

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 23



Видавничий дім
«Гельветика»
2021

Редакційна колегія:

Шапошникова Ірина Василівна – доктор соціологічних наук, професор

Лісеєнко Олена Василівна – доктор соціологічних наук, професор

Алісаускієне Мілда – доктор соціальних наук, професор

Бендаравечіне Ріта – доктор соціальних наук та порівняльної політики, асоційований професор

Ендірулайтієне Ауксе – доктор психологічних наук, професор

Тавровецька Наталія Іванівна – кандидат психологічних наук, доцент

Терешкінас Артурас – доктор соціальних наук, професор

Хижняк Лариса Михайлівна – доктор соціологічних наук, професор

Шебанова Віталія Ігорівна – доктор психологічних наук, професор

Волошенко Марина Олександрівна – кандидат педагогічних наук, доцент

Науковий журнал «Габітус» включено до Переліку наукових фахових видань України (категорія «Б») з психологічних та соціологічних наук (спеціальності: 053. Психологія, 054. Соціологія) відповідно до Наказу МОН України від 17.03.2020 № 409 (додаток 1)

Журнал включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus International (Республіка Польща)

Електронна сторінка видання – www.habitus.od.ua

**Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet
Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту
економіки та інновацій (протокол № 3 від 29.03.2021 року)**

Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення StrikePlagiarism.com від польської компанії Plagiat.pl.

Науковий журнал «Габітус» зареєстровано
Міністерством юстиції України
(Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації
серія KB № 22415-12315P від 22.11.2016 року)

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1**СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ****Єсіна Н.О., Стрельнікова О.О.**РОЗВИТОК ВОЛОНТЕРСЬКОГО РУХУ В УКРАЇНІ
В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19: НА ПРИКЛАДІ ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ..... 9**Куриляк В.В., Полумисна О.О.**СТОСУНКИ ОСНОВНИХ ПРОТЕСТАНТСЬКИХ КОНФЕСІЙ В УКРАЇНІ
(НА МАТЕРІАЛІ ОФІЦІЙНИХ ЦЕРКОВНИХ ДЖЕРЕЛ)..... 14**Ланці В.Г.**

ПРОЄКТ ІЗ МЕНТАЛЬНОЇ ГІГІЄНИ: РОЗВИТОК ЗГУРТОВАНОСТІ ГРУПИ..... 19

СЕКЦІЯ 2**СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ****Варга Н.І.**СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ ЧИННИКИ УКОРІНЕННЯ СОЦІАЛЬНИХ ПРАКТИК
НЕФОРМАЛЬНОЇ ЗАЙНЯТОСТІ НАСЕЛЕННЯ..... 26**Варнавська І.В.**НАВЧАЛЬНІ ЕКСКУРСІЇ НА ПІДПРИЄМСТВО
ЯК ЗАСІБ ПЕРВИННОЇ ПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ..... 31**Гоць А.А.**АКТУАЛЬНІ НЕСТАНДАРТНІ ФОРМИ ЗАЙНЯТОСТІ УКРАЇНЦІВ
У НОВИХ РЕАЛІЯХ СУЧАСНОСТІ..... 38**Рущенко І.П., Калашнікова Л.В.**ОСВІТНІ ЗАГРОЗИ ТА РИЗИКИ У СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ:
АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЯКІСНОГО СОЦІОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ..... 43**СЕКЦІЯ 3****ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ****Асеєва Ю.О.**

ПРОБЛЕМНІ ПИТАННЯ СТАДІАЛЬНОГО ХАРАКТЕРУ КІБЕР-АДИКЦІЙ..... 50

Бужинська С.М., Скляр С.С., Даніліч-Скакун А.А.СТРЕСОСТІЙКІСТЬ СТУДЕНТІВ
ЯК СКЛАДНИК УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ У ЗВО..... 55**Бунас А.А., Черних О.А.**ОСОБЛИВОСТІ САМОСВІДОМОСТІ МАТЕРІВ
У ПРОЦЕСІ ПЕРЕЖИВАННЯ НИМИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ..... 60**Степаненко Л.В.**ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ
ТА СКЛАДНИКІВ ЕМОЦІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ..... 68**Хоржевська І.М.**СТРУКТУРНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСНОВ
ПРОФЕСІЙНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ..... 73

СЕКЦІЯ 4 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

Бессараба О.Ю. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДЕЗАДАПТОВАНІСТІ УЧАСНИКІВ АНТИТЕРОРИСТИЧНОЇ ОПЕРАЦІЇ.....	79
Буковська О.О., Мазур Т.В., Анищенко Л.О. ОСОБЛИВОСТІ ЗМІСТУ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ НАРКОЗАЛЕЖНИХ ОСІБ ЗРІЛОГО ВІКУ.....	85
Василенко І.А. СПЕЦИФІКА САМОСТАВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ.....	90
Гребінь Н.В., Карковська Р.І. НАВЧАЛЬНА МОТИВАЦІЯ ПІДЛІТКІВ ІЗ РІЗНИМИ СИБЛІНГОВИМИ ПОЗИЦІЯМИ В БАТЬКІВСЬКІЙ РОДИНІ.....	95
Денисенко А.О. ВПЛИВ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ НА РОЛЬОВУ АДЕКВАТНІСТЬ ПОДРУЖЖЯ З РІЗНИМ СІМЕЙНИМ СТАЖЕМ.....	104
Денісієвська А.Є. ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЯКОСТІ СЛУХУ ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ.....	109
Кабанцева А.В. ОСОБИСТІСНІ РЕАКЦІЇ ЛЮДИНИ НА СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ НЕГАРАЗДИ.....	114
Левус Н.І., Волошок О.В. САМОСТАВЛЕННЯ ЯК ЧИННИК ДИНАМІКИ НАВЧАЛЬНИХ МОТИВІВ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ.....	119
Леонова І.М. ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА САМОТНІСТЬ РЕЛІГІЙНИХ ЖІНОК.....	127
Лісовенко А.Ф., Крюкова М.А. БІОЛОГО-ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОЯВИ СТРЕСУ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ.....	133
Лугова М.С. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ НЕЗАДОВОЛЕННЯ ДІВЧАТ СВОЇМ ТІЛОМ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....	139
Лящ О.П., Марчук С.В. ПЕРФЕКЦІОНІЗМ ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ.....	146
Мельничук С.Л., Мотозюк Л.М. ВПЛИВ ВНУТРІШНЬОСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ НА ПРОФЕСІЙНЕ СТАНОВЛЕННЯ СТУДЕНТА.....	150
Панченко О.А., Панченко Л.В., Чумак Т.Е. ДИНАМІКА ПСИХОПАТОЛОГІЧНОЇ СИМПТОМАТИКИ В НАСЕЛЕННЯ, ЩО МЕШКАЄ НА ТЕРИТОРІЇ ПРОВЕДЕННЯ ОПЕРАЦІЇ ОБ'ЄДНАНИХ СИЛ, ЗА ПЕРІОД 2014–2018 РОКІВ.....	157
Реут Є.О., Крючков С.І. ВИВЧЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ СПОРТСМЕНІВ (НА ПРИКЛАДІ КАРАТЕ ТА НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ) ТА ОСІБ, ЯКІ НЕ ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТОМ.....	163

Сазонова І.В. ПОСТТРАВМАТИЧНЕ ЗРОСТАННЯ ПІДЛІТКІВ: ДО ПОБУДОВИ ТЕОРЕТИЧНОЇ МОДЕЛІ.....	166
Ставицький О.О., Ставицька О.Г. СТАТЕВО-РОЛЬОВІ ВІДМІННОСТІ У СТАВЛЕННІ ДО ІНВАЛІДИЗОВАНИХ (ЗА МЕТОДИКОЮ ДОСЛІДЖЕННЯ ГАНДИКАПНОСТІ).....	172
Шевченко О.М., Владимірова В.І. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНИХ ХАРАКТЕРИСТИК СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ.....	178
Шикирава Н.М. ЕМПАТІЯ ЯК ОСОБИСТІСНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТА ПРОФЕСІЙНА ЯКІСТЬ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА.....	182
 СЕКЦІЯ 5 ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ	
Свідерська О.І., Піхович І.А. ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК ОСОБИСТІСНОЇ АДАПТАЦІЇ НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ДО ОНЛАЙН-НАВЧАННЯ.....	188
Сіроха Л.В. ЗАГОСТРЕННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КРИЗ ПРАЦІВНИКІВ ПРАВНИЧИХ ПРОФЕСІЙ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19.....	193
 СЕКЦІЯ 6 СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ	
Клочко А.О. ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ІННОВАЦІЙНИХ СТИЛІВ УПРАВЛІННЯ ЗА КРИТЕРІЄМ «СПРЯМОВАНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ» МЕНЕДЖЕРІВ ОСВІТИ: ЗВ'ЯЗОК ІЗ ПСИХОЛОГІЧНИМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ ОСВІТНИХ ОРГАНІЗАЦІЙ.....	198
Кондратьєва І.П. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПОДРУЖНИХ ВІДНОСИН У ПЕРІОД КРИЗИ МОЛОДОЇ СІМ'Ї.....	203
Кравчук С.Л. ОСОБЛИВОСТІ ГОТОВНОСТІ ДО САМОПРОЩЕННЯ ЯК ПРЕДИКТОРА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРУЖНОСТІ.....	208
Субашкевич І.Р., Пруднікова О.А. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН.....	213
Сургова С.Ю., Файчук О.Л., Комарова Н.В. РОЛЬ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В ПІДВИЩЕННІ АДАПТАЦІЙНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ОСІБ, ЯКІ СТРАЖДАЮТЬ НА ПСИХІЧНІ РОЗЛАДИ.....	217
Chyrychenko Yu.V., Kaminska A.M., Petrenko I.V. ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ ЕМОЦІЙНОГО ЗАРАЖЕННЯ: МІЖНАРОДНА ІНДУСТРІЯ ГОСТИННОСТІ.....	223
НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ.....	230

CONTENTS

SECTION 1**SOCIAL STRUCTURES AND SOCIAL RELATIONS****Yesina N.O., Strelnikova O.O.**DEVELOPMENT OF THE VOLUNTEER MOVEMENT IN UKRAINE
IN A PANDEMIC CONDITION OF COVID-19:
ON THE EXAMPLE OF THE KHARKIV REGION.....9**Kuryliak V.V., Polumysna O.O.**RELATIONS BETWEEN MAIN PROTESTANT CONFESSIONS IN UKRAINE
(ON THE MATERIAL OF OFFICIAL CHURCH SOURCES).....14**Lantsi V.H.**

MENTHAL HEALTH PROJEKT: DEVELOPING COHESION IN GROUP.....19

SECTION 2**SPECIAL AND BRANCH SOCIOLOGIES****Varha N.I.**SOCIO-ECONOMIC FACTORS OF ROOTING OF SOCIAL PRACTICES
OF INFORMAL EMPLOYMENT.....26**Varnavska I.V.**EDUCATIONAL EXCURSIONS TO THE ENTERPRISE
IN THE PROCESS OF ECONOMICS.....31**Hots A.A.**CURRENT NON-STANDARD FORMS OF EMPLOYMENT OF UKRAINIANS
IN THE NEW REALITIES OF MODERNITY.....38**Rushchenko I.P., Kalashnikova L.V.**EDUCATIONAL THREATS AND RISKS IN A STUDENT ENVIRONMENT:
ANALYSIS OF THE RESULTS OF A QUALITATIVE SOCIOLOGICAL STUDY.....43**SECTION 3****GENERAL PSYCHOLOGY. HISTORY OF PSYCHOLOGY****Asieieva Yu.O.**

PROBLEM ISSUES OF STADIUM NATURE OF CYBER-ADDICATIONS.....50

Buzhynska S.M., Skliar S.S., Danilich-Skakun A.A.STRESS RESISTANCE OF STUDENTS
AS A COMPONENT OF SUCCESS STUDY IN HEI.....55**Bunas A.A., Chernykh O.A.**PECULIARITIES OF MOTHERS' SELF-CONSCIOUSNESS
IN THE PROCESS OF EXPERIENCING EMOTIONAL BURNING.....60**Stepanenko L.V.**PECULIARITIES OF INTERRELATION OF VITALITY AND COMPONENTS
OF EMOTIONAL SELF-REGULATION OF IN-MIGRANTS.....68**Khorzhevskya I.M.**STRUCTURAL CHARACTERISTICS OF PSYCHOLOGICAL FUNDAMENTALS
OF PERSONAL PERSONALITY CULTURE.....73

SECTION 4 PERSONALITY PSYCHOLOGY

Bessaraba O.Yu. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF MALADAPTATION OF PARTICIPANTS OF ANTI-TERRORIST OPERATION.....	79
Bukovska O.O., Mazur T.V., Anyshchenko L.O. PECULIARITIES OF THE CONTENT OF THE VALUE AND SENSE SPHERE OF DRUG ADDICTORS OF ADULTS.....	85
Vasylenko I.A. SPECIFICITY OF PERSONALITY SELF-ASSESSMENT.....	90
Hrebin N.V., Karkovska R.I. LEARNING MOTIVATION OF ADOLESCENTS WITH DIFFERENT SIBLING POSITIONS IN THE FAMILY.....	95
Denysenko A.O. THE ARTICLE DISCUSSED THE PROBLEM OF GENDER QUALITIES OF SPOUSES WITH DIFFERENT FAMILY EXPERIENCE ON THEIR ROLE ADEQUACY.....	104
Denisiievska A.Ye. PECULIARITIES OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND QUALITY OF LIFE.....	109
Kabantseva A.V. PERSONALIZED REACTIONS OF A PERSON TO SOCIO-ECONOMIC DISORDERS...	114
Levus N.I., Voloshok O.V. SELF-ATTITUDE AS A FACTOR OF DYNAMICS OF LEARNING MOTIVATIONS OF STUDENTS-PSYCHOLOGISTS.....	119
Leonova I.M. PSYCHOLOGICAL FACTORS AFFECTING ON THE LONELINESS OF RELIGIOUS WOMEN.....	127
Lisovenko A.F., Kriukova M.A. BIOLOGICAL-PSYCHOPHYSIOLOGICAL AND PSYCHOLOGICAL MANIFESTATIONS OF STRESS IN A PANDEMIC CONDITION.....	133
Luhova M.S. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF BODY DISSATISFACTION OF GIRLS AT ADOLESCENCE.....	139
Liashch O.P., Marchuk S.V. PERFECTIONISM AS A SUBJECT OF PSYCHOLOGICAL RESEARCH.....	146
Melnychuk S.L., Motoziuk L.M. INFLUENCE OF INTERNAL CONFLICTS ON PROFESSIONAL FORMATION OF A STUDENT.....	150
Panchenko O.A., Panchenko L.V., Chumak T.E. DYNAMICS OF PSYCHOPATHOLOGICAL SYMPTOMS IN THE POPULATION WHO LIVES IN THE TERRITORY OF THE JOINT FORCE OPERATION DURING THE PERIOD OF 2014–2018.....	157
Reut Ye.O., Kriuchkov S.I. DETERMINATION OF GENDER CHARACTERISTICS OF THE PERSONALITY OF ATHLETES AND PERSONS WHO DO NOT GO IN FOR SPORTS (ON THE EXAMPLE OF KARAT AND TABLE TENNIS).....	163

Sazonova I.V. THE POST-TRAUMATIC GROWTH OF ADOLESCENTS: CONSTRUCTION OF THE THEORETICAL MODEL.....	166
Stavytskyi O.O., Stavytska O.H. SEXUAL-ROLE DIFFERENCES IN RELATION TO THE DISABLED (ACCORDING TO THE METHOD OF HANDICAP RESEARCH).....	172
Shevchenko O.M., Vladymyrova V.I. MEDICAL STUDENTS COMMUNICATIVE CHARACTERISTICS EMPIRICAL RESEARCH.....	178
Shykyrava N.M. EMPATHY AS A PERSONAL CHARACTERISTICS AND PROFESSIONAL QUALITY OF A PRACTICAL PSYCHOLOGIST.....	182
SECTION 5	
PSYCHOLOGY OF WORK	
Sviderska O.I., Pikhovych I.A. EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A FACTOR OF PERSONAL ADAPTATION OF SCIENTIFIC AND PEDAGOGICAL WORKERS TO ONLINE LEARNING.....	188
Sirokha L.V. DETERIORATION OF PROFESSIONAL CRISES OF EMPLOYEES OF LEGAL SPHERE IN THE CONTEXT OF THE COVID-19 PANDEMIC.....	193
SECTION 6	
SOCIAL PSYCHOLOGY. LEGAL PSYCHOLOGY	
Klochko A.O. FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF INNOVATIVE MANAGEMENT STYLES BY CRITERION "PERSONALITY DIRECTION" EDUCATION MANAGERS: RELATIONSHIP WITH THE PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF EDUCATIONAL ORGANIZATIONS.....	198
Kondratieva I.P. SOCIO-PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF MARRIAGE RELATIONS DURING THE CRISIS OF A YOUNG FAMILY.....	203
Kravchuk S.L. PECULIARITIES OF READINESS FOR SELF-FORGIVENESS AS A PREDICTOR OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE.....	208
Subashkevych I.R., Prudnikova O.A. SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL FEATURES OF CHILD-PARENT RELATIONS.....	213
Surhova S.Yu., Faichuk O.L., Komarova N.V. THE ROLE OF SOCIAL-PSYCHOLOGICAL REHABILITATION IN INCREASING THE ADAPTATION CAPABILITIES OF PERSONS SUFFERING OF MENTAL DISORDERS.....	217
Chyrychenko Yu.V., Kaminska A.M., Petrenko I.V. PSYCHOLOGICAL EXPERIMENT OF EMOTIONAL CONTAGION: INTERNATIONAL HOSPITALITY INDUSTRY.....	223
A NEW TYPE OF SCIENTIFIC SERVICES.....	230

СЕКЦІЯ 1 СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ

РОЗВИТОК ВОЛОНТЕРСЬКОГО РУХУ В УКРАЇНІ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19: НА ПРИКЛАДІ ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ DEVELOPMENT OF THE VOLUNTEER MOVEMENT IN UKRAINE IN A PANDEMIC CONDITION OF COVID-19: ON THE EXAMPLE OF THE KHARKIV REGION

У статті розглянуто та проаналізовано особливості реалізації волонтерської діяльності в умовах пандемії коронавірусу COVID-19 у сучасному українському суспільстві, зокрема на прикладі Харківської області. На основі аналізу наукової літератури, а також чинного українського законодавства, добровільна допомога (волонтерська діяльність) розглядається як специфічний різновид добродійної діяльності. Розкрито поняття та сутність волонтерства як безоплатного надання послуг та виконання робіт на користь набувачів благодійної допомоги (фізичної особи, неприбуткової організації або територіальної громади); волонтерської діяльності як добровільної, соціально спрямованої, неприбуткової діяльності, що здійснюється волонтерами шляхом надання волонтерської допомоги. Здійснено аналіз напрямів волонтерської діяльності, що надається особами та організаціями, від поширення продуктів харчування та засобів першої необхідності серед людей похилого віку, надання безоплатних обідів медичним співробітникам і лікарям до дезінфекції вулиць міста та області з залученням власних транспортних засобів та психологічної підтримки за допомогою співробітників «гарячої лінії». Серед напрямів волонтерської діяльності особливу увагу приділено деміфологізації інформації та наданню достовірних відомостей щодо безпеки коронавірусу та методів боротьби з ним; наданню усебічної допомоги тим особам, які знаходяться у режимі самоізоляції; захисту та підтримці нових незахищених груп населення, котрі з'явилися як наслідок уведення карантину у країні; виготовленню та розповсюдженню населеними пунктами області друкованих матеріалів на основі інформації ВОЗ з поясненням щодо коронавірусної інфекції COVID-19, поведінки населення та методів захисту від її подальшого поширення, взаємодії з особами, які знаходяться під підозрою на наявність вірусу тощо.

Ключові слова: волонтерська діяльність, напрями волонтерської діяльності, розвиток та особливості реалізації волонтерського руху, пандемія коронавірусу COVID-19.

The article considers and analyzes the peculiarities of the implementation of volunteer activities in the pandemic of the coronavirus COVID-19 in modern Ukrainian society, in particular on the example of Kharkiv region. Based on the analysis of the scientific literature, as well as on the current Ukrainian legislation, voluntary assistance (volunteer activity) is considered as a specific type of charitable activity. The concept and essence of volunteering as a free provision of services and work for the benefit of recipients of charitable assistance (individual, non-profit organization or local community); volunteering as a voluntary, socially oriented, non-profit activity carried out by volunteers through the provision of volunteer assistance are analyzed in the article. The analysis of volunteer activities provided by individuals and organizations is conducted, from the distribution of food and basic necessities among the elderly, providing free lunches to medical staff and doctors to disinfect the streets of the city and region with their own vehicles and psychological support by the staff of hotline. Among the areas of volunteering, special attention is paid to the demythologization of information and the provision of reliable information on the dangers of coronavirus and methods of combating it; providing comprehensive assistance to those persons who are in a state of self-isolation; protection and support of new vulnerable groups that have emerged as a result of the establishment of quarantine in the country; production and distribution by the settlements of the region of printed materials based on World Health Organization information with an explanation of coronavirus infection COVID-19, public behavior and methods of protection against its further spread, interaction with persons suspected of having the virus, etc.

Key words: volunteer activities, ways of volunteer activities, development and features of the volunteer movement, pandemic of COVID-19.

УДК 341.164
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.1>

Єсіна Н.О.

к.пед.н.,
доцент кафедри соціальної роботи
і соціальної педагогіки
Харківський національний педагогічний
університет імені Г.С. Сковороди

Стрельнікова О.О.

к.соціол.н.,
старший викладач кафедри політології,
соціології і культурології
Харківський національний педагогічний
університет імені Г.С. Сковороди

Постановка проблеми. Поява та стрімке поширення вірусу COVID-19 у світі, запровадження жорсткого карантину (локдауну) навесні 2020 року, наявні адаптивні епідеміологічні обмеження тощо зумовлюють вплив на соціально-політичну, соціально-економічну, соціально-духовну та ін. сфери суспільного життя всіх країн загалом й України зокрема. В умовах докорінних змін звичного повсякденного образу життя

населення постійно оновлюється кількість осіб та організацій, що за об'єктивних обставин опинилися у скрутних життєвих ситуаціях та потребують надання допомоги. Значними темпами зростає кількість об'єктів, що очікують на таку допомогу, у галузі медицини та охорони здоров'я. За таких умов досить гостро актуалізується потреба у реалізації будь-яких видів добродійної діяльності, зокрема й волонтерської.

Мета статті полягає у встановленні та всебічному аналізі особливостей функціонування та розвитку волонтерської діяльності в умовах пандемії коронавірусу в сучасному українському суспільстві на прикладі Харківської області.

