

ОЛЕНА ДЕНИСЕВИЧ,

кандидат філологічних наук, доцент, запрошений дослідник у Вищій школі соціальних досліджень в Інституті філософії та соціології Польської академії наук (Варшава, Nowy Świat, 72, 00-330)

OLENA DENYSEVYCH,

PhD in Philology, visiting scholar at GSSR IFIS PAN (72, Nowy Świat, Warszawa, 00-3304)

*<http://orcid.org/0009-0008-4371-136X>
o.denysevych@gmail.com*

Релігія як стратегія подолання труднощів українцями на початку російського вторгнення в Україну у 2022 році

Вступ

Опинившись у ситуації війни та драматичної зміни життєвого порядку, українці змушені були використовувати різні стратегії, які допомагали б у прийнятті рішень та сприяли витривалості у боротьбі зі стресом. У цьому дослідженні розглянуто релігійну стратегію подолання труднощів з боку українців у перший період війни. Дослідження спирається на вибіркове опитування, яке мало виявити, як люди зверталися до релігії, щоби знайти підтримку та розраду. Стаття також висвітлює духовний досвід православної та римо-католицької громад в Україні. Через невелику присутність римо-католицьких громад в Україні лише одиничні дослідження релігії як стратегії подолання наслідків війни були присвячені цим громадам. Порівняно з іншими релігійними конфесіями України римо-католицизм охоплює лише 1,2% населення. Невеликий відсоток вірних римо-католицького обряду є перешкодою для залучення їх до масштабних соціологічних опитувань. У перебігу нашого дослідження було опитано 31 особу, серед яких приблизно 50% становили римо-католики і стільки ж — православні.

Виклад основного матеріалу

З початку повномасштабної війни в Україні з'явилося кілька публікацій, в яких релігію розглядали як стратегію подолання труднощів. М. Коструба та О. Фіщук у своїй психологічній розвідці «*Media-релігійність та стратегії подо-*

Цитування: Денисевич, О. (2024). Релігія як стратегія подолання труднощів українцями на початку російського вторгнення в Україну у 2022 році. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*, 4, 85–95, <https://doi.org/10.15407/sociology2024.04.85>.

ланья наслідків війни молодими людьми в Україні» залучили до опитування 66 молодих респондентів, середній вік яких становив 18 років. Дослідниці дійшли висновку, що релігійні люди в засобах масової інформації, як правило, фокусуються на більш позитивних маркерах змісту — менше уваги приділяють гніву, хворобливим почуттям, минулому та думкам про смерть, більше уваги — релігійному подоланню труднощів (Kostruba, Fishchuk, 2023). Інше дослідження (Shai, 2022) розглядає, як збройний конфлікт впливає на релігійну поведінку (наприклад, на молитовні практики) та на переконання людей. Автор виявив, що перебування в умовах війни або в регіонах, які постраждали від війни, посилює прояви релігійної поведінки та посилюють переконання людей. Ці наслідки є більш помітними серед людей з низьким рівнем освіти та серед тих, хто не був релігійним до початку агресії. Автор у своєму дослідженні показує, що люди стають більш релігійними, щоб впоратися з негативними психологічними наслідками війни.

Низка досліджень фіксують зв'язок між рівнем релігійності та конфліктами. Одне з перших досліджень гіпотези про кореляцію релігійності та конфліктів «*Effects of stress and tolerance of ambiguity on magical thinking*» (Keinan, 1994) аналізує дані, які були зібрані під час війни в Перській затоці 1991 року і використані для порівняння ізраїльських громадян, які проживали в районах, що зазнали ракетних обстрілів (Тель-Авів і Рамат-Ган) або не зазнавали їх (Єрусалим і Тверія). Результати аналізу показали, що релігійність, яка має схильність до магічного мислення, була більш поширеною серед громадян, які проживали в районах конфлікту (Keinan, 1994).

