования*, 6, (30). URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2013v6n30/860-grishina30.html>

Гундештайло, Ю. Д. (2006). Арт-терапія в роботі з міфами. *Простір арт-терапії: Разом з вами: Збірник наукових статей*. Київ: Міленіум, 2006, с. 23–27

Гурович, И. Я., & Шмуклер, А. Б. (2015). *Психосоциальная и когнитивная терапия и реабилитация психически больных*. Практическое руководство. Москва: ИД «Медпрактика».

Гурович, И. Я., Шмуклер, А. Б., Шашкова Н. Г. (1994). Социальное функционирование и качество жизни психически больных. Социальная и клиническая психиатрия, Т.4, №4, 38–45.

Гусак, Н., Чернобровкіна, В., Чернобровкін, В., Максименко, А., Богданов, С., Бойко, О. (2017). *Психосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс. Посібник з проведення тренінгу*. Київ: Унів. вид-во «Пульсари».

Гуцол, С. Ю. (2016). Психологічні особливості організації сюжетів «міфологічного типу» в контексті нарративного самопроекування особистості. *Вісник НТУУ “КПІ”. Філософія. Психологія. Педагогіка*, 2, 38–44.

Де Гольжак, В. (2003). *История в наследство: Семейный роман и социальная траектория*. Москва : Изд-во Ин-та Психотерапии.

Деррида, Ж. (1995). Структура, знак и игра в дискурсе гуманитарных наук. *Вестник Московского университета. Серия: Филология*, 5, 170–189.

Долинська, Л. В. (2008) *Психологія ціннісних орієнтацій майбутнього вчителя: навчальний посібник*. Кам'янець-Подільський: Сисин О. В.

Донченко, Е. А. (2005). Фрактальная психология. Доглубинные основания индивидуальной и социетальной жизни. Київ: Знання.

Дроздов, О. Ю. (2014) Динаміка геополітичних уявлень молоді на тлі російсько-українського конфлікту 2014 року. *Проблеми політичної психології*, 1 (15), 258–266.

Жовтянська, В. В. (2011). Міфологія політичного піару. *Проблеми політичної психології*, 12, 181–192.

Забужко, О. (1992) Українство як філософська проблема на сучасному етапі *Слово і час*, 8, 29–35.

Забужко, О. С. (2017). *Шевченків міф України: Спроба філософського аналізу*. Київ: Комора.

Закон України «Про соціальні послуги». (2019). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2671-19#Text>

Засекіна, Л. (2017) Інтелект як чинник ефективної міжкультурної взаємодії. *Психологічні перспективи*, 29, 312 – 322.

Захарова Ю. Б. (1991). О моделях психологической защиты на уровне межгруппового взаимодействия. *Вестник Московского ун-та. Серия 14. Психология*, 3, 11–17.

Зеленін, В. (2017). *Основи міфодизайну. Психотехнології керування медіареальністю*. Київ: Гнозис.

- Калина, Н. Ф. (1997). Юнгианський аналіз личного мифа. *Журнал практикуючого психолога*, 3, 104–120.
- Калина, Н. Ф., & Черный, Е. В., Шоркин, А. Д. (1999). *Лики ментальности и поле политики*. Київ: Агропромвидав України.
- Калмыкова, Е. С., Падун, М. А. (2002) Ранняя привязанность и ее влияние на устойчивость к психической травме. *Психологический журнал*, Т. 23, №5. 88–105.
- Карпенко, З. (2015). [Психолого-історична реконструкція соціальних міфологем як метод протидії маніпулятивним медіатехнологіям](#). *Проблеми політичної психології*, 2(16), 361–370.
- Карпенко, З. (2016). Феномен Небесної Сотні в контексті міфу про народження національного героя. В М. Кугутяк (Ред.), *Український Євромайдан. Прикарпатський вимір* (с. 634–640). Івано-Франківськ: Манускрипт-Львів.
- Карпенко, З. С., Карпенко, Є. В. (2011). [Ціннісно-ієрархічна модель духовного здоров'я особистості в захисному і копінговому модусах](#). *Наука і освіта*, 11, 61–64. URL: <https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/arkhiv/vipuski-2011/vipusk-11-nauka-i-osvita-2011-rik>
- Кассирер, Э. (2015). *Философия символических форм*: В 3 тт. [Том 2. Мифологическое мышление](#). Москва–СПб.: Центр гуманитарных инициатив.
- Касьянов В. А. Гончаренко А. В. (2015). Эволюция активных изолированных систем с точки зрения принципа максимума субъективной энтропии. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент*, 17, 207–226. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnf_2015_17_22
- [Китаев-Смык, Л. А. \(1983\). Психология стресса](#). Москва: Наука.
- Кісь, О. (2010). Колективна пам'ять та історична травма: теоретичні рефлексії на тлі жіночих спогадів про Голодомор. В Г. Г. Грінченко, Н. Ханенко-Фрізен (Ред.), *У пошуках власного голосу: Усна історія як теорія, метод та джерело: Збірник наукових статей* (с. 171–191). Харків: ТОРГСІН ПЛЮС.
- Коваль, И. ., Подшивалкина, В. И., Яремчук, О. В. (Ред.). (2012). *Историческая психология: истоки и современное состояние*. Одесса: Одесский национальный университет.
- Коун, О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В. (2017). *Психологічна робота з військовослужбовцями - учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник*. Київ: НДЦ ГП ЗСУ.
- Кондратьев, М. Ю., Емельянова, Е. В. (2011). Социально-психологические особенности взаимосвязи самооценки и личностно-ролевой взаимопредставленности студентов. *Социальная психология и общество*, 1, 56–73.
- Коробанова, О. Л. (2016). Психологічні особливості очікувань та настановлень щодо групової взаємодії членів новостворених груп. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 37 (40), 136–149.
- Кримський, С. Б. (2006). Архетипи української ментальності. *Проблеми психології ментальності* (с. 273–302). Київ: Наук. думка.
- Кукиер Р. (2004). Психодрама Человечества. Действительно ли это утопия? *Психодрама и современная психотерапия*, 4. 29–42.
- Лебедева, Л. Д., Никонорова, Ю. В., Тараканова Н. А. (2006) *Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии*. СПб.: Речь.
- Лебон, Г. (2016). *Психология народов и масс*. Москва: Академический проект.
- Лебонь Г. (1896). *Психология народовъ и массъ*. СПб.: Изд. Ф. Павленкова.