Виклад основного матеріалу. Дослідженню соціального явища волонтерської діяльності та окремим його аспектам присвячено свої наукові роботи багато закордонних і вітчизняних вчених, а саме: І. Білич, Р. Вайнола, Дж. Вілсон, С. Горбунова-Рубан, Р. Дженніфер, І. Зверева, О. Іщенко, О. Касперович, Г. Крапівіна, Р. Лінч, Е. Логачева, Т. Лях, М. Мусік, О. Панькова, В. Погрібна, Д. Сміт та ін. Багато уваги в наявних наукових працях приділено аналізу мотиваційних складових частин волонтерської діяльності; дослідженню її сутності та ролі, здійсненню періодизації волонтерського руху, а також всебічному науковому аналізу волонтерської діяльності як чиннику становлення та розвитку громадянського суспільства.

Незважаючи на значну кількість наукових праць із зазначеної проблематики, дослідження особливостей реалізації волонтерської діяльності в умовах пандемії COVID-19 представлені в незначній кількості, а тому й досі залишаються недостатньо висвітленими.

Функціонування та розвиток волонтерської діяльності в сучасному українському суспільстві перебувають у процесі якісної трансформації та модернізації. Ще на початок 2020 року кількість населення, яке з певних причин вирішило долучитися до участі у волонтерській діяльності, поступово зменшувалося, про що свідчили дані соціологічних досліджень (кількість осіб, що мали досвід участі в добровільній, зокрема й волонтерській діяльності, становило 38,5% у 2018 р., 25% у 2019 р. [10]). У зазначений період часу про досвід участі саме у волонтерській діяльності наголосили 9% громадян [10]. На думку І. Бекешкіної, показник щодо участі громадян України у волонтерській діяльності наближався до свого значення 2012 р. (пор. 9% у 2019 р. й 10% у 2012 р.) [10]. Однак результати соціологічних опитувань дозволяли припустити, що це не було зумовлено зменшенням рівня довіри до волонтерів, громадських чи волонтерських організацій. «Волонтерів люди цінують дуже високо. – зазначала І. Бекешкіна. – Довіра до волонтерів навіть вища, ніж довіра до церкви. Громадські організації теж оцінюють позитивно. І довіра до них переважає недовіру. Більше половини людей вважають, що громадські організації потрібні» [10].

Волонтерські та громадські організації, що зосереджені на наданні будь-яких видів добровільної допомоги, користувалися і користуються на даний час значним рівнем довіри серед громадян України (рівень довіри до них

становив близько 70% наприкінці 2019 р. [9]). Слід зазначити, що довіра до організацій, що здійснюють добровільну діяльність взагалі, а волонтерську зокрема, постійно зростала протягом останніх років серед українського населення (пор. 57,6% у 2015р.; 66% у 2017р.; 70% у 2019 р. тощо). У квітні 2020 року рівень довіри до волонтерських та громадських організацій очолив рейтинг схвалення діяльності інститутів України й зупинився на відмітці у 63% голосів [2].

Аналіз останніх наукових досліджень засвідчив, що не існує єдиного вичерпного тлумачення поняття «волонтерство». Існує декілька підходів до визначення цього феномену.

Як зазначає І. Юрченко: «Волонтерство є суспільно-корисною безоплатною діяльністю, яка є чинником формування духовних, морально-етичних, культурних, суспільно-політичних та економічних цінностей і може набувати будь-яких форм – від традиційних інститутів допомоги до мобілізованої суспільно-корисної праці під час криз або стихійного лиха, від проявів альтруїзму до структурованої організації волонтерського руху міжнародного масштабу» [13, с. 527].

На думку Т. Лях, волонтерство – це неоплачувана, добровільна діяльність на благо інших. Будь-яка людина, що свідомо і безкорисливо трудиться, щоб допомогти людям, які цього потребують, може називатися волонтером. Волонтер – це людина, яка володіє неабиякими комунікативними навичками і приваблює до себе людей, розуміє проблеми оточуючих та співчуває їм, має бажання безкорисливо допомогти вирішувати проблеми інших людей. До того ж, волонтер характеризується порядністю, уважністю, відповідальністю, відвертістю зі своїми клієнтами [8, с. 209].

І. Тохтарьова вважає, що волонтерство – це спосіб акумуляції соціального капіталу, потужний інструмент соціального, культурного та економічного розвитку суспільства, який в ринкових умовах сприяє збереженню балансу в суспільних відносинах та їх гармонізації; ефективний засіб об'єднання зусиль громадянського суспільства та органів державної влади щодо вирішення ряду соціальних проблем; базисна передумова і основа діяльності більшості громадських організацій [12, с. 158].

Звертаючись до визначення поняття та сутності волонтерства, наголосимо, що Закон України «Про благодійну діяльність та благодійні організації» таку добровільну допомогу (волонтерську діяльність) розглядає як специфічний різновид добровільної діяльності. Під волонтерством слід розуміти, «безоплатне надання послуг та виконання робіт на користь набувачів благодійної допомоги (фізичної особи, неприбуткової організації або тери-

торіальної громади)» [3]. У той час як Законом України «Про волонтерську діяльність» таку діяльність визначено як «добровільну, соціально спрямовану, неприбуткову діяльність, що здійснюється волонтерами шляхом надання волонтерської допомоги», а також як «форму благодійної діяльності» [4]. Отже, вважаємо за доцільне стверджувати, що волонтерство становить собою різновид добродійної діяльності, настільки специфічний, що його було виділено в окремий вид допомоги.

Така наша позиція збігається із думкою І. Звереві, котра наголошує на тому, що волонтерська діяльність – це добродійна робота, яка здійснюється фізичними особами на засадах неприбуткової діяльності, без заробітної плати, без просування по службі, заради добробуту та процвітання спільнот та суспільства в цілому. Людину, яка добродійно надає безоплатну соціальну допомогу та послуги інвалідам, хворим особам та соціальним групам, що опинилися в складній життєвій ситуації, називають волонтером [6, с. 75].

Варто зазначити, що й власне поняття «волонтер» може мати різне значення в залежності від людини, яка такою діяльністю займається. Так, на думку Т. Лях до волонтерської діяльності відноситься і донорська здача крові, і робота на якусь політичну партію, і участь у релігійних церемоніях, тощо [8, с. 209].

Що стосується визначення волонтерської організації, то воно відсутнє у ЗУ «Про волонтерську діяльність». Однак статтею 5 наголошено, що «залучати волонтерів до своєї діяльності можуть організації та установи, які є неприбутковими» [4]. А тому долучатися до волонтерської діяльності мають змогу громадські об'єднання будь-якого спрямування, оскільки громадським об'єднанням є «добродійне об'єднання фізичних осіб та/або юридичних осіб приватного права для здійснення та захисту прав і свобод, задоволення суспільних, зокрема економічних, соціальних, культурних, екологічних, та інших інтересів. Громадське об'єднання за організаційно-правовою формою утворюється як громадська організація або громадська спілка» [5].

Оскільки громадська організація може опікуватися задоволенням практично будь-яких інтересів (окрім тих, що суперечать українському законодавству), звернемо увагу на основні напрями волонтерства. На сьогодні становлення та розвиток волонтерської діяльності в сучасному українському суспільстві відбувається за кількома напрямками [1]:

1. Традиційний для багатьох країн західного світу обмін групами молодих добровольців, які мають на меті транслявання власної культури (історії, традицій, мови, досвіду з певних видів професійної та суспільної діяльності людини) та засвоєння аналогічно культури тієї

країни, до якої за домовленістю виїжджає на певний час волонтер; надання молоді можливості навчатися і розвивати різні лінії взаємозв'язку, а також служити суспільству. Засади такої волонтерської діяльності розробляються Європейським комітетом міжурядового співробітництва в молодіжній галузі і активно застосовуються Корпусом Миру США в Україні.

2. Добродійна безкоштовна робота волонтерів у громадських та некомерційних організаціях, яка має на меті допомогу будь-яким категоріям населення у будь-яких видах діяльності, навчанні, потенціальному розвитку. Такий вид діяльності сприяє тому, що добродійні помічники мають можливість для творчої та соціальної самореалізації, саморозвитку та самоствердження.

3. Добродійна систематична або епізодична допомога державним установам у здійсненні соціальної політики: допомога освітніми (шкільними та позашкільними) закладами у навчально-виховній роботі, закладами соціального забезпечення в роботі з молоддю з особливими потребами та з людьми похилого віку.

4. Волонтерська діяльність, як результат творчого саморозвитку, бажання навчати всіх, хто прагне, тому, що сам добре знаєш та вмієш, але що не завжди є власною професією добродійного помічника.

5. Педагогічне спрямована волонтерська діяльність як засіб розвитку особистості, її соціалізації, духовного становлення. Цей напрям засвоюється в дитячих та молодіжних об'єднаннях, які передбачають суспільне корисну діяльність, в різних угрупованнях при центрах соціальних служб для молоді.

Оскільки для сучасного соціально-економічного стану України масова добродійна діяльність у формі пожертв не є характерною через обмеженість матеріальних ресурсів більшості громадян, нерозвинутість організаційних форм для акумуляції добродійних коштів, а також відсутність, власне, культури добродійності, традицій благодійної діяльності у свідомості людей. Тому в умовах сучасного українського суспільства стає характерною така форма добродійної діяльності, як волонтерство (добродійність), оскільки вона є доступною для тих прошарків населення, які мають обмежені фінансові та матеріальні ресурси [11].

Із моменту проголошення пандемії COVID-19 у світі та введення режиму жорсткого карантину на території Харківської області було започатковано проект Центру волонтерської допомоги Stop COVID-19, організаторами котрого виступили Благодійний фонд «Харків з тобою» та волонтерська група Help Army [7]. Мета реалізації даного проекту полягала в об'єднанні зусиль волонтерських груп, громадських організацій й об'єднань, добро-

чинних фондів та окремих осіб-волонтерів задля подолання наслідків епідемії коронавірусної інфекції у Харківській області. На даний час у діяльності цього проекту беруть участь близько 700 волонтерів з 15 волонтерських організацій та більше, ніж сто незалежних добровольців Харківської області [7]. Діяльність проекту Центру волонтерської допомоги Stop COVID-19 реалізується за такими основними напрямками [7]: деміфологізація інформації та надання достовірних відомостей щодо небезпеки коронавірусу та методів боротьби з ним; надання усебічної допомоги тим особам, які знаходяться у режимі самоізоляції; захист та підтримка нових незахищених груп населення, котрі з'явилися як наслідок уведення карантину у країні; виготовлення та розповсюдження населеними пунктами області друкованих матеріалів на основі інформації ВОЗ з поясненням щодо коронавірусної інфекції COVID-19, поведінки населення та методів захисту від її подальшого поширення, взаємодії з особами, які знаходяться під підозрою на наявність вірусу тощо.

Волонтерська ініціатива «Станція Харків» (громадська організація та благодійний фонд), що була організована у 2014 році з метою надання допомоги громадянам із Луганської та Донецької областей, опікується забезпеченням засобами першої необхідності 17 опорних лікарень Харківської області. За рахунок пожертв підприємств Харківської області членами волонтерської ініціативи було закуплено та передано респиратори рівня FFP3, захисний одяг та одноразові рукавички до медичних закладів, зокрема до Харківської обласної дитячої інфекційної лікарні.

До надання допомоги долучилися й ІТ-компанії як шляхом передачі коштів (ІТ4Life було зібрано більше, ніж 3,3 млн грн лише за перший тиждень карантину), так і шляхом розробки мобільних додатків (наприклад, «Хелпмед»). Мобільні додатки було розроблено задля надання допомоги медичним співробітникам та лікарям, зокрема ІТ-компанією «Вілмейт», з метою пошуку автомобільних засобів та їхніх водіїв, які на безоплатній основі готові й мають можливість доставити до місця роботи. За умови постійного зростання кількості бажаючих отримати таку допомогу було створено Telegram-чати «Підвези лікаря Харкова» (@transfer_doctor_kharkiv_bot), «Попутник Харків», а також спеціальну ініціативу компанії Uber щодо реалізації безоплатних робочих поїздок медичних працівників.

Волонтерство в Харківській області охоплює різні напрями діяльності від поширення продуктів харчування та засобів першої необхідності серед людей похилого віку, надання безоплатних обідів медичним співробітникам і лікарям до дезінфекції вулиць міста та області

із залученням власних транспортних засобів та психологічної підтримки за допомогою співробітників «гарячої лінії».

Висновки з проведеного дослідження. Отже, проведений аналіз засвідчив, що волонтерська діяльність на сучасному етапі розвитку українського суспільства перебуває в процесі трансформації та модернізації. Після поступового зниження рівня залученості громадян до діяльності з надання безоплатної та добровільної допомоги наприкінці 2019 р. інтерес до волонтерства починає стрімко зростати. Рівень залученості громадян, що постійно підвищується, обумовлений тими важкими умовами розповсюдження нового та вкрай небезпечного інфекційного захворювання COVID-19 країнами світу в цілому й Україною зокрема. Пріоритетні напрями реалізації волонтерської діяльності зазнали істотних змін від допомоги з акумулювання матеріальних та грошових ресурсів важкохворим дітям та особам похилого віку; всебічної підтримки українських військових та внутрішньо переміщених осіб до активізації усіх видів діяльності щодо попередження та боротьби з наслідками коронавірусу COVID-19. Сьогодні волонтерська діяльність в Україні (зокрема, в Харківській області) здійснюється за такими напрямками: поширення продуктів харчування та засобів першої необхідності серед людей похилого віку, надання безоплатних обідів медичним співробітникам і лікарям, дезінфекція вулиць міста та області із залученням власних транспортних засобів та психологічна підтримка громадян за допомогою співробітників «гарячої лінії».

ЛІТЕРАТУРА:

1. Єсіна Н. Поняття та сутність волонтерської діяльності в Україні. *Сучасне суспільство*. 2017. Вип. 1. С. 73–80.
2. Жители Украины снова больше всего доверяют волонтерам – соцопрос, 2020. Интерфакс-Украина. URL : <https://interfax.com.ua/news/general/655172.html>.
3. Закон України «Про благодійну діяльність та благодійні організації», 2013. *Відомості Верховної Ради України (ВВР)*. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5073-17#Text>.
4. Закон України «Про волонтерську діяльність», 2011. *Відомості Верховної Ради України (ВВР)*. URL : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3236-17>.
5. Закон України «Про громадські об'єднання», 2013. *Відомості Верховної Ради України (ВВР)*. URL : <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=2460-12>.
6. Зверєва І. Волонтерство. Порадник для організатора волонтерського руху. Київ : ВГЦ «Волонтер». 2001. 552 с.
7. Канунникова, І., 2020. Волонтери об'єдналися для боротьби з коронавірусом. *Вечерний Харків*. URL : <https://vecherniy.kharkov.ua/news/168167/>.
8. Лях Т. Планування залучення волонтерів як важливий компонент волонтерської програми. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. 2013. № 23. С. 206–213.
9. Оцінка громадянами діяльності влади, рівень довіри до соціальних інститутів та політиків, електо-

ральні орієнтації громадян (лютий 2020р. соціологія), 2020. URL : <https://razumkov.org.ua/napriamky/sotsiologichni-doslidzhennia/otsinka-gromadianamy-diialnosti-vlady-riven-doviry-do-sotsialnykh-institutiv-ta-politykiv-elektoralni-orientatsii-gromadian-liutyi-2020r>.

10. Соціологиня Ірина Бекешкіна: Довіра до волонтерів навіть вища, ніж довіра до церкви, 2019. Фонд «Демократичні ініціативи імені Ілька Кучеріва». URL : <https://dif.org.ua/article/sotsiologinya-irina-bekeshkina-dovira-do-volonteriv-navit-vishcha-nizh-dovira-do-tserkvi>.

11. Стрельнікова, О.О., 2012. Інституціоналізація добродійної діяльності в умовах сучасного україн-

ського суспільства. Кандидат наук. Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна.

12. Тохтарьова І. Волонтерський рух в Україні: шляхи до розвитку громадянського суспільства як сфера соціальних відносин. *Теорія і практика державного управління і місцевого самоврядування*. 2014. №2. С. 156–161.

13. Юрченко І. 2004. Становлення і розвиток волонтерського руху в Україні. В: В. Ворона, М. Шульга, ред., Проблеми розвитку соціологічної теорії. Соціальні процеси в Україні: наукові доповіді і повідомлення.: IV Всеукраїнська соціологічна конференція. Київ, Україна, 21 Травень 2004. Київ : Соціологічна асоціація України, Інститут соціології НАН України.

СТОСУНКИ ОСНОВНИХ ПРОТЕСТАНТСЬКИХ КОНФЕСІЙ В УКРАЇНІ (НА МАТЕРІАЛІ ОФІЦІЙНИХ ЦЕРКОВНИХ ДЖЕРЕЛ)

RELATIONS BETWEEN MAIN PROTESTANT CONFESSIONS IN UKRAINE (ON THE MATERIAL OF OFFICIAL CHURCH SOURCES)

Основна мета статті полягає у визначенні ставлення євангельських християн-баптистів і християн віри євангельської – п'ятидесятників до адвентистів. Джерелом визначення ставлення конфесій до адвентистів обрано онлайн-ресурси, оскільки в умовах пандемії вони стали основним виток інформації про релігійні конфесії в Україні. Установлено, що всі три конфесії активно взаємодіють у багатьох соціальних проєктах і міжконфесійних організаціях. Особливий сплеск взаємодії припав на святкування 500-річчя Реформації у 2017 році. Досліджено, що більшість релігійних проблем для конфесій спільні, в тому числі й принципи й етичні цінності, які сповідують ці деномінації. Щодо висловів про адвентистів – баптисти й п'ятидесятники, – то вони містять здебільшого позитивні твердження та схвальні відгуки, а іноді мають нейтральний інформаційний зміст. Однак варто підкреслити, що деякі публікації, статті на інформаційних ресурсах, особливо євангельських – п'ятидесятників, містять застереження щодо деяких доктрин адвентистів і радять ставитися вірянам своєї конфесії до них з обережністю. Зазвичай це доктрини про небесне святилище, пророчий дар Еллен Уайт, концепція великої боротьби й святкування суботнього дня. Загалом констатуємо, що стосунки всіх трьох деномінацій конструктивні, віряни конфесій співпрацюють у спільних проєктах і більшість висловів про адвентистів від баптистів і п'ятидесятників позитивно нейтральні. Отже, незважаючи на деякі доктринальні відмінності, всі ці конфесії демонструють дотримання християнських морально-етичних цінностей і за можливості намагаються злагоджено співпрацювати.

Ключові слова: баптисти, п'ятидесятники, адвентисти, міжконфесійні стосунки, онлайн-ресурси.

The main purpose of the article is to determine the attitude of evangelical Baptists and Christians of the Evangelical Pentecostal faith to Adventists. Online resources were chosen as the source for determining the attitude of denominations to Adventists, as they became the main source of information about religious denominations in Ukraine during the pandemic. It is established that all three denominations actively cooperate in many social projects and interfaith organizations. A special surge in this interaction came at the celebration of the 500th anniversary of the Reformation in 2017. It is established that most of the religious problems for these denominations are common, including the principles and ethical values professed by these denominations. As for the statements about Adventists – Baptists and Pentecostals, they contain mostly positive statements and positive feedback, and sometimes have a neutral informational content. However, it should be emphasized that some publications of the article on information resources, especially the Evangelical Pentecostals, contain reservations about some Adventist doctrines and advise believers of their denomination to treat them with caution. These are usually the doctrines of the heavenly sanctuary, the prophetic gift of Ellen White, the concept of the great struggle, and the Sabbath celebration. In general, the relationship between all three denominations is constructive, denominations cooperate in joint projects, and most statements about Adventists from Baptists and Pentecostals are positively neutral. Thus, despite some doctrinal differences, all these denominations demonstrate adherence to Christian moral and ethical values and, if possible, try to cooperate harmoniously.

Key words: Baptists, Pentecostals, Adventists, interfaith relations, online resources.

УДК 330.342. 146:2 (477)
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.2>

Куриляк В.В.

к.техн.н.,
доцент кафедри філософії
та релігієзнавства
Український гуманітарний інститут

Полумисна О.О.

к.філол.н.,
доцент кафедри журналістики
Харківський національний університет
імені В.Н. Каразіна

Постановка проблеми. У XXI столітті релігійне життя поступово переміщується з офлайн в онлайн-середовище. Нині фактично кожен вірянин, який має доступ до мережі, може ознайомитися з інформацією, яка стосується його релігійної конфесії та, навіть не будучи присутнім на службі, може прослухати її онлайн, що надзвичайно актуально для нашого часу в умовах пандемії Ковід-19. На теренах України протестантизм широко представлений як один із трьох напрямів християнства та є третім за кількістю вірян після православних і католиків. Оскільки ця група не є єдиним цілим, а складається з декількох конфесій, цікавим видається не лише те, як сприймає зовнішній світ адвентистів, а й те, яким є ставлення представників інших протестантських конфесій до адвентистів у внутрішньому вимірі.

Постановка завдання. Проблематика дослідження порушена з метою зрозуміти на прикладі моніторингу стосунків баптистів, п'ятидесятників та адвентистів, як протестантські конфесії взаємодіють і співпрацюють одне з одним на території України. І водночас знайти відповідь на питання, чи доктринальні відмінності зазначених трьох конфесій не заважають їм співіснувати й взаємодіяти одна з одною.

Виклад основного матеріалу дослідження. В Україні серед протестантських конфесій найбільше представництво мають євангельські християни-баптисти (далі – ЄХБ), а також християни віри євангельської – п'ятидесятники. Тому пропонуємо звернути увагу на офіційні сайти цих двох конфесій [1; 2].

З появою новітніх комп'ютерних технологій і мереж церква змогла отримати нові платформи для поширення своєї місії. Світлана

Филипчук стверджує, що саме з комп'ютери-зацією та появою нових медіа пов'язані «явища віртуалізації та консюмеризму релігії. Медіа-тизація християнських конфесій України через призму інтернет-середовища відбувається шляхом глобальної зміни людини, отже й церкви, яка прагне діалогу з людиною та спільно-та ми людей засобами нових медіа» [3].

Одним із перших проаналізуємо сайт «Всеукраїнський союз церков євангельських християн-баптистів», оскільки він є ключовим джерелом інформації та комунікації для християн-баптистів. Інтерфейс сайту витриманий у білому кольорі. О. Отич у своїй статті «Колір як емоційно-змістовий код культури» зазначає, що «саме білий колір означає життя, денне світло, чистоту, цнотливість, очищену душу, спорідненість із божественним світлом, святе життя, цілісність. Це колір ангелів, святих і праведників, колір найбільших християнських свят: Різдва, Водохреща й Вознесіння» [4]. Окрім того, розміщено логотип у вигляді розгорнутої книги на тлі сонця та хреста.

Розуміємо, що книга символізує мудрість, посеред неї на логотипові розміщено вогнище як символ святині. На сайті є декілька рубрик: «Про нас», «Служіння», «Дописи», «Медіа», «Новини». У рубриці «Про нас» можемо дізнатись про Союз ЄХБ, цінності, місію, бачення братства ЄХБ, віровчення, положення про служіння пресвітера тощо. У рубриці «Служіння» опубліковані повідомлення, які стосуються сім'ї, дітей і підлітків, молоді, капеланства, внутрішньої місії, місії за кордоном, християнської освіти, музики й творчості, соціальної праці. Рубрика «Дописи» має такі підрубрики: «Інтерв'ю», «Практичне християнство», «Апологетика», «Історія». У рубриці «Медіа» можемо знайти програму «Світ для Христа», звернення, коментарі, інтерв'ю-обговорення, конференції, акценти. У рубриці «Новини» дізнаємось про служіння під час карантину, Світ, Україну.

