

ЛЮДИНА В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

DOI 10.26565/2225-7756-2025-78-03

UDC 159.9.316.6

М.С. КРАПИВА (Крапива Марія Сергіївна)

*Здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти,**Викладач кафедри практичної психології**Київського столичного університету імені Бориса Грінченка,**вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, м.Київ, Україна**E-mail: m.krapiwa@kubg.edu.ua**<https://orcid.org/0009-0009-2218-9338>*ТЕОРЕТИЧНА МОДЕЛЬ ДОЛАЮЧОЇ ПОВЕДІНКИ ЦИВІЛЬНОГО НАСЕЛЕННЯ
В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Цивільні особи, тобто ті верстви населення що не беруть безпосередньої участі у збройних конфліктах, виступають однією з найбільш незащитених соціальних категорій населення в період розгортання активних бойових дій. Зважаючи на це, дослідження особливостей подолання цивільним населенням стресу війни в умовах мінального сьогодення, особливо в контексті російсько-української війни, постає на нашу думку, вкрай актуальним. Метою даної статті виступає теоретико-методологічний аналіз психологічних особливостей долаючої поведінки цивільного населення в умовах воєнного стану та обґрунтування теоретичної моделі долаючої поведінки цивільного населення під час війни. Фундаментом теоретичної моделі долаючої поведінки цивільного населення під час війни постає профілактика стресу війни, яка є одним з найбільш вагомих, на нашу думку, чинників збереження психологічного благополуччя особистості. В статті проаналізовано долаючу поведінку як психологічний феномен, основні складові подолання стресу війни цивільними особами та обґрунтовано теоретичну модель долаючої поведінки цивільного населення під час війни, що включає також опис можливостей психопрофілактики можливих психологічних наслідків впливу війни на особистість. Було використано такі теоретичні методи дослідження: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, індукція, дедукція та моделювання. Зроблено висновок про те, що копінг-поведінка є багатовимірним психологічним феноменом, в основі процесу формування якого лежить розмаїття копінг-ресурсів, що системно визначають особливості структури реагування кожної окремої особи на ситуацію взаємодії зі стресом.

Ключові слова: долаюча поведінка. копінг-стратегії. психологічні захисти. копінг-ресурси. психопрофілактика.

Вступ. Стрес-долаюча поведінка особистості є комплексним поняттям та розглядається вітчизняними та закордонними дослідниками з точки зору різних парадигм в психології. На думку Н. Ярош процес подолання складних емоційних переживань суб'єктом, що знаходиться під дією стрес-факторів, включає в себе когнітивний, поведінковий та емоційний компонент, охоплює всі види активної взаємодії особистості з проблемною ситуацією з метою її вирішення, а вибір копінг-поведінки зумовлений, насамперед, особистісними особливостями суб'єкта (Ярош, 2018).

Р. Браянт, П. Шнурр, А. Педлер досліджуючи психологічне здоров'я та потреби українців у 2022 році після повномасштабного вторгнення росії в Україну, визначають, що цивільні особи, які постраждали від війни, можуть мати порушення психічного здоров'я, тривожні розлади та депресію (Браянт et. al, 2022). Висновок дослідників також підтверджують дані Всесвітніх досліджень психічного здоров'я ВООЗ про те, що відновлення після посттравматичного стресового розладу відбувається особливо повільно в контексті активних подій війни, що може призводити до тривалих проблем з психічним здоров'ям (Коенен et. al, 2017). Автори акцентують увагу на тому, що різка ескалація бойових дій у 2022 році та спільні для всіх

українців психологічні наслідки війни і внутрішнього переміщення з 2014 року підвищили рівень схильності населення до розвитку психічних захворювань та знизили загальний рівень опірності стресу, що призвело до стійких несприятливих наслідків для психічного здоров'я населення України (Браянт et. al, 2022).

Таким чином, зважаючи на наявність певних особливостей у подоланні стресу війни цивільним населенням України, можемо говорити про особливу актуальність дослідження психологічних особливостей долаючої поведінки осіб, що не беруть безпосередньої участі в бойових діях.

Мета. Метою даної статті виступає теоретико-методологічний аналіз психологічних особливостей долаючої поведінки цивільного населення в умовах воєнного стану та обґрунтування теоретичної моделі долаючої поведінки цивільного населення під час війни.