Збільшення молитовних практик як релігійної реакції на екзистенційну невпевненість фіксують вчені серед біженців з Афганістану, Іраку та Сирії (Tubergen, 2023). Зв'язок між конфліктами й молитвами рівною мірою простежується в усіх демографічних підгрупах, тобто конфлікт, що є загрозою для життя, ставав причиною зростання релігійності у регіоні в цілому. На ефективність релігійних методів у подоланні проблем, пов'язаних із симптомами тривоги, депресії, вказує дослідження «*God, Can I Tell You Something? The Effect of Religious Coping on the Relationship between Anxiety Over Emotional Expression, Anxiety, and Depressive Symptoms*» (Bryan, 2015).

Вагомий внесок у вивченні зміни рівня релігійності українського суспільства внаслідок російсько-української війни зробили Д. Каракай та В. Гацко. Соціологами було здійснено перевірку деяких припущень теорії екзистенційної небезпеки та її розгорнутої версії — теорії еволюційної модернізації — на підставі панельних даних, зібраних до і під час повномасштабної війни в Україні. Дані проведеного дослідження вказують на наявність слабого зростання релігійності жителів України після початку повномасштабного вторгнення. Аналіз зв'язку змін релігійності зі ступенем індивідуальної небезпеки продемонстрував змішані результати. Дослідники не знайшли підтвердження гіпотези про те, що відстань до бойових дій, яка була індикатором міри безпосередньої небезпеки для індивіда, впливає на зростання релігійності. Понад те, детальний аналіз змін релігійності в розрізі макрорегіонів не виявив зростання релігійності у Східному макрорегіоні країни, на території якого відбуваються найбільш

інтенсивні бойові зіткнення. Також це дослідження показало, що зростання релігійності було меншим на Заході України, що вкладається в логіку теорії екзистенційної небезпеки, адже цей макрорегіон віддалений від безпосередніх бойових дій. Зростання релігійності мало би відбуватися внаслідок переживання небезпеки (Каракай, Гацко, 2024: сс. 104–105). Проте це дослідження показує, що не завжди небезпека стає чинником такого зростання. Але, наприклад, згідно з дослідженням Центру Разумкова, проведеним у листопаді 2022 року, в Україні кількість вірян збільшилася у 2022 році порівняно з 2021-м серед усіх вікових груп, навіть серед наймолодших (18–24 роки), — від 48% до 61%. Найбільше зростання спостерігається власне у молодшій віковій групі, а що стосується старшої, то ситуація істотно не змінилася (Якименко та ін., 2022: с. 4).

Психолінгвістичне дослідження концепту *релігія* серед студентів-українців під час тематичного аналізу асоціативного поля виявило найсильніший зв'язок релігії з вірою. Менш чисельними виявилися реакції, які засвідчують зв'язок релігійності з різновидами та напрямками релігій, із церквою, світоглядом, мораллю, емоціями та ін. (Коструба, 2020: с. 178).

У нашому дослідженні ми розглядаємо релігійну стратегію як індивідуальну форму подолання труднощів та боротьби зі стресом. Хоча вплив релігії цим не обмежується, про що свідчать дослідження, які вказують на можливість впливу та ефективність релігійного чинника в процесі системних змін та трансформацій у суспільстві (див., зокрема: Паращевін, 2023: с. 50). Але ці аспекти виходять за межі завдань цієї статті.

Релігійне подолання труднощів передбачає когнітивні, емоційні та поведінкові реакції на стрес. Це може відігравати свою роль у багатьох вимірах людського буття, включно з пошуками сенсу життя, прагненням близькості до Бога, плеканням надії, домаганням миру, взаєминами з іншими людьми, саморозвитком та особистим самовладанням. Релігія може забезпечити основу для самосвідомості — розуміння негативних емоцій та фізичних страждань і тим самим сприяти стійкості та прийняттю стресових факторів. Відповіді людини на стрес перевіряють межі її особистих можливостей (Pargament, 1997: p. 310).

Релігія може виступати як система орієнтації. Емоції — як позитивні, так і негативні — можна трансформувати або регулювати, свідомо займаючись духовними практиками (Emmons, 2005: p. 243). Відомо, що релігійна людина може звернутися до своєї віри й до церкви в пошуках відповіді на питання «Чому?»: чому ці страждання випали на мою долю і на долю мого народу?