Також тут розміщені останні новини й анонси майбутніх подій. Сайт мультимедійний, оскільки на ньому представлені повідомлення в текстовому, фото- й відеоформаті, транслюються богослужіння онлайн у різних містах України: Дніпро, Вінниця, Рівне, Харків, Київ, Чернівці, Запоріжжя та інші. С. Филипчук так характеризує цей сайт: «надає можливість своїм відвідувачам прослуховувати Біблію в онлайн-режимі, переглянути відео з відвідин пасторами військових збройних сил України, які служать на передовій у зоні антитерористичної операції, є форум пасторів-баптистів, де обговорюються актуальні й болючі для служителів теми, інтерв'ю-обговорення тощо» [3]. З головної сторінки сайту можна перейти за посиланнями на «Ресурси для дитячих і підліткових служителів», «Ресурси для цер-

кви», «Фонд «Міст у життя» та ознайомитись з інформацією, яка напряму стосується євангельських християн-баптистів.

Схожий із ним інтерфейс і логотип сайту «Української Церкви Християн Віри Євангельської» (далі – УЦХВЕ). Відрізняється розташуванням вгорі блоку, де прописано «100 років п'ятидесятницького руху в Україні. Українська Церква Християн Віри Євангельської» та розміщене фото, де зображені представники руху. На сайті в порівнянні із сайтом баптистів більше рубрик: «Головна», «Про нас», «Новини», «Департаменти», «Пастирське слово», «Проекти», «Медіа», «Актуальне інтерв'ю», «Контакти», «»Карта УЦХВЕ». У розділі «Медіа» є посилання на засоби масової інформації п'ятидесятників: газети «Жива надія», «Голос надії», «Вірую» та часопис «За євангельську віру», журнал «Благовісник», телепрограми «На початку було слово» (телеканал «CNL-Україна» – www.cnl.tv), радіопрограми «Жива надія» та «Вірую». Як бачимо, сайт п'ятидесятників також мультимедійний, але окрім тексту, фото й відео тут представлено аудіопрповіді. Подкасти натеper стають одним із популярних жанрів, оскільки дають можливість прослуховувати інформацію в будь-який час і в будь-якому місці. На сайті є підрубрика «Блоги», де можна висловлювати свої роздуми щодо релігійних цінностей конфесії. Окрім того, на сайті активно проводиться юридична консультація. Розміщено також повідомлення про недільні богослужіння УЦХВЕ, які щотижня транслюються онлайн або проходять у стінах молитовних будинків.

З правого боку на сайті можемо ознайомитися з посиланнями на творчість п'ятидесятників і переліком установ, де можна отримати християнську освіту: «Київський біблійний інститут», «Evangel Theological Seminary», «Семінарія Практичного Богослов'я», «Львівська богословська семінарія», «Чернівецька Біблійна Семінарія», «Тернопільська Біблійна Семінарія», «Рівненська Духовна Семінарія» та інші. На ознаці зворотності й інтерактивності сайту наголошує С. Филипчук. Вона говорить, що на офіційному сайті «є відеозвернення старшого єпископа УЦХВЕ Михайла Паночка, а також посилання на YouTube-канал медіа служіння УЦХВЕ, де розміщено відео проповіді, трансляції щорічного Всеукраїнського з'їзду християнської молоді в Малині тощо» [3].

На проаналізованих нами сайтах немає окремої статті, присвяченої Церкві адвентистів сьомого дня (далі – АСД), однак є низка публікацій, в яких згадуються адвентисти. До прикладу, в статті під назвою «У Брова-рах відзначили День Біблії» описане урочи-сте святкування Дня Біблії в рамках програми відзначення 500-річчя Реформації, де зазна-

чено, що «Дискусії та доповіді були прекрасно доповнені Київським духовим оркестром Церкви адвентистів сьомого дня» [5]. Крім того, в статті «Глава держави відвідав Дім Біблії» (2018 рік) наведено слова Президента України Петра Порошенка: «Ми йдемо від російського ярма, від Росії, де зараз закривають баптистські академії, забороняють адвентистів, чинять перешкоди нашій церкві» [6]. Також цікавою є публікація під назвою: «Розпізнати та допомогти» – конференція на Тернопільщині» [7]. Контекст такий: у 2018 році відбулася конференція церкви ЄХБ, де головним проповідником (ведучим) був керівник Центру Апологетичних досліджень. Під час семінарів було розглянуто чимало питань захисту віри й вміння розпізнати не біблійне вчення» [7]. Окрім того, надано практичні поради щодо питання, як мати справу з вченням Свідків Єгови, Мормонів та «яким має бути ставлення до вчення Адвентистів сьомого дня, в якому не все так однозначно» [7].

У статті під назвою «Влада «ЛНР» заборонила діяльність євангельських церков» розповідається про те, що «влада Луганська відмовила в реєстрації всім церковним громадам євангельських християн (баптистам, п'ятидесятникам, адвентистам)» [8]. Іншими словами, пероблеми протестантських церков на західних територіях України спільні, і їхнє розв'язання потребує спільних зусиль і молитви.

Не менш цікавою є публікація «Межі й можливості християнина в університеті», яка підсумовує результати проведення подіумної дискусії «Християнство в університеті: межі можливого» (пройшла 26 січня 2018 року в Інституті святого Томи в Києві). Серед виступів представників різних закладів вищої освіти в Україні й закордону згадано виступ Людмили Штанько, ректора закладу вищої освіти, яка розповіла про історію та діяльність Українського гуманітарного інституту (далі – УГІ) (належить Церкві АСД) і наголосила, що в УГІ діє заборона «на паління, вживання алкоголю та заборона на нецнотливі стосунки на території кампусу» [9].

Низка публікацій на зразок «День Біблії на Сумщині» [10] і тому подібних описує спільність дій трьох протестантських церков під час святкування 500-річчя Реформації та показує, що це свято спонукало три протестантські церкви – євангельських християн-баптистів, християн віри євангельської та адвентистів сьомого дня – спільно пропагувати біблійні цінності під час проведення різноманітних заходів [10].

Так, наприклад, на Волині у 2017 році баптисти, п'ятидесятники й адвентисти організували престур, в якому викладали «благодійне служіння та соціальну діяльність представників євангельських церков» [11]. Під час престуру

волинські журналісти відвідали дім молитви Церкви АСД. Там вони дізналися «про користь і шкоду харчових продуктів» і про «важливість профілактичних заходів, які варто виконувати, аби бути здоровим як духовно, так і тілесно» [11].

Спільну прикладну роботу протестантів, у тому числі адвентистів, викладено в статті під назвою «У Чернівецькій області віряни прибирили прикордонну зону», де автор розповідає, що в рамках проекту R-500 до прибирання від сміття прикордонного пропуску «Порубне» були залучені члени релігійних громад баптистів, п'ятидесятників та адвентистів сьомого дня. Підкреслюється, що перед початком прибирання служитель Церкви АСД Павло Козак прочитав молитву. Також стаття містить слова з приводу заходу 21-річного адвентиста Івана Лупу й згадує хлопчика-другокласника Марка Гаврилова, який разом із батьками відвідує зібрання адвентистів і також долучився до прибирання [12].

На сайті євангельських християн-баптистів згадуються інші міжконфесійні заходи, в яких брала участь Церква АСД. Серед таких заходів описуються відкриття в Рівному виставки «Реформація: від витоків до сьогодення» [13] та виставки «Реформація: 500» на Луганщині [14]. Ще наведено розповідь про проведення Національного дня молитви за Україну [15]. Також на сайті є чимало статей про діяльність міжконфесійного релігійно-громадського об'єднання Всеукраїнської Ради Церков і релігійних організацій (далі – ВРЦіРО), членом якої, зокрема, є Церква АСД [16; 17].

Сайт п'ятидесятників подібно до вище проаналізованого сайту баптистів також містить згадки про адвентистів у рамках проведення різноманітних міжконфесійних заходів і конференцій. Цікавою та змістовною є публікація під назвою «Євангельські церкви підсумували роботу за рік Реформації – репортаж з урочищенного Форуму», в якій Церкву АСД включили в «євангельсько-протестантський рух в Україні» з поясненням того, що Церква АСД нарешті «самоусвідомила себе як єдине ціле, знає свої недоліки й водночас розуміє свій потенціал у суспільстві» [18]. Описано соціальну акцію протестантських конфесій «День Служіння» в прибиранні сміття по різних місцях [19]. Також на сайті розміщені статті про реакцію протестантських церков на події на Майдані (2013–2014 роки) й міжконфесійну молитву за владу перед парламентськими виборами 2014 року [20].

У статті «Церква ХВЕ міста Дубно відзначила 30-літній ювілей від дня освячення Дому молитви» описується приклад співпраці між різними протестантськими конфесіями, де від початку заснування дому молитви в ньому проводили богослужіння відразу три конфесії: баптисти, адвентисти й п'ятидесятники.

Автор статті підкреслює: «Незважаючи на певні доктринальні відмінності у віровченні, церква являла собою зразок християнської злагоди» [21].

Керівник церкви ХВЕ в Україні Михайло Паночко в статті «Михайло Паночко зустрівся з релігієзнавцями: розмовляли про приклад Греції, євангельські цінності й геополітику» [22] показав різницю між організаційною структурою українських п'ятидесятників та іншими християнськими конфесіями, зокрема Церкви АСД, і підкреслив, що «ЦХВЕУ, на відміну від багатьох інших релігійних спільнот (наприклад, адвентистів, католиків і вірян православної церкви Московського патріархату), має свій центр в Україні, а не за кордоном» [22]. Цей фактор, на думку М. Паночка, є позитивним аспектом, оскільки «дає можливість Церкві самостійно визначати напрями служіння» [22].

Необхідно звернути увагу на ставлення євангельських християн до Церкви АСД із доктринального боку. Про це можна ознайомитися на україномовному сайті Центру апологетичних досліджень, який сповідує погляди, подібні до віровчення баптистів і п'ятидесятників, позиціює свою діяльність як «одне з небагатьох служінь серед усіх євангельських церков України й працює з тими, хто був у культурі або знаходиться там» [23]. На сайті в окремому підрозділі міститься аналіз віровчення адвентистів сьомого дня. На початку зазначено, що «Адвентистів сьомого дня, скоріш за все, дуже складно назвати культом так, як би ми назвали Свідків Єгови», однак «у цьому вченні є кілька серйозних недоліків, які роблять вчення дуже сумнівним» [24]. Центр апологетичних досліджень виділяє такі «сумнівні» доктрини Церкви АСД: концепція Великої боротьби, святкування суботнього дня, пророча роль Еллен Уайт та ідея про небесне святилище. Також автори сайту вважають, що адвентисти мають сумнів щодо впевненості у власному порятунку, саме це є підґрунтям того, що Церква має хибне розуміння виправдання за вірою [24].

Чималий вплив на євангельсько-протестантські рухи в Україні зробив відомий американський баптистський проповідник Джон Макартур. Багато його книг було перекладено російською мовою та поширено в багатьох протестантських громадах. Він неодноразово відвідував країни колишнього Радянського Союзу [25, с. 30–32]. Саме із цієї причини з'ясуємо погляд Джона Макарура та його однодумців на Церкву АСД. До прикладу, на сайті духовної семінарії «The Master`s Seminary», засновником якої в 1986 році був цей відомий проповідник, знаходиться стаття «Оцінка адвентизму сьомого дня» [26]. Автор статті Натан Бусеніц, декан факультету й доцент богослов'я в цьому

навчальному закладі, порушує питання: «Як євангельські християни повинні оцінювати рух АСД?». Н. Буценіц визнає, що деякі євангельські християни вважають, що Церква АСД «повинна відкрито сприйматися як просто ще одна деномінація» (Джона Мак-Артура), однак автор відповідає на цю позицію словами: «Я із цим незгоден». Далі він наводить аргументацію свого погляду, стверджуючи, що «історично євангелісти й фундаменталісти розглядали рух адвентистів сьомого дня як культ». А щодо теперішнього стану речей, то «в офіційній теології Церкви АСД все ще існують серйозні недоліки, які повинні дати євангельським християнам серйозний привід задуматись» [26]. Н. Буценіц стверджує, що адвентисти мають цілу низку «неортодоксальних богословських відмінностей», таких як: 1) несвідомий стан душі після смерті; 2) знищення нечестивих, 3) історичний наголос на тому, що адвентисти – єдина справжня церква.

Однак автор вважає, що «основними проблемами, які відокремлюють адвентистів сьомого дня від біблійного християнства», є: «1) неортодоксальний погляд на викупну роботу Христа через призму слідчого суду, який, на їхню думку, розпочався в 1844 році; 2) незаконне возвеличення пророцтв Еллен Уайт; 3) законне твердження, що християни повинні святкувати суботи й дотримуватися законів харчування, записаних у книзі Левит. Саме ці три доктрини Церкви АСД, на погляд автора статті, дають підстави вважати, що до теології адвентистів потрібно ставитися з пересторогою.

Висновки з проведеного дослідження. Як бачимо, релігійне життя з легкістю перемістилося до онлайн-середовища. У такому контексті можливим стало відкрито побачити співпрацю між різними конфесіями. Що євангельські християни-баптисти, що християни віри євангельської – п'ятидесятники активно взаємодіють між собою, а також із представниками Церкви Адвентистів сьомого дня. Можна дійти висновку, що євангельські християни сприймають позитивно співпрацю із Церквою АСД у міжконфесійних організаціях і проектах. Більшість проблем конфесій спільні й потребують спільного рішення, вони фактично пропагують однакові цінності й разом співпрацюють. Згадки про адвентистів у статтях мають здебільшого позитивне або нейтральне забарвлення. Деякі статті відносять Церкву АСД до євангельсько-протестантського руху, однак на доктринальному рівні до віровчення адвентистів євангельські християни ставляться з обережністю. Але, незважаючи на певні відмінності й непорозуміння, ці конфесії демонструють дотримання християнських морально-етичних цінностей і злагоджено співпрацюють.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Всеукраїнський союз церков євангельських християн-баптистів (ВСЦ ЄХБ). URL: <https://www.baptyst.com>.
2. Українська Церква Християн Віри Євангельської. URL: <http://www.chve.org.ua/>.
3. Филипчук С.В. Трансформації нових медіа християнських конфесій України. *Схід. Релігієзнавство і теологія*. 2018. № 5 (157). С. 92–98.
4. Отич О.М. Колір як емоційно-змістовий код культури. *Рідна школа*. 2017. № 1–2. С. 18–22.
5. У Броварах відзначили День Біблії. *ВСЦ ЄХБ*. 2017. URL: <https://www.baptyst.com/u-brovarah-vidznachyly-den-bibliyi/>.
6. Глава держави відвідав Дім Біблії. *ВСЦ ЄХБ*. 2019. URL: <https://www.baptyst.com/glava-derzhavy-vidvidav-dim-bibliyi/>.
7. «Розпізнати та допомогти» – конференція на Тернопільщині. *ВСЦ ЄХБ*. 2019. URL: <https://www.baptyst.com/rozpiznaty-ta-dopomogty-konferentsiya-na-ternopilshhyni/>.
8. Влада «ЛНР» заборонила діяльність євангельських церков. *ВСЦ ЄХБ*. 2018. URL: <https://www.baptyst.com/okupatsijna-vlada-zaboronyla-diyalnist-yevangelskyh-tserkov-na-luganshhyni/>.
9. Межі та можливості християнина в університеті. *ВСЦ ЄХБ*. 2018. URL: <https://www.baptyst.com/mezhi-ta-mozhlyvosti-hrystyany-na-v-universyteti/>.
10. День Біблії на Сумщині. *ВСЦ ЄХБ*. 2017. URL: <https://www.baptyst.com/den-bibliyi-na-sumshhyni/>.
11. Волинські журналісти дізналися про благодійність протестантів. *ВСЦ ЄХБ*. 2017. URL: <https://www.baptyst.com/volynski-zhurnalisty-diznalysya-pro-blagodijnist-protestantiv-foto/>.
12. У Чернівецькій області віряни прибирали прикордонну зону. *ВСЦ ЄХБ*. 2017. URL: <https://www.baptyst.com/u-chernivetskij-oblasti-desyatky-viryany-vlashtuvaly-prybyrannya-prykordonnoyi-zony/>.
13. У Рівному відкрили виставку «Реформація: від витоків до сьогодні». *ВСЦ ЄХБ*. 2017. URL: <https://www.baptyst.com/u-rivnomu-vidkryly-vystavku-reformatsiya-vid-vytokiv-do-sogodennya/>.
14. На Луганщині відкрили виставку «Реформація: 500». *ВСЦ ЄХБ*. 2017. URL: <https://www.baptyst.com/na-luganshhyni-vidkryly-vystavku-reformatsiya-500/>.
15. 2 червня – Національний день молитви за Україну. *ВСЦ ЄХБ*. 2018. URL: <https://www.baptyst.com/natsionalnyj-den-molytvy-za-ukrayinu-prohodytyme-2-chervnya/>.
16. Релігійні діячі і капелани разом благословили Україну перед нормандською зустріччю. *ВСЦ ЄХБ*. 2019. URL: <https://www.baptyst.com/religijni-diyachi-i-kapelany-razom-blagoslovyly-ukrayinu-pered-normandskoju-zustrichchu/>.
17. Всеукраїнська рада церков провела засідання в Ізраїлі. *ВСЦ ЄХБ*. 2019. URL: <https://www.baptyst.com/vseukrayinska-rada-tserkov-provela-zasidannya-v-izrayili/>.
18. Євангельські церкви підсумували роботу за рік Реформації – репортаж з урочистого Форуму. *УЦХВЕ*. 2017. URL: <http://www.chve.org.ua/ievanhelski-tserkvy-pidsumuvaly-rob/>.
19. У дев'яти областях України пройшла перша хвиля проєкту «День Служіння». *УЦХВЕ*. 2015. URL: <http://www.chve.org.ua/den-slujinnya-2/>.
20. Рішення Молитовного віче: на Майдані християни молитимуться щонеділі до виборів президента. *УЦХВЕ*. 2014. URL: <http://www.chve.org.ua/viche-2/>.
21. Церква ХВЕ міста Дубно відзначила 30-літній ювілей від дня освячення Дому молитви. *УЦХВЕ*. 2018. URL: <http://www.chve.org.ua/dubno-30-osvyachennya-domu-molytvy/>.
22. Михайло Паночко зустрівся з релігієзнавцями: розмовляли про приклад Греції, євангельські цінності та геополітику. *УЦХВЕ*. 2015. URL: <http://www.chve.org.ua/institut-filosofii-240215/>.
23. Історія виникнення Центру. *Центр Апологетичних Досліджень*. 2012. URL: <http://www.apologetika.org.ua/index.php/about-the-centre/2012-09-26-08-26-49/about-the-centre/our-history>.
24. Адвентисти сьомого дня. *Центр Апологетичних Досліджень*. URL: <http://www.apologetika.org.ua/index.php/adventists>.
25. Куриляк В.В. Вклад Джона Мак-Артура в розвиток славянських євангельських церков. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія: Історичні науки*. 2019. Т. 30 (69). № 2. С. 30–36.
26. Evaluating Seventh-day Adventism. *The Masters Seminary Blog*. 2015. URL: <https://blog.tms.edu/evaluating-seventh-day-adventism>.

ПРОЄКТ ІЗ МЕНТАЛЬНОЇ ГІГІЄНИ: РОЗВИТОК ЗГУРТОВАНОСТІ ГРУПИ MENTAL HEALTH PROJEKT: DEVELOPING COHESION IN GROUP

Під час проекту психічної гігієни ми вважали важливим вивчити норми, ролі, згуртованість групи (когезія), що переважають у групі, та внутрішню структуру групи, яку ми дослідили за допомогою соціометричної анкети за Морено та Ф. Мерей. Ми можемо дослідити стосунки між членами групи. Підлітковий вік та криза ідентичності впливають також на образ «Я» та самопізнання, адже особа перебуває в пошуку себе, свого місця у світі, важко переживає тілесні зміни, не сприймає очікування та вказівки дорослих, адже вона вже не дитина, яку потрібно постійно спрямовувати. Характеристика та значення соціальних відносин важливі в підлітковому віці, під час проекту робиться велика увага, учасники також знаходяться в цьому віці. На те, як ми поведимося у певних ситуаціях, впливає багато факторів. У проєкті спробуємо окреслити, наскільки на наші соціальні відносини впливають конфлікт, емоційне ставлення, пов'язане з конфліктною ситуацією, стратегії з подолання конфлікту. Чуючи слово конфлікт, ми здебільшого відчуваємо негативні емоції, у нас виникають асоціації з такими словами, як суперечка, незгода, образа тощо. Ми розглядаємо фактори, що впливають на соціальні відносини, такі як управління конфліктами, на основі стратегій вирішення конфліктів Томаса-Кілмана. Акцент робиться на людських навичках, які сприяють розвитку соціальних відносин, таких як співпереживання, прийняття та прийняття іншого, та важливість довіри у стосунках між однолітками. Певні стосунки неможливо уявити не тільки без емпатії, а й без взаємодії, довіри та взаємної толерантності. Стосунки з друзями, в родині, у класі конструктивно впливають на індивіда і дієві – з точки зору психічного здоров'я – тоді, якщо ці явища живуть в інтеракції. Самоприйняття надзвичайно важливе з точки зору психічного здоров'я. Не приймаючи інших, ми не будемо здатні на емпатію, прощення, любов. Тому для нас було важливо акцентувати у цільовій групі на цих навичках, прагнути розвинути їх у ході проєкту. Серед дослідників, які займалися розвитком соціальних компетентностей у міжгрупових відносинах, можна назвати Denham, S. A., Ferrier, D. E., Howarth, G. Z., Herndon, K. J., Bassett, H. H., B. W. Tuckman, C. Rogers, M. Brohm. та інших.

Ключові слова: соціальних відносин, підлітковий вік, конфлікт, соціальні компетентності, емпатія, прийняття.

During the mental health project, we considered that it is important to study the norms, the roles and the group cohesion (cohesion) that prevail in the group, and the internal structure of the group, which we studied using a sociometric questionnaire by Moreno and F. Mérei. We can find out relationships between the group members. The adolescence and the identity crisis affects the self-image and self-knowledge too, because the man is always in search of himself and his place in the world. He goes through difficult physical changes, he does not accept the expectations and instructions of adults, because he is no longer a child to be constantly guided. The characteristics and importance of social relationships are momentous in adolescence, during the project much attention was paid on it because the participants also were from the same age.

