

Мирошник О. Г.

<https://orcid.org/0000-0001-5956-1185>

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

АДАПТАЦІЙНІ МЕХАНІЗМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО НОМАДИЗМУ ЯК ФЕНОМЕНУ МАСОВОЇ ПОВЕДІНКИ

У статті представлено теоретичний аналіз психологічного номадизму як нового соціально-психологічного феномена, що формується під впливом глобалізації, цифровізації, високої соціальної мобільності, інформаційного перевантаження та зростання невизначеності сучасного суспільства. Обґрунтовано, що психологічний номадизм виходить за межі традиційного розуміння мобільності як фізичного переміщення та відображає внутрішню готовність людини до постійної зміни соціальних ролей, життєвих стратегій, ціннісних орієнтацій, професійної діяльності та способів взаємодії із соціальним середовищем. Встановлено, що він виступає не лише індивідуальною характеристикою, а й феноменом масової поведінки, який відображає трансформацію процесів соціалізації, формування ідентичності та соціальної взаємодії в умовах мережевого суспільства. Розкрито адаптаційний потенціал психологічного номадизму через взаємодію п'яти взаємопов'язаних механізмів: когнітивного, емоційно-регуляторного, мотиваційного, ідентифікаційного та соціально-поведінкового. Проаналізовано їх психологічний зміст, функції та роль у забезпеченні ефективного пристосування особистості до швидкоплинних соціальних змін. Показано, що когнітивний механізм забезпечує гнучкість мислення та переосмислення досвіду, емоційно-регуляторний підтримує психологічну стійкість і здатність долати стрес, мотиваційний сприяє перебудові системи потреб, цінностей і життєвих цілей, ідентифікаційний забезпечує реконструкцію особистісної та соціальної ідентичності, а соціально-поведінковий реалізується через засвоєння нових соціальних ролей, моделей поведінки та способів взаємодії в традиційному й цифровому середовищі.

Доведено, що психологічний номадизм має амбівалентний характер. З одного боку, він сприяє розвитку адаптивності, відкритості до нового досвіду, психологічної мобільності, готовності до безперервного навчання та ефективного функціонування в умовах соціальної нестабільності. З іншого боку, надмірний розвиток цього феномена може супроводжуватися фрагментацією особистісної ідентичності, поверховістю соціальних зв'язків, послабленням почуття належності, зниженням рівня міжособистісної довіри та емоційним виснаженням.

Ключові слова: психологічний номадизм, масова поведінка, соціальна атомізація, адаптаційні механізми, соціальна мобільність, глобалізація, соціальна ідентичність, когнітивна гнучкість.

Постановка проблеми. Стрімкі трансформації сучасного суспільства, зумовлені глобалізацією, цифровізацією, інтенсивними інформаційними потоками, міграційними процесами, військовими конфліктами та соціально-економічною нестабільністю, істотно змінюють способи життя людини, її систему цінностей, соціальні зв'язки та механізми адаптації. За цих умов формується новий тип особистості, для якої характерними є психологічна мобільність, готовність до постійних змін, ситуативність життєвих стратегій, множинність соціальних ролей та відсутність стійкої прив'язаності до певного середовища. Сукупність цих характеристик дедалі

частіше описується поняттям «психологічний номадизм».

Особливої актуальності проблема набуває в умовах сучасної України, де повномасштабна війна спричинила масове внутрішнє та зовнішнє переміщення населення, вимушену зміну соціального середовища, професійної діяльності, способу життя та життєвих перспектив.

Психологічний номадизм проявляється не лише як індивідуальна характеристика, а й як феномен масової поведінки. Його ознаками стають швидка зміна життєвих пріоритетів, нестійкість соціальної ідентичності, орієнтація на короткострокові цілі, фрагментарність міжособистісних зв'язків,