Методи дослідження

У нашому соціологічному дослідженні більшість респондентів (21 з 31) на момент опитування проживали в Україні, в західних і центральних регіонах (наприклад, у Львові, Тернополі, Житомирі, Києві, Черкасах). Деякі з них перебували за кордоном. З тих, хто проживав в Україні, п'ятеро були внутрішньо переміщеними особами на момент російського вторгнення 24 лютого 2022 року. Внаслідок війни десять опитаних були змушені покинути Україну й переїхати

до Німеччини, Польщі, Австрії та Чехії. Загалом 15 осіб були біженцями (вимушеними внутрішньо переміщеними особами всередині країни та на території інших країн). Респондентів обирали з урахуванням географічного чинника, скориставшись соціальними мережами, своїми особистими контактами та традиційною вибіркою за принципом «снігової кулі». Що стосується соціально-демографічних даних, то серед них було 27 жінок та 4 чоловіки. Наймолодшому з них було 20 років, а найстаршому — 70, середній вік становив 41 рік. За професією опитані були вчителями (9), науковцями (3) та представниками різних інших професій (наприклад, менеджерами соціальних мереж, редакторами, музикантами, журналістами, перекладачами, священниками). Деякі з них були студентами. Треба зазначити, що більшість опитаних були релігійними.

Наше опитування тривало впродовж квітня і травня 2022 року. Це було напівструктуроване опитування, проведене онлайн. Респонденти під час інтерв'ю відповідали на запитання: 1. *Що для Вас є найважчим в теперішній ситуації?* 2. *Що або хто допомагає Вам долати труднощі, пов'язані з війною?* 3. *Який Ваш найбільший страх?* 4. *Чи відчуваєте Ви себе самотнім / самотньою?* 5. *Чи відчуваєте Ви підтримку?* 6. *Чи відчуваєте Ви ненависть?* 7. *Які емоції Ви відчуваєте найчастіше?* 8. *Яким Ви бачите майбутнє України?* У цьому переліку прямих запитань про віру та Бога не було. Згадки про релігію були спонтанними та невимушеними. Найчастіше про віру як стратегію подолання труднощів згадували, відповідаючи на запитання: «*Що або хто допомагає Вам долати труднощі, пов'язані з війною?*» або ж стосовно їхнього бачення майбутнього. Таким чином, релігію було виокремлено як одну зі стратегій подолання труднощів українцями в екстремальних та драматичних ситуаціях. З використанням тематичного аналізу було визначено кілька стратегічних напрямків боротьби зі стресом. З інтерв'ю було виокремлено стратегії, які були пов'язані з вірою та духовністю. Нижче наведено основні теми, виявлені в результаті тематичного аналізу. Дані анонімізовано, а імена замінено на псевдоніми.

Духовний досвід під час війни

Короткий лінгвістичний аналіз текстів інтерв'ю показує, що слово «віра» має різні значення для опитаних — це не тільки віра в Бога, а й віра в перемогу, в сили добра, у краще майбутнє для своїх дітей. Словесні концепти, що розкривають релігійний світогляд респондентів — віра в Бога (4 згадки), молитва (4), Бог (3), релігійна спільнота (2), надія на Бога (4), віра (2), Господь Бог (2), церква (1), довіра до Бога.

Релігійна стратегія подолання труднощів є багатофункціональною. Може забезпечувати комфорт, стимулювати особистісний розвиток, посилювати почуття близькості з Богом, сприяти зближенню з іншими людьми або й визначати сенс життя і пропонувати мету в житті (Pargament, Park, 1995). Релігійна поведінка може набувати різноманітних форм і змісту: *пасивна* (очікування, що Бог владнає кризу), *активна* (відчуття сили, що спонукає людей робити світ кращим), *особистісна* (пошук любові й турботи Бога), *міжособистісна* (пошук підтримки з боку духовенства і членів спільноти), *орієнтована на допомогу в*

розв'язанні проблем або ж *емоційна* (звертання до Бога за емоційним заспокоєнням) (Pargament, Brant, 1995).

Наприклад, римо-католик Микола описує своє переживання трагічних подій, пов'язаних із війною, через спілкування з людьми та Богом, що за класифікацією можна назвати міжособистісною релігійною стратегією. Для респондента бути підтримкою для інших є певним смыслом власного буття в умовах, що склалися. Свою духовність окреслює як кармелітську, тому вважає, що Бог може діяти і в темні часи. Трактуює Бога як суддю, що в Його владі карати ворогів. Таке розуміння віри та Бога знімає зайву напругу, яку людині не до снаги перенести самотужки.