Our behaviour in certain situations is influenced by many factors. In the project we try to describe that how much our social relationships are affected by conflicts, by our emotional attitude related to the conflicted situation and by our strategies for overcoming the conflicts. When we hear the word conflict, we mostly feel negative, we have associations with such words as argument, disagreement, resentment, etc. We consider the factors that affect the social relationship, such as conflict management, based on Thomas-Kilman's conflict resolution strategies. They emphasize the human skills that foster social relationships, such as empathy, acceptance and acceptance of others, and the importance of trust in relationships. Certain relationships cannot be imagined not only without empathy, but also without interaction, trust and mutual tolerance. Relationships with friends, with the family, with classmates have a constructive effect on the individual and they are also effective – in terms of mental health – when these phenomena get into interaction. Self-esteem is extremely important in terms of mental health. Without accepting others, we will not be capable of empathy, forgiveness and love. Therefore, it was important for us to emphasize these skills in the target group and tried to develop them during the project. Among the researchers of the development of social competencies in intergroup relations are Denham, S. A., Ferrier, D. E., Howarth, G. Z., Herndon, K. J., Bassett, H. H., B. W. Tuckman, C. Rogers, M. Brohm. and others.

Key words: social relations, adolescence, conflict, social competences, empathy, acceptance.

УДК 316.061.213(477.72)
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.3>

Ланці В.Г.

викладач психології
Фаховий коледж
Закарпатського угорського інституту
імені Ференца Ракоці II

Проєкт із ментальної гігієни: розвиток згуртованості групи

Окреслення проблеми:

Між членами групи багато напруги, часті конфлікти між власне студентами та між студентами і викладачами, які вирішуються інакше.

Серед методів оцінки ситуації були використанні консультації з академічним групам, розмови з членами групи, а також соціометричне анкетування, яке, зокрема, послужило кращому пізнанню спільноти групи та розкрило ті стосунки між її членами, які ґрунтуються на взаємній симпатії.

Мета: поглибити міжособистісні зв'язки у групі між студентами (16-17 років), зробити ці зв'язки більш гармонійними, а також розвинути такі навички: емпатія, прийняття, співчуття, толерантність один до одного.

Презентація цільової групи

Цільова група: група 22 дівчини.

У ході реалізації проєкту ми бажали досягти таких результатів: прийняття іншого, розвиток емпатії, співчуття, толерантності один до одного, поглиблення міжособистісних зв'язків.

Захист психічного здоров'я, його профілактика може бути досягнута: якщо вони

будуть більше сприймати один одного, розвинуться їхні емпатичні здібності, завдяки чому атмосфера в групі стане більш надійною і дружелюбною, виникатиме менше конфліктів з негативним наслідком.

III.4. SMART-аналіз

Специфіка:

Ціль – створення закритої групи в угорському навчальному закладі, де для однієї групи студентів третього курсу буде забезпечено можливість поглибити їхні стосунки, розбудувати команду, пізнати себе, проявити почуття, врегулювати конфлікти.

Вимірювання:

Завдяки соціометрії ми можемо отримати зрозумілішу картину про атмосферу в групі, їх контакти, що базуються на симпатіях. Крім цієї методики, ми забезпечимо можливості виразити актуальні почуття і думки письмово та усно як на початку, так і в кінці занять (із використанням карток, кольорових листочків, записок).

Прийнятність:

Ідею та реалізацію проекту керівництво закладу підтримало не тільки морально, але й шляхом фінансування технічних та інших засобів. Заняття проводилися після пар, через регулярні проміжки часу.

Реалізація:

Проєкт буде реалізовуватися в навчальному закладі, раз на тиждень, протягом 7-8 тижнів. Тривалість одного заняття – 90 хвилин.

Часові рамки:

Згідно з попередніми планами проєкт триватиме протягом восьми тижнів, раз на тиждень, починаючи з середини вересня 2019 року. У разі необхідності тривалість можна розширити, а частоту змінити. Тривалість одного заняття – 90 хвилин.

Критерії успіху:

Успіх буде досягнутий тоді, якщо члени групи зацікавляться темою проєкту; бажатимуть стати учасниками проєкту з ментальної гігієни; приходитимуть на зустрічі; буде досягнута мета, тобто більш відкритими один до одного стануть і ті члени групи, які до цього виказували стосовно один одного неприязнь.

Безрезультатним проєкт буде вважатися тоді, якщо у ньому нема реальної потреби, якщо учасники не приходитимуть на зустрічі, не виявлятимуть зацікавлення стосовно теми і вправ, якщо не буде змін у їхніх відносинах, комунікації.

Методика, ресурси

Вимірявши потреби студентів, ми застосували на проєкті такі методи:

- Показ фільмів відповідно до потреб цільової групи, з урахуванням мети проєкту.
- Практичні групові заняття з вирішення завдань.
- Анкети самопізнання.

– Вправи на розвиток групової згуртованості, емоційного зближення.

– Вправи з управління конфліктами, їх врегулювання.

– Соціометрична анкета.

Цей перелік методів можна розширити при врахуванні потреб колективу чи окремого індивіда, на що постійно звертатимуть увагу і керівник проєкту, і члени команди. Додаткові методи також будуть фіксуватися та оцінюватися.

Ресурсом є члени команди, які протягом усього проєкту допомагали мені. Також як ресурс можна розглядати навчальний заклад, який профінансував придбання засобів для реалізації проєкту, надав приміщення для занять, що можна розглядати як фінансовий ресурс.

Попередній графік занять став основою для реалізації проєкту. Ми з членами команди дотримувалися розробленого графіку. Тривалість одного заняття розрахована на 90 хвилин.

Результати соціометричного [6, с. 90] опитування напередодні проєкту:

Заповнення соціометричної анкети допомогло дівчатам із групи охарактеризувати згуртованість у групі, взаємні стосунки. Використовуючи таблицю взаємностей, ми накреслили соціограму (Рисунок 1).

Індекс взаємності: 100%, тобто кожен член групи має принаймні одні взаємні стосунки.

Показник щільності: 1,04 – стабільна спільнота
Індекс когезії (згуртованості): 9, 85.
Середнє значення: 10-13

Показник взаємних стосунків: 65% стосунків бачать реалістичними.

Частка структур (схем) внутрішньогрупових стосунків:

Ланцюг: 6 осіб – 27,7%

Трикутник: 12 осіб – 54,4%

Чотирикутник або більша фігура: 4 особи – 18,18%

У зображених на соціограмі закритих фігурах (схемах) спостерігаємо двох осіб (22 і 5), які мають принаймні чотири взаємні стосунки, посідаючи, таким чином, провідну роль у поширенні новин, формуванні загальної думки. Схожу роль посідає і особа під номером 21, яка виконує роль «зірки». У питанні популярності 23% групи вважає її тою особою, яка користується найбільшою любов'ю. Значний відсоток ланцюгових структур не сприяє розвитку спільноти.

Показник центральності-маргінальності: 23-54-23%, така частка дозволяє зарахувати групу до середньої категорії.

Показник групової атмосфери:

Сторона особистого вибору: 2,5 – громадська думка ледве поширюється, але часто позитивно з точки зору спільноти.

З точки зору вибору функцій показник становить 3,9, що дозволяє припустити про недостатню силу громадської думки.

Таблиця 1

Попередній графік занять проекту «Я приймаю тебе» – приймають мене» («Elfogad-lak»)

Заняття	Методи
17 вересня 2019 р. Заняття 1. Stop Bullying – запобігання шкільному вербальному насиллю	<i>Командна гра «Як або коло» (Hogy vagy kör)</i> – з картками почуттів (з ведмедиками) З'ясування поняття булінг, його учасників; пошук причин знуцань, залякування, взаємозв'язків; відмежування поняття булінгу від поняття конфлікту – кооперативним методом. [2] <i>Вправа «Паперова фігура»</i> – вплив образливих слів на наш образ «Я» <i>«Я-повідомлення»</i> – «Що я можу зробити, аби зменшилося шкільне насилля?» <i>Малювання плакату «Як або коло»</i> – письмово
24 вересня 2019 р. Заняття 2. Ким я стану? – профорієнтація, вибір кар'єри	<i>«Як або коло»</i> – оберіть предмет, який символізує, як Ви почуваетесь <i>Знайомство з новими поняттями, термінами</i> <i>Тест «7 типів компетенцій»</i> – принесена куратором профорієнтаційна анкета, яка має виявити вміння та навички (за Говардом Гарднером) [6, с. 7–10] 1. Вербальні 2. Логічно-математичні 3. Музикальні 4. Кінетично-фізичні 5. Візуально-просторові 6. Міжособистісні 7. Інтраособистісні <i>Анкета «Схильність і покликання»</i> – презентує 4 сфери [6, с. 113]: 1. Люди 2. Системи і процеси 3. Комунікація і мистецтво 4. Наука, техніка
10 жовтня 2019 р. Заняття 3. Як я управляю своїми конфліктами? Врегулювання конфліктів. Взаємодія в межах групи.	<i>«Як або коло»</i> – символ, який найкраще виражає, як ти себе почуваш. <i>Що тобі одразу спадає на думку про конфлікт? Напиши 3 слова!</i> <i>Як управляти конфліктом?</i> – розмова у малих групах <i>Чого нас може навчити конфлікт?</i> – розмова у малих групах <i>Анкета з врегулювання конфліктів за Томасом-Кілменном</i> [5, с. 47] <i>«Серце крається»</i> – вправа Рольові ігри «сімейні ситуації» – їх мета: навчити врегульовувати конфлікти асертивно [5, с. 50] <i>Асертивні ігри-рольові ігри</i> – з'ясування понять субмісивність (покірність), агресивність. [3, с. 160] <i>Метод «Нема переможених»</i> – за Томасом Гордоном – я доношу свою позицію, слухаю інших, їхню точку зору, ми разом шукаємо вирішення проблеми. [5, с. 45] <i>«Як або коло» (Hogy vagy kör)</i> – з картками почуттів (з ведмедиками)
8 жовтня 2019 р. Заняття 4. Stop bullying – один клас на захист іншого класу – Підготувалися до наступного заняття	Спільне обговорення з членами групи та членами команди подій наступного заняття
15 жовтня 2019 р. Заняття 5. Stop Bullying – один клас на захист іншого класу	Інтерактивна розмова членів групи з учнями 3-го або 4-го класу якоїсь про шкільне цькування, вербальне насилля. <i>«Як або коло»</i> – усно. <i>У малих групах</i> про поняття булінгу, його роль та наслідки. <i>Вправа «Паперова фігура»t</i> <i>«Я-повідомлення»</i> – напиши принаймні трьом однокласникам добре слово, думку, чому ти їх любиш, як однокласників! <i>«Граємо разом!»</i> – член команди №2 проводить з дітьми ігри.
22 жовтня 2019 р. Заняття 6. Емпатія – або налаштовуючись один на одного	<i>«Як або коло»</i> – виражаємо з допомогою кольорів. <i>Вправа «Виключити»</i> – пережити відчуження, виключення [3, с. 248] <i>«Віддзеркалення рук»</i> – вправа на розвиток емпатії [5, с. 241] <i>«Прийняти-відштовхнути»</i> – інтерактивна вправа. Відчуті на власному досвіді прийняття або відштовхування, що трапляються в міжособистісних стосунках, у безпечній ситуації [3, с. 187] <i>«Всліпу»</i> – парна вправа. Розвиток емпатії, поглиблення довіри [3, с. 126] <i>«Петро і Павло»</i> – розвиток емпатії. Половина групи сідає на стільці, інша – стає за їх спинами і пробує розказати, що відчуває особа, що сидить, тут і зараз. [3, с. 269] <i>Вправа «Особлива екскурсія»</i> [3, с. 257] <i>«Хто від кого відрізняється»</i> – інтерактивна вправа. Мета – особисто відчуті іншій та відмінність. Розвиток неупередженого світогляду. Роль ідентичності у групі. [4, с. 336] <i>«Як або коло»</i> – усно та письмово.
29 жовтня 2019 р. Заняття 7. Перегляд фільму – відповідно до потреб групи	Обговорення після перегляду
Листопад 2019 р. Заняття 8. Закриття	<i>«Малюємо разом»</i> – завершальна вправа. Малювання невеликими групами (4-6 осіб) [4, с. 379] Розмова на вільні теми, закриття проектної групи

• 2019 р.

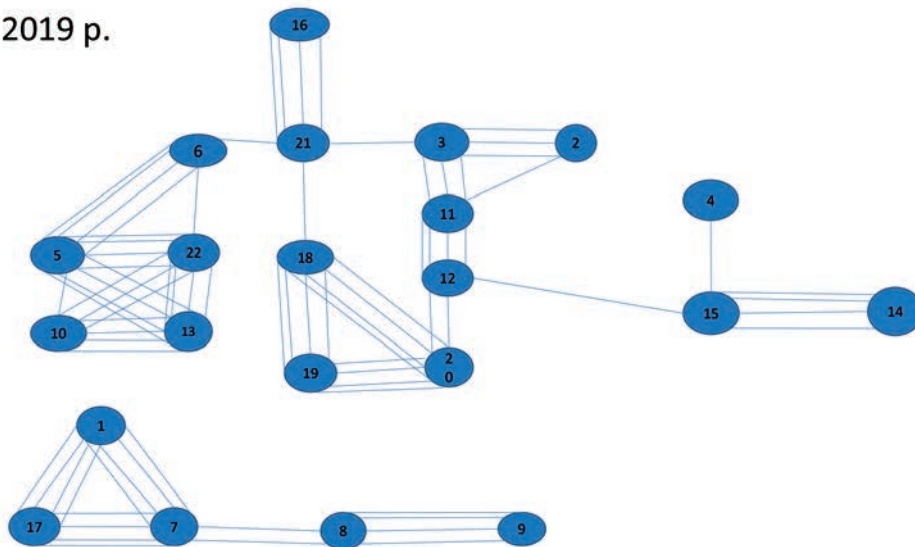


Рис. 1. Соціограма цільової групи, схема внутрішньогрупових стосунків [1, с. 47]

Таблиця 2

SWOT-аналіз у світлі спільної роботи з членами команди

Переваги:	Недоліки:
<ul style="list-style-type: none"> - можуть використати фахові компетенції - є чудовими фахівцями своєї справи - спільна робота, успішний розподіл обов'язків - хороша комунікація один із одним - ширший світогляд - професійний досвід - креативність - усвідомлення свого покликання 	<ul style="list-style-type: none"> - насичений робочий графік - нестача особистих зустрічей
Можливості:	Небезпеки:
<ul style="list-style-type: none"> - різнопланові, цікаві зустрічі - розширення обізнаності про проект 	<ul style="list-style-type: none"> - непорозуміння - брак часу

Оцінку проєкту з допомогою SWOT-аналізу узагальнено в таблиці, яку ми наводимо нижче.

Таблиця 3

SWOT-аналіз для оцінки проєкту

Переваги <ul style="list-style-type: none"> - Ентузіазм цільової групи - Потреба у продовженні проєкту - Підтримка з боку керівництва - Переживання відчуття прийняття на заняттях 	Недоліки <ul style="list-style-type: none"> - Брак часу - Насичений графік - Придбання засобів
Можливості <ul style="list-style-type: none"> - Заняття раз на тиждень або раз на два тижні - У разі потреби проєкт можна запустити з іншою метою для іншої цільової групи 	Небезпеки <ul style="list-style-type: none"> - Брак часу в членів команди - Занадто завантажені студенти (4-5 пар на день)

Показник сегментації:

«Значення» – показник, що вимірює значимість індивіда. За нашими розрахунками найбільш значимими особами є студентки 8 і 5, далі йдуть – 7 і 9. За критерієм негативності найбільш значимими особами студенти обрали членів групи під номерами 1 і 17. Це наштовхує на думку, що за цим стоїть нав'язування ролі «цапа відбувайла».

Соціометрична роль означає те, виконання якої ролі, регульованої нормами групи, очікує спільнота/група від певного свого члена. Використовуючи дані таблиці частоти, ми виділили такі ролі за категоріями: на підставі запитань про функції студентки 5, 9 і 13 є тими, від яких колективно очікують виконання різноманітних завдань; на підставі запитань про здібності

і вміння інші розраховують на студенток 7, 8 і 9; популярними, улюбленими у спільноті є студентки 8, 18 і 20. На підставі негативних питань найменше у групі люблять студенток 1 і 17.

Індекс ролі – 40,9% та індекс значимості – 27,2% вказують на те, що спільнота акцентує на особистих, індивідуальних характеристиках, а ієрархія не є жорсткою. Те, що крім значних особистостей ролі дістаються лише трьом студенткам, несе в собі загрозу того, що спільнота буде важко пристосовуватися до нових ситуацій, властивості та вміння решти членів група не бачить, не виявляє. Натомість група більше переймається тими двома особами, яких обрали у негативних питаннях, а це явище приховує в собі джерело конфліктів.

Показник репертуару відповідей: 50% – цей показник відповідає кількості студентів у групі.

Оцінка проекту

Ми провели SWOT-аналіз для того, аби з'ясувати, якою була взаємодія та співпраця між членами команди. Результати аналізу узагальнено в таблиці.

На початку проекту ми провели SMART-аналіз, цей метод було використано і наприкінці роботи, аби ще якісніше провести оцінку проекту.

Специфіка:

Нам вдалося досягти поставленої мети: у студентів відбулося емоційне наповнення, вони більше комунікують один з одним, розмовляють між собою навіть ті, які до цього майже не спілкувалися, а крім того, перебували у постійних конфліктах. Соціометричне анкетування засвідчує зниження ворожості, на що вказує і часткове зникнення явища нав'язування ролі «цапа відбувала» (на початку 15 студенток у питанні негативної популярності проголосували за одну дівчину, а 11 – за іншу, які перебували між собою у взаємних стосунках симпатії, але зі значною частиною групи майже ніяк не контактували). Від заняття до заняття, крок за кроком учасники все впевненіше говорили про свої почуття, зокрема стосовно один одного, чому сприяли зміни норм у групі. Також спостерігалось (які зі слів учасників, так і на підставі їх поведінки), що у багатьох студенток сформувалася зацікавленість іншими, вони стали більше приймати себе і своїх однолітків. Успіхом можемо вважати і те, що проект має майбутнє, його (або започаткувати інший проект з новими цілями) бажають продовжити у зимово-весняні місяці не тільки цільова група, хочуть долучитися й інші групи навчального закладу. Ідею продовження проекту підтримує і керівництво закладу, що ще більше надихає нас у намірі продовжити роботу.

Вимірюваність:

За винятком одного заняття, на усіх інших участь взяло 96-100% студентів, тому можемо говорити про їхній високий рівень зацікавленості. На одному занятті відсутніх було більше тому,

що того тижня заняття з незалежних від нас причин було переставлене на інший день, і значна частина дівчат, які доїжджають додому, вирішили готуватися до контрольної, яка мала відбуватися наступного дня. На початку і в кінці кожного заняття учасники могли висловити свої почуття і усно, і письмово. На завершальному занятті вони могли сформулювати свої думки, своє ставлення, оцінивши й узагальнивши весь процес.

Прийнятність:

Можемо стверджувати, що проект та сам процес його реалізації можна добре інтегрувати у робочі будні нашого навчального закладу. Заняття з групою проекту «Я приймаю тебе» – приймають мене» („Elfogad-lak”) відбувалося після пар, у другій половині дня. Траплялося, що окремі заняття проходили безпосередньо на парі. Загалом заняття вміщалися у заплановані 90 хвилин, проте, наприклад, перегляд фільму та обговорення після нього зайняло більше часу.

Реалізація:

Зважаючи на заявлені потреби цільової групи та керівництва, можемо стверджувати, що проект безперечно займає важливу роль у житті студентства. Їхнє прохання продовжити роботу також дозволяє зробити такий висновок.

Часові рамки:

Як і планувалося, ми проводили заняття раз на тиждень. Щоправда? були труднощі із точним визначенням дня, причиною чого була і надмірна зайнятість членів команди, і зміни у навчальному розкладі студентів, і проведення різноманітних заходів, які організовувалися у навчальному закладі. Довелося змінити і дату проведення одного заходу, оскільки хоч воно і було організоване вчасно, проте психолог обраної нами для відвідування школи пішов того тижня у відпустку, тож ми були змушені поміняти тижневі теми занять.

Результати соціометричного опитування після реалізації проекту:

Заповнення соціометричної анкети [6, с. 89-90] допомогло дівчатам із групи окреслити згуртованість спільноти, взаємні стосунки вже після реалізації проекту. Використовуючи таблицю взаємностей [1, с. 47] ми накреслили соціограму (рисунок 2).

У зображених на соціограмі закритих фігурах (схемах) спостерігаємо трьох осіб (20, 5 і 7), які мають принаймні чотири взаємні стосунки, посідаючи, таким чином, провідну роль у поширенні новин, формуванні загальної думки. У питанні популярності 77% групи обрало особу 8, а, 63,6% – студентку 18. Значний відсоток ланцюгових структур не сприяє розвитку спільноти.

Показник центральності-маргінальності становить 40-29-31% (відображає стосунки країв та центрів), така частка свідчить, що група має кілька центрів.

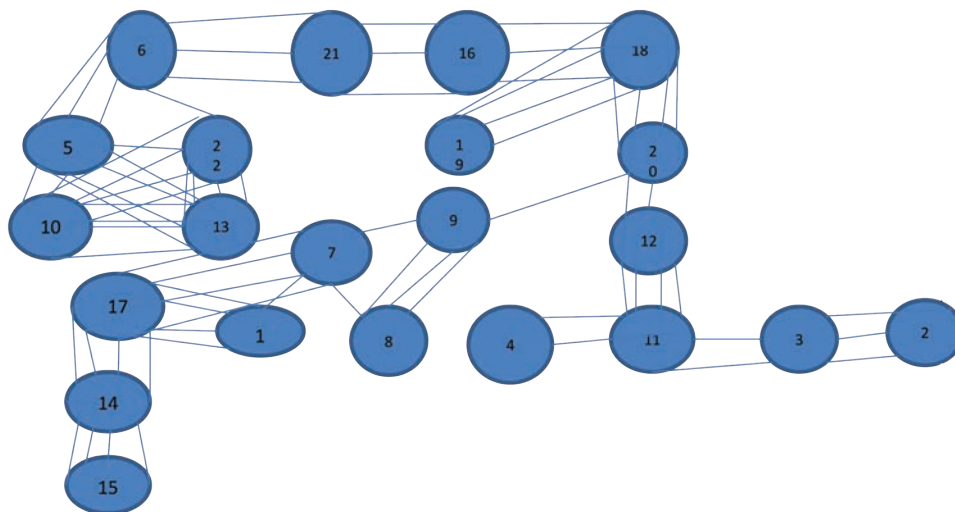


Рис. 2. Соціограма цільової групи, схема внутрішньогрупових стосунків

Індекс взаємності: 100%, тобто кожен член групи має принаймні одні взаємні стосунки.

Показник щільності: 1, 3 – стабільна спільнота. У порівнянні з показником на початку спостерігаємо покращення.

Індекс когезії (згуртованості): 12, 55. Середнє значення: 10-13. Бачимо покращення у порівнянні з даними на початку проекту.

Показник взаємних стосунків: 75,6%. Стосунки у групі стали більш стабільними у порівнянні із ситуацією на початку проекту.

Частка структур (схем) внутрішньогрупових стосунків:

Ланцюг: 7 осіб – 31,8%

Трикутник: 11 осіб – 50%

Чотирикутник або більша фігура: 4 особи – 18,18%

Показник групової атмосфери:

Сторона особистого вибору: 2,6 – громадська (загальна) думка відтісняє суб'єктивний вибір на задній план.