постійний пошук нових можливостей та висока залежність від інформаційного середовища.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасні дослідження масової поведінки дедалі більше зосереджуються на вивченні впливу цифрового середовища, соціальних мереж та засобів масової комунікації на формування громадської думки, соціальних установок, колективних емоцій і моделей поведінки. Особлива увага приділяється психологічним механізмам інформаційного впливу, цифрової соціалізації, маніпуляції масовою свідомістю та трансформації особистісної ідентичності. Теоретичні засади дослідження сучасної масової поведінки були закладені у працях Гюстава Ле Бона, Габрієля Тарда, Ганні Арендт, Елвіна Тоффлера та Девіда Рісмана, які досліджували психологію натовпу, природу масового суспільства, соціальну атомізацію та роль засобів масової комунікації у формуванні колективної поведінки. Важливий внесок у розуміння трансформації особистості в умовах глобальних змін зробили Зигмунт Бауман, Ентоні Гідденс, Мануель Кастельс та Ерік Еріксон, які обґрунтували нестійкість сучасної ідентичності, соціальну мобільність і вплив мережевого суспільства на психологію людини. Серед українських науковців заслуговують на увагу дослідження В. В. Кириченка, присвячені формуванню картини світу особистості в інформаційному суспільстві, а також праці Т. М. Титаренко щодо психологічної адаптації особистості до кризових умов.

Попри значну кількість досліджень масової поведінки, цифрової комунікації, соціальної мобільності та трансформації ідентичності, психологічний номадизм поки що не отримав цілісного теоретичного обґрунтування як самостійний соціально-психологічний феномен. Недостатньо дослідженими залишаються його психологічні механізми, структурні компоненти, адаптаційний потенціал і роль у формуванні масової поведінки в умовах цифрового суспільства, що й визначає актуальність подальших наукових досліджень.

Постановка завдання. Метою дослідження є обґрунтування психологічного номадизму як феномену масової поведінки та аналіз особливості його адаптаційних механізмів. Для досягнення мети було використано методи теоретичного рівня (аналіз, синтез, порівняння наукових джерел).

Виклад основного матеріалу. Психологічний номадизм є новим міждисциплінарним поняттям, що формується на перетині соціальної психології, психології особистості, соціології та

культурології. Він відображає специфічний спосіб функціонування людини в умовах глобальної невизначеності, високої соціальної мобільності, цифровізації та постійних суспільних трансформацій. На відміну від традиційного розуміння номадизму як фізичного переміщення, психологічний номадизм характеризує внутрішню готовність особистості до безперервної зміни соціальних ролей, життєвих стратегій, цінностей, способів взаємодії та моделей самореалізації.

Як феномен масової поведінки психологічний номадизм виникає тоді, коли зазначені особливості перестають бути індивідуальними характеристиками окремих людей і стають типовими для значної частини суспільства. Його поширення зумовлене процесами глобалізації, розвитком цифрового середовища, прискоренням інформаційних потоків, кризами, міграційними процесами та зміною характеру соціальних взаємодій. За таких умов мобільність набуває не лише просторового, а й психологічного змісту, перетворюючись на універсальну стратегію адаптації особистості до нестабільного світу [4].

Предметом нашої уваги став адаптаційний потенціал психологічного номадизму в умовах глобальних соціальних змін.

У психологічній науці адаптація визначається як процес активного пристосування людини до змінних умов середовища із збереженням психологічної рівноваги, ефективності діяльності та особистісної цілісності [5].

Аналіз сучасних підходів свідчить, що психологічна адаптація є комплексним багатовимірним процесом, який поєднує когнітивні, емоційні, мотиваційні, поведінкові та соціальні механізми взаємодії особистості із середовищем. Якщо класичні теорії розглядали адаптацію переважно як пристосування до відносно стабільних умов, то сучасні концепції наголошують на її динамічному характері та здатності людини до безперервної реконструкції власних способів мислення, поведінки, цінностей і соціальної ідентичності. Саме таке розуміння адаптації є найбільш продуктивним для дослідження психологічного номадизму як феномену масової поведінки в умовах глобальних соціальних трансформацій.

Іншими словами, у контексті психологічного номадизму адаптація набуває динамічного характеру і передбачає не лише пристосування до змін, а й готовність до їх постійного прийняття.

Завданням нашого дослідження було визначення критеріїв аналізу основних механізмів адаптації особистості до мінливого соціального

середовища та обґрунтування їхнього психологічного змісту в контексті масової поведінки. Методологічною основою дослідження став поширений у сучасній психології підхід, відповідно до якого механізми адаптації аналізуються за психологічними сферами, у яких відбувається перебування особистості в умовах соціальної мобільності та невизначеності [2, 5].