Рутинність релігійних практик як стратегія

Багато опитаних згадують певну рутинність та обов'язковість релігійних практик, що формують їхній день і допомагають владувати над собою. Належність до певної релігійної спільноти та певних рутинних релігійних практик упорядковує день. Це наголошує Юлія, яка також є римо-католичкою. Після тимчасового переїзду до більш безпечної частини України в її щоденні обов'язки входило грати на органі під час Святої Меси. У разі сильного нервового напруження іноді молитовні практики не допомагали, що може означати, що брак задоволення базової людської потреби, якою є безпека, не сприяє доброму молитовному стану. Юлія згадує, що намагається все пережити з Богом, однак у надто стресових ситуаціях відчуває ступор, стан пригнічення свідомості. *«Віра допомагає, хоча багато запитань, як Бог на це дивиться і нічого не робить, як здається»*. Жінка підкреслила, що вечірня молитва із сім'єю допомогла їй прийти до тями, а от, до прикладу, займатися домашніми справами спочатку не могла.

Страждання як випробування віри

Віра допомагає вистояти у складних обставинах. Молода римо-католичка Єлизавета розуміє, що всієї картини того, що відбувається, не видно. Впевнена, що війна — не є Божим планом, але Бог над усім панує та тримає свою руку. Війну розуміє, поряд з іншим, як можливість відродження України. Перші перемоги українського війська називає Божим чудом. Вважає віру, надію та довіру до Бога як спосіб триматися у складних обставинах. Учасниця опитування пояснює важкий час війни випробуванням віри: *«Коли приходить випробування, ти розумієш, ти віруючий чи ні. Якщо ти віруючий, відповідно негатив не здається тобі таким масштабним. Ти все одно знаєш, що Бог тримає над всіма нами свою руку, Він володарює і над злом також. В кінці кінців все одно тільки Він переможе. І це такий момент був, що навпаки віра укріпилася»*.

Під час інтерв'ю опитані називають страждання війни Божою карою за безбожний спосіб життя. Вероніка згадує: *«Моя особиста думка про те, що багато людей відвернулися від Бога. Багато людей стали дуже егоїстичними, кожен став дбати лише про свої інтереси і власний комфорт»*. Таке трактування

страждань як кари часто зустрічаємо у Святому Письмі, й це називають «класичною» єврейською реакцією на страждання (Bowker, 1970: p. 12). Європейські християни зазвичай сприймали катастрофи, включно з національними, «як відповідь Бога на гріхи народу» (Thomas, 1971: p. 83). Утім, згідно із статистичними даними, приписування негативних подій божественному покаранню наразі «не дуже поширене» (Pargament, Brant, 1998: p. 120).

Віра в Бога спонукає усвідомити власні людські обмеження і неможливість вплинути на ситуацію, змінити її. *«Віра в Бога, надія. Це єдине, бо на жодну ситуацію особисто я вплинути не зможу. Тому залишається тільки надія і довіра Богам»*, згадує римо-католичка Єлизавета. Також віряни ладні віддати все, що відбувається, в руки Божі, таким чином перекладаючи тягар війни та важких обставин на Нього. У цьому проявляється уявлення про перемогу країни як результат не слушної військової стратегії, а божественного втручання.

Бачення майбутнього крізь призму християнського світогляду

В інтерв'ю опитані часто говорили про стан непевності, неможливості планування, і бачення майбутнього, відповідно, могло бути досить різним — від сподівання, що війна швидко завершиться, до більш глибокого аналізу та розуміння, що для цього потрібна кардинальна зміна українського суспільства. Ті, для кого релігійна стратегія подолання є домінантною, віддають на волю Богові всю ситуацію: *«Довіряю Богові своє майбутнє. Я трохи думаю про майбутнє, дбаю про нього, але, ні про що не думаючи, я віддаю все в руки Бога, тому що в одну мить все може змінитися. Тому що, коли ви дивитесь на те, що робиться, наприклад, в інших містах України і що відбувається у нашому місті, ви розумієте, що Бог дуже сильно опікується цим»*.