Методи дослідження. З метою здійснення теоретико-методологічного аналізу феномену подолання та побудови теоретичної моделі долаючої поведінки цивільного населення під час війни нами було використано такі теоретичні методи дослідження: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, індукція, дедукція та моделювання.

Як цитувати: Крапива, М. (2025). Теоретична модель долаючої поведінки цивільного населення в умовах воєнного стану. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, (78), 19-24. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-03>

In cites: Krapiwa, M. (2025). Theoretical Model of Coping Behavior of Civilians in War Conditions. *Visnyk of V.N. Karazin Kharkiv National University. Series Psychology*, 78, 19-24. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2025-78-03> (in Ukrainian)

© Крапива, М. 2025; Крапива, М. 2025; CC BY 4.0 license

Результати дослідження. Відповідно до нашої наукової позиції, у межах даного дослідження долаючи поведінка розглядається як цілісне явище, що охоплює як копінг - стратегії, пов'язані з усвідомленим вибором реакцій на стресову ситуацію, так і механізми психологічного захисту, які відображають неусвідомлювані процеси, інтегровані у загальну систему подолання.

У працях Г. Вайланта запропоновано класифікацію захисних механізмів як складової копінг - поведінки, де вони інтерпретуються як пасивний, неусвідомлюваний чинник, що впливає на формування загальної копінг - стратегії особистості (Вайлант, 2000). Отже, неусвідомлювані процеси варто розглядати насамперед як механізми зниження психічної напруги, спричиненої стресом, тоді як застосування копінг - стратегій є результатом свідомої активності, спрямованої на розв'язання проблемної ситуації. Таким чином, взаємодія свідомих і несвідомих процесів у структурі долаючої поведінки зумовлює вибір індивідом конструктивних або деструктивних форм адаптації до середовища.

У наукових працях Г. Вайланта охарактеризовано віднесення механізмів психологічного захисту до класу копінгів, тобто розглянуто захисні механізми як деяку пасивну складову вибору копінг - стратегії, що формує загальний портрет долаючої поведінки особистості (Вайлант, 2000). Таким чином, можемо говорити про те, що неусвідомлювані процеси є, перш за все, механізмами зниження психологічної напруги, що виникають під дією стресу, а застосування певної копінг - стратегії є усвідомленою дією, що спрямована на вирішення проблемної ситуації, що спричиняє стрес. Отже, синтез усвідомлених та неусвідомлених процесів в структурі долаючої поведінки призводить до вибору суб'єктом конструктивних або неконструктивних форм адаптації до умов навколишнього середовища.

Механізми психологічного захисту як науковий феномен вперше обґрунтував Зігмунд Фройд (Фройд, 2023). Вчений наполягав на тому, що захисні механізми психіки, які включають витіснення, проєкцію заміщення, раціоналізацію, регресію, сублімацію, заперечення та реактивне утворення, є вагомими компонентами у формуванні власного «Я» та відіграють ключову роль у формуванні характеру особистості (Фройд, 2023).

В залежності від специфіки дій, механізми психологічного захисту можуть поділятися на ті, що чинять конструктивний вплив на розвиток особистості, а також ті, що є деструктивними та сприяють, в результаті, погіршенню сприйняття стресогенної ситуації (Андрушко, 2013). До конструктивних засобів захисту відносять механізм компенсації та сублімації, як процес перетворення негативних переживань в енергію направлену на соціально прийнятну активність. До деструктивних форм захисту належать: механізм витіснення, як процес переходу травмуючих спогадів у несвідоме; проєкція, як механізм помилкового сприйняття внутрішнього стану за характер зовнішніх обставин; заміщення, як перенесення агресивних імпульсів на менш загрозливий об'єкт; регресія, як повернення до інфантильних форм поведінки;

формування реакції як захист від неприйнятних форм реакції шляхом зворотної поведінки; раціоналізація, як процес помилкової аргументації ситуації; втеча, як спосіб несвідомо уникнути психотравмуючої ситуації (Процик, 2016).

Основною функцією механізмів психологічного захисту є відмежувати негативні і травмуючі переживання особистості від сфери свідомості. В сучасних літературних джерелах даний термін використовується для позначення будь-якої поведінки, яка спрямована на подолання психологічного дискомфорту (Москалець, 2020).