До цих сфер відносять: когнітивну, емоційно-регуляторну, мотиваційно-ціннісну, ідентифікаційну та соціально-поведінкову. Припускаємо, що кожна із них забезпечує окремий аспект пристосування особистості до мінливого соціального середовища, а їх сукупність формує психологічний номуадизм як інтегративну адаптаційну стратегію.

Розглянемо психологічні особливості кожного механізму у контексті масової поведінки.

Когнітивний механізм адаптації забезпечує інтелектуальне опрацювання нової інформації, переосмислення життєвого досвіду та вироблення нових способів взаємодії із соціальним середовищем. Його основна функція полягає у зміні когнітивних схем, переконань і моделей поведінки відповідно до нових умов життя. У контексті психологічного номуадизму цей механізм набуває особливого значення, оскільки сучасне суспільство характеризується високим рівнем соціальної мобільності, інформаційного перевантаження та невизначеності. Ефективність адаптації залежить від здатності людини швидко інтерпретувати зміни, критично оцінювати інформацію, прогнозувати наслідки власних дій і приймати рішення в нових ситуаціях. Перші наукові уявлення про когнітивну адаптацію були сформульовані Ж. Піаже. У своїй теорії когнітивного розвитку він визначив два універсальні механізми адаптації – асиміляцію та акомодацию [5, с. 97]. Саме баланс цих процесів забезпечує ефективне пристосування людини до мінливого середовища. Подальший розвиток когнітивний підхід отримав у працях Дж. Келлі, автора теорії особистісних конструктів. На його думку, людина постійно будує та переглядає систему когнітивних конструктів, за допомогою яких інтерпретує навколишню реальність [6, с.42]. Отже, у процесі адаптації змінюються не лише поведінкові реакції, а й способи розуміння світу, що особливо характерно для психологічного номуадизму, коли особистість змушена регулярно переосмислювати власний досвід у нових соціокультурних умовах. Х. Каньяс, Ф. Кесада, А. Антолі та І. Фахардо одним із ключових показників когнітивної адаптації вважають когнітивну гнучкість – здатність

швидко змінювати спосіб мислення, інтегрувати нову інформацію, переглядати власні переконання та приймати альтернативні рішення [9]. У ситуації психологічного номуадизму когнітивна гнучкість забезпечує можливість успішно адаптуватися до нових культурних, професійних та інформаційних середовищ, зберігаючи ефективність діяльності та психологічну стійкість.

Таким чином, когнітивний механізм є базовим механізмом адаптації психологічного номуадизму. Він забезпечує інтелектуальну перебудову системи знань, цінностей і способів інтерпретації реальності, що дозволяє особистості ефективно функціонувати в умовах постійних соціальних змін, цифровізації та високої невизначеності.

Емоційно-регуляторний механізм адаптації забезпечує здатність особистості підтримувати психологічну рівновагу, контролювати власні емоційні стани та конструктивно реагувати на стресові ситуації. У контексті психологічного номуадизму цей механізм набуває особливого значення, оскільки постійна зміна соціального середовища, життєвих ролей, професійної діяльності та комунікативного простору супроводжується високим рівнем невизначеності, емоційного напруження й необхідністю швидкого пристосування до нових умов.

Основою емоційно-регуляторного механізму є процес емоційної саморегуляції, тобто свідомого або несвідомого управління власними емоціями з метою підтримання психологічного благополуччя та ефективної діяльності. Він включає когнітивну переоцінку ситуації, контроль імпульсивних реакцій, розвиток емоційної стійкості, використання конструктивних копінг-стратегій та відновлення психологічних ресурсів після стресових подій. Одними з перших емоційну регуляцію як складову адаптації досліджували Р. Лазаруса і С. Фолкман [12]. У транзакційній теорії стресу вони показали, що психологічна адаптація визначається не стільки об'єктивними характеристиками ситуації, скільки її суб'єктивною оцінкою та вибором способів емоційного подолання. Важливим напрямом дослідження емоційно-регуляторного механізму стали праці Д. Гоулмана, який пов'язав успішність адаптації з розвитком емоційного інтелекту [1]. На його думку, здатність усвідомлювати власні емоції, керувати ними, розуміти емоційний стан інших людей та ефективно будувати міжособистісні взаємини значною мірою визначає успішність адаптації особистості до соціальних змін.