Перемога як Боже чудо. Віра додає сил для боротьби, допомагає поцінувати теперішній момент та усвідомлювати необхідність невідкладних дій. Респонденти вважають віру духовною чеснотою, а віру в добро — основою існування людства. Людині потрібна віра, але також тверезе розуміння того, що мир і добро не можуть бути досягнуті швидко. Яна, православна, описує своє бачення майбутнього оптимістично: *«Я взагалі оптиміст і схильна вірити в краще, але реальність показує, що це краще наступить не так швидко»*. Хоча зауважимо також, що на початку війни багато українців вірили, що війна не на довго, і ця віра у швидке закінчення війни додавала сили. Про це згадує у своєму інтерв'ю Вікторія: *«З кожним днем ти все більше і більше віриш в те, що перемога буде, і це буде скоро. У всякому разі, я в це вірю»*.

Віра в добро. Деякі респонденти просто посилалися на віру в сили добра, таку як віра в перемогу добра над злом, або загалом на віру в добро, як у казках. *«Віра в те, що все не може бути таким, як зараз. Ми, як і раніше, віримо в перемогу, в те, що позитивні, добрі сили допоможуть нам подолати все це»*. Молода католичка Анна згадує в розмові про свою віру в майбутнє для своєї дитини: *«По-перше, віра в Бога, віра в перемогу, віра в краще майбутнє для моєї дитини»*.

Образ Божий. Бог, який оберігає близьких та українські міста та піклується про них. Світлана, яка належить до православного віросповідання, із Півдня

України згадує: «... але найгірше було просто бачити ці будинки, які просто провалилися під землю, а в них були люди. Розумієте? Єдине, слава Богу, що всі мої сусіди залишилися живі, ніхто не постраждав. Я просто не знаю, чи Господь Бог захистив їх таким чином, або вони самі знали, що їм слід перебувати в тій кімнаті, а не в тій».

Почуття єдності з Богом допомагає подолати почуття самотності. Юлія підкреслює: «... я завжди з Богом. Коли Бог відвернеться, тоді буде самотньо». Якщо релігію можна трактувати як зовнішній чинник належності до певної релігійної конфесії, то віра — це внутрішні та особисті стосунки з Богом. Проте респонденти зберігали критичне мислення навіть в екстремальних ситуаціях і аналізували свої уявлення про те, що добре, а що погано. Наприклад, це стосується респондентів, які згадують Бога в разі знищення ворога. Опитані іноді ловили себе на думці, що радіють цьому, і намагалися пояснити собі, чому вони відчують ненависть.

Висновки

Дії, пов'язані з релігійною практикою, у православних і в римо-католиків трохи різняться. Аналіз інтерв'ю показав, що римо-католики частіше вибирали релігійну стратегію та говорили про свій духовний досвід переживання цієї війни, про молитву та різні релігійні практики. Для римо-католиків більшою мірою характерна участь у таїнствах (сповідь та Святе Причастя). Віряни православної конфесії зазвичай практикують читання молитов та коротке відвідування церкви. Релігійні механізми подолання включають також фізичні дії, такі як вечірня молитва в колі сім'ї та відвідування богослужінь. Метафізичні дії включають спілкування з Богом у повсякденному житті або «полишення всього на волю Богів».

Деякі, відчуваючи моменти зневіри під час молитви, стверджували, що це не допомагає їм впоратися з психологічним стресом, або задавалися питанням, чому Бог нічого не робить для припинення війни. Це показує, що релігійна стратегія подолання не завжди спрацьовує на емоційному рівні у стані тривалого стресу.

Свій духовний досвід переживання війни під час інтерв'ю найчастіше згадували християни римо-католицького обряду. Респонденти римо-католики частіше пов'язували події та своє перебування у зв'язку з Богом, тобто більш виразно обирали релігію як свою стратегію подолання труднощів. Також можемо зробити висновок, що православні християни переживають свою віру більш приватно та надають перевагу індивідуальним молитвам, тому, ймовірно, менш схильні говорити про Бога.

Ефективність релігійного подолання — складна річ; для одних це забезпечує значну підтримку та почуття спільності, для інших — може призвести до розчарування та страждань, особливо коли очікування не виправдалися або виникає сумнів щодо Божественної ролі в конфлікті. Це вочевиднє тонку природу віри як механізму подолання кризових ситуацій.