Актуальним питанням для сучасної психології досі залишається рівень усвідомленості механізмів психологічного захисту особистістю. А також можливість контролюваності даного феномену у процесі побудови стратегії подолання проблемної ситуації. С. Степаненко припускає, що психологічні захисти можуть виступати базою для побудови психічної моделі долаючої поведінки суб'єктів, а також можуть набувати певного рівня усвідомленості та урегульованості в процесі цілеспрямованого здійснення людиною діяльності. (Степаненко, 2021).

На нашу думку, копінг - стратегії, як компонент долаючої поведінки, на відміну від захисних механізмів психіки, є більш конструктивною формою подолання стресу і виражають свідомий рівень активізації внутрішніх ресурсів особистості з метою відновлення душевного гомеостазу. У науковій літературі переважає виокремлення трьох ключових підходів до класифікації копінг - стратегій. Перший трактує копінг як різновид психологічного захисту, функцією якого є зниження психоемоційної напруги. Другий підхід розглядає копінг як відносно стабільну індивідуальну схильність до певного способу реагування на стресові обставини. Третій підхід визначає копінг як динамічний процес взаємодії особистості зі стресом, що відображає специфіку її реакцій на стресогенні впливи (Вавілова, 2019).

У багатьох літературних джерелах виокремлюють три базові копінг-стратегії. До базових копінгів за Д. Амірханом належать стратегія розв'язання проблем, стратегія пошуку соціальної підтримки та уникання. Стратегія розв'язання проблем характеризується активним процесом пошуку способів вирішення проблемної ситуації, задіюючи всі можливі внутрішньоособистісні ресурси. Така стратегія вважається найбільш ефективною і сприяє загальній соціальній адаптації особистості. Стратегія пошуку соціальної підтримки характеризується активним пошуком соціального середовища до якого можна звернутися по допомогу та емоційну підтримку. Стратегія уникання є пасивним способом подолання стресу, що виявляється через уникнення контакту з оточуючим світом, а також витіснення потреби у необхідності розв'язати проблемну ситуацію. Психологічний механізм, що характеризує стратегію уникання близький до механізмів психологічного захисту, і тому вважається неконструктивним способом подолання стресу (Амірхан, 1990).

Проблематика дослідження опанувальної поведінки вперше системно була висвітлена в роботах Р. Лазаруса та С. Фолькмана. Науковці розробили власну класифікацію

основних типів реагування на проблемну ситуацію, які може проявляти особа стикаючись зі стресом, що визначаються двома загальними категоріями способів опанування, серед яких: 1) копінг-стратегії, що сфокусовані на проблемі; 2) копінг-стратегії, що сфокусовані на емоціях (Фолькман & Лазарус, 1991). Перший тип передбачає процес боротьби зі стресом шляхом спрямування власної уваги на процесі подолання стресового зв'язку особистості із ситуацією небезпеки та її когнітивною переоцінкою. Другий тип визначає активний процес керування емоціями в умовах стресу. Р. Лазарус зазначав, що копінг-стратегії особистості направлені на вирішення життєвих проблем, що виникають в умовах небезпечних ситуацій і вмикають механізми внутрішньої активізації адаптивних ресурсів (Фолькман & Лазарус, 1991).

На основі вищезазначених типів відповіді на стрес, Р. Лазарус та С. Фолькман визначили три складові відповіді на стресогенну ситуацію, що включають емоційний, поведінковий та когнітивний компоненти реагування на стрес. На основі поєднання цих компонентів, дослідники виокремили вісім стратегій подолання ситуативно-специфічного характеру: уникнення, прийняття відповідальності, дистанціювання, самоконтроль, конфронтація, пошук соціальної підтримки, планування вирішення проблем та позитивна переоцінка стресогенної ситуації (Фолькман & Лазарус, 1991).