У сучасній психології емоційно-регуляторний механізм дедалі частіше розглядається через

поняття резильєнтності. Ф. Лозель розглядає резильєнтність як здатність людини або соціальної системи вибудовувати нормальне, повноцінне життя в складних умовах [3]. Для психологічного номадизму розвиток резильєнтності є необхідною умовою ефективною адаптації до постійних соціальних трансформацій.

Отже, емоційно-регулятивний механізм забезпечує підтримання внутрішньої психологічної рівноваги в умовах безперервних змін. У психологічному номадизмі він виконує захисну та адаптаційну функції, допомагаючи особистості долати тривогу, невизначеність і стрес, зберігати психологічне благополуччя та підтримувати готовність до подальших змін.

Мотиваційний механізм адаптації є одним із центральних механізмів психологічного номадизму, оскільки саме він визначає спрямованість поведінки особистості в умовах невизначеності, соціальної мобільності та постійних змін. Його сутність полягає у перебудові системи потреб, мотивів, життєвих цілей і ціннісних орієнтацій відповідно до нових умов життєдіяльності. Завдяки цьому людина не лише пристосовується до змін, а й зберігає активність, здатність до саморозвитку та психологічну стійкість.

На відміну від традиційних суспільств, де мотивація значною мірою спиралася на стабільні соціальні ролі та довгострокові життєві перспективи, у сучасному цифровому суспільстві вона набуває більш динамічного характеру. Людина постійно переглядає власні життєві пріоритети, професійні цілі, форми самореалізації та соціальної належності. Така мотиваційна гнучкість забезпечує успішну адаптацію до мінливого соціального середовища, проте одночасно може породжувати нестійкість цілей, фрагментарність життєвих планів і відчуття екзистенційної невизначеності.

Теоретичні засади мотиваційного механізму адаптації були закладені у працях А. Маслоу, який розглядав поведінку людини як процес задоволення ієрархічно організованих потреб. На його думку, після задоволення базових потреб людина прагне самореалізації, розвитку власних здібностей і пошуку особистісного сенсу [5, с.141]. В умовах психологічного номадизму саме потреба у самореалізації дедалі частіше стає провідним мотивом соціальної мобільності та постійного особистісного розвитку.

Значний внесок у розуміння мотиваційної адаптації зробив В. Франкл. У межах логотерапії він довів, що головною рушійною силою

поведінки людини є прагнення знайти сенс власного життя [6, с.54]. У кризових ситуаціях саме пошук нового смислу дозволяє особистості подолати втрату звичних життєвих орієнтирів і успішно адаптуватися до нових умов. Для психологічного номадизму це означає, що зміна місця проживання, професії чи соціального середовища супроводжується не лише зовнішніми змінами, а й постійним переосмисленням життєвих цілей.

Сучасне розуміння мотиваційної адаптації значною мірою спирається на Е. Десі і Р. Раян, авторів теорії самодетермінації [11]. Вони довели, що ефективна адаптація ґрунтується на задоволенні трьох базових психологічних потреб: автономії, компетентності та соціальної пов'язаності. Якщо ці потреби реалізуються, людина демонструє внутрішню мотивацію, високий рівень психологічного благополуччя та готовність до конструктивних змін. Якщо ж вони фруструються, адаптація стає менш ефективною, а ризик психологічної дезадаптації зростає.

Для пояснення психологічного номадизму особливо важливою є саме теорія самодетермінації, оскільки вона дозволяє зрозуміти суперечливість цього явища. З одного боку, номадизм розширює автономію та відкриває нові можливості для самореалізації. З іншого боку, постійна зміна соціального середовища може порушувати потребу у стійких міжособистісних зв'язках, що негативно впливає на психологічне благополуччя.

Ідентифікаційний механізм адаптації забезпечує формування, збереження та трансформацію особистісної і соціальної ідентичності в умовах змін соціального середовища. Його сутність полягає у тому, що людина адаптується до нових умов не лише через зміну поведінки чи способів мислення, а й через переосмислення змісту власного «Я». У контексті психологічного номадизму цей механізм є одним із провідних, оскільки постійна зміна соціальних ролей, професійного статусу, культурного середовища та цифрових спільнот зумовлює необхідність безперервного конструювання власної ідентичності.