Зафіксована серед українців у перший період війни релігійна стратегія подолання уявляє її багатофункціональність, що проявляється у різних формах ре-

лігійної поведінки — пасивній та активній, у вигляді особистого звернення до Бога та міжособистісної взаємодії всередині церковних спільнот, орієнтованої на розв'язання проблем та емоційне заспокоєння, яке приносять релігійні практики, такі як молитва та участь у богослужіннях.

Джерела

Каракай, Д., Гацко, В. (2024). Перспектива(-и) теорії еволюційної модернізації Р. Інглгарта: аналіз змін релігійності в Україні під час війни. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*, 1, 93–109. <https://doi.org/10.15407/sociology2024.01.93>

Коструба, Н. (2020). Концепт «РЕЛІГІЯ» у свідомості молоді: психолінгвістичний аналіз. *PSYCHOLINGUISTICS*, 27(1), 164–180. <https://doi.org/10.31470/2309-1797-2020-27-1-164-180>

Парашевін, М. (2023). Релігія як чинник системних змін у суспільстві: особливості сучасного стану. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*, 4, 40–54. <https://doi.org/10.15407/sociology2023.04.40>

Якименко, Ю. (кер. проекту), Биченко, А., Міщенко, М. (та ін.). (2022). *Війна і Церква. Церковно-релігійна ситуація в Україні 2022 р.* (Інформаційні матеріали). Київ: Центр Разумкова. Взято з: https://razumkov.org.ua/images/2023/02/13/2022_Religiya_SITE.pdf

Bowker, J. (1970). *Problems of Suffering in Religions of the World*. Cambridge: Cambridge University Press.

Bryan, J.L., Lucas, S., Quist, M.C., Steers, M.N., Foster, D.W., Young, C.M., Lu, Q. (2016). God, can I tell You something? The effect of religious coping on the relationship between anxiety over emotional expression, anxiety, and depressive symptoms. *Psychology of Religion and Spirituality*, 8(1), 46-53. <https://doi.org/10.1037/rel0000023>

Emmons, R.A. (2005). *Emotion and Religion. Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*. 1st ed. The Guilford Press.

Keinan, G. (1994). Effects of stress and tolerance of ambiguity on magical thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(1), 48-55.

kis.com.ua. (2019). *Конфесійна структура і створення Православної Церкви України: травень 2019*. Київський міжнародний інститут соціології (КМІС). Архів оригіналу (PDF) за 1 червня 2019. Взято з: https://www.kis.com.ua/materials/pr/20192205_tomos/Tomos_may%202019.pdf

Koenig, H.G. (2009). Research on religion, spirituality, and mental health: A review. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 54(5), 283-291. <https://doi.org/10.1177/070674370905400502>

Kostruba, N., Fishchuk, O. (2023). Media religiosity and war coping strategies of young people in Ukraine. *Journal of Religion and Health*, 62(1), 465-478. <https://doi.org/10.1007/s10943-022-01663-w>

Kwilecki, S. (2004). Religion and coping: A contribution from religious studies. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 43(4), 477-489. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5906.2004.00250.x>

Pargament, K.I. (1997). *The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice*. New York: Guilford Press.

Pargament, K.I., Brant, C.R. (1998). Religion and coping. In: H. Koenig (Ed.), *Handbook of Religion and Mental Health* (pp. 111-128). San Diego, CA: Academic Press.

Pargament, K.I., Park, C.L. (1995). Merely a defense? The variety of religious means and ends. *Journal of Social Issues*, 51(2), 13-32. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1995.tb01321.x>

Pargament, K.I., Koenig, H.G., Perez, L.M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56(4), 519-543. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(200004\)56:4<519::AID-JCLP6>3.0.CO;2-1](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(200004)56:4<519::AID-JCLP6>3.0.CO;2-1)

Shai, O. (2022). Does armed conflict increase individuals' religiosity as a means for coping with the adverse psychological effects of wars? *Social Science & Medicine*, 296. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.9>

Thomas, K. (1971). *Religion and the Decline of Magic*. New York: Charles Scribner's Sons.