З точки зору вибору функцій показник становить 3,9, що дозволяє припустити недостатню силу громадської (загальної) думки. Можна зробити висновок, що значна частина вибору симпатій незалежна від норм групи, а з точки зору соціальних стосунків атмосфера є більш сприятливою.

Показник сегментації:

«Значення» – показник, що вимірює значимість індивіда. За нашими розрахунками, найбільш значимими особами є студентки 5, 7 і 8, у другій лінії йде 9. За критерієм негативності найбільш значимими особами студенти обрали членів групи під номерами 1 і 17, проте у порівнянні із анкетуванням на початку проекту студентку 1 обрало набагато менше осіб (тоді такий вибір зробило 15 осіб, а зараз – тільки

трьох. Студентку 17 тоді обрало чотирнадцять осіб, а зараз – дев'ятеро). Це дозволяє стверджувати, що нав'язування ролі «цапа відбувайла» стосовно студентки 1 стало значно помірнішим. Соціометрична роль означає те, виконання якої ролі, регульованої нормами групи, очікує спільнота/група від певного свого члена. Використовуючи дані таблиці частоти, ми виділили такі ролі за категоріями: на підставі запитань про функції студентка 5 є тою, від якої колективно очікують виконання різноманітних завдань; на підставі запитань про здібності і вміння інші розраховують на студенток 7, 8 і 9; популярними, улюбленими у спільноті є студентки 8, 18 і 20, як це було і на початку. На підставі негативних питань найменше у групі люблять студенток 1 і 17. Проте у цьому питанні спостерігаємо значну зміну, а саме те, що їх обрало набагато менше студентів у порівнянні з початком проекту.

Індекс ролі – 36,4% та індекс значимості – 27,2% вказують на те, що спільнота акцентує на особистих, індивідуальних характеристиках, а ієрархія не є жорсткою. Показник репертуару відповідей: 50% – цей показник відповідає кількості студентів у групі.

Висновки з проведеного проекту.

Щодо типу проекту: це навчальний проект – застосування та поглиблення знань – з покращення соціальних компетенцій; ми намагалися збільшити у цільовій групі навички з прийняття інших.

З точки зору методів у проекті було використано: групову роботу, вправи на поглиблення прийняття, довіри, соціальних компетенцій, народні ігри. Проект складався з 8 запланованих занять, які були підлаштовані під потреби і запити цільової групи. Вивчення цих потреб

відбулося як перед початком проекту, так і наприкінці (чи бажають вони продовжити проект у якійсь формі?). І хоча «закриті» кліки не повністю розпалися, але зараз вони все більше розмовляють один з одним, зокрема з тими, з ким до цього майже не спілкувалися. Також більш зрозумілим для учасників стало й те, які можливі проблеми, перешкоди (конфлікти, незгоди) здатні ускладнити стосунки між ними. Також вони і усно, й письмово зізналися, що краще усвідомлюючи ці проблеми, з метою їх вирішення частіше щиро між собою спілкуються ті, між ким виникало напруження. На початку і в кінці проекту було проведено соціометричне дослідження. Оскільки у цільовій групі я маю навчальні години, тому і поза заняттями в рамках проекту я могла відчувати, яка атмосфера панує в групі. На початку навчального року набагато частіше траплялося, що у разі певної незгоди дівчата гостро реагували на різні ситуації та один на одного. Натомість наприкінці проекту на парах вони поводитися більш мирно, вислуховували один одного, були більш уважними один до одного. Багато членів групі змінилися і в ставленні до інших: все легше відкривалися у спілкуванні і не соромилися говорити про свої почуття, що на початку або йшло важко або навіть зовсім не виходило.

Зважаючи на задоволеність цільової групи – на що студентки вказували самі –

можемо стверджувати, що їм припали до вподоби усі заняття, здебільшого ми проводили їх у гарному настрої. Дуже б хотілося продовжити проект із якоюсь іншою метою (під назвою «Моє місце у світі»). Однак необхідно визначити, що восьми занять повною мірою недостатньо, про це говорили і студенти, які бажали більшої кількості занять, які їм дуже подобалися.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Martonné Tamás. M., & Sallay H. – Perge J.. Pályaválasztás és szelekció. A szociometriai módszer alkalmazása alsó- és középfokú oktatási intézményekben. Budapest. 2007
2. Nagy I., Körmendi A. & Pataky N.. A zaklatás és az osztályléggör kapcsolata. Debreceni Egyetem, Pszichológiai Intézet MAGYAR PEDAGÓGIA 112. évf. 3. szám. 2012. 129–148.
3. Rudas J.. Delfi örökösei. Önismereti csoportok – elmélet, módszer, gyakorlatok. Nyolcadik, javított kiadás. Budapest: Oriold és Társai. 2016
4. Rudas J.. Javne örökösei. Fejlesztő tréningcsoportok – elvek, módszerek, gyakorlatcsomagok. Második, bővített kiadás. Budapest: Oriold és Társai Kiadó. 2011
5. Szilágyi I. (Írta és összeállította). Önismeret és személyiségfejlesztés. Segédkönyv, 7. kiadás. Budapest: Skandi-Wald Könyvkiadó. 2004
6. Tóth dr. L.. Pszichológiai vizsgálati módszerek a tanuló megismeréséhez. Debrecen: Pedellus Tankönyvkiadó. 2004.

СЕКЦІЯ 2 СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ

СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ ЧИННИКИ УКОРІНЕННЯ СОЦІАЛЬНИХ ПРАКТИК НЕФОРМАЛЬНОЇ ЗАЙНЯТОСТІ НАСЕЛЕННЯ

SOCIO-ECONOMIC FACTORS OF ROOTING OF SOCIAL PRACTICES OF INFORMAL EMPLOYMENT

У статті розглядається, що неформальні практики зайнятості набувають поширення та укорінення в умовах функціонування неформальної економіки. Остання є значно ширшим за обсягом явищем, ніж неформальна зайнятість, оскільки охоплює соціально-економічну діяльність не лише індивідів, які займають неформальні робочі місця, а й тих, які повністю чи частково займають також формальні робочі місця. Аргументовано, що важливими чинниками впливу на функціонування практик неформальної економіки є такі базові норми, як довіра й солідарність. У ході дослідження з'ясовано, що чим вищим є рівень міжособистісної та інституційної (загальносуспільної) довіри, тим вищим є рівень соціального капіталу в суспільстві, а отже, значно менше виникає передумов для поширення неформальних господарських практик і навпаки. Звідси випливає важливе наукове положення, що неформальна зайнятість є суттєвим чинником додаткової (тобто резервної) зайнятості населення, яку з різних причин не здатна забезпечити офіційна сфера працевлаштування. Неформальна економіка в цьому плані виступає не тільки як додатковий соціально-економічний ресурс виживання значної кількості населення, а і як сфера генерації нових соціально-економічних структур, які постають як неформальні практики зайнятості населення, що виникають часто як альтернатива діяльності держави. Водночас у перехідному суспільстві, як свідчить аналіз, функціонує здебільшого дуалістичний ринок праці. Але неформальна зайнятість у більш широкому значенні є певною трудовою діяльністю з виробництва та продажу товарів і послуг, які є легальними, проте можуть бути не зареєстрованими, а також цілком чи частково прихованими від органів державного контролю стосовно оподаткування, соціальних пільг або найму працівників. Установлено, що індивіди реалізують свою соціально-економічну діяльність

у межах соціальних практик неформальної зайнятості шляхом використання повторюваних самоврядних соціокультурних звичок, традицій і стереотипів поведінки, що набувають статусу загальноприйнятних та «рутинних» норм і правил.

Ключові слова: неформальна зайнятість, легалістський, структуралістський підхід, легальність, самозабезпечення.

The article considers that informal employment practices are becoming widespread and rooted in the functioning of the informal economy. This phenomenon is a much broader than informal employment. It covers the socio-economic activities not only of individuals who hold informal jobs, but also of those who are fully or partially have a formal job. The study found that the higher the level of interpersonal and institutional (public) trust, the higher the level of social capital in society, and therefore much less prerequisites for the spread of informal economic practices and vice versa.

The dominant scientific tendencies or schools have been determined. They are dual, structuralist, legalistic and complementary schools of thought. It is revealed, that it is not worth emphasizing a single theoretical conception or approach in order to determine the character of informality functioning. It is displayed that none of the schools takes immaterial profit and social aspects of informal employment functioning into account. Depending on social conditions, informal employment practices are likely to arise and spread to satisfy the needs of a family or a community, without expecting to gain direct material income. It is revealed that employment should not be considered as a workplace solely, but mostly as a place for reciprocity and exchange, which is based on social capital, that has the character of verbal contracts. The activity that brings material or immaterial income and profit but not the official status of the employment is determinant in this case.

Key words: informal employment, legalistic, structuralist approach, legality, self-sufficiency.

УДК 316.344.2:331.526
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.4>

Варга Н.І.

д.соціол.н.,
доцент кафедри соціології
та соціальної роботи
Ужгородський національний університет

Постановка проблеми. Нині наявна проблема відсутності комплексної концепції монопричинних перспектив функціонування неформальної зайнятості. З огляду на різноманітність неформальної економіки доречно розглядати аспекти функціонування неформальної зайнятості комплексно.

Обмеженнями наукових підходів є саме неврахування соціально-політичних передумов у функціонуванні неформальної зайнятості. Адже дослідження неформальної

зайнятості варто реалізовувати в певному соціально-політичному і культурному контексті, що дозволяє більш цілісно і комплексно враховувати її складний і гетерогенний характер. Неформальна економіка характеризується комплексом функціональних чинників, а саме: економічних, соціальних, інституційних, екологічних впливів, включаючи безробіття і рівень достатку, соціальні мережі, локальну культуру і форми регулюючого впливу. Контекст певного соціального часу

і простору визначає характер неформальної зайнятості, її масштаби, фактори розвитку, цілі роботодавців і працівників [1].

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Через це нагальним є використання комплексного підходу, що включатиме положення і теоретичні елементи різних шкіл. Зокрема, неформальна і формальна економіки держави переплітаються і формують певний соціальний контекст функціонування соціальних практик неформальної зайнятості. Проілюструвати це можна на прикладі вуличних торговців, які часто працюють через свій неправовий статус. Неформально зайняті в промисловій діяльності працівники, на думку М. Чена (M. Chen), Р. Яхавали (R. Jhabvala), Ф. Лунда (F. Lund), не можуть впливати на своїх роботодавців (отримувати соціальний захист, впливати на кадрову політику), особливо в глобалізованому світі, коли підприємства і робітники перебувають на різних континентах. Водночас самозайняті реалізують свою діяльність у домогосподарствах, мають обмежений ринок реалізації, укладання угод, низький рівень і відсутність можливості отримувати кредити і соціальний захист з боку держави [2].

Мета статті – дослідити соціально-економічні чинники укорінення соціальних практик неформальної зайнятості населення. Відповідно, різні концепції та уявлення про неформальну зайнятість можуть бути адаптовані залежно від типу неформальності і сфери дослідження.

Виклад основного матеріалу дослідження. Отримує своє підтвердження теза про те, що неформальну зайнятість можуть розглядати як пережиток традиційної економіки, що відповідає теорії дуалістичної школи; неформальна зайнятість може виступати в ролі побічного продукту функціонування офіційної економіки, що відображено у структуралістській школі; неформальна зайнятість як альтернатива формальній зайнятості, що розглядається в рамках легалістського підходу, і неформальна зайнятість як доповнення до офіційної зайнятості, яку варто розглядати як комплексний феномен.

С. Уільямс (C. Williams) стверджує, що існує широкий спектр неформальних видів діяльності, для кожного з яких варто підібрати певне теоретичне пояснення. Наприклад, широкий спектр неформальної самозайнятості населення знаходить своє пояснення в рамках позитивної альтернативи до формальної зайнятості, у формі самозабезпечення. З іншого боку, уявлення про її функціонування може розширюватися, коли йдеться про безоплатну роботу і підтримку друзів, родичів, сусідів у формі незаявленої «економіки дарунка» і підстраховки у складній життєвій ситуації. Отже, досить важко робити універсальні

узагальнення про неформальну зайнятість, надалі визначаючи актуальність комплексного підходу в її функціонуванні [3] (табл. 1.).

Таблиця 1

Контекстуальна матриця неформальної зайнятості [205]

Структуралістський підхід Мотиви: – підтримувати конкурентоздатність, уникати тиску нормативно-правової бази Приклад – субконтракти	Комплементарний підхід Мотиви: – суспільне укорінення – редистрибуція, реципрокність Приклад – неоплачувані послуги
Дуалістичний підхід Мотиви: – мережі взаємопідтримки для низькодохідних прошарків Приклад – дрібногосподарська діяльність домогосподарств	Легалістський підхід Мотиви: – більша автономність, гнучкість, свобода в неформальній економіці Приклад – фірми-стартапи

Положення комплементарної теорії найкраще спрацьовують у разі пояснення неформальності саме в країнах, що розвиваються. Певна частина неформально зайнятих осіб функціонує лише завдяки підтримці соціальних мереж. Л. Левітан і С. Фельдман [4] зазначають, що неформальні обміни особливо поширені в домогосподарствах у сільській місцевості. Можливо, вони не роблять визначального впливу на матеріальний розвиток домогосподарства, радше ці мережі функціонують як потенційні джерела матеріальної підтримки у важкі часи. Крім того, ці реципрокні обмінні відносини існують саме у сферах із сильнішими соціальними мережами.

Дослідження в рамках цієї концепції дозволяє більш соціально, культурно та географічно розширити розуміння природи включеності неформальної зайнятості. Є низка відмінностей між різними типами неформальної зайнятості. Адже не всі види неформальної зайнятості є економічно обґрунтованими щодо корисності та доцільності. Зазначимо, що неформальна зайнятість може також бути діяльністю, що є соціально-орієнтованою формою платної взаємодопомоги.

Отже, неформальна зайнятість є ширшою, комплекснішою, ніж система раціонально організованих, автономно діючих інструментів виробництва і отримання прямої корисності, прибутковості. Неформальна зайнятість часто визначається певним соціальним контекстом середовища свого функціонування і поширення.

Досліджуючи соціально-економічне поле функціонування неформальної зайнятості в перехідному суспільстві, візьмемо до уваги

концепцію двосторонньої економіки. Дихотомія «сучасне – традиційне», «промислове – аграрне», «ринкове – неринкове» є результатом внутрішньої логіки розвитку економічної науки. Ми дотримуємося думки, що економіка країн, які розвиваються, перехідна економіка можуть моделюватися як двосекторальні структури. Дуалізм, закладений в основі поведінки економічного суб'єкта, є визначальним. Ця поведінка не завжди раціональна з точки зору формальних інститутів суспільства. Зокрема, оптимізуючи прибутки і витрати, нехтуючи сплатою податків, економічний учасник неформальної зайнятості може чинити нераціонально стосовно формальних інститутів держави. Індивід буде прагнути до максимально можливого зменшення прибутку, який можна оподатковувати, навіть ціною повного функціонування в неформальному секторі. Неформальна зайнятість виникає там, де очікування прибутковості перевищує очікування витрат. Поділ економіки на формальний і неформальний сектори в методологічному плані привертає увагу збереженням дуальної моделі економіки як середовища поширення неформальної зайнятості. Відповідно, не варто проводити жорстку межу між зайнятістю лише у формальній або неформальній сфері. Учасники неформальної зайнятості можуть перемищатися залежно від умов вихідності і доцільності для себе. Концептуально проблема неформальної зайнятості може бути розглянута в категоріях дуальної економіки – формальної та неформальної. Спеціаліст у галузі економічної антропології К. Гірц у рамках економічної системи країн, що розвиваються, виокремлює дві підсистеми – «базарну» та «орієнтовану на фірмове виробництво» економіки. Ці дві системи можна протиставити з точки зору ефективності функціонування [5].

Характерно, що центральне поняття дискусії – «неформальна зайнятість» – довгий час не отримувало чіткого визначення, тому досить важко сформулювати єдиний підхід. Відповідно до статистичних методів оцінки під неформальною зайнятістю розуміють діяльність, яка не відображалася у ВВП, прибуток від функціонування якої має бути доданий до економічної діяльності [6]. Відповідно, у колишніх соціалістичних країнах неформальна зайнятість стосується поняття «паралельна економіка»,

під якою Г. Гросман розумів «прибуткову діяльність, яка має приватний і нелегальний характер». В останньому випадку не дуже важливо в рамках державної чи приватної власності вона реалізується [7, с. 165]. Угорські вчені І. Галаши та І. Габор звужують поняття «паралельна економіка» до діяльності, що приносить прибуток і реалізується поза соціалістичним сектором виробництва [8, с. 123].

Аналіз цієї системи представлений в одній із робіт Г. Філдса, який розглядає неформальний сектор як внутрішньо неоднорідний і дво-ярусний (two-tiered). «Високоякісний сегмент» неформального сектору зайнятості представлений (upper – tier jobs) переважно самозайнятими працівниками, які добровільно прагнуть увійти в нього, оскільки він співвідноситься з прибутковістю, а також з можливістю самостійно планувати свій робочий графік і ритм [9].

«Низькооплачувані» робочі місця, своєю чергою, заповнюються за залишковим принципом ті, хто не зміг потрапити в жоден офіційний сегмент чи до «високоякісної» неформальної зайнятості [9, с. 16] (табл. 2).

Цей підхід також іноді називають «соціально захисним» (social protection definition), оскільки саме дотримання законів пов'язане із соціальним захистом працівників.

Зазначимо, що в рамках цього підходу одиницями аналізу є робочі місця, а не підприємства. Їх формальний або неформальний характер залежить від ступеня підпорядкування чинному режиму регулювання.

З урахуванням чисельності всіх формальних норм використання і оплати праці у рамках цього підходу йдеться про неперервний континуум станів, які можуть бути формальними, з одного боку, і повністю неформальними – з іншого. Наприклад, робітники можуть платити мінімальні соціальні внески у систему соціального забезпечення, проте не користуватись соціальними гарантіями захисту зайнятості.

Участь у системі соціального забезпечення, доступ до її системи можуть бути обмеженими (наприклад, як у малому бізнесі) порівняно з працівниками великих компаній. Для точної ідентифікації ступеня неформальності всередині формальних підприємств необхідно є комплексна картина, проте існують труднощі з її вимірюванням.

Таблиця 2

Категорії ринку праці

Первинний сектор	Вторинний сектор	Неформальний сектор	Нелегальний сектор
Висока оплата праці	Низький рівень оплати праці	Самозайнятість	Кримінальний
Високий рівень соціально-економічного захисту	Низький рівень соціально-економічного захисту	Випадкова зайнятість	Нерегулярний
Врегульована зайнятість	Слабо врегульована зайнятість	Нерегулярна праця	Протизаконна

Р. Бромлей [10] представив усебічну критику дуального ринку праці, яка складається з двох секторів із прямо протилежними характеристиками. Такий поділ має свої недоліки: поділ усіх видів зайнятості на формальний і неформальний варто розглядати як спрощення, у разі її характеристики варто виокремити низку проміжних категорій; у разі класифікації економічної діяльності не зрозумілими є якість і відповідність критеріїв характеристики неформальності та формальності; у реальності формальний і неформальний сектори зайнятості не є відособленими, вони перебувають у стані постійної взаємодії один з одним; влада використовує різні політичні способи впливу, стимулює одні, нехтуючи іншими формами зайнятості; неформальний сектор зайнятості поширений виключно серед сільського населення, аналогічно він поширений і серед міського населення; неформальний сектор розглядається як такий, що не має перспектив розвитку, ігнорує взаємодію і конкуренцію між великим і малим бізнесом; формально-неформальна класифікація не може стосуватися ні окремих людей, ні окремих сімей, ні окремих видів діяльності.

Отже, Р. Бромлей виступив з новою позицією, яка передбачала вирішувати проблему формальної і неформальної зайнятості не у формі опозиції, а як континуум, на якому можна визначити різні ступені прояву формальності і неформальності у відносинах зайнятості.

Отже, можемо констатувати перехід від двосекторної моделі до більш складного розуміння неформальності як системи відносин між господарськими суб'єктами, що дистанціюються від державного регулювання.

Зважаючи на всю сукупність визначень, варто узагальнити ознаки неформальних практик зайнятості: націленість на виживання, а не накопичення капіталу; націленість на забезпечення зайнятості, а не максимізацію середнього прибутку; гнучкість і багатоманітність способів заробітку (які часто можуть модифікуватися); трудомісткі роботи на нерегульованих ринках з високим ступенем невизначеності; сукупність «незахищеної» праці в різних сферах і галузях зайнятості; доступність подібної зайнятості і використання в ній сімейних і місцевих ресурсів; функціонування у сімейних домогосподарствах, в основі яких лежить сімейна, а не наймана праця; взаємодієтримка і кредитування, засноване більшою мірою на довірі і родинності, ніж на формальних контрактних відносинах; родинність, сусідство, етнічність, належність до однієї місцевості; незареєстроване неформальне підприємництво; інтегрування легальних і напівлегальних видів діяльності, спрямованих на виживання; побут, що включає низку вищеперахованих характеристик [11].

Висновки з проведеного дослідження.

Отже, ми розглядаємо неформальну зайнятість як системне явище, сутність якого розуміємо в широкому та вузькому значеннях, що дало змогу поглибити рівень соціологічного пізнання цього явища. Зокрема, у *широкому значенні* неформальну зайнятість визначаємо як соціально-економічну діяльність з виробництва та продажу товарів або надання певних легальних послуг, які, проте, можуть бути й незареєстрованими (або повністю чи частково прихованими) в органах держави в аспектах оподаткування, соціальних пільг і найму робочої сили; у *вузькому значенні* неформальна зайнятість є процесом задоволення індивідами своїх соціально-економічних інтересів і потреб у конкретних історичних умовах місця та часу шляхом відповідних усних домовленостей про купівлю-продаж робочої сили, інформація про які прихована від державних органів влади та управління; неформальна зайнятість – це трудова діяльність або певна робота конкретних осіб, яка регулюється міжособистісною взаємодією, приносить прибуток та базується на усній домовленості між особою, яка пропонує певну роботу, та особою, яка добровільно здатна її виконувати, зміст якої розкривається через поняття стійкості, масовості, соціальної укоріненості, стихійності, ситуативності, безподаткового прибутку, «флексибілізації» (гнучкості), соціального капіталу учасників взаємодії, раціоналізації та максимізації прибутковості у разі зменшення трансакційних витрат легальності.

Отже, по-перше, неформальна зайнятість поряд із низкою негативних моментів (соціальна незахищеність зайнятих, відсутність гарантій найму і професійних інтересів працівників) може виконувати позитивну функцію для тієї категорії, яка не може отримати доступ на інші ринки праці. По-друге, зайнятість може виникати спонтанно, часто оперативніше реагуючи на зміну кон'юнктури ринку. По-третє, вона сприяє виникненню і частковій легалізації таких інституційних форм ринку, які розширюють можливості офіційно зареєстрованого бізнесу. По-четверте, вона передбачає та апробує такі умови і форми найму робочої сили, які більше відповідають тенденціям зростання гнучкості сучасного виробництва.