- Леви-Брюль, Л. (2010). *Первобытная мифология*. Москва : Красанд.
- Леви-Стросс, К. (1994). *Первобытное мышление*. Москва: Республика.
- Лиотар, Ж.-Ф. (2001). *Феноменология*. СПб.: Алетейя.
- Ліщинська О. А. (2008) *Культурна психічна залежність : передумови, чинники, механізми*. Київ: Легко інк.
- Лозова, О. М. (Ред.), & Духніч, О. Є., Яблонька, Т. М., & Яремчук, О. В., (2014). *Етнопсихологічний вимір України: семіозис, міфотворчість, ідентичність*. Київ: Інтерсервіс.
- Лосев, А. Ф. (1982). *Знак. Символ. Миф. Труды по языкознанию*. Москва: Изд-во МГУ.
- Лутова, Н. Б., Борцов, А.В., Вукс, А. Я., & Вид, В. Д. (2007). *Метод прогнозирования медикаментозного комплайенса в психиатрии*. СПб: Санкт-Петербургский научно-исследовательский психоневрологический институт им. В. М. Бехтерева.
- Магомед-Эминов, М. Ш. (2006). *Экстремальная психология*: в 2-х т. Т. 2. Москва: Психоаналитическая ассоциация.
- Макконнелл, К. Р. , & Брю, С. Л. (1992). *Экономика : принципы, проблемы и политика*. Т. 1. Москва: Республика.
- Мальцева К. С. (2000). Групова ідентичність та інтрагрупові захисні механізми. *Наукові записки НаУКМА. Т. 18. Теорія та історія культури*, с. 92–96.
- Мандельброт, Б. (2009). *Фракталы и хаос. Множество Мандельброта и другие чудеса*. Ижевск,: НИЦ «Регулярная и хаотическая динамика».
- Мастерс, У., Джонсон, В., & Колодны, Р. (1991). *О любви и сексе*. ч. 1. СПб.: Ретур.
- Мейзерська, Т. С. (1996). *Проблеми індивідуальної міфології: міфотворчість Шевченка*. Одеса: Астропринт.
- Мелетинский, Е. М. (2000). *Поэтика мифа*. Москва: Наука.
- Муздыбаев, К. (1998). Стратегия совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ. *Журнал социологии и социальной антропологии*, Т. 1, № 2, 100–111.
- Назаревич, В. В. (2014). Формування соціальної ідентичності в гандікапних клієнтів у процесі психологічного супроводу [Електронний ресурс]. *Психологія: реальність і перспективи*. Вип. 3, с. 108–112. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp_2014_3_35
- Наор Я. (2005). Театр Холокоста. *Психодрама и современная психотерапия*, 4, 15–30.
- Нартова-Бочавер, С. К. (2019). [Жизненная среда как источник стресса и ресурс его преодоления: возвращаясь к психологии повседневности](#). *Психологический журнал*, Т. 40, № 5, 15–26.
- Никоненко, І. О. (2016). Особистісні чинники формування копінг-стратегій лікарів-хірургів: результати та перспективи дослідження. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 37 (40), 189–200.
- Нойманн, Э. (2009). *Глубинная психология и новая этика*. СПб.: Азбука-Классика.
- Носенко, Э. Л., & Фролова, Н. В. (1999) *Трансформация ценностных ориентаций молодежи на современном этапе развития общества (Психологический аспект)*. Днепропетровск: Навчальна книга.

Огієнко, В. І. (2013). Історична травма Голодомору: проблема, гіпотеза та методологія дослідження. *Національна та історична пам'ять*, 6, 145–156.

Озерова, А. В. (2017). Конформизм и конформность как социально-психологические категории. *Территория науки*, 1, 68–74.

Олійников О. А., Оніщенко Н. В., Тимченко О. В., Титаренко Д. С., & Христинко В. Є. (2011). *Особливості функціонування механізмів психологічного захисту у рятувальників в умовах екзистенціальної загрози*. Харків: НУЦЗУ.

Петрунько, О. В. (2014). Імплицитні моделі консолідації громадської думки у свідомості студентської молоді. *Проблеми політичної психології*, 1 (15), 75–86.

Платонов, Ю. П. (2016). *Социальная психология: Учебник*. Москва: НИЦ ИНФРА-М.

Плетка О., & Чаплинская, Ю. (2017). *Интенсивная работа с травмой: психотерапевтические методы: пособие*. Киев: Талком.

Плетка, О. Т. (2019). Особливості символізації у групі з досвідом долаття складних соціальних ситуацій. Матеріали 2-го Всеукраїнського конгресу із соціальної психології (з міжнар. участю) «Соціальна психологія сьогодні: здобутки і перспективи» (7-8.11.2019 р.) (с. 286–289). Київ.

Поліщук, Я. (2002). *Міфологічний горизонт українського модернізму*. Івано-Франківськ: Лілея-НВ.

Потебня, А. А. (1998). *Слово и миф*. Москва: Наука.

Пропп, В. Я. (1986). *Исторические корни волшебной сказки*. Ленинград: Изд-во ЛГУ.

Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю: навчальний посібник (2012). Наук. ред. Л. М. Вольнова. Київ: В-во НПУ імені М. П. Драгоманова

Родіна, Н. В. (2011). *Психологія копінг-поведінки: системне моделювання*. Одеса: вид. Букаєв В. В.

Роменець, В. А. (1995). *Історія психології XIX – початку XX століття*. Київ: Вища школа.

Росс, Л., & Нисбет, Р. (1999). *Человек и ситуация. Уроки социальной психологии*. Москва: Аспект-Пресс.

Рубинштейн, С. Л. (1973). *Проблемы общей психологии*. Москва: Педагогика.

Рустанович, А. В., & Фролов, Б. С. (2001). *Многоосевая диагностика психических расстройств у военнослужащих*. СПб.: ВМедА.

Самборська, С. (2018). *Невивчені уроки трущоб. Тверезий погляд*. URL: <https://tverezo.info/post/48294>

Семиліт, М. В. (2019). *Соціально-психологічні засади проектування життєвого шляху особистості: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук*. Київ.

Семиліт, М. В. (2013). *Проектування життєвого шляху особистості: соціально-психологічний аналіз*. Київ: вид. Чабаненко Ю. А.

Симонов, П. В. (1984). *Темперамент. Характер. Личность*. Москва: Наука.

Словник іншомовних слів. Інтернет-джерело. URL: <https://www.jnsn.com.ua/cgi-bin/u/book/sis.pl?Qry=%F4%E5%ED%EE%EC%E5%ED>

Слюсаревський, М. М. (2007). Соціальна ситуація в Україні: спроба оцінки з погляду формування та прояву суб'єктного потенціалу особистості. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 16 (19), 109–127.