van Tubergen, F., Kosyakova, Y., Kanas, A. (2023). Religious responses to existential insecurity: Conflict intensity in the region of birth increases praying among refugees. *Social Science Research*, 113. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2023.102895>

Отримано 26.06.2024

References

- Bowker, J. (1970). *Problems of suffering in religions of the world*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Bryan, J.L., Lucas, S., Quist, M.C., Steers, M.N., Foster, D.W., Young, C.M., Lu, Q. (2016). God, can I tell You something? The effect of religious coping on the relationship between anxiety over emotional expression, anxiety, and depressive symptoms. *Psychology of Religion and Spirituality*, 8(1), 46-53. <https://doi.org/10.1037/rel0000023>
- Emmons, R.A. (2005). *Emotion and Religion. Handbook of the Psychology of Religion and Spirituality*. 1st ed. The Guilford Press.
<https://doi.org/10.1177/070674370905400502>
- Karakai, D., Gatsko, V. (2024). Perspective(s) of R. Inglehart's Theory of Evolutionary Modernization: Analysis of Change in Religiosity in Ukraine during the War. [In Ukrainian]. *Sociology: theory, methods, marketing*, 1, 93-109. <https://doi.org/10.15407/sociology2024.01.93> [=Каракай, Гацко 2024]
- Keinan G., (1994). Effects of stress and tolerance of ambiguity on magical thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(1), 48-55.
kiis.com.ua. (2019). *Confessional structure and creation of the Orthodox Church of Ukraine: May 2019*. Kyiv International Institute of sociology (KIIS). Archived from the original (PDF) on June 1, 2019. Retrieved from: https://www.kiis.com.ua/materials/pr/20192205_tomos/Tomos_may%202019.pdf
- Koenig, H.G. (2009). Research on religion, spirituality, and mental health: A review. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 54(5), 283-291.
- Kostruba, N. (2020). Concept «religion» in the consciousness of young people: Psycholinguistic analysis. [In Ukrainian]. *PSYCHOLINGUISTICS*, 27(1), 164-180. <https://doi.org/10.31470/2309-1797-2020-27-1-164-180> [=Коструба 2020]
- Kostruba, N., Fishchuk, O. (2023). Media Religiosity and War Coping Strategies of Young People in Ukraine. *Journal of Religion and Health*, 62(1), 465-478. <https://doi.org/10.1007/s10943-022-01663-w>
- Kwilecki, S. (2004). Religion and coping: A contribution from religious studies. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 43(4), 477-489. <https://doi.org/10.1111/j.1468-5906.2004.00250.x>
- Parashchevin, M. (2023) Religion as a factor of systemic social changes: the specifics of current situation. [In Ukrainian]. *Sociology: Theory, Methods, Marketing*, 4, 40-54. <https://doi.org/10.15407/sociology.2023.04.40> [=Парашевін 2023]
- Pargament, K.I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York: Guilford Press.
- Pargament, K.I., Brant, C.R. (1998). Religion and coping. In: *Handbook of Religion and Mental Health* / Ed. by H. Koenig (pp. 111-128). San Diego, CA: Academic Press.
- Pargament, K.I., Koenig, H.G., Perez, L.M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56(4), 519-543. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1097-4679\(200004\)56:4<519::AID-JCLP6>3.0.CO;2-1](https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(200004)56:4<519::AID-JCLP6>3.0.CO;2-1)
- Pargament, K.I., Park, C.L. (1995). Merely a defense? The variety of religious means and ends. *Journal of Social Issues*, 51(2), 13-32. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1995.tb01321.x>
- Shai, O. (2022). Does armed conflict increase individuals' religiosity as a means for coping with the adverse psychological effects of wars? *Social Science & Medicine*, 296. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2022.9>
- Thomas, K. (1971). *Religion and the Decline of Magic*. New York: Charles Scribner's Sons.

van Tubergen, F., Kosyakova, Y., Kanas, A. (2023). Religious responses to existential insecurity: Conflict intensity in the region of birth increases praying among refugees. *Social Science Research*, 113. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2023.102895>