Отже, частковий відхід у неформальний сектор зайнятості може бути ефективним засобом виживання і реорганізації функціонування офіційного ринку праці за рахунок встановлення гнучких зв'язків з неформальними практиками на різних рівнях диверсифікації виробництва, обміну та зайнятості. У визначенні неформальної зайнятості важливим стає врахування її соціального укорінення, а саме: в мережі взаємодії між учасниками ринку праці, норми, правила і їх підтримка; у взаємини учасників із владою;

у контекст культури, де реалізується господарська діяльність. На нашу думку, актуальним і вартим уваги є саме розгляд неформальної зайнятості через її соціальне укорінення.

Відповідно, функціонування неформальної зайнятості варто розглядати і як реакції на осередкове вторгнення капіталістичної економіки, і як історично сформоване явище адаптації населення до змінних соціально-економічних умов соціального життя. Підбиваючи підсумок, зауважимо, що нині варто сформулювати три домінуючі концепції неформальної зайнятості. Перша пояснює неформальну зайнятість глобальними процесами у світовій економіці, що сприяє деформалізації трудових відносин з метою підвищення адаптаційного потенціалу підприємств і працівників, особливо із країн, які розвиваються. Інша розглядає неформальну зайнятість як результат неефективності, недовісти легальних інститутів держави, що стримують підприємницьку ініціативу і розвиток повноцінної ринкової економіки. І остання передбачає, що неформальна зайнятість є реакцією на осередкове поширення капіталістичних інститутів і сучасних виробничих технологій у країнах, що розвиваються. Для прихильників першого підходу основна причина неформальної зайнятості – структурні зрушення на ринку праці, для представників другої точки зору – масштабна, неефективна і корумпована держава, а для прихильників «периферійного капіталізму» – структурний дисбаланс між окремими галузями у плані поширення сучасних управлінських технологій у традиційні, трансформаційні суспільства.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ігнатоля Н.І. Трансформації класичних форм підприємництва в соціальних умовах неформальної економіки. *Соціальні технології: актуальні*

проблеми теорії та практики : зб. наук. пр. Запоріжжя : Класичний приватний університет, 2010. Вип. 44. С. 81–90.

2. Chen M., Jhabvala R., Lund F. Supporting Workers in the Informal Economy: A Policy Framework. Geneva : Employment Section. International Labour Office. 2002. URL: <https://pdfs.semanticscholar.org/1cfa/794fbf03725495480dedc8a05df7664349e2.pdf>.

3. Williams C.C., Round J. Beyond formalization: rethinking the future of work. *Foresight*, 2007a. No. 9(3). P. 30–41.

4. Levitan L., Feldman S. 'For love or money: Nonmonetary economic arrangements among rural households in central New York' / In D. Clay and H. Schwarzwiler (eds.) *Research in Rural Sociology and Development*. Greenwich. CT : JAI Press, 1991. P. 149–172.

5. Лукашевич М.П. Соціологія ринків : підручник. Київ : ІПК ДСЗУ, 2011. 231 с.

6. Варга Н.І. Інституціоналізація неформальної економіки: соціологічний зріз. *Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент* : збірник наукових праць / ред. кол.: В.Б. Євтух. Київ : ТОВ «НВП «Інтерсервіс», 2015. Вип. 19–20. С. 111–121.

7. Grossman G. The "Second Economy" of the USSR. / In Tanzi (Ed.). *The Underground Economy in the United States and Abroad*. Lexington D.C. Heath, 1982. P. 111–123.

8. Thompson P., Alvesson M. Bureacracy at work: misunderstandings and mixed blessings. *The Values of Bureacracy*. Oxford University Press, Oxford, 2005. P. 89–114.

9. Комих Н.Г. Соціокультурний контекст становлення та розвитку підприємництва в Україні : автореф. дис. ... канд. соціол. наук : 22.00.04. Харків, 2006. 18 с.

10. Bromley R. Introduction – the Urban Informal Sector: Why Is It Worth Discussing? *World Development*. 1978. Vol. 6. No. 9/10. P. 1033–1939.

11. Ойкен В. Основные принципы экономической политики. Москва, 1995. 494 с.

НАВЧАЛЬНІ ЕКСКУРСІЇ НА ПІДПРИЄМСТВО ЯК ЗАСІБ ПЕРВИННОЇ ПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

EDUCATIONAL EXCURSIONS TO THE ENTERPRISE AS A MEANS OF PRIMARY PROFESSIONALIZATION OF PERSONALITY

У статті розглядається роль навчальних екскурсій на підприємства як засобу первинної професіоналізації особистості у процесі навчання економічних спеціальностей, оскільки на сучасному розвитку освіти профорієнтаційний складник роботи науково-педагогічних кадрів постав як найважливіший чинник навчально-виховної роботи освітньої організації та навчального процесу загалом. Тривалий і систематичний вплив на здобувачів може здійснюватися за допомогою сім'ї, шляхом залучення співробітників підприємств і професійних закладів освіти, які кваліфіковано ознайомлюють здобувачів із різними видами трудової діяльності, надають допомогу в оволодінні обраною професією. Під професійною орієнтацією (професіоналізацією) ми маємо на увазі систему заходів із надання допомоги у професійному самовизначенні людини, яка обирає професію, що виступає як об'єктом, так і суб'єктом цього процесу. У статті визначено мету і завдання профорієнтаційної роботи, діапазон цілей досить широкий: від найбільш віддаленої (прийняття остаточного усвідомленого рішення про професійний вибір) до найближчої мети (наприклад, ознайомитися зі змістом праці з вибраної професії, відвідати факультатив із метою професійного самовизначення тощо). Звернена увага на те, що завдяки екскурсіям здобувачі дізнаються про роботу старшого фахівця банку і пробують виконати деякі його професійні функції: вивчення робочого місця старшого фахівця, виконання деяких його функцій у навчальних цілях у майбутньому може допомогти школярам визначитися в подальшому професійному навчанні та виборі професії. У висновках відзначено, що екскурсії виступають істотними умовами професіоналізації учасників освітнього процесу. Різноманітність застосовуваних методів дозволяє розкрити зміст професійної діяльності в різних галузях виробництва, забезпечити зустріч з представниками різних професій, познайомитися з умовами праці. Великі можливості екскурсій і в активізації пізнавальної діяльності школярів. Зокрема, це можливість розкрити економічний зміст конкретної професії, значення цієї професії і для суспільства, і для людини.

Ключові слова: навчальна екскурсія, професіоналізація особистості, педагогіка, професійна освіта, економічна освіта, професійна діяльність.

Article considers the role of educational excursions to enterprises as a means of primary professionalization of personality in the process of teaching economic specialties, since at the modern development of education, the career guidance component of the work of scientific and pedagogical personnel has become the most important factor of the educational work of an educational organization and the educational process as a whole. Long-term and systematic influence on applicants can be carried out with the help of the family, by attracting employees of enterprises and professional educational institutions who professionally acquaint applicants with various types of work, provide the assistance in mastering the chosen profession. By professional orientation (professionalization), we mean a system of measures to assist in professional self-determination, which chooses a profession that acts as both an object and a subject of this process. The article defines the goals and objectives of Career Guidance work, the range of goals is quite wide: from the most distant (making a final informed decision on professional choice) to the nearest goal (for example, to get acquainted with the content of work in the chosen profession, to attend an elective course for professional self-determination, etc.). Attention is drawn to the fact that thanks to excursions, applicants learn about the work of a senior specialist of the bank and try to perform some of its professional functions: studying the workplace of a senior specialist, performing some of its functions for educational purposes in the future can help students decide on further professional training and choosing a profession. In conclusion, it is noted that excursions are essential conditions for professionalization of the participants in the educational process. The variety of methods used allows us to reveal the content of professional activities in various industries, provide a meeting with representatives of various professions, and get acquainted with working conditions. Great opportunities for excursions and in activating the cognitive activity of schoolchildren. In particular, it is an opportunity to reveal the economic content of a particular profession, the significance of this profession for both society and the individual.

Key words: educational excursion, professionalization of personality, pedagogy, professional education, economic education, professional activity.

УДК 316.77:373.1

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.5>

Варнавська І.В.

к.пед.н.,

доцент кафедри професійної освіти
Херсонський державний
аграрно-економічний університет

Постановка проблеми. Професіоналізація є найважливішим складником навчально-виховної роботи освітньої організації та навчального процесу загалом. Тривалий і систематичний вплив на учнів може здійснюватися за допомогою сім'ї, шляхом залучення співробітників підприємств і професійних навчальних закладів, які кваліфіковано ознайомлюють учнів із різними видами трудової діяльності, надають допомогу в оволодінні обраною професією.

Під професійною орієнтацією (професіоналізацією) маємо на увазі систему заходів із

надання допомоги у професійному самовизначенні людині, яка вибирає професію, що виступає як об'єктом, так і суб'єктом цього процесу. Варто визначити мету і завдання профорієнтаційної роботи. Діапазон цілей досить широкий: від найбільш віддаленої (прийняття остаточного усвідомленого рішення про професійний вибір) до найближчої мети (наприклад, ознайомитися зі змістом праці з вибраної професії, відвідати факультатив із метою професійного самовизначення тощо). Задля досягнення віддалених цілей школярі

не завжди можуть встановити безпосередній зв'язок між профорієнтаційними намірами, що досягаються ними (особливо, якщо вони є для них малопривабливими), і привабливими для них віддаленими результатами професійного самовизначення. Увага до найближчих цілей профорієнтації часто обмежує школярів в їхній активності щодо здійснення професійного вибору. Необхідно, щоб вони чітко бачили як найближчі, так і віддалені цілі.

Важливим утримувачем розвитку профорієнтаційного спрямування є те, що воно, як правило, розраховане на певного усередненого учня; відсутній індивідуальний, диференційований підхід до особистості, яка вибирає професійний напрям; використовуючи в основному словесні, декларативні методи, без надання можливості кожному спробувати себе в різних видах діяльності, в тому числі і у свідомому виборі. Основними труднощами профорієнтаційної роботи в загальноосвітніх навчальних закладах є відсутність науково обґрунтованої системи профорієнтації учнівської молоді, сучасної науково-методичної літератури з цієї проблеми; застарілі підходи до організації роботи; слабка матеріально-технічна база шкіл; втрата інтересу та довіри до профорієнтаційних заходів з боку батьків та учнів; низький рівень знань і вмінь психологів та педагогів з профорієнтації та методики її проведення, відсутність педагогічних вишів, які б готували профорієнтологів для загальноосвітніх навчальних закладів.

Як випливає із вищезазначеного, основною проблемою недостатньої профорієнтаційної роботи з учнями є недостатня підготовленість учителів до її здійснення. Водночас ключові аспекти проблеми профорієнтаційної підготовки майбутніх учителів і студентів відображено в працях В. Зінченко [2; 3], Г. Клімова [4; 5], Є. Павлютенкова [6], О. Слободенюк [8], В. Харламенко [9], С. Чистякова [10] та ін. Незважаючи на те, що цій проблемі приділяють увагу не лише науковці, а й практики, вона і надалі залишається далекою від остаточного вирішення. Зокрема, це стосується розбудови системи підготовки учителів до профорієнтаційної роботи з учнівською молоддю у сучасних умовах.

Мета статті – визначити основні можливості навчальних екскурсів як засобу первинної професіоналізації особистості.

Виклад основного матеріалу. На сучасному етапі визначено основні вимоги до підготовки учнів у загальноосвітній школі. Це розвиток індивідуальних здібностей школярів, розширення диференційованого навчання відповідно до їхніх запитів і схильностей, розвиток мережі спеціалізованих шкіл і класів з поглибленим вивченням різних предметів, забезпечення відповідності рівня середньої

освіти вимогам науково-технологічного прогресу.

Реалізація сучасних вимог, що висувують до загальноосвітньої школи, значно активізувала розробку наукових і практичних проблем профорієнтації. Так, із кожним роком проблема професійного самовизначення учнівської молоді набуває все більшої актуальності й істотно впливає на соціальний та економічний розвиток держави, освіту, самореалізацію, особистісний розвиток кожного підлітка окремо. Сучасне суспільство із розвитком ринкових відносин висуває нові вимоги до освіти і професійного самовизначення молоді. У зв'язку з цим виникла потреба у людях, здатних до саморозвитку, до прийняття нестандартних рішень, до вміння орієнтуватися і бути конкурентоспроможними на ринку праці. Все це веде до змін не тільки у сфері професійної підготовки підлітків, а й на етапі вибору професії, який починається вже на шкільному рівні освіти.

Необхідно виділити низку напрямів, які сприяють вирішенню практичних питань професійного самовизначення підлітків. До них належать: система профорієнтації, яка є вирішальною для школярів, адже вона надає необхідні знання для орієнтації у великому виборі професій, уміння об'єктивно оцінювати свої індивідуальні особливості; діагностичні методики вивчення особистості школярів із метою надання індивідуальної допомоги у виборі професії; теоретичні та методичні основи професійної консультації молоді, системний підхід до профорієнтації; суспільно спрямовані мотиви вибору професії; особливості профорієнтації студентів в умовах вищої школи; формування елементів духовної культури у процесі підготовки учнів до свідомого вибору професії. Однак, незважаючи на деякі позитивні результати, профорієнтаційна робота у сучасних умовах все ще не досягає найважливіших цілей – формування в учнів професійного самовизначення, відповідного індивідуальним особливостям кожної особистості і запитам суспільства в кадрах, його вимогам до сучасного трудівника [11, с. 86–88].

Навчальні екскурсії з метою профорієнтації школярів мають велике освітнє, політехнічне і виховне значення. Екскурсія на підприємство забезпечує наочні умови ознайомлення учнів із технікою і технологією, організацією виробництва, змістом праці й умовами праці, з представниками професій, які пов'язані із виробництвом і засобами праці, сприяє соціалізації і самовизначенню тощо. Ознайомлення з процесом виробництва формує і розвиває у школярів інтерес до різних професій, орієнтує їх на вибір сфери професійної діяльності в майбутньому.

Екскурсію на робоче місце будь-якого фахівця підприємства доцільно пов'язувати

з актуальними темами під час опрацювання навчального предмета. Такий підхід буде сприяти і глибокому засвоєнню навчального матеріалу (обґрунтувати такі положення, наприклад, як природні науки виступають фундаментом сучасної техніки, взаємодія теорії та практики у професійній діяльності людей тощо). Навчальні екскурсії на підприємство мають особливе значення, якщо вони орієнтовані на поглиблення знань учнів з економіки, обґрунтування та розкриття економічних явищ і процесів у житті людей [9, с. 112–164].

Екскурсія є найбільш ефективною частиною імітаційного методу в профорієнтації: майбутні абітурієнти отримують можливість виявити невідомі їм раніше особливості професії, вимоги, які вона висуває до людини, і різні можливості людей у задоволенні цих вимог. Відвідування підприємства є наочним ознайомленням учнів з організацією виробництва, змістом професійної діяльності, умовами праці та ін. Профорієнтаційні екскурсії розглядаються як засіб формування і розвитку в учнів інтересу до різних професій.

Екскурсії економічного змісту мають потрійне призначення в аспекті визначення перспектив подальшого професійного орієнтування:

- вибір професії, пов'язаної з діяльністю у сфері економіки та фінансів;
- вибір професії в будь-якій іншій сфері діяльності людини, але пізнання економічної специфіки в певній сфері діяльності може значно доповнити загальну інформацію про конкретний вид професійної діяльності (наприклад, можливості розробки і реалізації освітніх послуг у роботі вчителя тощо);
- питання економіки, не пов'язані безпосередньо з конкретною професійною діяльністю, такі як сімейна економіка, особистий бюджет тощо. Виходячи із розв'язання завдань профорієнтаційної роботи, особисті витрати визначаються заробітною платою і тією винагородою, яку отримує людина за свою роботу [1, с. 246–348].

Мета подібних екскурсій:

- ознайомити школярів із призначенням підприємства, його історією, виробничим процесом і професіями, якими повинні володіти співробітники певної сфери діяльності;
- надати уявлення про економічні процеси і явища, які є визначальними на певному виробництві;
- формувати в учнів здатності до успішної професійної орієнтації й розширення їх практико-орієнтованого економічного світогляду.

Екскурсія передбачає попередню розробку завдання, відповідно до якого учні збирають інформацію про особливості тієї чи тієї професії (спеціальності), специфіку роботи та робочого місця, спрямованості досвіду, професій-

них знань і умінь, необхідних для роботи на конкретному робочому місці [10, с. 24–29].

Завдання екскурсії:

1. Ознайомити учнів з особливостями виробництва, зі структурою підприємства, сировиною і готовою продукцією, з основними спеціальностями.
2. Створити умови для збору необхідної інформації під час вивчення професій, затребуваних на конкретному виробництві.

3. Проаналізувати діяльність з відпрацювання власної позиції щодо основних професій і видів економічної діяльності, що належать до конкретного виробництва.

Під час дослідження були розроблені екскурсії на:

- ТОВ «Фінансова компанія ЕЛІТ-ФАКТОР»;
- підприємство ВАТ «Альфа-Банк»;
- підприємство СП «Альфа-Агро»;
- знайомство-екскурсія з охоронною групою Компаній «Лідер».

Під час екскурсій на різні підприємства учні мали однакове завдання. Їм необхідно було заповнити таблицю – внести такі дані (відповідно, перша, друга і третя колонки таблиці):

- робоче місце конкретного співробітника, спеціаліста;
- економічні питання і/або економічні аспекти його діяльності;
- навчальне завдання.

Остання колонка має двосторонній зміст: вона може включати у себе як завдання, попередньо сформульоване вчителем, так і завдання, яке формулює безпосередньо учень для більш глибокого вивчення специфіки діяльності співробітника, особливості його професії і/або економічного змісту функцій виконання [12, с. 319–325].

Нижче розглянуті екскурсії на зазначені підприємства, їх економічна спрямованість на вирішення профорієнтаційних завдань.

Екскурсія економічного спрямування на підприємство СП «Альфа-Агро».

Інформація про підприємство. ПСП «Альфа-Агро» засноване у 2001 році в смт Чаплинка Херсонської області. Поля ПСП «Альфа-Агро» знаходяться в Чаплинському районі Херсонської області: 1657 га, з них – 1305,0 га зрошуваних.

Основним напрямом у виробництві ПСП «Альфа-Агро» вибрано вирощування високоякісного насінневого матеріалу останніх розробок вітчизняних селекціонерів. У підприємства завжди можна придбати насіння сільськогосподарських культур:

- насіння ячменю озимого і ярого;
- насіння сої;
- насіння льону олійного;
- насіння озимої пшениці.

ПСП «Альфа-Агро» надає весь комплекс послуг із насінництва: протруювання, техноло-

гічний супровід вирощування, продаж засобів захисту рослин [14, с. 80–83].

Мета екскурсії: формування в учнів готовності до професійного самовизначення, розширення їхніх знань про зміст фінансово-економічної діяльності співробітників.

У таблиці 1 представлені матеріали, що розроблені учасниками профорієнтаційної роботи після відвідування підприємства. Вони показують їхні інтереси у цьому напрямі діяльності, надають інформацію для аналізу в аспекті подальшого вибору професії.

Школярам пропонується практикум щодо забезпечення зацікавленості клієнта фінансовою послугою, який проходить на робочому місці менеджера з фінансових продуктів. Під час практикуму відбувається моделювання цього процесу. Учасниками ігрової ситуації виступають школярі, тоді як продукти і послуги для просування учні вибирають самі. Для продумування дій і усвідомлення рольової ситуації виділяється час [15, с. 214–324].

Залежно від профорієнтаційних цілей зміст екскурсії може бути розширений (а також можлива повторна екскурсія з метою вивчення і демонстрації структури і роботи).

Цікавими екскурсіями для старшокласників виявились «Знайомтесь: запорука безпеки у ваших руках».

Про компанію: група компаній «Лідер» працює на українському ринку безпеки з 2001 року і посідає передові позиції в Херсонському

і Миколаївському регіонах. Уже понад 19 років вона надає послуги із забезпечення комплексної безпеки великим підприємствам і фізичним особам.

Свою місію вбачають у постійній турботі про безпеку клієнтів, забезпечення їх надійного захисту і надання людям відчуття спокою.

Чому більшість жителів Херсонщини вибирають охоронну службу «Лідер»? (ознайомлення із гаслами компанії):

– Бездротове обладнання – компанія активно використовує бездротові системи охоронної сигналізації, що дозволяє в найкоротші терміни підключити об'єкт на пульт, без шкоди для ремонту.

– Середній час реакції 5 хвилин.

– Групи швидкого реагування розосереджені по місту з урахуванням дорожньої ситуації і розташування об'єктів, що охороняються, що дозволяє в найкоротші терміни прибути на об'єкт.

– Гарант-група компаній «Лідер» несе матеріальну відповідальність за шкоду, заподіяну з вини компанії.

– Професіоналізм – до складу екіпажів входять охоронці 3-ї категорії, які мають дозвіл на використання травматичної зброї.

– Автопарк із 16 автомобілів – транспорт обладнаний сучасними засобами GPS-навігації, відеореєстрації і радіозв'язку.

– Інновації – фахівці безперервно аналізують ринок технічних новинок і впроваджують найкращі рішення у сфері безпеки.

Таблиця 1

Особливості професійної діяльності менеджера ПСП «Альфа-Агро»

Робоче місце співробітника	фахівці, працівники	розглянуті економічні питання	навчальні завдання для учнів
<p>Менеджер з продажу або менеджер з фінансових продуктів:</p> <ul style="list-style-type: none"> – зустрічає клієнтів; – виявляє потребу клієнта в тій чи тій послугі та/або товарі. <p>Достатньо надана фінансова або консультативна послуга заохотить більше клієнтів, що позначиться на зарплаті співробітників.</p> <p>Графік роботи:</p> <ul style="list-style-type: none"> – з 09 до 18 години; – менеджерів – за графіком 2 робочі дні через 2 вихідні 	<p>На посаду менеджер з фінансових продуктів складно знайти відповідну людину. Вона повинна пройти двотижневе навчання за основними фінансовими продуктами компанії «Альфа-Агро» і скласти співбесіду із директором.</p> <p>На цю посаду можуть претендувати як дівчата, так і юнаки віком від 18 до 30 років.</p> <p>Освіти для цієї посади – вища, найважливіше це висока стійкість до стресів, уважність і дружелюбність</p>	<p>Менеджери повинні відповідати так званому «чек-листу». У чек-лист входить:</p> <ul style="list-style-type: none"> – під час зустрічі привітатися з кожним клієнтом; – допомогти клієнту з вибором послуги чи товару; – розповісти про поточні акції; – запитати про бажання мати клубну карту; – у разі купівлі товару видати чек; – попрощатися і запропонувати зайти ще; – тримати офіс у чистоті, співробітники повинні виглядати охайно 	<p>Після проведення невеликої презентації про роботу офісу учні знайомляться з листами фінансової продукції і рекламними акціями компанії.</p> <p>Для тих, хто бажає, є можливість роздавати листівки клієнтам з метою їх запрошення для оформлення тієї чи тієї послуги/товару</p>

– Компанія першою в регіоні запустила нову послугу «Мобільний охоронець», завдяки якій клієнт може викликати екіпаж охорони в будь-яку точку міста.