Соколов, Б.. (2016) *Мученики та фарисеї*. URL: <https://day.kyiv.ua/uk/blog/polityka/mucheniky-i-faryseyi>

Старченко В. В. (2017). *Особенности психологических защит представителей этнических групп в условиях постконфликтного взаимодействия (на примере осетино-ингушского конфликта)*. Дис. ... канд. психол. наук. Владикавказ.

Суперечності між сходом і заходом: міф про дві України (2014). URL: <https://www.dw.com/uk/суперечності-між-сходом-і-заходом-міф-про-дві-україни/a-17551594>

Суший, О. В. (2014). Проблема колективної травми в українському соціумі та пошук стратегій її опанування. *Наукові записки ІПіЕНД ім. І. Ф. Кураса*, 6(74), 18-32.

Суший, О. В. (2016). Міфологічні форми соціально-психологічного мислення. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 38(41), 3–18.

Таліб Н. Н. (2017). *Чорний лебідь : Про (не)ймовірне в реальному житті*. Київ : Наш Формат.

Татенко, В. О. (2009). *Сучасна психологія: теоретично-методологічні проблеми*. Київ: НАУ-друк.

Татенко, В. О. (2010). Суб'єктно-вчинкова парадигма освіти: філософсько-психологічне обґрунтування. У С. Д. Максименко (Ред.), *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України*. Т. XII, Ч. 5, с. 310–313.

Титаренко, Т. М. (2013). *Сучасна психологія особистості*. Київ: Каравела.

Трифонов, С. А. (2004). *Психология социальных ситуаций*. Ярославль: Ярославский гос. ун-т.

Тэрнер, В. (1983). *Символ и ритуал*. Москва: Наука.

Фадеев, А. А. (1951). *Молодая гвардия*. Москва: Молодая гвардия.

Фрай, Н. (1996). Архетипний аналіз: теорія мітів. В Зубрицька, М. (Ред.), *Слово. Знак. Дискурс: Антологія світової літературно-критичної думки ХХ ст.* Львів: Літопис, с. 109–135.

Фрейд, З. (2017). Психология масс и анализ человеческого Я. *Тотем и табу*. СПб.: Азбука-Аттикус.

Фромм, Э. (2011). *Душа человека*. Москва: АСТ: Астрель.

Фрэнк, Д. Д. (1983). *Золотая ветвь*. Москва : Политиздат.

Фуко, М. (2008). *Дискурс и истина*. *Логос*, 2 (65), 159–262.

Хакен Г. (1980). *Синергетика*. Москва: Мир.

Хеллингер Б. (2006). *Порядки помощи*. Москва : Институт консультирования и системных решений.

Хеллингер Б. (2007). *Порядки любви: как жизнь и любовь удаются вместе*. Москва: Ин-т консультирования и системных решений.

Чорна, Л. (2020). Міф як засіб формування квазінової соціальної ідентичності. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 45(48), 36–49. [https://doi.org/10.33120/ssj.vi45\(48\).140](https://doi.org/10.33120/ssj.vi45(48).140)

Чорна, Л. Г. (2014) *Рольова ідентичність старшокласників: посібник*. Київ: Міленіум.

Чорна, Л. Г. (2019). Груповий міф та його функції в складних соціальних ситуаціях. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 39 (42), 116–124

Штомпка, П. (2001a). Социальное изменение как травма. *Социс*, 1, 6–17.

Штомпка, П. (2001b). Культурная травма в посткоммунистическом обществе (статья вторая). *Социс*, 2, 3–12.

Штроо В. А. (1998). Защитные механизмы: от личности к группе. *Вопросы психологии*, 4, 54–61.

Штроо В. А. (2001). Исследование групповых защитных механизмов. *Психологический журнал*, Т. 22, № 1. 5–15.

Шутценбергер А. А. (2005). *Синдром предков. Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциограммы*: пер с франц. Москва: Изд-во Института Психотерапии.

Шутценбергер, А. А. (2010). *Психогенеалогия: Как излечить семейные раны и обрести себя*. Москва: Психотерапия.

Элиаде, М. (2010). *Аспекты мифа*. Москва: Академический Проект.

Юнг, К. (2016) *Архетип и символ. Серия: История психологии в памятниках*. Москва: Канон+РООИ «Реабилитация».

[Юнг, К. Г. \(2018\). *Архетипи і колективне несвідоме*. Львів, Астролябія.](#)

Ядов, В. А. (1960) К вопросу о теории «стереотипизации» в социологии. *Философские науки*, 2, 17–25.

Янів В. (2006) *Нариси до історії української етнопсихології*. Київ: Знання.

Яремчук, О. В. (2011). Карнавальність як принцип актуалізації етнокультурного міфотворчого потенціалу особистості. *Психологія особистості*, (2), 200–210.

Яремчук, О. В. (2012). Культурно-історичний простір самоконструювання «Я». *Проблеми загальної та педагогічної психології*, Т. XII, Ч. 3, 441–447.

Яремчук, О. В. (2013). *Психологія етнокультурної міфотворчості особистості*. Одеса: Фенікс.

Яремчук, О. В., & Ключикова-Цобенко, В.О. (2012b). Конструювання смислового простору самоусвідомлення в діалозі з язичницькою культурою слов'ян. *Психологічні перспективи. Спеціальний випуск: Актуальні проблеми психології малих, середніх та великих груп. Т. 2. Проблема цілісності суспільства, групи та особистості*, с. 159–166.

Яремчук, О. В., & Фокіна, В. О. (2012). Чоловіче і жіноче в давньослов'янській традиції як ресурс цілісності «Я» і «Ми». *Проблеми політичної психології та її роль у становленні громадянина Української держави*, 13, 183–195.

Яремчук, О. В., Ключикова-Цобенко, В. О. (2012a). Історичне самопроекування суб'єкта культуротворчості (творча майстерня «Один день в епосі...»). *Проблеми загальної та педагогічної психології*, Т. XIV, Ч. 2, 434–441.

Abrams, D., Wetherell, M., Cochrane, S., Hogg, M., Turner, J.C. (1990). Knowing what to think by knowing who you are: Self-categorization and the nature of norm formation, conformity and group polarization. *British Journal by Social Psychology*, 29, 2, 97–119.