Yakimenko, Yu., Vychenko, A., Mishchenko, M. (2022). *War and the Church. Church and religious situation in Ukraine 2022* (informational materials). [In Ukrainian]. Kyiv: Razumkov Center. Retrieved from: https://razumkov.org.ua/images/2023/02/13/2022_religiya_site.pdf [=Якименко, Биченко, Міщенко 2022]

Received 26.06.2024

ОЛЕНА ДЕНИСЕВИЧ

Релігія як стратегія подолання труднощів українцями на початку російського вторгнення в Україну у 2022 році

Переживання труднощів, пов'язаних з війною, вимагає від людини неабияких емоційних та духовних зусиль. З метою виокремлення стратегій, що допомагають українцям триматися під час важких випробувань, у квітні та травні 2022 року було проведено інтерв'ю із 31 респондентом з різних регіонів України, а також із вимушеними переселенцями у межах України та за кордоном. У цій статті ми виокремлюємо релігійну стратегію подолання як таку, що допомагає у боротьбі з життєвими викликами, спричиненими війною. Наше дослідження, зокрема, висвітлює духовний досвід римо-католицької спільноти України.

Багатофункціональність релігійної стратегії (згідно з К. Паргаментом) може проявлятися у різних формах релігійної поведінки, які також спостерігаємо серед опитаних (пасивна, активна, у вигляді особистого звернення до Бога, міжособистісна — всередині церковних спільнот, орієнтована на розв'язання проблем, пошук емоційного заспокоєння, яке приносять релігійні практики, такі як молитва та участь у богослужіннях). Релігійна стратегія подолання допомагає здобути надію через віру й довіру до Бога, а також сформувати більш позитивне бачення майбутнього свого та своєї країни.

Як українці використовували релігію, щоб впоратися зі страхом і травмами війни? Релігійні механізми подолання передбачають, з одного боку, фізичні дії, такі як вечірня молитва в колі сім'ї та відвідування церковних служб, з іншого боку, метафізичні дії — спілкування з Богом у повсякденному житті або «покинення всього на волю Богів». Наше дослідження показує, як деякі українці, відчуваючи страх і травму війни, зверталися до релігії як у традиційному, духовному сенсі, так і в ширшому — як до джерела надії, віри у краще майбутнє, у перемогу і сили добра. Це дослідження про тих українців, які обирали віру як свою домінуючу стратегію виживання на початку війни.

Ключові слова: релігія; духовність; віра; стратегія подолання

OLENA DENYSEVYCH

Religion as a strategy for Ukrainians to overcome difficulties at the beginning of the Russian invasion of Ukraine in 2022

This study is about those Ukrainians who chose faith as their dominant survival strategy at the beginning of the war.

The multifunctionality of the religious strategy (according to K. Pargament) can manifest itself in religious behavior, which is also observed among the respondents: passive, active, in the development of personal relationships with God and interpersonal — in the middle of church communities, focused on solving problems and the emotional calm that religious practices bring — prayer and participation in divine services. A religious coping strategy helps to find hope through faith and trust in God and build a more positive vision of your future and your country.

How did Ukrainians use religion to deal with the fear and trauma of war? This study shows how some Ukrainians, feeling the fear and trauma of war, turned to religion and faith not only in the traditional spiritual sense, but also in a broader interpretation as a hope and trust for a better future, victory and the forces of good. In order to identify strategies that help Ukrainians survive difficult trials, we conducted the interviews in April and May 2022 with 31 Ukrainians from different regions of Ukraine and abroad. Our research particularly highlights the spiritual experience of the Roman Catholic community of Ukraine. Religious coping mechanisms included physical activities such as evening prayer with the family and attending church services. Metaphysical actions included communicating with God in everyday life or "giving everything to God."

Religion was singled out as one of the strategies for overcoming difficulties by Ukrainians in extreme situations. Using thematic analysis, several strategic areas for dealing with stress were identified from the interview. In a brief linguistic analysis, It was noted that the word 'faith' appears in various meanings, not only faith in God, but also faith in victory, faith in the forces of good, faith in a better future for their children. Verbal concepts that reveal respondent's religious worldview – faith in God (4 mentions), prayer (4), God (3), religious community (2), hope in God (4), faith (2), Lord God (2), church (1), trust in God.

Keywords: *war, religion; spirituality; faith; coping strategy*