Натомість, А. Колчигіна характеризує опанувальну поведінку як відповідь на актуальну загрозу за допомогою копінг-стратегій, що своєю чергою будуються на основі наявних внутрішньоособистісних копінг-ресурсів. За умови, якщо копінг-ресурси активізуються, суб'єкт легше справляється зі стресом і обирає більш ефективні стратегії подолання (Колчигіна, 2015). Копінг-ресурси, на думку А. Колчигіної, поділяються на фізичні, соціальні, психологічні та матеріальні. Фізичні копінг-ресурси визначають здатність до витривалості в складних життєвих ситуаціях. Соціальні ресурси подолання являють собою наявність або відсутність індивідуальної для кожної особи мережі соціальних зв'язків, що може надати підтримку. Психологічні копінг-ресурси включають індивідуальні особливості особистості, її переконання, установки, адекватність самооцінки, здатність до ефективної комунікації, рівень інтелекту, локус контролю, здатність до рефлексії, рівень навичок саморегуляції та самоконтролю. Матеріальні ресурси опанувальної поведінки особистості характеризуються її фінансовими можливостями, матеріальним положенням особи в суспільстві, наявністю або відсутністю власності (Колчигіна, 2015). Кожен із запропонованих дослідницею копінг-ресурсів впливає на рівень можливостей подолання різного рівня складних життєвих ситуацій і може впливати на успішність даного процесу.

Таким чином, можемо зробити висновок про те, що копінг-поведінка є багатовимірним психологічним феноменом, в основі процесу формування якого лежить розмаїття копінг-ресурсів, що системно визначають особливості структури реагування кожної окремої особи на ситуацію взаємодії зі стресом.

В. Федорчук та В. Федорчук описали арсенал ресурсів, що може використати людина, що опинилася у ситуації війни. На думку вчених такими ресурсами є резильєнтність як здатність людини до подолання травматичних переживань, психологічна стійкість як здатність долати життєві випробування, зберігаючи при цьому особистісну цілісність, а також резильєнтність як динамічна властивість особистості долати стреси конструктивним шляхом. Науковці роблять висновок про те, що дані особистісні властивості виступають ресурсами подолання життєвих випробувань, спричинених війною, а також дозволяють зберегти психічне здоров'я в умовах кризи (Федорчук & Федорчук, 2022).

О. Кокун, досліджуючи психологічний стан українського населення в умовах війни, акцентує увагу на тому, що широкий спектр емоційних переживань обумовлених стресом може трансформуватися у творчий потенціал, що сприятиме особистісному розвитку індивіда (Кокун, 2023).

Щодо психопрофілактики стресу війни, то можемо говорити про те, що обов'язковою умовою для збереження психологічного здоров'я особистості в умовах війни виступає здійснення різних видів психологічних інтервенцій, тобто втручання на рівні особистості та організацій, із якими вона взаємодіє. Вкрай важливим для попередження важких наслідків впливу стресу війни науковці вважають негайне підтримуюче втручання, що має включати широкий спектр методів спрямованих на зниження емоційної напруги, відновлення психологічних ресурсів, а також зниження інтенсивності впливу травмуючих переживань на особистість та подальшу психотерапевтичну допомогу (Бургін et. al., 2022). Особливу увагу варто надати підтримці психічного здоров'я травмованих дітей, адже вплив війни на дітей є широким і різностороннім, із багатьма наслідками, що може призвести до формування підвищеного ризику розвитку психічних розладів у підлітковий період та на інших вікових етапах становлення особистості (Бургін et. al., 2022).

Згідно результатів проведеного теоретико-методологічного аналізу феномену долаючої поведінки цивільного населення України нами було створено відповідну теоретичну модель цього явища, представлену на рисунку 1.

Модель включає в себе загальний механізм подолання, що на нашу думку складається з первинної емоційної реакції, подальшої когнітивної оцінки стресогенної ситуації та наступного вибору оптимальної стратегії копіngu, що дозволить підтримувати стан психічного гомеостазу особи, яка переживає стрес війни. Проте, як ми вважаємо, на шляху до формування адаптивного подолання з метою підтримки психологічної рівноваги на особистість можуть діяти певні фактори, що можуть впливати на рівень адаптивності подолання стресогенної ситуації.