Allgöwer, A., Stock, C., & Krämer, A. (1998). Die gesundheitliche Situation von Studierenden. Prävention. *Zeitschrift Für Gesundheitsförderung*, 1.

[Allport, G.](#) (1954). *The nature of prejudice*. Cambridge, Mass.: Addison-Wesley Pub. Co.

Asch, S. (1952). *Social psychology*. New York, NY: Prentice Hall. <https://doi.org/10.1037/10025-000>

Asch, S. E. (1955). Opinions and social pressure. *Scientific American*, 193, 31 – 35.

Aydin C. (2017). How to Forget the Unforgettable? On Collective Trauma, Cultural Identity, and Mnemotechnologies, *Identity*, 17:3, 125–137.

Bao, Y., Sun, Y., Meng, S., Shi, J., & Lu, L. (2020). 2019-nCoV epidemic: Address mental health care to empower society. *The Lancet*, 395(10224), 37–e38.

Bartsch, M., & Subrahmanyam, K. (2015). Technology and self-presentation. In *The*

Wiley *Handbook of Psychology, Technology, and Society*. Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell, 339–357.

Berne, E. (1964). *Games People Play: The Psychology of Human Relationships*. New York: Ballantine Books.

Berryman, C., Ferguson, C. J., & Negy, C. (2018). Social media use and mental health among young adults. *Psychiatric Quarterly*, 89(2), 307–314.

Bezo, B. (2011). *The Impact of Intergenerational Transmission of Trauma from the Holodomor Genocide of 1932-1933 in Ukraine*. A thesis submitted to the Faculty of Graduate and Postdoctoral Affairs in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Arts in Psychology. Carleton University Ottawa, Canada.

Bezo, B., Maggi, S. (2015). The Intergenerational Impact of the Holodomor Genocide on Gender Roles, Expectations and Performance: The Ukrainian Experience. *Annals of Psychiatry and Mental Health*, 3(3): 1030.

Bion, W. R. (1961). *Experiences in groups and other papers*. London: Tavistock Publ.

Böhm, R., Rusch, H, and Gülerk, Ö. (2015): *What Makes People Go to War? Defensive Intentions Motivate Retaliatory and Preemptive Intergroup Aggression*. MPRA Paper No. 64373, posted 17 May 2015 04:45 UTC. URL: <https://mpra.ub.uni-muenchen.de/64373/>

Bond, R., & Smith, P. B. (1996). Culture and conformity: A meta-analysis of studies using Asch's (1952b, 1956) line judgment task. *Psychological Bulletin*, 119, 111–137. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.119.1.111>

Boszormenyi-Nagy I., Spark G. V. (1984). *Invisible Loyalties: Reciprocity in Intergenerational Family Therapy*. New York: Brunner/Mazel, U.S.A.

Brennan, T. J. (2010). *Trauma, Transcendence, and Trust*. Wordsworth, Tennyson, and Eliot Thinking Loss. Palgrave Macmillan US.

Brock W. A. (2001). *Growth Theory, Nonlinear Dynamics and Economic Modelling: Scientific Essays of William Allen Brock*, W. Dechert (ed.), Cheltenham: Edward Elgar.

Burgoon, J. K. (1978) A communication model of personal space violations: Explication and an initial test. *Human Communication Research*, Vol.4, 129 – 142.

Campbell, D. T. (1967). Stereotypes and the perception of group differences. *American Psychologist*, 22 (10). 817 – 829. <https://doi.org/10.1037/h0025079>

Clark, R. D., & Maass, A. (1988). The role of social categorization and perceived source credibility in minority influence. *European Journal of Social Psychology*, 18 (5), 381–394. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2420180502>

Coser, L. (1956) *The Functions of Social Conflict*. London: Routledge and Kegan Paul.

Crandall, C. S. (1988). Social contagion of binge eating. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(4), 588–598. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.55.4.588>

Crisp R.J., Beck S.R., (2005). Reducing Intergroup Bias: The Moderating Role of Ingroup Identification. *Group Processes and Intergroup Relations*, SAGE Publications, 8 (2), 173–185. 10.1177/1368430205051066. hal-00571601

Darley, J. M., & Latane, B. (1968). Bystander intervention in emergencies: Diffusion of responsibility. *Journal of Personality and Social Psychology*, 8 (4, Pt.1), 377–383. <https://doi.org/10.1037/h0025589>

Davey, G. C., Hampton, J., Farrell, J., & Davidson, S. (1992). Some characteristics of worrying: Evidence for worrying and anxiety as separate constructs. *Personality and Individual Differences*, 13(2), 133–147.

Davey, G. C., Hampton, J., Farrell, J., & Davidson, S. (1992). Some characteristics of

worrying: Evidence for worrying and anxiety as separate constructs. *Personality and Individual Differences*, 13(2), 133–147.

Davila, J., Hershenberg, R., Feinstein, B. A., Gorman, K., Bhatia, V., & Starr, L. R. (2012). Frequency and quality of social networking among young adults: Associations with depressive symptoms, rumination, and corumination. *Psychology of Popular Media Culture*, 1(2), 72.

De Dreu C. K. W., Gross J., Méder Z., Giffin M., Prochazkova E., Kriek J., and Columbus S. (2016). In-group defense, out-group aggression, and coordination failures in intergroup conflict. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*. 113. 10.1073/pnas.1605115113.

DeCaprio, D., Gartner, J., Burgess, T., Kothari, S., & Sayed, S. (2020). *Building a COVID-19 vulnerability index*. ArXiv Preprint ArXiv:2003.07347.

Dovidio, J. F., Gaertner, S. L., & Validzic, A. (1998). Intergroup bias: Status, differentiation and a common ingroup identity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 109–120

Durkheim, E. (1982). *The rules of sociological method: and selected texts on sociology and its method*. Free Press.

Ein-Dor, T. (2014). Social defense theory: How a mixture of personality traits in group contexts may promote our survival. In Mikulincer, M., Shaver, Ph. R. (Eds). *Mechanisms of social connection: From brain to group*. (pp. 357–372). Washington, DC, US: American Psychological Association.

Eriksson, M. (2016). Managing Collective Trauma on Social Media: the role of Twitter after the 2011 Norway attacks. *Media, Culture & Society*, Vol. 38(3): 365–380.

Evans, C., Connell, J., Audin, K., Sinclair, A., & Barkham, M. (2005). Rationale and development of a general population well-being measure: Psychometric status of the GP-CORE in a student sample. *British Journal of Guidance & Counselling*, 33(2), 153–173.