Теоретичні засади дослідження ідентичності були закладені Е. Еріксоном. Він визначав ідентичність як відчуття внутрішньої цілісності та безперервності власного «Я», що формується у процесі взаємодії особистості із соціальним середовищем. На його думку, адаптація передбачає успішне подолання криз ідентичності, які виникають на різних етапах життєвого шляху.

У сучасному суспільстві такі кризи можуть набувати хронічного характеру через постійні

соціальні зміни. Подальший розвиток проблема ідентичності отримала у теорії соціальної ідентичності Г. Теджфел та Дж. Тернер [16]. Дослідники довели, що значна частина самосприйняття людини визначається її належністю до різних соціальних груп. Саме тому зміна соціального середовища супроводжується переглядом групової приналежності, цінностей і моделей поведінки. Для психологічного номадизму характерним є постійний перехід між різними спільнотами, що сприяє формуванню множинної та ситуативної ідентичності.

Важливий внесок у розуміння трансформації ідентичності зробив Е. Гідденс. Він обґрунтував, що в умовах пізньої модерності особистість уже не успадковує готову ідентичність, а постійно її конструює. Ідентичність стає «рефлексивним проектом», який потребує безперервного переосмислення відповідно до життєвих змін [13]. Це положення є одним із ключових для пояснення психологічного номадизму. Подібні ідеї розвинув З. Бауман у концепції «плинної модерності» [7]. На його думку, сучасна людина змушена постійно змінювати свої життєві стратегії, соціальні ролі та моделі самопрезентації. Якщо в традиційному суспільстві головним завданням було набуття й зберегти ідентичність, то в сучасному світі важливішою стає здатність швидко змінювати її відповідно до нових обставин. Саме ця мобільність ідентичності є однією з психологічних ознак номадизму. Особливе значення для аналізу психологічного номадизму мають також праці М. Кастельс, який показав, що мережеве суспільство створює нові форми ідентичності [10]. Соціальні мережі, цифрові платформи та віртуальні спільноти дозволяють людині одночасно належати до багатьох груп, формуючи множинну, фрагментовану та ситуативну ідентичність.

Таким чином, ідентифікаційний механізм адаптації полягає у постійному перегляді та реконструкції образу власного «Я» відповідно до змін соціального середовища. У психологічному номадизмі цей механізм забезпечує інтеграцію нового соціального досвіду, але водночас може спричиняти нестійкість ідентичності, відчуття безкореневості та фрагментацію особистості.

Соціально-поведінковий механізм адаптації забезпечує пристосування особистості до соціального середовища через засвоєння нових моделей поведінки, соціальних норм, ролей і способів взаємодії з іншими людьми. На відміну від когнітивного чи емоційного механізмів, він реалізується насамперед у процесі соціальної

взаємодії та практичної діяльності. У контексті психологічного номадизму цей механізм набуває особливої актуальності, оскільки людина змушена неодноразово інтегруватися в нові професійні, культурні, територіальні та цифрові спільноти. Теоретичні засади соціально-поведінкової адаптації були закладені А. Бандурою у теорії соціального навчання. Він довів, що значна частина людської поведінки формується не шляхом безпосереднього досвіду, а через спостереження, наслідування та моделювання поведінки інших людей [5, с. 83]. Соціальне середовище виступає джерелом поведінкових зразків, які людина засвоює й використовує для ефективної адаптації. У цифровому суспільстві цей механізм посилюється впливом соціальних мереж, блогерів, лідерів думок і віртуальних спільнот. Важливий внесок у дослідження соціальної адаптації зробив У. Бронфенбреннер. У своїй екологічній теорії розвитку він розглядав адаптацію як результат взаємодії людини з різними рівнями соціального середовища – сім'єю, освітніми установами, професійними колективами, культурою та суспільством загалом [5, с. 148]. На його думку, успішна адаптація залежить від здатності особистості підтримувати ефективні взаємини на всіх рівнях соціального середовища.

Соціально-поведінковий аспект адаптації також досліджували представники інтеракціонізму. Вони зазначили, що особистість формується у процесі соціальної взаємодії через прийняття соціальних ролей і засвоєння очікувань інших людей. Саме здатність гнучко змінювати соціальні ролі забезпечує ефективне функціонування людини в різних соціальних контекстах.