До факторів ризику, що зменшують адаптивність подолання ми відносимо переживання втрати, соціальну дезінтеграцію та наявні психічні розлади. Переживання втрати, незалежно від рівня її тяжкості, (від матеріальних втрат до втрати близької людини) може пригнічувати

можливості подолання суб'єкта. Соціальна дезінтеграція особистості може перешкоджати процесу ефективного подолання стресу, адже відсутність сталого осередку соціальної підтримки, відчуття ізольованості та самотності здатні пригнічувати процеси вироблення ефективних форм подолання та стимулювати уникнення проблемної ситуації. Наявність психічних розладів може значно зменшувати адаптивні можливості успішного подолання стресу війни. До факторів, що на нашу думку стимулюватимуть успішне подолання стресу війни, ми включили розвинену систему копінг-ресурсів особистості, рівень резильентності та

особистісний потенціал особистості. До копінг-ресурсів ми відносимо усі індивідуально-психологічні характеристики особистості, що полегшують адаптацію і допомагають впоратися із загрозливими обставинами життя. Під резильентністю ми розуміємо психологічну стійкість до кризових умов життя, що дозволяє ефективно справлятися зі стресом. Особистісний потенціал, як фактор успішного подолання ми характеризуємо як здатність людини до самонавчання та особистісного зростання, що дозволяє примножувати власні адаптаційні можливості на основі позитивного досвіду подолання стресу.

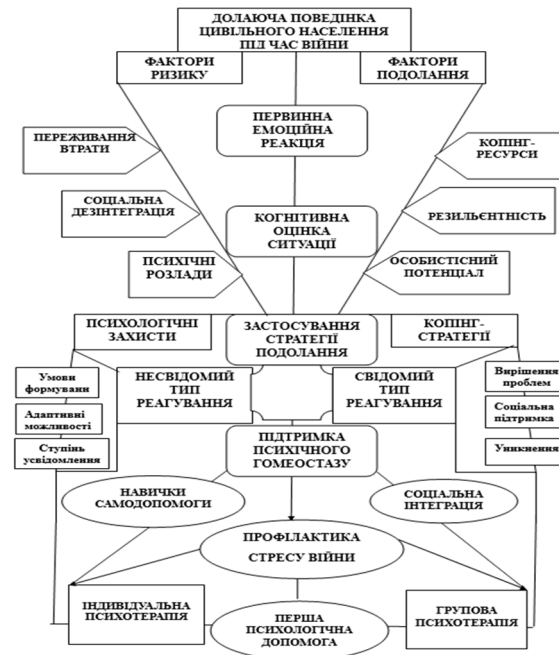


Рисунок 1. Долаюча поведінка цивільного населення під час війни / Overcoming the Behavior of Civilians During War

Згідно нашої наукової позиції долаюча поведінка розглядається як поєднання несвідомих та свідомих реакцій на стресогенну ситуацію, де свідомий рівень відображають базові копінг-стратегії особистості, до яких належать стратегія вирішення проблем, соціальна підтримка та уникнення. Своєю чергою, несвідомий рівень подолання відображають захисні механізми психіки, де проаналізувавши велику кількість наявних класифікацій ми, перш за все вважаємо, що основними критеріями активації певного механізму в дорослому віці виступають умови їх формування в дитинстві, адаптивні можливості особистості та ступінь усвідомленості її вибору, що можна простежити на рисунку 1.1. До базових механізмів психологічного захисту, ми перш за все відносимо ті, що були описані З. Фройдом згідно його психоаналітичної теорії, до яких належать витіснення, проєкція, заміщення, раціоналізація, регресія, сублімація, заперечення та реактивне утворення.

Фундаментом теоретичної моделі долаючої поведінки цивільного населення під час війни постає профілактика стресу війни, яка є одним з найбільш вагомих, на нашу думку, чинників збереження психологічного благополуччя особистості. Узагальнюючи підходи до профілактики можливих

наслідків впливу стресу війни, можна зробити висновок про те, що першочерговим етапом майбутньої профілактики постає вчасно та професійно надана перша психологічна допомога, за якою можуть слідувати інші форми втручання, у вигляді індивідуальної та групової психотерапії в залежності від індивідуальних потреб особистості. Такі форми роботи допоможуть виробити навички самодопомоги та надати необхідний рівень підтримки. У випадку групових форм роботи, яка є особливо ефективною для дітей та підлітків, особа, що пережила стрес війни, може отримати необхідну соціальну підтримку, розширити коло комунікації та бути інтегрованою у певну соціальну групу. Варто зазначити, що не всі цивільні особи, які були травмовані внаслідок воєнних дій звертаються за кваліфікованою психологічною допомогою, проте можливість отримати кваліфіковану першу психологічну допомогу безпосередньо після надзвичайної події значно зменшує ризик розвитку ПТСР та інших психічних розладів внаслідок психічної травматизації.