Feinstein, D., & Krippner, S. (2009) *Personal Mythology: Using Ritual, Dreams, and Imagination to Discover Your Inner Story*. Fulton: Energy Psychology Press.

Ferreira, A. J. (1996). Family myths. *Psychiatric Research Reports*, 20, 186–191.

Festinger, L. (1957). *A theory of cognitive dissonance*. Stanford University Press.

Festinger, L., Pepitone, A., & Newcomb, T. (1952). Some consequences of deindividuation in a group. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 47(2, Suppl), 382–389. <https://doi.org/10.1037/h0057906>

Festinger, L.; Schachter, S.; Back, K. (1950). The spatial ecology of group formation. In L. Festinger; S. Schachter; K. Back (eds.). *Social Pressure in Informal Groups*. Chapter 4.

Folkman, S., Lazarus, R. S. (1991). Coping and Emotion. *Stress and Coping: an anthology* (207-227). N.Y.: Columbia University Press.

[Ford](#), J. D. (Ed.), [Courtois](#), C. A. (Ed.), [Van der Kolk](#), B. A. (Afterword), [Herman](#), J. L. (Foreword) (2020). *Treating Complex Traumatic Stress Disorders in Adults*, Second Edition: Scientific Foundations and Therapeutic Models. The Guilford Press.

Fradelos, E. C., Kapsiocha, E., Neroliatsiou, A., Kastanidou, S., Tsaras, K., Papagiannis, D., & Papathanasiou, I. V. (2019). Assessment of psychological distress in university students: A Quantitative study. *Mental Health: Global Challenges Journal*, 2(1), 14–14.

Gibb J. R. (1961). Defense Level and Influence Potential in Small Groups. In L. Petrullo and B. M. Bass (eds.), *Leadership and Interpersonal Behavior*. New York: Holt, Rinehart and Winston, 66–81.

Gornostai, P., & Chorna, L., Vus, V., Tsyhanenko, H., Pletka, O., Korobanova, O. (2018). *Mental health: dislocation of concept in the context of the small group*. URL: <https://www.mhgc21.org/en/mhgc21/events/october2018/E-Posters-2018>

Hall, R. C. (1995). Global assessment of functioning. A modified scale. *Psychosomatics*. May-Jun;36(3):267-75. doi: 10.1016/S0033-3182(95)71666-8. PMID: 7638314.

Herman, J. (2015). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence – From Domestic Abuse to Political Terror Paperback*. NY: Basic Books.

Homans, G. C. (1974). *Social Behavior: In Elementary Forms*. NY.

Hyman, H. H. (1942). Psychology of Status. *Archives of Psychology* No 269.

International Medical Corp (2018). *Mental health at the transition stage*. Retrieved from http://ipz.org.ua/wp-content/uploads/2018/01/MH-report-for_INTERNET_All_ua.pdf

James, S., Mallman, M., & Midford, S. (2020). University students, career uncertainty, and the culture of authenticity. *Journal of Youth Studies*, 1–15.

Janis, I. L. (1972). *Victims of Groupthink*. Houghton Mifflin, Boston.

Jung, C. G. (1948). The phenomenology of the spirit in fairy tales. *The Archetypes and the Collective Unconscious*, 9 (Part 1), 207-254.

Kalinowska M. (2012). Monuments of memory: defensive mechanisms of the collective psyche and their manifestation in the memorialization process. *Journal of Analytical Psychology*, 57, 425–444.

Kay S.R., Fiszbein A., Opler L.A. (1987) The positive and negative syndrome scale (PANSS) for schizophrenia. *Schizophr. Bull.* 1987. Vol. 13, N 2. P. 261–276 DOI: 10.1093/schbul/13.2.261

Kellermann, N. P. (2013). Epigenetic transmission of holocaust trauma: can nightmares be inherited? *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 50(1), 33–39.

Kellermann, N. P. F. (2001). Transmission of Holocaust Trauma – An Integrative View. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*. Vol. 64, September, 256–267.

Kellermann, P. F. (2007). *Sociodrama and Collective Trauma*. London: Jessica Kingsley.

Kellogg, J. (1987). *Mandala: Path of Beauty*. Clearwater, 3rd Printing edition

Kerr, N. L. (1983). Motivation losses in small groups: A social dilemma analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 45(4), 819–828. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.45.4.819>

Kiel, L. D.; Elliott, E. W. (eds). (1997). *Chaos Theory in the Social Sciences: Foundations and Applications*. University of Michigan Press.

Kocalevent, R.-D., Hinz, A., & Brähler, E. (2013). Standardization of a screening instrument (PHQ-15) for somatization syndromes in the general population. *BMC Psychiatry*, 13(1), 91.

Kohut, H. (1985). *Self Psychology and the Humanities*. C. Strozier, ed. New York: W. W. Norton.

Korobanova, O. (2018). *Group support for vulnerable groups as a prerequisite for mental health*. MHGC Proceedings. Rome, Italy. 52–53. DOI: <http://doi.org/10.32437/MHGCProceedings.Issue-2018>

Korobanova, Olga (2019) Group psychological phenomena and mental health preservation in complex social situations. *Mental Health Global Challenges XXI Century Proceedings* (pp.90-97). Rome, Italy. DOI <http://doi.org/10.32437/PSCProceedings.Issue-2019.ok.26>

Kroenke, K., Spitzer, R. L., & Williams, J. B. (2002). The PHQ-15: Validity of a new measure for evaluating the severity of somatic symptoms. *Psychosomatic Medicine*, 64(2), 258–266.

Kruger, J., Dunning, D. (1999). Unskilled and unaware of it: How difficulties in recognizing one's own incompetence lead to inflated self-assessments. *Journal of Personality and Social Psychology*. 77 (6): 1121 – 34. DOI: [10.1037//0022-3514.77.6.1121](https://doi.org/10.1037//0022-3514.77.6.1121)

[Kubany](#), E., [Haynes](#), S., [Leisen](#), M. B., [Owens](#), J., [Kaplan](#), A., [Watson](#), S. B., [Burns](#), K. (2000). Development and preliminary validation of a brief broad-spectrum measure of trauma exposure: the Traumatic Life Events Questionnaire. *Psychological Assessment*, Vol. 12, No.2, 210-224.

Latané, B., Williams, K., & Harkins, S. (1979). Many hands make light the work: The causes and consequences of social loafing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(6), 822–832. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.6.822>

Lippman, W. (1922) *Public opinion*. N. Y.: Harcourt, Brace and Co.