Розвиток ці ідеї отримали у драматургічній концепції Е. Гофмана, який розглядав соціальне життя як процес постійного виконання соціальних ролей [14]. Людина адаптує власну поведінку залежно від ситуації, соціального контексту та очікувань оточення. Для психологічного номадизму ця здатність є одним із провідних ресурсів успішної інтеграції до нових соціальних груп.

Особливе значення для аналізу психологічного номадизму має також концепція соціального капіталу, розроблена П. Бурдьє та Р. Патнем [15, 16]. Дослідники довели, що ефективність соціальної адаптації визначається не лише індивідуальними якостями людини, а й ресурсами її соціальних зв'язків, рівнем довіри та включеністю у соціальні мережі. Для психологічного номадизму характерним є переважання «слабких соціальних зв'язків», які забезпечують високу

мобільність, але водночас можуть знижувати глибину соціальної інтеграції та почуття належності. У сучасному цифровому суспільстві соціально-поведінковий механізм адаптації реалізується через швидке освоєння нових моделей комунікації, входження до онлайн-спільнот, зміну соціальних ролей та використання цифрових платформ як засобу соціальної взаємодії. Це дозволяє особистості ефективно функціонувати в умовах високої соціальної мобільності, однак водночас може сприяти поверховості соціальних контактів, ситуативності взаємин і посиленню соціальної атомізації.

Таким чином, соціально-поведінковий механізм адаптації є сукупністю процесів соціального навчання, засвоєння ролей, моделювання поведінки та побудови соціальних зв'язків, які забезпечують інтеграцію особистості до нових соціальних середовищ. У психологічному номадизмі він виступає одним із ключових механізмів, що дозволяє швидко змінювати поведінкові стратегії відповідно до вимог мінливого суспільства.

Висновки. Проведений теоретичний аналіз дає підстави розглядати психологічний номадизм як новий соціально-психологічний феномен, що формується в умовах цифровізації, глобалізації, соціальної атомізації та високої мобільності сучасного суспільства. Встановлено, що психологічний номадизм є не лише індивідуальною характеристикою, а й феноменом масової поведінки, який відображає трансформацію механізмів соціалізації та формування ідентичності в цифровому суспільстві. Його виникнення пов'язане зі зростанням соціальної атомізації, нестабільністю традиційних соціальних інститутів, посиленням ролі цифрових комунікацій і мережових спільнот, що створюють нові умови для конструювання

особистісної та соціальної ідентичності. Як феномен масової поведінки він проявляється у поширенні мобільних адаптаційних стратегій, орієнтованих на гнучкість, ситуативність, мережеву взаємодію та безперервний пошук нових можливостей, що забезпечує адаптацію до невизначеності. У роботі обґрунтовано, що адаптаційний потенціал психологічного номадизму реалізується через взаємодію п'яти взаємопов'язаних механізмів: когнітивного, який забезпечує гнучкість мислення та переосмислення досвіду; емоційно-регулятивного, що підтримує психологічну стійкість в умовах невизначеності; мотиваційного, спрямованого на перебудову системи потреб, цінностей і життєвих цілей; ідентифікаційного, який забезпечує реконструкцію особистісної та соціальної ідентичності; соціально-поведінкового, що реалізується через засвоєння нових соціальних ролей, моделей поведінки та способів взаємодії.

Водночас психологічний номадизм має амбівалентний характер. З одного боку, він сприяє розвитку адаптивності, відкритості до нового досвіду, мобільності, здатності до безперервного навчання та ефективного функціонування в умовах швидких соціальних змін. З іншого боку, його надмірний розвиток може супроводжуватися фрагментацією ідентичності, поверховістю соціальних зв'язків, зниженням рівня міжособистісної довіри, емоційним виснаженням та підвищенням чутливості до маніпулятивних інформаційних впливів. Перспективою подальшого дослідження є верифікація визначеної моделі адаптаційного потенціалу психологічного номадизму, розроблення й психометрична апробація валідного інструментарію для діагностики рівня психологічного номадизму та його окремих компонентів.