Цінності компанії:

– Клієнти – ключова фігура їхнього бізнесу. Пріоритетним критерієм оцінки якості роботи є максимальне задоволення потреб клієнта і його спокій.

– Співробітники – важливе надбання компанії. Спілка фахівців різних професій, які забезпечують виконання договірних зобов'язань, розвиток і застосування нових технологій у своїй роботі.

– Традиції – сформовані роками принципи, стандарти, звичаї корпоративної культури. Співробітники компанії дбайливо ставляться до традицій, що склалися, завдяки яким їм удалося добитися успіху.

– Взаємини – довгострокові та взаємовигідні відносини з клієнтами, діловими партнерами і співробітниками, засновані на взаємній довірі.

Принципи діяльності компанії:

– Клієнто-орієнтованість – співробітники компанії під час виконання договірних зобов'язань керуються правилом пріоритетності інтересів клієнтів перед інтересами інших осіб. Клієнт компанії «Лідер» може бути впевнений, що до вирішення його питання фахівець поставляється відповідно до високих стандартів якості надання послуг, що є традиційними для компанії, з урахуванням індивідуальної специфіки кожного клієнта.

– Професіоналізм і сумлінність – співробітники компанії відповідають належному

рівню кваліфікації, володіють достатніми професійними знаннями, досвідом і морально-етичними переконаннями для ефективної взаємодії з клієнтами компанії, партнерами та колегами.

– Економічна ефективність – компанія прагне до досягнення максимальних результатів за умови оптимального використання людських, технічних і фінансових ресурсів.

Оскільки фахівець Call-центру компанії «Лідер» працює із клієнтами в умовах віддаленого доступу, то йому необхідно володіти навичками дистанційної діагностики АРМ і культурного ділового телефонного спілкування, вміннями вирішувати проблеми віддаленим способом.

Група Компаній «Лідер» дуже масштабна, тому реалізація цілей екскурсії розглядається на прикладі роботи групи 2-ї лінії технічної підтримки. У таблиці 2 представлені матеріали профорієнтаційної та економічної спрямованості під час відвідування учнями 2-ї лінії технічної підтримки Call-центру.

Під час екскурсії учні отримали основні (базові) знання про роботу диспетчера і структуру роботи Call-центру. Проаналізували наочну специфіку професійного напрямку. Ознайомилися із віддаленими способами вирішення проблем. Відпрацювали етику ділового спілкування засобом телефонії. Після екскурсії 6 школярів виявили бажання спробувати свої сили у подібному професійному напрямку.

Екскурсія дає можливість у порівняно стислі терміни за допомогою безпосереднього спостереження, яке супроводжується необхідним

Таблиця 2

Специфіка роботи співробітників групи компаній «Лідер» спеціаліст Call-центру

Робоче місце співробітника	фахівці, працівники	розглянуті економічні питання	навчальні завдання для учнів
Спеціаліст Call-центру: 2-а лінія технічної підтримки Call-центру. Основне завдання: вирішення різних проблем у напрямі охорони в найкоротші терміни	Спеціаліст 2-ї лінії підтримки повинен: – володіти такими якостями, як: відповідальність, старанність, логічне мислення, високий рівень професійної компетентності	Важливий функціонал роботи 2-ї лінії технічної підтримки – цілодобове безперебійне забезпечення роботи. Для цього у компанії створені такі умови праці: – графік роботи 1/3, в тому числі нічні зміни; – організовано два Call-центри, чисельність кожного до 15 осіб; – сучасне технічне обладнання, є кімнати відпочинку, їдальня.	1. Поділяємо учнів на пари. Один з учасників пари виступає в ролі диспетчера, інший – в ролі співробітника. Завдання: продемонструвати навички культурного телефонного спілкування. 2. Поділяємо учасників на 2 команди. Першій команді видається покрокова інструкція зборки робочого місця (комп'ютера). Другій команді видаються необхідні деталі для зборки. Завдання: першій команді засобами тільки телефонного зв'язку пояснити другій команді, як зібрати робоче місце

поясненням, ознайомити учнів з основними умовами та структурними елементами конкретної професійної діяльності. Вона допомагає учням здобути вміння самостійно аналізувати професії і співвідносити свої особисті якості з вимогами, що висуваються тією чи тією професією до особистості [9, с. 64–112].

Доречною була екскурсія економічного спрямування на підприємство ВАТ «Альфа-Банк».

Інформація про підприємство: ВАТ «Альфа-Банк» – універсальний банк, що працює як з юридичними, так і фізичними особами. Обслуговування фізичних осіб здійснюється в тому числі та за допомогою інтернет-банкінгу (система «Альфа-Клік»). У світі працює близько 110 відділень і філій банку, в тому числі дочірні банки в Білорусії, Казахстані та Нідерландах. Представництва банку діють у Великобританії, США і на Кіпрі.

Профорієнтаційна мета екскурсії: актуалізувати інтереси і схильності школярів до вивчення професійних видів діяльності в банківській сфері, розширити інформацію про роботу банків. Економічна мета екскурсії: розкрити еко-

номічні механізми діяльності банку (зокрема, показати залежність приросту комісійного прибутку від збільшення числа клієнтів банку).

Навчальне завдання школярам під час відвідування ВАТ «Альфа-Банк» подане в таблиці 3.

Висновки з проведеного дослідження. Отже, завдяки екскурсії учні дізналися про роботу старшого фахівця банку і спробували виконати деякі його професійні функції, отже, вивчення робочого місця старшого фахівця, виконання деяких його функцій у навчальних цілях у майбутньому може допомогти школярам визначитися в подальшому професійному навчанні та виборі професії.

Екскурсії виступають істотними умовами первинної професіоналізації учнівської молоді. Різноманітність застосовуваних методів дозволяє розкрити зміст професійної діяльності в різних галузях виробництва, забезпечити зустріч з представниками різних професій, познайомитися з умовами праці. Великі можливості екскурсії і в активізації пізнавальної діяльності школярів. Зокрема, це можливість розкрити соціально-економічний зміст конкретної професії, значення цієї професії і для

Таблиця 3

Особливості професійної діяльності старшого фахівця ВАТ «Альфа-Банк»

Робоче місце співробітника	фахівці, працівники	розглянуті економічні питання	навчальні завдання для учнів
Старший фахівець по роботі з фізичними особами – це працівник, який перебуває в постійному розвитку і русі до високих результатів	Старші фахівці: працюють в банківській сфері більше року; мають достатній наставницький досвід; впевнено користуються ПК; мають освіту не нижчу за середню спеціальну; кваліфіковано працюють з клієнтами; мають навички роботи з великим обсягом інформації. Особистісні якості – готовність: – виявляти точну потребу клієнта, щоб вибрати потрібні банківські продукти; – виявляти вкрай уважне ставлення до кожного клієнта	Графік роботи з 9:00 до 20:00 (два дні через два). За день фахівець у середньому працює із 20–40 клієнтами. Для роботи старший фахівець використовує програми: – GBA (відкриття, закриття рахунків; замовлення або закриття карт; переказ; отримання довідок; відкриття, закриття вкладів); – Eqazen (виписка по рахунку; друк платіжок; формування звіту наприкінці дня); – Slop RB (формування заявок на кредити); – iBank (введення і виведення коштів з брокерських рахунків). В обов'язки старшого фахівця входить перевірка фахівців, коли вони здійснюють переказ понад 50 тис. грн або видачу коштів з рахунків понад 135 тис. грн тощо	Поділити школярів на групи по 4 особи. Кожна група буде представляти старшого фахівця банку, якому потрібно буде вирішити деякі завдання клієнта, вказати, в яких програмах вони будуть працювати. Завдання: клієнт хоче переказати 300 тис. грн; клієнтові потрібна виписка про стан вкладу за минулий рік; клієнт прагне відкрити карту; потрібно відкрити депозит; клієнтові потрібна довідка за рахунком; клієнтові потрібно відкрити рахунки. Після виконання завдань усім школярам подарували сувенір із логотипом ВАТ «Альфа-Банк», а кращим учасникам – солодкі призи.

суспільства, і для людини. Учні під час екскурсії виконують дослідницькі завдання і оформляють їх відповідним чином, що, безумовно, актуалізує їхню діяльність з професійного самовизначення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бондарів В.П. Технологія професійного успіху: Експериментальний підручник для 10–11 класів природничо-наукового профілю. Москва : Просвещение, 2001. 506 с.
2. Зінченко В.П., Симоненко В.Д., Янцур Н.С. Применение ЭВМ в профессиональной ориентации : учебное пособие по спецкурсу. Брянск, БГПИ, 1992. 116 с.
3. Зінченко В., Павлютенков Є., Тименко М., Янцур М. Концепція профорієнтації учнівської молоді. Психолого-педагогічні новини. Інформ. бюлетень АПН України. 1994. № 3.
4. Клімов Г.І. Професійна орієнтація і методика профорієнтаційної роботи: практикум. Київ : МПУ ДЦЗ, МОУ РДПІ, 1995. 180 с.
5. Клімов Г.А. Психологія професійного самовизначення. Ростов-на-Дону : «Фенікс», 1996. 512 с.
6. Павлютенков Е.М. Профессиональная ориентация учащихся. Київ : Рад. шк., 1983. 149 с.
7. Пряжникова Є.Ю., Пряжников Н.С. Профорієнтація. Москва : «Академія», 2005. 340 с.
8. Слободенюк О. Ми – за свідомий вибір професії. *Директор школи*. 2010. № 38/39. С. 53–55.
9. Формування профорієнтаційної компетентності педагога: теорія і практика : монографія / В.П. Зінченко, В.Б. Харламенко, М.С. Янцур та ін. ; за ред. В.П. Зінченка. Глухів : ГНПУ ім. О. Довженка, 2010. 198 с.
10. Чистякова С. Ефективність професійної орієнтації учнів – найважливіший складник системи державної кадрової політики. *Професійна освіта за кордоном*. 2017. № 1 (25). С. 24–29.
11. Шліхта Г.О. Соціально-психологічні аспекти проведення профорієнтації в загальноосвітньому закладі. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2010. Вип. 54. С. 86–88.
12. Щербань Т.О. Психолого-педагогічні аспекти профдіагностики школярів. *Стратегії управління закладами освіти в умовах формування інформаційного суспільства*. Вип. 1 Київ; Миколаїв : Іліон, 2008. С. 319–325.
13. Яланська С. Система профорієнтаційної роботи у навчальному закладі. *Психолог*. 2013. № 11/12. С. 80–83.
14. Янцур М.С. Основи професіографії : практикум. Київ : МПУ ДЦЗ, МОУ РДПІ, 1996. 224 с.
15. Янцур М.С. Професійна орієнтація і методика профорієнтаційної роботи. Курс лекцій : навчальний посібник. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2012. 464 с.
16. Янцур М.С. Теоретичні підходи до розробки змісту підготовки майбутніх фахівців з професійної орієнтації учнівської молоді. *Наукові записки Тернопільського державного педагогічного університету. Серія: Педагогіка*. № 6. Тернопіль : ТДПУ, 2000. С. 55–60.

АКТУАЛЬНІ НЕСТАНДАРТНІ ФОРМИ ЗАЙНЯТОСТІ УКРАЇНЦІВ У НОВИХ РЕАЛІЯХ СУЧАСНОСТІ

CURRENT NON-STANDARD FORMS OF EMPLOYMENT OF UKRAINIANS IN THE NEW REALITIES OF MODERNITY

Зайнятість населення є ключовим процесом суспільства, фундаментальною основою економіки будь-якої країни. Процеси на ринку праці змінюються з плином часу, підлаштовуються під нові реалії сьогодення, глобалізація та інформатизація суспільства особливо вплинули на трансформацію форм зайнятості в світі в цілому та Україні зокрема. У рамках даної статті розкрито стандартні та нестандартні форми зайнятості згідно з українським законодавством. Розглянуто та систематизовано специфічні форми трудових відносин, що роблять зайнятість працівників нестандартною. Виокремлено різновиди нестандартних форм зайнятості, їхні переваги і недоліки. У рамках розгляду нестандартної зайнятості зроблено акцент переважно на новітніх насутих формах зайнятості серед населення, особливо тих, що набули актуальності в пандемію COVID-19 через карантинні обмеження в країнах. Такими формами зайнятості є дистанційна зайнятість (сьогодні ми спостерігаємо вимушену дистанційну зайнятість працівників, що донині працювали в офісах тощо), фрілансерство та блогерство. Проаналізовано виникнення і перспективи розвитку сучасних форм дистанційної зайнятості – фрілансу та блогерства. Встановлено, що законодавча неврегульованість таких нестандартних форм зайнятості як, дистанційна зайнятість, фріланс, блогерство, викликає позбавлення працівників соціальних гарантій та припускає ознаки «нестійкості», йдеться про прекарну зайнятість населення. Визначено сутність поняття «прекаріат», позитивні результати та негативні наслідки поширеності прекарних форм зайнятості на рівні індивіда, суспільства, держави. Розкрито прекаріат як новітню соціальну групу в Україні та показано його частку в економічно активному населенні.

Ключові слова: зайнятість, форми зайнятості, стандартна зайнятість, нестандартні форми зайнятості, фрілансер,

блогерство, дистанційна зайнятість, прекаріат.

Employment is a key process of society, the fundamental basis of the economy of any country. Processes in the labor market change over time, adapt to the new realities of today, globalization and informatization of society have particularly affected the transformation of forms of employment in the world in general and in Ukraine in particular. Within the framework of this article, standard and non-standard forms of employment according to Ukrainian legislation are disclosed. The specific forms of labor relations that make employment of non-standard employees are considered and systematized. Varieties of non-standard forms of employment, their advantages and disadvantages are singled out. As part of the consideration of non-standard employment, the emphasis is mainly on the latest urgent forms of employment among the population, especially those that have become relevant in the COVID-19 pandemic due to quarantine restrictions in countries. Such forms of employment are remote employment (today we see forced remote employment of employees who have worked in offices until now, etc.), freelance and blogging. The origin and prospects of development of modern forms of remote employment - freelance and blogging are analyzed. It has been established that the legislative unregulation of such non-standard forms of employment as remote employment, freelance, blogging causes deprivation of employees of social guarantees and suggests signs of "instability", it is a question of precarious employment. The essence of the concept of "precariat", positive results and negative consequences of the prevalence of precarious forms of employment at the level of the individual, society, state are determined. Precariat as the newest social group in Ukraine is revealed and its share in the economically active population is shown.

Key words: employment, forms of employment, standard employment, non-standard forms of employment, freelancer, blogging, remote employment, precariat.

УДК 331.5-057.13(477)
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.6>

Гоць А.А.

к.соціол.н.,

доцент кафедри філософії та соціології
Луганський національний університет
імені Тараса Шевченка

Постановка проблеми. Зайнятість населення є індикатором стабільності та благополуччя українців. Ринок праці є соціальним інститутом, що змінюється, підлаштовується під реалії часу. В Україні, як і в багатьох країнах світу, відбувається суттєва трансформація зайнятості, її основних форм та видів. У зв'язку з розвитком технологій відбуваються зміни у сфері працевлаштування, поряд із стандартними формами зайнятості, з'являються альтернативні, модерні. Цей аспект має як позитивні сторони, так і негативні. З одного боку, нестандартні форми зайнятості володіють більшою гнучкістю, що необхідно в умовах глобалізації та криз, які відбуваються в суспільстві. З іншого боку – породжує ризик бідності

серед населення та зріст такого класу, як прекаріат.

Проте надомна праця, що стала можливою з розвитку інформаційних технологій, у зв'язку зі змінами, що відбулися у 2020 році у всьому світі, набула нагальності. Роботодавці почали шукати шляхи збереження свого бізнесу та штату співробітників й набули розповсюдження нестандартні форми зайнятості, зокрема дистанційна зайнятість. Цифрові платформи надали можливість зв'язувати роботодавців та співробітників. Інші, залишившись без основного місця роботи, знайшли реалізацію, завдяки всесвітній мережі інтернет, в різних соціальних мережах тощо.

На сьогодні, в умовах карантинних обмежень по всьому світі, у зв'язку з пандемією, зміни, що відбуваються у сфері зайнятості, викликають науковий інтерес та потребують вивчення.

Питанням дослідження різних аспектів нестандартної зайнятості присвячені роботи відомих зарубіжних та українських учених – М. Койне, Г. Роджерса, Г. Стендінга, Д. Такера, В. Бобкова, П. Бізюкава, А. Колота, Е. Лібанової, О. Грішнкової та інших. Прекаріату присвячені праці Г. Стендінга, Ж. Тощенко тощо.

Метою роботи є розгляд актуальних нестандартних форм зайнятості, які набули поширення в Україні в умовах карантинних обмежень у зв'язку з пандемією.

Виклад основного матеріалу. Зайнятість – діяльність, що не суперечить законодавству, а також приносить громадянам задоволення їхніх потреб, за яку вони отримують заробіток. До основних форм зайнятості згідно з українським законодавством відносяться: повна й неповна (часткова) зайнятість, явна та прихована, первинна та вторинна, гнучкі форми зайнятості [1].

За характером організації робочих місць та робочого часу розрізняють: стандартну зайнятість та нестандартну зайнятість. «Стандартною» зазвичай вважається зайнятість із найму в режимі повного робочого дня на основі безстрокового трудового договору на підприємстві або в організації, під безпосереднім керівництвом працедавця або призначених ним менеджерів. А всі форми зайнятості, що відхиляються від описаного стандарту, включаючи самозайнятість, можуть розглядатися як «нестандартні» [2]. Нестандартна форма зайнятості – це зайнятість, яка не має певних стандартів і повної регламентації робочого часу, наприклад, тимчасова, запозичена зайнятість, самозайнятість громадян, дистанційна зайнятість тощо. В умовах формування постіндустріальної моделі зайнятості виникає безліч нових форм праці.

На сьогодні в науковому дискурсі поряд із поняттям «нестандартна зайнятість» використовують також «нестабільна зайнятість», «атипова зайнятість», «гнучка зайнятість», «інноваційна зайнятість», тобто всі ті види зайнятості, що не відповідають стандартній зайнятості та поняттю *стандарт*. Хоча «стандарт» – поняття вкрай нечітке та в різний час та різних країнах може відрізнятися.

До нестандартних форм зайнятості належать такі: повна зайнятість за умов гнучких форм організації робочого часу; неповна зайнятість, тобто режим зайнятості – неповний робочий час; тимчасові працівники; зайняті на засадах вторинної зайнятості; зайнятість на основі договорів цивільно-правового характеру; надомна праця; праця за викликом; дистанційна зайня-

тість; позикова праця (лізінг персоналу, аутстафінг персоналу, аутсорсинг персоналу); неформальна зайнятість; нереєстрована зайнятість у неформальному секторі [3].

Американський соціолог А. Каллеберг зазначає, що стандартна організація ієрархічних трудових відносин, скоріше, є історичною аномалією, що виникла в XIX ст. як наслідок активної індустріалізації, тоді як різноманітні форми нестандартної зайнятості є загальним правилом. Часта зміна роботи перетворюється в норму, а тривала і гарантована зайнятість у одного роботодавця зустрічається рідше [4].

В умовах інформатизації суспільства ці форми зайнятості все більше замінюють традиційні для індустріального типу суспільства форми, а в умовах сьогодення стали найбільш актуальними. Саме нестандартні форми зайнятості набули поширення та усталеності під час дії карантинних обмежень 2020–21 років, на них зосередимо увагу, на найпопулярніших, виходячи з мети нашого дослідження або на інноваційних формах.

За експертними оцінками, в межах дослідження «Оцінка попиту на професії, які затребувані на ринку праці» Київського міжнародного інституту соціології (КМІС) до переліку затребуваних на ринку праці спеціальностей належать ті, які надають можливість працювати віддалено. Насамперед, це стосується роботи у сфері ІТ, інтернет-комерції та інтернет-маркетингу, а також кол-центри. Експерти відзначають, що традиційні офісні спеціальності також починають переводити на аутсорс або фріланс своїх працівників, зокрема бухгалтерів, юристів і секретарів. Завдяки Skype нові перспективи розвитку отримують перекладачі, репетитори, психологи та нішеві спеціальності [5].

Розповсюдження нових інформаційних і телекомунікаційних технологій сприяє розвитку дистанційної роботи. Дистанційна зайнятість – це робота, яка в результаті використання інформаційних та комунікаційних технологій віддаляється від приміщень роботодавця (принаймні, у відношенні не менше 20% робочого часу). Сутність дистанційної зайнятості працівників полягає в тому, що всі умови, необхідні для якісного виконання особою своїх трудових обов'язків, створені поза межами офісу, що не прив'язує працівника до обов'язкового відвідування офісу. Ці умови можуть бути створені вдома або в іншому місці [6].

Вперше дистанційна зайнятість з'явилась в США, в 1972 році професор Дж. Нілсес ввів термін «телеком'ютинг». На сьогодні українське законодавство не регулює дистанційну зайнятість, хоча є країни, де ця форма закріплена на законодавчому рівні, наприклад, в Греції.

Особливостями дистанційної зайнятості (телероботи) є: взаємодія між працівником

і роботодавцем у віртуальному середовищі з використанням сучасних інформаційних і комунікаційних технологій; відсутність стаціонарного робочого місця (робота через інформаційні мережі, вдома і в спеціальних центрах, просторово віддалених від офісу чи виробничих приміщень); ненормований робочий час, самостійність методів організації праці та ін. [7].

Вона стала необхідною в умовах кризи, що склалася та завдяки інтернет-технологіям дозволила багатьом підприємствам не збанкрутіти. Слід зазначити, що протягом останнього десятиліття дистанційна робота стала більш поширеною. За оцінками МОП, до пандемії COVID-19 лише 8% світової робочої сили, або приблизно 260 млн осіб, постійно працювали вдома. Для країн ЄС у 2019 р. частка дистанційних робітників у віці 15–64 років становила лише трохи більше 5% і залишалася такою протягом останнього десятиліття. А в США за останні 10 років кількість співробітників, які регулярно працюють з дому, виросла на 115% і досягло 2,8% всіх працевлаштованих американців (3,9 млн чоловік) [8]. За даними дослідження Соціологічної групи «Рейтинг», станом на березень 29% дорослого населення України працювали дистанційно [9]. Наприклад, міжнародна компанія «Dapop» в Україні, що є прикладом великого бізнесу, від початку пандемії й сьогодні тримає своїх основних працівників на дистанційній або змішаній роботі. До того ж, згідно з дослідженням Colliers International, 82% опитаних офісних співробітників в 25 країнах світу висловили побажання після повного скасування карантинних заходів продовжувати працювати з дому один або два дні на тиждень [8].

В Україні, за даними платформи HeadHunter, за перші місяці осені найбільші темпи зростання за кількістю вакансій мав «домашній персонал», тобто працівники, які працюють дистанційно, – ріст 363% [10].