Lott, A. J. & Lott, B. E. (1965). "[Group cohesiveness as interpersonal attraction: a review of relationships with antecedent and consequent variables](#)" (PDF). *Psychol. Bull.* 64 (4): 259–309. [doi:10.1037/h0022386](https://doi.org/10.1037/h0022386)

Maass, A., Salvi, D., Arcuri, L., & Semin, G.R. (1989). Language use in intergroup contexts: The linguistic intergroup bias. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 981–993. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.981>

Marcher, L., Fich S. (2010). *Body Encyclopedia: A Guide to the Psychological Functions of the Muscular System*. Berkeley, North Atlantic Books,

Martelloni, G., Patti, F. & Bardi, U. (2018). *Pattern Analysis of World Conflicts over the past 600 years*. arXiv:1812.08071v4

[Maslow](#), A. H. (1970) *Motivation and Personality*. Harper & Row, Publishers, Inc.

Mazza, C., Ricci, E., Biondi, S., Colasanti, M., Ferracuti, S., Napoli, C., & Roma, P. (2020). A nationwide survey of psychological distress among italian people during the COVID-19 pandemic: Immediate psychological responses and associated factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9), 3165.

Moscovici, S., & Zavalloni, M. (1969). The group as a polarizer of attitudes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 12(2), 125–135. <https://doi.org/10.1037/h0027568>

Murray, H.A. (1938). *Explorations in personality*. Oxford Univ. Press.

Neufeld, M. (2012). *The Politics and Poetics of Remembering. Memory, Trauma, and Identity in Postgenerational Holocaust Narratives*. Bachelor of Arts thesis. Middletown, Connecticut.

Odriozola-González, P., Planchuelo-Gómez, Á., Iruetia, M. J., & de Luis-García, R. (2020). Psychological effects of the COVID-19 outbreak and lockdown among students and workers of a Spanish university. *Psychiatry Research*, 113108.

Olson, M. (1965). *The Logic of Collective Action: Public Goods and the Theory of Groups*.

[Overall](#), J. E., [Gorham](#), D. R. (1962). *The Brief Psychiatric Rating Scale*. First Published June 1, Research Article <https://doi.org/10.2466/pr0.1962.10.3.799>

Owen, W. F. (1985). "Metaphor analysis of cohesiveness in small discussion groups". *Small Group Behavior*. 16 (3): 415–424. [doi:10.1177/0090552685163011](https://doi.org/10.1177/0090552685163011)

Oxford Languages. URL: <https://languages.oup.com>

Oxford Learner's Dictionary of Academic English. URL: <https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/academic>

Patel, V., Prince, M. (2010) *Global mental health: a new global health field comes of age*. JAMA. 303.

Pettigrew, T. F. (1997). Generalized intergroup contact effects on prejudice. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23, 173–185.

Pettygrew, T.F. (1979). The ultimate attribution error: Extending Allport's cognitive analysis of prejudice. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 5 (4), 461 – 476. <https://doi.org/10.1177/014616727900500407>

Putnem, R. D. (2007). *E pluribus unum: Diversity and community in the twenty-first century*. The 2006 Johan Skytte Prize lecture. *Scandinavian Political Studies* 30 (2). 137 – 174.

Reig-Ferrer, A., Cabrero-García, J., Ferrer-Cascales, R., & Richart-Martínez, M. (2001). *La calidad de vida y el estado de salud de los estudiantes universitarios*. Universidad de Alicante.

Reinecke, L., & Trepte, S. (2014). Authenticity and well-being on social network sites: A two-wave longitudinal study on the effects of online authenticity and the positivity bias in SNS communication. *Computers in Human Behavior*, 30, 95–102.

Ringelmann, M. (1913) "Recherches sur les moteurs animés: Travail de l'homme" [Research on animate sources of power: The work of man], *Annales de l'Institut National Agronomique*, 2nd series, vol. 12, pages 1-40.

Rogers, C. R. (1961). *On Becoming a Person*. Boston : Houghton Mifflin.

Sahu, P. (2020). Closure of universities due to Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Impact on education and mental health of students and academic staff. *Cureus*, 12(4).

Salice, A. & Montes Sánchez, A. (2016). Pride, Shame, and Group Identification. In *Frontiers in Psychology, Theoretical and Philosophical Psychology*, 26 April, Retrived from <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00557>

Schachter, S. (1959). *The psychology of affiliation: Experimental studies of the sources of gregariousness*. Stanford Univer. Press.

Seashore, S. E. (1954). *Group cohesiveness in the industrial work group*. Univ. of Michigan, Survey Research.

Sherif, M. (1936). *The psychology of social norms*. New York, NY: Harper & Brothers.

Sherif, M. (1961). *Intergroup Conflict and Cooperation: The Robbers Cave Experiment*. York University, Toronto, Ontario.

Sherif, M. (1966). *Group conflict and cooperation*. London: Routledge Kegan Paul.

Somasundaram, D. (2014) Addressing collective trauma: conceptualisations and interventions. *Intervention*, Volume 12, Supplement 1, 43–60.

Stock, C., Küçük, N., Miseviciene, I., Guillén-Grima, F., Petkeviciene, J., Aguinaga-Ontoso, I., & Krämer, A. (2003). Differences in health complaints among university students from three European countries. *Preventive Medicine*, 37(6), 535–543.

Stoner, J. A. F. (1961). A comparison of individual and group decisions involving risk. Unpublished master's thesis. *School of industrial management*. M. I. T.

Sumner, W.G. (1959 [1906]) *Folkways. A Study of the Sociological Importance of Usages, Manners, Customs, Mores, and Morals*. New York: Dover.

Szondi, G. (2007). The role and challenges of country branding in transition countries: The Central and Eastern European experience. *Place Branding and Public Diplomacy*, 3(1): 8-20. doi: 10.1057/palgrave.pb.6000044

Tajfel, H. (1970). Experiments in intergroup discrimination. *Scientific American*, 223, 96 – 102.

Tajfel, H. (Ed.) (1978). *The Achievement of Group Differentiation // Differentiation Between Social Groups: Studies in the Social Psychology of Intergroup Relations*. Published in cooperation with European Association of Experimental Social Psychology by Academic Press. London, New York and San Francisco.

Tajfel, H., Turner, G.C., Austin, W.G., Worchel, S. (1979) An integrative theory of intergroup conflict. *Organizational identity: A reader*, 56-65.

Triplett, N. (1898). The dinamogenic factors in pacemaking and competition. *American Journal of Psychology*, 9, 507-533.