Список літератури:

1. Гоулман Д., Бояціс Р., Маккі Е. Емоційний інтелект лідера. Наш формат, 2019. 288 с.
2. Кокун О. М. Аналіз поняття адаптаційних можливостей людини. *Проблеми загальної та педагогічної психології*: Зб. наук. праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України За ред. С. Д. Максименка. К. : ГНОЗІС, 2002. Т. IV. Ч. 5. С. 137–140.
3. Лазос Г. П. Резильентність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. *Актуальні проблеми психології*. Том 3.: *Консультативна психологія і психотерапія*. 2018. Вип. 14. С. 26–64.
4. Мирошник О. Г. До проблеми атомізованої поведінки. *Габітус*. 2025. Вип. 80. С. 258–261. DOI <https://doi.org/10.32782/hbts.80.48>
5. Москаленко В. В. Соціальна психологія: Підручник. К. : Центр навчальної літератури, 2005. 623 с.
6. Столяренко О. Б. Психологія особистості. Навч. посіб. К. : Центр учбової літератури, 2012. 280 с.
7. Bauman Z. *Postmodern Ethics*. London : Routledge, 1993. 262 p.
8. Bourdieu P. The Forms of Capital. In: *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education*. New York : Greenwood Press, 1986. P. 241–258.
9. Cañas J., Quesada J., Antolí A., Fajardo I. Cognitive flexibility and adaptability to environmental changes in dynamic complex problem-solving tasks. *Ergonomics*. 2003. 46 (5). P. 482–501. DOI: <https://doi.org/10.1080/0014013031000061640>

10. Castells M. The Rise of the Network Society (The Information Age: Economy, Society and Culture, Volume 1). Vol 1. 2nd Edition with a New Preface. Oxford : Wiley-Blackwell. Publ., 2010. 594 p.
12. Deci E. L. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior / Edward Deci, Richard M. Ryan. N. Y. : Plenum Publishing Co., 1985. 371 p.
13. Folkman S., Lazarus R. An analysis of coping in middle-aged community sample. Journal of Health and Social Behavior. 1980. V. 21. P. 219–239.
14. Giddens A. Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age Stanford University Press, 1991. 256 p.
15. Goffman E. The Presentation of Self in Everyday Life. Garden City, N.Y. : Doubleday, 1959. 259 p.
16. Putnam R. Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community. New York : Simon & Schuster, 2000. 544 p.
17. Tajfel H., Turner J. C. The social identity theory of intergroup behavior // S. Worchel, W. G. Austin (eds). Psychology of intergroup relations. 2nd ed. Chicago: Nelson-Hall, 1985. P. 7–24.

Myroshnyk O. H. ADAPTATION MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL NOMADISM AS A PHENOMENON OF MASS BEHAVIOR

The article presents a theoretical analysis of psychological nomadism as a new socio-psychological phenomenon emerging under the influence of globalization, digitalization, increased social mobility, information overload, and growing uncertainty in contemporary society. It is substantiated that psychological nomadism extends beyond the traditional understanding of mobility as physical movement and reflects an individual's internal readiness for continuous changes in social roles, life strategies, value orientations, professional activities, and modes of interaction with the social environment. It is established that psychological nomadism functions not only as an individual characteristic but also as a phenomenon of mass behavior, reflecting the transformation of socialization processes, identity formation, and social interaction within the networked society.

The adaptive potential of psychological nomadism is revealed through the interaction of five interconnected mechanisms: cognitive, emotional-regulatory, motivational, identity-related, and socio-behavioral. Their psychological content, functions, and role in ensuring effective individual adaptation to rapid social change are analyzed. It is demonstrated that the cognitive mechanism promotes cognitive flexibility and the reinterpretation of experience; the emotional-regulatory mechanism maintains psychological resilience and the ability to cope with stress; the motivational mechanism facilitates the restructuring of needs, values, and life goals; the identity-related mechanism enables the reconstruction of personal and social identity; and the socio-behavioral mechanism is implemented through the acquisition of new social roles, behavioral patterns, and forms of interaction in both traditional and digital environments.

The study demonstrates that psychological nomadism has an ambivalent nature. On the one hand, it contributes to the development of adaptability, openness to new experiences, psychological mobility, readiness for lifelong learning, and effective functioning under conditions of social instability. On the other hand, the excessive development of this phenomenon may lead to the fragmentation of personal identity, superficial social relationships, a weakened sense of belonging, reduced interpersonal trust, and emotional exhaustion.

Keywords: *psychological nomadism, mass behavior, social atomization, adaptation mechanisms, social mobility, globalization, social identity, cognitive flexibility.*

Дата першого надходження статті до видання: 03.06.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 22.07.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 07.09.2026