Обговорення. Потужну теоретико-методологічну базу поняття копіngu розробляють українські вчені С. Максименко, Г. Костюк, В. Роменець, В. Татенко, Т. Титаренко та ін. Проте слід наголосити, що дослідження цього психологічного феномену в Україні

поки що залишається на стадії формування. Можемо говорити про те, що базис усіх теорій стратегій подолання лежить в основі теорії стресу Г. Сельє, яку можна вважати методологічним фундаментом когнітивно-міжособистісного підходу у проведенні досліджень копінгу. Загалом відомо, що найбільш ефективно копінг-стратегії формуються у процесі розв'язання певної проблемної ситуації, що призводить до появи нового життєвого досвіду. Проблематика дослідження захисно-долаючої поведінки залишається відкритою для наукових розвідок та потребує більш ґрунтовного емпіричного дослідження складових подолання.

Висновки. Спираючись на теоретико-методологічний аналіз наукової літератури, робимо висновок про те, що багатовекторність поняття долаючої поведінки спрямовує авторів до більш детального індивідуалізованого підходу до його вивчення, адже досить велика кількість теорій копінгу спирається не тільки на пошук та аналіз зовнішніх факторів впливу стресу на особистість, а й звертається до більш глибоких, внутрішньоособистісних чинників формування стратегій подолання. Дослідження особистісних конструктів, в контексті долаючої поведінки, все більше спонукає наукову спільноту до побудови нових адаптаційних теорій, що сприятиме у подальшому розширенню цього поняття. У зв'язку з цим, перспективна нашого дослідження передбачає ґрунтовний теоретичний аналіз новітніх поглядів на проблематику долаючої поведінки та віднайдення зв'язку усіх можливих її компонентів з індивідуальними характеристиками суб'єкта подій стресу в рамках подальшого емпіричного дослідження.

Список використаних джерел

- Андрушко Я.С. Теоретико-психологічний аналіз проблеми механізмів захисту особистості. *Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації*. 2013. Вип. 2. С. 152-157. <https://social-science.uu.edu.ua/article/1053>
- Вавілова А.С. Психологічні особливості копінг-стратегій у підлітків-перфекціоністів *Психологічний часопис: збірник наукових праць за ред. С.Д. Максименка*, 2019. Вип. 5. С. 101-114. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.10>.
- Кокун, О. М. Захисний потенціал професійної життєстійкості фахівців при впливі стресових чинників воєнного часу. *Методи та засоби психологічної допомоги постраждалим у подоланні ПТСР: тези доповідей науково-практичної конференції Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2023. С. 17-19. <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi75/0055634.pdf>
- Колчигіна А. В. Прояв різних профілів копінг-стратегій в емоційних станах студентів в ситуації оцінювання знань. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2015. Вип. 51. С. 91–99.
- Мелоян А.Е., Садчикова О. Г. Взаємозв'язок особистісної зрілості та копінг-поведінки у психологів, які працюють у зоні військового конфлікту. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. Вип. 3. С.45-50. <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.3-1.15>
- Москалець В.П. Загальна психологія: підручник. Київ: Видавництво Ліра. 2020. 564с. <http://194.44.152.155/elib/local/sk/sk814182%20.pdf>
- Процик Л.С. Особливості реалізації механізмів психологічного захисту інтелектуально обдарованими підлітками: автореф. дис...канд.псих.наук: 19.00.07 Київ, 2018. 22 с. https://npu.edu.ua/images/file/vidil_aspirant/dicer/%D0%94_26.053.10/Prottsyk.pdf
- Степаненко Л. В. Особливості взаємозв'язку емоційних властивостей та копінг-захисних механізмів особистості переселенців. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2021. Вип. 1. С. 47-53. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-1-6>
- Федорчук В. Федорчук В. Психологічні ресурси особистості в умовах війни. *Всеукраїнська науково-практична конференція з нагоди 50-річчя від початку підготовки психологів у Харківському Університеті* : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції, 08-09 грудня 2022р. С. 275-279. <https://psychology.karazin.ua/news2023/12042023/Zbyrka.pdf>
- Фройд З. Нарис психоаналізу. Частина 3. Теоретичний заобудок. *Український психоаналітичний журнал*. 2023. 1(3). С. 74-77. <https://doi.org/10.32782/upj/2023-3-11>
- Ярош Н. Саногенне мислення як чинник стрес-долаючої поведінки: автореф.дис...канд.псих.наук: 19.00.01 Київ. 2018. 25 с. http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/disertaciya_yarosh_1540403786.pdf
- Amirkhan J. A Factor Analytically Derived Measure of Coping: The Coping Strategy Indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1990. V. 55. P. 1066–1074.
- Bryant R.A., Schnurr P.P., Pedlar D. Addressing the mental health needs of civilian combatants in Ukraine. *The Lancet Psychiatry*. 2022. V.9(5). P. 346-347. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(22\)00097-9](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(22)00097-9)
- Bürgin D., Anagnostopoulos D., Vitiello B., Sukale T., Schmid M., & Fegert J. M. Impact of war and forced displacement on children's mental health-multilevel, needs-oriented, and trauma-informed approaches. *European child & adolescent psychiatry*, 2022. V. 31(6). P. 845-853. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-01974-z>.
- Folkman S., Lazarus R. Coping and emotion. Stress and Coping: An Anthology. Ed.: Alan Monat and Richard S. Lazarus. Columbia University Press. 1991. V. 1, P. 207-227.
- Koenen K. C., Ratanatharathorn A., Ng L., McLaughlin K. A., Bromet E. J., Stein D. J., Kessler R. Posttraumatic stress disorder in the world mental health surveys. *Psychological medicine*. 2017. V. 47(13). P. 2260-2274. <https://doi.org/10.1017/S0033291717000708>.
- Vaillant G. E. Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American psychologist*. 2000. V. 55(1). P. 89-98. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.55.1.89>