Tuckman, B. (1965) Developmental Sequence in Small Groups. *Psychological Bulletin*, 63 (6). 384—399.

Turner, J. C. (1978). Social comparison, similarity and ingroup favoritism. In H. Tajfel (Ed.), *Differentiation between social groups: Studies in the social psychology of intergroup relations* (pp. 235-250). London: Academic Press.

Vasilyuk, F. (1990). Levels of Construction of Experience and the Methods of Psychological Science. *Journal of Russian and East European Psychology*, 28 (5), 69–87.

Volkan V. (1997). *Bloodlines: from ethnic pride to ethnic terrorism*. New York: Farrar, Straus and Giroux.

Vus, V. (2019). Mental health and current social conditions: How modern society looks after own mental health (on the example of transitional society). *Journal of Clinical Psychology and Cognitive Science*, Vol. 3, 18-19.

Vus, V., & Omelchenko, L. (2019). Interdependent: Mental Health, Social Development, Youth' SocialyOriented Activity (on the example of a country in transition). *Mental Health: Global Challenges Journal*, 1(1), 86. <https://doi.org/10.32437/mhgcj.v1i1.37>

World Health Organisation. (2018, March 30). Mental Health: Strengthening our Response. Retrieved from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Yablonska Tetiana, Natalia Dembytska, Vus V.I. (2017) Social-psychological adjustment of ex-servicemen to civilian life. *Social welfare: interdisciplinary approach*. VOL 1, NO 7, P. 168-177 <http://dx.doi.org/10.21277/sw.v1i7.285>

[Yalom, I. D. \(1980\). *Existential Psychotherapy*. N.Y.: Basic Books.](#)

Yudina, V., & Danylova, T. (2018). Mental health problems and the ways of solving them through the eyes of Ukrainian high school students. *Mental Health: Global Challenges Journal*, 1(1), 87–88.

Zhou, F., Yu, T., Du, R., Fan, G., Liu, Y., Liu, Z., Xiang, J., Wang, Y., Song, B., Gu, X., Guan, L., Wei, Y., Li, H., Wu, X., Xu, J., Tu, S., Zhang, Y., Chen, H., & Cao, B. (2020). Clinical course and risk factors for mortality of adult inpatients with COVID-19 in Wuhan, China: A retrospective cohort study. *The Lancet*, 395(10229), 1054–1062.

ДОДАТКИ

Додаток 1

АНКЕТА

вивчення ставлення до піклування про власне психічне здоров'я

Вік:

Стать:

Життєва ситуація: міська територія ____; сільська територія ____

№	Питання	Час у хвилинах (за тиждень)	
		Активність, що дає задоволення	Механічна, рутинна активність
1	Що, на Вашу думку, означає поняття «психічне здоров'я»?	1	
		2	
		3	
		4	
		5	
2	Скільки хвилин на тиждень Ви приділяєте осмисленню якості Вашого життя?		
Культура комунікації			
3	Скільки хвилин на тиждень Ви розповідаєте іншим про Ваші почуття, переживання?		
4	Скільки хвилин на тиждень Ви розповідаєте іншим про Ваші щоденні питання – робота, стосунки тощо?		
5	Чи задоволені Ви реакцією (словесною або емоційною) Ваших партнерів по спілкуванню? (у балах від 1 до 10)		
<u>Культура фізичної активності</u>			
6	Скільки хвилин на тиждень Ви витрачаєте на щоденну фізичну активність (ходіння пішки, домашні обов'язки тощо)?		
7	Скільки хвилин на тиждень Ви витрачаєте на виконання фізичних вправ (ранкова гімнастика, фітнес, пробіжки, фізичні інтенсиви тощо)?		

8	Скільки хвилин на тиждень Ви витрачаєте на гру (неструктурована фізична активність для радості і задоволення)?		
9	Скільки хвилин на тиждень Ви витрачаєте на змагальну фізичну активність?		
10	Чи задоволені Ви рівнем і якістю Вашої фізичної активності? (у балах від 1 до 10)		
11	Чи дотримуєтесь Ви певної системи у здійсненні фізичної активності? (так – ні)		
<u>Культура харчування і вживання напоїв</u>			
12	Скільки хвилин на тиждень Ви приділяєте осмисленню якості їжі, яку вживаєте?		
13	Скільки хвилин на тиждень Ви витрачаєте на споживання їжі протягом дня?		
14	Скільки хвилин на тиждень Ви витрачаєте на вживання алкоголю протягом дня?		
15	Скільки хвилин на тиждень Ви витрачаєте на вживання води протягом дня?		
16	Скільки хвилин на тиждень Ви витрачаєте на вживання кави і чаю протягом дня?		
17	Скільки хвилин на тиждень Ви витрачаєте на вживання інших напоїв протягом дня?		
18	Чи дотримуєтесь Ви певної системи в харчуванні? (так –ні)		
19	Опишіть Вашу мотивацію в дотриманні системи харчування	1.	
		2.	
		3.	
		4.	
		5.	
20	Який відсоток зазначені продукти становлять у Вашій щоденній їжі?	1 фрукти та овочі	
		2 цільнозернові каші і хліб	
		3 горіхи і насіння	

		4 молочні продукти	
		5 жирна риба	
		6 вода	
<u>Культура вияву тілесних відчуттів</u>			
21	Скільки хвилин на тиждень Ви витрачаєте на обійми, тілесні дотики?		
22	Скільки хвилин на тиждень Ви замислюєтеся над тим, як почуваєтеся фізично?		
<u>Культура соціальної репрезентації</u>			
23	Скільки хвилин на тиждень Ви витрачаєте на допомогу іншим людям?		
24	Скільки хвилин на тиждень Ви звертаєтеся по допомогу до соціальних інституцій?		
25	Скільки хвилин на тиждень Ви отримуєте соціальне схвалення за Ваші здібності, уміння і дії?		
<u>Культура фізичної і психічної релаксації</u>			
26	Скільки хвилин на тиждень Ви витрачаєте на психічну і фізичну релаксацію? (релаксація, зміна активностей, йога, стретчинг, медитація, дихальні вправи)		
27	Чи дотримуєтеся Ви певної системи у виконанні фізичної і психічної релаксації? (так – ні)		
28	Скільки хвилин на тиждень Ви приділяєте самоосвіті?		
29	Назвіть сфери, у яких Ви здійснюєте самоосвітню діяльність?	1.	
		2.	
		3.	
		4.	
		5.	
<u>Культура міжособових стосунків</u>			
30	Скільки хвилин на тиждень Ви піклуєтеся про інших людей?		
31	Скільки хвилин на тиждень Ви піклуєтеся про літніх людей?		

32	Скільки хвилин на тиждень Ви витрачаєте на допомогу Вашим друзям?		
----	---	--	--

Додаток 2

АНКЕТА

вивчення ставлення до характеру здійснення соціальної активності

Вік:

Стать:

Життєва ситуація: міська територія ____; сільська територія ____

одноосібно ____; у гуртожитку; з друзями або сім'єю ____; немає стабільного житла ____

Статус робочої зайнятості (вказіть стільки категорій, скільки це стосується Вас):

Працевлаштований на повну ставку або більше ____; частково працевлаштований

____; на волонтерських засадах; студент ____

Відношення до служб охорони психічного здоров'я: надавач послуг ____; користувач послуг ____;

№	Питання	Відповіді
1	Які основні соціальні проблеми Ви спостерігаєте в глобальному світі?	1.
		2.
		3.
		4.
		5.
2	Які основні соціальні проблеми Ви спостерігаєте у Вашому регіоні/країні?	1.
		2.
		3.
		4.
		5.
3	Які основні соціальні проблеми Ви спостерігаєте у Вашому місті/селі?	1.
		2.
		3.
		4.
		5.
4	Якщо Ви працюєте волонтером (безоплатно), зазначте, у яких сферах, видах діяльності? Скільки часу Ви витрачаєте на кожен із цих діяльностей (у хвилинах на тиждень)	1.
		2.
		3.
		4.
		5.
5	За яких умов Ви готові працювати волонтером (безплатно)?	1.
		2.
		3.
		4.
		5.
6	У яких сферах Ви хотіли б виконувати волонтерську діяльність (зазначте час у хвилинах на тиждень,	1.
		2.
		3.
		4.

	який Ви могли б приділяти кожній із цих діяльностей)?	5.	
7	У якій сфері життя Ви переживаєте стан благополуччя? (у балах від 1 до 10)	Матеріальна сфера	
		Соціальна сфера	
		Політична сфера (участь у громадянському суспільстві)	
		Інтелектуальна сфера (можливості інтелектуально взаємодіяти з іншими)	
		Етична сфера (жити відповідно до загальних моральних і суспільних цінностей)	
		Естетична сфера (задоволення від краси і комфорту у Вашому житті)	

Додаток 3

Семінар «Я в групі»

Шановний учаснику семінару! Вашій увазі пропонується анкета, запитання якої стосуються особливостей взаємодії у Вашій групі належності. Анкетування анонімне і має суто наукову спрямованість.

Ваша стать _____ Ваш вік _____

1. Я почуваюсь у своїй групі: а) комфортно, б) нейтрально, в) дискомфортно.
(Оберіть одну з відповідей).
2. Опишіть свою групу декількома реченнями.
3. Чи подобається Вам перебувати в групі (спілкуватися, вирішувати спільні питання тощо)?
4. Чи задовольняються і яким чином задовольняються в групі Ваші потреби в прийнятті і розумінні Вас як особистості?
5. Як би Ви описали свою психологічну роль у групі? Чи змінилося Ваше ставлення до своєї групової ролі під час взаємодії впродовж семінару; якщо так, то напишіть, як саме?
6. Чи відчуваєте Ви необхідність щось змінити в житті: у собі? У групі? Поза межами групи?
7. Що, на Вашу думку, треба змінити у взаємодії, щоб покращити психологічний клімат групи?
8. Які цінності, на Ваш погляд, транслює Ваша група?
9. Які групові стереотипи Ви помітили у своїй групі?
10. Чи можна припустити, що у Вашій групі стереотипів менше, ніж в інших групах?
11. Чи можете Ви припустити, що Ви не помічаєте якихось стереотипів?
12. Чи є легенди і міфи у Вашій групі? Якщо так, то опишіть їх, будь ласка.
13. Яким символом Ви б позначили свою групу і чому?
14. Складна соціальна ситуація, на Ваш погляд, – це...
15. Напишіть, у якій складній соціальній ситуації Ви перебуваєте зараз чи перебували ще нещодавно.
16. Чи змінилися Ваші уявлення про Вашу групу (родину, друзів, побратимів) у цей складний час і яким чином?
17. Які міфи побутували або створювалися під час проживання складної ситуації? Опишіть стисло ці міфи.
18. Яким би символом Ви позначили свою групу (родину, дружнє коло спілкування, бойовий підрозділ) у складній ситуації?

Рольова гра «Підтримай мене»

Мета гри: пошук підтримки в умовах складної соціальної ситуації і демонстрація можливих стратегій її додання.

Етапи:

1. *Підготовчий* – добір теоретичних матеріалів і складання кейсів.
2. *Пояснювальний* – екскурс у поняття складних соціальних ситуацій і види підтримки: емоційної, словесної, дієвої (спрямованої на людину або на ситуацію); опис етапів; вибір кейсу для гри.
3. *Власне гра* – проведення рольової гри.
4. *Узагальнювальний* – спільне обговорення результатів гри: виокремлення стратегій додання і доцільної підтримки.

Кейси:

- Згадайте ситуацію, коли Ви відчували себе безпорадним(-ою). Оберіть з-поміж учасників групи автора ситуації для гри. Виберіть з групи ще 2-3 учасників, які відтворять вашу ситуацію. Інші учасники групи програють ситуацію за можливими для них варіантами взаємодії. Обговоріть усі варіанти додання і спробуйте підтримати автора словесно, звернувши увагу на його сильні сторони в процесі додання, на отримані результати (що автор втратив і що здобув завдяки цьому досвіду). Якими його стратегіями Ви скористалися б у схожій ситуації?
- Пригадайте складну соціальну ситуацію. Обговоріть у групі та виберіть одну із цих ситуацій для драматизації. Розподіліть між собою ролі. Програйте ситуацію. Підтримайте автора ситуації обіймами, потисканням руки тощо. Обговоріть можливі варіанти вирішення ситуації і важливість тілесного контакту для підтримки людини, що опинилась у складній соціальній ситуації.
- Пригадайте ситуацію, з якою Вам було складно впоратися самотужки. Розкажіть про неї групі. Отримайте підтримку учасників групи у вигляді їхнього емоційного віддзеркала: відчуття і почуття, які супроводжували розповідь і якими важливо поділитися. Оберіть дієвих осіб для драматизації цієї ситуації. Програйте ситуацію за можливим іншим результатом (більш чи менш успішним і вдалим). Обговоріть стратегії, використані під час гри.