M. KRAPYVA (Krapyva Mariia Serhiivna)
A graduate of the third (educational and scientific) level of higher education,
Lecture of the Department of Practical Psychology
Borys Grinchenko Kyiv Metropolitan University,
st. Bulvarno-Kudryavska, 18/2, Kyiv, Ukraine
E-mail: m.krapyva@kmbg.edu.ua
<https://orcid.org/0009-0009-2218-9338>

THEORETICAL MODEL OF COPING BEHAVIOR OF CIVILIANS IN WAR CONDITIONS

Civilians, that is, those segments of the population that do not take direct part in armed conflicts, are one of the most vulnerable social categories of the population during the period of active hostilities. Given this, the study of the features of overcoming war stress by the civilian population in the conditions of the changing present, especially in the context of the Russian-Ukrainian war, appears, in our opinion, extremely relevant. The purpose of this article is a theoretical and methodological analysis of the psychological features of the overcoming behavior of the civilian population in conditions of martial law and the substantiation of the theoretical model of the overcoming behavior of the civilian population during war. The foundation of the theoretical model of the overcoming behavior of the civilian population during war is the prevention of war stress, which is one of the most significant, in our opinion, factors in preserving the psychological well-being of the individual. The article analyzes coping behavior as a psychological phenomenon, the main components of overcoming war stress by civilians, and substantiates a theoretical model of coping behavior of the civilian population during war, which also includes a description of the possibilities of psychoprophylaxis of possible psychological consequences of the impact of war on the personality. The following theoretical research methods were used: analysis, synthesis, comparison, generalization, induction, deduction, and modeling. It is concluded that coping behavior is a multidimensional psychological phenomenon, the basis of the process of its formation is a variety of coping resources that systematically determine the features of the structure of the response of each individual to a situation of interaction with stress.

Keywords: coping behavior. coping strategies. psychological defenses. coping resources. psychoprophylaxis

References

- Andrushko, Y. (2013). Theoretical and psychological analysis of the problem of personality protection mechanisms. *Osvita rebionu: politolohiya, psykholohiya, komunikatsiya*, 2, 152-157. <https://social-science.uu.edu.ua/article/1053> [In Ukrainian].
- Vavilova, A. (2019). Psychological features of coping strategies in perfectionist adolescents. *Psykholohichnyi chasopys: zbirnyk naukovykh prats za red. S. Maksymenka*, 5, 101-114. <https://doi.org/10.31108/1.2019.5.10> [In Ukrainian].
- Kokun, O. (2023). Protective potential of professional resilience of specialists under the influence of stress factors of wartime. *Metody ta zasoby psykholohichnoyi dopomohy postrazhdalym u podolanni PTSR: tezy dopovidey naukovo-praktychnoyi konferentsiyi Instytutu psykholohiyi imeni HS Kostyuka NAPON Ukrayiny*, 2023, 17-19. <https://files.znu.edu.ua/files/Bibliobooks/Inshi75/0055634.pdf> [In Ukrainian].
- Kolchygina, A. (2015). Manifestation of different profiles of coping strategies in the emotional states of students in the situation of knowledge assessment. *Visnyk Kharkivskoho natsional'noho pedahohichnogo universytetu imeni H. S. Skovorody. Psykholohiya*, 51, 91-99. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2015_51_11 [In Ukrainian].
- Meloyan, A & Sadchikova, O. (2019). The relationship between personal maturity and coping behavior in psychologists working in a military conflict zone. *Teoriya i praktyka suchasnoyi psykholohiyi*, 3, P. 45-50. <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.3-1.15> [In Ukrainian].
- Moskalets, V. (2020). *General Psychology: Textbook*. Kyiv : Lira, P. 564. <http://194.44.152.155/elib/local/sk/sk814182%20.pdf> [In Ukrainian].
- Protsyk, L. (2018). Peculiarities of the implementation of psychological protection mechanisms by intellectually gifted adolescents. (master's thesis). National Pedagogical M.P. Dragomanov University, Kyiv. https://npu.edu.ua/images/file/vidil_aspirant/dicer/%D0%94_26.053.10/Protsyk.pdf [In Ukrainian].
- Stepanenko, L. (2021). Peculiarities of the relationship between emotional properties and coping-protective mechanisms of the personality of displaced persons. *Naukovyy visnyk Khersonskoho derzhavnogo universytetu. Seriya «Psykholohichni nauky»*, 1, 47-53. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-1-6> [In Ukrainian].
- Fedorchuk, V. & Fedorchuk, V. (2022). Psychological resources of the individual in wartime. *Vseukrayinska naukovo-praktychna konferentsiya z nabody 50-richchya vid pochatku pidhotovky psykholohiv u Kharkivskomu Universyteti: materialy Vseukrayinskoyi naukovo-praktychnoyi konferentsiyi. Kharkiv*. <https://psychology.karazin.ua/news2023/12042023/Zbyrka.pdf> [In Ukrainian].
- Freud, Z. (2023). An Essay on Psychoanalysis. Chastyna 3. Teoretychnyy zduhotok. *Ukrayins'kyy psykhoanalitichnyy journal*, 1(3), 74-77. <https://doi.org/10.32782/upj/2023-3-11> [In Ukrainian].
- Yarosh, N. (2018) Sanogenic thinking as a factor of stress-coping behavior. (master's thesis). G.C. Kostyuk Institute of Psychology. Kyiv. http://psychology-naes-ua.institute/files/pdf/disertaciya_yarosh_1540403786.pdf [In Ukrainian].
- Amirkhan, J. (1990). Factor Analytically Derived Measure of Coping: The Coping Strategy Indicator. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 1066-1074.
- Bryant, R. A., Schnurr, P. P. & Pedlar, D. (2022). Addressing the mental health needs of civilian combatants in Ukraine. *The Lancet Psychiatry*, 9(5), 346-347. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(22\)00097-9](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(22)00097-9)
- Bürgin, D., Anagnostopoulos, D., Vitiello, B., Sukale, T., Schmid, M. & Fegert J. M. (2022). Impact of war and forced displacement on children's mental health-multilevel, needs-oriented, and trauma-informed approaches. *European child & adolescent psychiatry*, 31(6), 845-853. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-01974-z>.
- Folkman, S. & Lazarus, R. (1991) Coping and emotion. *Stress and Coping: An Anthology*. Ed.: Alan Monat and Richard S. Lazarus. Columbia University Press, 1, 207-227
- Koenen, K., Ratanatharathorn, A., Ng L., Mc Laughlin, K., Bromet, E., Stein, D. & Kessler, R. (2017) Posttraumatic stress disorder in the world mental health surveys. *Psychological medicine*, 47(13), 2260-2274. <https://doi.org/10.1017/S0033291717000708>.
- Vaillant, G. (2000). Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology. *American psychologist*, 55(1), 89-98. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.55.1.89>

Стаття надійшла до редакції 13.04.2025 (The article was received by the editors 13.04.2025)

Стаття рекомендована до друку 01.06.2025 (The article is recommended for printing 01.06.2025)