Фріланс як гнучка форма зайнятості – це новий тип зайнятості, який пов'язаний з виконанням ряду завдань без укладення трудового договору з керівництвом. Це новий тип віддаленої дистанційної роботи в умовах розвитку інформаційних технологій. Перевагою є гнучка зайнятість, таких працівників також називають позаштатними. Фрілансер – це зростаюча робоча сила, яка використовує нові технології для виконання робіт, висококваліфікована та професійна [11].

Проте в пандемію коронавірусу, коли роботодавці намагалися підтримувати свій бізнес, акцент робився на постійних працівників, а фрілансери не користувалися попитом серед підприємців. Наведемо деякі дані дослідження проведеного Payscale [12]. Коли почалася пандемія, 32 відсотки фрілансерів відзначили, що попит на їхні послуги впав, при цьому 53% вва-

жали це тимчасовим явищем. Що стосується України, то за результатами цього дослідження, 50% фрілансерів говорять, що попит на них не знизився з боку європейських клієнтів, проте доходи дещо знизилися (на 4% у квітні-травні), а зросли трохи (на 3%) у червні [12].

До гнучких інноваційних форм зайнятості сьогодні ми можемо віднести блогерство. Блогерство є формою зайнятості, оскільки людина має можливість заробляти гроші, і при цьому сама діяльність від ведення блогу може бути єдиним джерелом доходу. Разом із тим блогерство складно однозначно кваліфікувати. Блогерів частково можна віднести до фрілансерів, оскільки вони надають послуги малому, середньому та великому бізнесу.

Це професія, що здобула широкого розповсюдження з розвитком «Instagram» як найпопулярнішої соціальної мережі та «YouTube». Інстаграм починає свій розвиток з жовтня 2010 року, у цей день він налічував 25000 користувачів зі всього світу [14], а число користувачів у 2020 року досягло позначки в 1 200 000 000 користувачів [13]. З впровадженням карантинних обмежень українці стали більше часу проводити в мережі інтернет: від досугу до роботи.

В «YouTube» блогери монетизують свій канал за рахунок продажу прямої реклами і стандартної монетизації даної платформи, тобто під час трансляції відео «вискакує» реклама якого-небудь виробника, за перегляд якої блогер отримує гроші. Також блогери «YouTube» збільшують свої статки за рахунок кількості переглядів відеоролика. Так, за 1000 переглядів блогер може отримати від 2 до 5 доларів [16].

Відповідно до дослідження в середньому типовий користувач інтернету проводить в он-лайні майже 7 годин на день, з яких близько 2,5 годин йде на використання соціальних мереж. Якщо скласти усе разом, то сумарно всі онлайн-користувачі витрачають більш ніж 10 мільярдів годин на соціальні мережі. Якщо говорити про конкретні платформи, то найбільше зростання в період з липня по вересень показала платформа Instagram – плюс 76 мільйонів користувачів (близько 7%). До Facebook додалося 45 млн, а до не вельми популярного в Україні Snapchat – 36 млн (не в останню чергу завдяки забороні TikTok в Індії) [15].

Блог є поняттям, що з'явилося відносно недавно, з розвитком Інтернету. Блог – це веб-сайт, основний вміст якого – регулярно додаються людиною записи, що містять текст, зображення або мультимедіа. Вважається, що перший блог виник в 1992 році – це була сторінка Тіма Бернерс-Лі, на якій він розміщував і публікував в Мережі цікаві новини. Однак форму, до якої ми сьогодні звикли, блоги знайшли тільки в 1996 році. Саме слово «блог»

утворено з англійських слів «web log», що означають записи в мережевому журналі. Сьогодні воно означає особистий або комерційний сайт певної форми, зміст якого складається з періодично додаються записів, зображень, звукових або відеофайлів [17]. Сьогодні блогерство стало «модною» новітньою професією, яка приносить досить непоганий заробіток, хоча має свої нюанси та не всім підходить.

З пандемією це для багатьох стало хорошим заробітком, люди проводячи більше часу в мережі інтернет спостерігають за життям блогерів з різних частин світу та спостерігають за змінами з їх життя, в житті їх країн, за змінами які спричинив ковід. Блогери мають й негативний вплив на аудиторію, вони нав'язують рекламні бренди, спосіб життя тощо, тобто відбувається маніпуляція суспільною свідомістю.

Блогерів називають лідерами натовпу, причому як в позитивному, так і в негативному ключі. Але, кажучи більш точно, вони є лідерами публіки, оскільки, згідно Габріелю Тард, публіку від натовпу відрізняє взаємодія людей на відстані. Позитивним моментом лідерства є те, що блогери часто закликають своїх передплатників надавати допомогу благодійним фондам, тваринам, надавати адресну допомогу. А негативним моментом може послужити, наприклад, ситуація, коли блогер закликає свою аудиторію вийти на мітинг чи влаштувати страйк. У такому випадку публіка може плавно перерости в натовп, але вже в розумінні Гюстава Лебона [16].

Завдяки соціальним мережам, під час пандемії стало можливо продажу товарів, які раніше продавалися через стаціонарні магазини. Так, створюються групи, виставляється товар та продавець працює на доставку, що не порушує карантинні обмеження. За даними Statista, поточний відсоток рознічних продажів в електронній комерції складає близько 15. Це число зростає з кожним роком, і Statista прогнозує, що воно досягло 17,5% у 2021 році та 22% у 2023 році [18].

Саме на основі розповсюдження нестандартних форм зайнятості, з'являється новий соціальний клас – прекаріат. Це відносно новий феном глобалізаційного світу. Г. Стендінг пише так, що більшість з тих, кого називаємо прекаріатом не бачили ні одного разу свого роботодавця, не знають про кількість співробітників в компанії. Люди не мають стабільного заробітку тощо [19, с. 12]. Однією з особливостей прекаріату є те, що люди живуть сьогоднішнім днем, оскільки тут немає мови про кар'єру або професійне самовдосконалення [19, с. 39].

У структурі прекаріата Тоценко виділяє такі елементи: групи населення: зайняті на неформальній роботі; зайняті на тимчасовій роботі;

працюють неповний робочий день або перебиваються сезонними і випадковими (епізодичними) заробітками; зайняті позикових працею; безробітні; частина мігрантів [20]. Особливо автор виділяє ті групи, які знаходяться в прикордонному стані, – фрілансери і молодь, що тільки вступає в трудове життя [21]. Проте це лише випадок, тому що ми бачимо що не всі форми гнучкої зайнятості породжують прекаріат. Сутність прекаріату є двоїстою, адже до прекаріїв одночасно можна віднести найменш конкурентоспроможні групи, що задіяні у некваліфікованій трудовій діяльності (сезонні працівники; зайняті в особистих господарствах, зокрема селянських; безкоштовно працюючі не в особистих господарствах), а також представників креативних та ІТ-індустрій, самозайняте населення (як офіційно зареєстровані на рівні з приватними підприємцями, так і незареєстровані), що працюють і надають кваліфіковані послуги з огляду на ті професійні сфери, до яких вони залучені. Зокрема, це фотографи, дизайнери, моделі, журналісти, музиканти, веб-розробники, мобільні розробники та програмісти, представники рекламної індустрії (редактори, блогери, стилісти), письменники, психологи, онлайн-консультанти, фахівці з маркетингу (спеціалісти з продажу і підтримки клієнтів, експерти з просування бренду), дослідники соціогумантарних напрямів тощо. Багато хто з представників даних професій працюють фрілансерами (на відстані від конкретного працедавця, який може перебувати в іншій країні). У такому контексті прекарні форми зайнятості можуть бути усвідомленим вибором тих людей, які змінили свої ціннісні установки, обрали інший стиль життя та роботи, наприклад, дауншифтинг – що є відмовою від кар'єрних домагань, виснажливих професійних домагань для життя у задоволенні, digital-nomads – цифрові кочівники, що працюють он-лайн, подорожуючи світом, тощо [4].

Висновки з проведеного дослідження. Отже, зайнятість ідентифікується як нестандартна, якщо вона не заборонена чинним законодавством України, однак за особливістю організації режиму робочого часу, робочого місця і умов праці не відповідає стандартним правилам, що були прийняті при індустріалізації. Нестандартні форми зайнятості можуть вирішити проблему безробіття в країні, особливо пов'язаною з пандемією COVID-19. Багато роботодавців змінили стандартну зайнятість в офісі на дистанційну або надомну роботу своїх співробітником. Тобто сьогодні ми маємо справу з вимушеною дистанційною зайнятістю на ринку праці світу. Нагальними формами зайнятості сьогодні є дистанційна зайнятість, фріланс, блогерство. Ці форми мають нестійкий характер та не мають законодавчого врегулювання, що призводить

до розповсюдження та зростання такого соціального класу серед українців, як прекаріат. Тобто розглянуті форми зайнятості вкрай актуальні сьогодні, проте потребують чіткого визначення в правовому полі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Закон України «Про зайнятість населення» (Закон від 05.07.2012 № 5067-VI (Редакція станом на 04.03.2021)). URL : <https://zakon.rada.gov.ua/go/5067-17>.

2. Гузар У.Е., Луцик М.В. Нестандартные формы занятости в условиях развития постиндустриального общества. *Соціально-економічні проблеми сучасного періоду України. Проблеми інтеграції України у світовий фінансовий простір*. Вип. 1 (99). URL : [http://ird.gov.ua/sep/sep20131\(99\)/sep20131\(99\)_467_HuzarUY,LutsykMV.pdf](http://ird.gov.ua/sep/sep20131(99)/sep20131(99)_467_HuzarUY,LutsykMV.pdf).

3. Давидюк Л.П. Нестандартні форми зайнятості в системі трансформації міжнародного ринку праці. Економічний аналіз : зб. наук. праць / Тернопільський національний економічний університет; редкол. : В.А. Дерій (голов. ред.) та ін. Тернопіль : «Економічна думка», 2015. Том 20. С. 30–34.

4. Овчиннікова О.В. Прекарні форми зайнятості населення: сутність і прояви. *Український соціум*. 2016. № 1(56). С. 54–64. URL : https://ukr-socium.org.ua/wp-content/uploads/2016/01/54-64_no-1_vol-56_2016_UKR.pdf.

5. Дослідження «Оцінка попиту на професії, які затребувані на ринку праці» підготовлено в межах проекту «Економічне і соціальне відновлення Донбасу». Підготовано Київським міжнародним інститутом соціології на замовлення Програмою Розвитку ООН в Україні за фінансової підтримки Уряду Японії. URL : http://www.kiis.com.ua/materials/pr/20151230_PROON/Report_Employment_KIIS_final_ukr.pdf.

6. Іншин М.І. Сутність і значення дистанційної зайнятості працівників в Україні. *Науковий Вісник Ужгородського національного університету*. 2014. Серія ПРАВО. Випуск 28. Том 2. С. 35–38.

7. Новак І.М. Соціальні інновації на ринку праці: флексибілізація та прекарізація зайнятості в Україні. *Вісник економічної науки України*. 2016. № 1. С. 92–97. URL : <http://dspace.nbu.gov.ua/bitstream/handle/123456789/106267/14-Novak.pdf?sequence=1>.

8. Беззуб І. Дистанційна форма зайнятості: українські та зарубіжні реалії. *Громадська думка про правотворення*. 2020. № 16(201). С. 4–11. URL : <http://nbuviar.gov.ua/images/dumka/2020/16.pdf>

9. Моніторинг суспільної думки. Березень 2020. Соціологічна група «Рейтинг». URL : <http://ratinggroup.ua/ru/research/?page=>.

10. Шушпанов Д.Г. Інтернет-фріланс в умовах глобальних викликів: мотиваційний аспект. ДВНЗ «Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана». URL : https://ir.kneu.edu.ua/bitstream/handle/2010/35219/Sts_11_20_61.pdf?sequence=1.

11. The Freelancer: A Conceptual Review. Vol. 2 No. 3: Special Issue on Entrepreneurship and Business Management. URL : <https://sainshumanika.utm.my/index.php/sainshumanika/article/view/428>.

12. Friedman K. Состояние фриланса во время COVID-19. 2020. Блог Payoneer URL : <https://blog.payoneer.com/ru/freelancers-ru-1/industry-tips-fl-ru/freelancing-during-covid-19-report/>.

13. Скільки користувачів в Instagram в 2020 році. Моя довідка – Корисні поради. URL : <https://mydovidka.com/instagram/skilki-koristuvachiv-v-instagram-v-2020-roci>.

14. В каком году появился Инстаграм? Хронология важных событий в истории сети. SocialnieSety.ru. URL : https://socialniesety.ru/v_kakom_godu_poyavilsya_instagram_hronologiya_vazhnyh_sobytiy_v_istorii_seti.

15. Заїкова І. Як пандемія вплинула на використання інтернету? Світ йде в «онлайн». 2020. URL : <https://naparise.com/posts/yak-pandemiia-vplynula-navykorystannia-internetu-svit-ide-v-onlain>.

16. Архипова В.Ю. Блоггерство: социологический аспект. *Мир современной науки*. Москва, 2020. № 3(61). С. 56–58.

17. Блог (матеріал з Вікіпедії). URL : <https://ru.wikipedia.org/wiki/Блог>.

18. Stevanovic I. eCommerce Statistics & the Industry's Vibrant Future. 2019. Statistic. URL : <https://kommandotech.com/statistics/ecommerce-statistics>.

19. Стэндинг Г. Прекариат: новый опасный класс. Москва : Ад Маргинем Пресс, 2014. 328 с. URL : <http://spkurdyumov.ru/uploads/2016/05/prekariat-novuj-opasnyj-klass.pdf>.

20. Тощенко Ж.Т. Феномен прекариата: теоретические и методологические основания исследования. *Социологические исследования*. 2019. No 9. С. 51–63. URL : <http://socis.isras.ru/article.html?id=7812>.

21. Гоць А. Зайнятість і безробіття на українському ринку праці: вплив пандемії COVID-19. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*, 2020, Вип. 88. URL : <http://soctech-journal.kpu.zp.ua/archive/2020/88/12.pdf>.

ОСВІТНІ ЗАГРОЗИ ТА РИЗИКИ У СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ: АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ЯКІСНОГО СОЦІОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

EDUCATIONAL THREATS AND RISKS IN A STUDENT ENVIRONMENT: ANALYSIS OF THE RESULTS OF A QUALITATIVE SOCIOLOGICAL STUDY

Життєдіяльність студентів як будь-яких інших соціально-демографічних груп повсякчас пов'язана з різноманітними небезпеками. Схильність студентської молоді до рефлексії, яка виявляється в здатності до профілювання освітніх загроз і ризиків, дозволяє якщо не уникнути повною мірою, то мінімізувати негативні наслідки. З огляду на неможливість здійснення статистичного оцінювання ймовірності рівня загрози для кожного окремого студента, суб'єктивне оцінювання середовища ризику, його відчуття щодо правильності / неправильності власних дій є провідним джерелом інформації щодо вибору життєвих стратегій у ситуації невизначеності. У статті представлено результати якісного соціологічного дослідження студентів вищих навчальних закладів м. Миколаєва й м. Харкова, проведеного з використанням методу глибокого напівструктурованого інтерв'ю. Аналіз отриманих даних дозволив зробити висновки щодо наявності зв'язків між інституціональними й особистісними ризиками й загрозами в студентському середовищі. Вибір професії, навчального напрямку, закладу освіти, пов'язаний з інструментальними й термінальними цінностями, де помітно превалюють перші. Більшість респондентів підтверджують свою готовність нести особисту відповідальність за те, як складеться їх життя, впевнено проголошуючи самостійність здійсненого вибору на користь конкретного закладу вищої освіти й напрямку підготовки. Проте їх мотивація досить нестійка з огляду на те, що більшість опитаних розчарувалися в здійсненому виборі, тільки-но зіштовхнувшись із побутовими чи комунікаційними труднощами. Студенти відтермінують свою самостійність, залишаючись жити разом із батьками. Адаптивний період у вищій школі значно легше проходить у тих, хто, вступивши до закладу освіти, не змінює місце постійного проживання та продовжує жити з батьками. Карантин і спричинена ним економічна криза суттєво вплине на тенденції вступу в майбутньому.

Ключові слова: студенти, безпека життєдіяльності, ризики, загрози, рефлексія, суб'єктивні оцінки, якісне дослідження.

The vital activity of students, as well as other socio-demographic groups, is constantly related to various hazards. The tendency of student youth to reflection, which manifests itself in the ability to rank educational threats and risks, allowsever if not to avoid them to fully, then at least minimize negative consequences. Given the impossibility of implementing statistical assessment of the likelihood of the level of threats for each student, subjective assessment of the risk environment, its feeling of correctness/incorrectness is the leading source of information on the choice of life strategies in the situation of uncertainty. The article presents the results of a qualitative sociological study of students of higher educational institutions of Nikolaev and Kharkov, spent using the method of deep semi-structured interview. Analysis of the data obtained made it possible to draw conclusions about the presence of links between institutional and personal risks and threats in the student environment. The choice of profession, educational directions, educational institution associated with instrumental and terminal values, where the first is noticeably prevalent. Most respondents confirm their willingness to bear personal responsibility for how their lives will arise, confidently proclaimed the independence of the perfect choice in favor of a particular institution of higher education and the direction of training. However, their motivation is rather unstable, given the fact that the majority of respondents were disappointed in a committed choice, only encountered with household or communication difficulties. Students will postpone their independence, remaining to live with their parents. The adaptive period in the highest school is much easier for them, who, having entered into the establishment of education, does not change the place of residence and continues to live with their parents. Quarantine and the economic crisis caused to them will significantly affect the tendency of entry into the future.

Key words: students, safety of vital activity, risks, threats, reflection, subjective assessments, high-quality research.

УДК 316.061.39(159.922.8)
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.7>

Рущенко І.П.

д.соціол.н.,
професор кафедри прикладної
соціології та соціальних комунікацій
Харківський національний університет
імені В.Н. Каразіна

Калашнікова Л.В.

д.соціол.н.,
доцент кафедри соціології
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Постановка проблеми. Особливості життєдіяльності сучасних українських студентів визначаються наявними структурними трансформаціями, а також ризиками, новими загрозами й зростанням невизначеності соціального буття в цілому. У порівнянні з іншими соціальними групами студентська молодь викликає науковий інтерес як прогресивне покоління, яке через наявний рівень освіти, притаманної динамічності соціальної поведінки, в перспективі посяде місце інтелектуальної еліти суспільства – провідної складової частини його виробничої сили.

Студентство, будучи особливо мобільною соціально-демографічною групою осіб, що

організаційно поєднано інститутом вищої освіти, має низку яскраво виражених характерних рис, які визначають його аксіологічні настанови, пов'язані з процесами соціального дорослішання, професійного становлення. Вибір студентами їх життєвих стратегій в умовах вищої школи детерміновано екзистенційним прагненням до самовизначення [2]. Цей орієнтир задає феноменологію досвіду, визначає зміст і динаміку особистісного розвитку в майбутньому. Не варто забувати також про те, що студентські роки є сенситивним періодом, для якого характерні особливі умови життя молоді людини, пов'язані з небезпеками зовнішніх впливів. В індивідуально-

особистісному відношенні схильність студентів до рефлексії, яка виявляється в здатності до профілювання загроз і ризиків у вищій школі за умови аналізу поточного стану справ у режимі реального часу, дозволяє якщо не уникнути їх повною мірою, то принаймні максимально мінімізувати негативні наслідки [1; 5]. У такому сенсі суб'єктивне оцінювання середовища ризику, відчуття студентів щодо правильності / неправильності власних дій виступає одним із провідних джерел інформації про їх поведінку в ситуації невизначеності.

Постановка завдання. За такого підходу необхідність соціологічного аналізу суб'єктивних оцінок актуалізується у зв'язку з неможливістю статистичного оцінювання ймовірності рівня загрози для кожного окремого студента, а також з огляду на те, що суб'єктивним оцінкам вірогідності власного успіху особистість надає суттєво більшого значення, аніж будь-якому виду статистичних прогнозів. Метою статті є систематизація результатів якісного соціологічного дослідження, проведеного протягом січня 2021 р. із-поміж студентів вищих навчальних закладів м. Миколаєва й м. Харкова щодо оцінки рівня освітніх загроз і ризиків із використанням методу глибинного напівструктурованого інтерв'ю. У дослідженні взяло участь 50 студентів різних курсів і спеціальностей, опитування проводилося в режимі онлайн з аудіозаписом бесіди, що дозволило сформулювати деталізовані транскрипти для здійснення їх подальшого аналізу.

Виклад основного матеріалу дослідження. Життєдіяльність будь-якого студента повсякчас пов'язана з різноманітними загрозами й ризиками. Поняття «загроза» стосується об'єктивних небезпек, що спіткають представників цієї соціально-демографічної групи, а «ризик» виражає суб'єктивну складову частину – вибір студентом соціально-поведінкових практик, що мають відповідні наслідки. Іншими словами, в умовах актуалізації конкретних загроз студент може прийняти ті або інші рішення самотужки чи під впливом різних обставин, які спряжені з ризиком появи небажаних або навіть руйнівних для нього наслідків.

Аналізуючи процеси соціального розвитку студентської молоді в сучасному суспільстві, Л. Пак виокремлює два напрями вивчення зв'язку ризиків життєдіяльності студентства з ризикогенністю сучасного соціуму: 1) соціокультурний, що характеризується необхідністю аналізу ризиків невизначеності, зміни ціннісних орієнтацій, кризи ідентичності, інформаційного тиску; 2) освітній, який пов'язаний із вибором навчального закладу, спеціальності, розвитком адаптації до процесу навчання у вищій школі, поєднанням освітньої та професійної діяльності, нецільовим працевлаштуванням, соціальним інфантилізмом,

конформізмом, немотивованою агресивністю, дефіцитом самореалізації та самовизначення [4]. Другий напрям є вкрай актуальним з огляду на реалізацію інститутом освіти функції передачі знань і навичок діяльності, а також задоволенням соціальних запитів на підготовку фахівців відповідної кваліфікації та високого рівня пізнавально-професійних амбіцій.

Вивчаючи різні аспекти адаптації студентів до умов ризику, О. Шликова слушно зауважує, що в умовах нав'язаного ризику важливим аспектом адаптації та досягнення відносного стану безпеки життєдіяльності є адаптивний потенціал студентства, який визначається наявністю суб'єктивного відчуття безпечності середовища існування, захищеності від впливу несприятливих подій, задоволеності життєвими умовами [6]. Продовжуючи її міркування, О. Яішніков зазначає, що пасивне прийняття студентами інституціональних ризиків вищої школи, зокрема тих, які пов'язані з мотивами вступу до закладів освіти, вибором професії, навчального напрямку, ставленням до навчання, вторинною зайнятістю, спричиняє обмеженість ресурсів протистояння таким особистісним ризикам, як невизначеність майбутнього працевлаштування, вразливість професійної ідентифікації тощо [7].

У такому сенсі важливим видається необхідність перевірки висунутої гіпотези щодо наявності взаємозв'язку між інституціональними й особистісними ризиками в студентському середовищі. А саме йдеться про суб'єктивні оцінки ризиків вибору професії, навчального напрямку, закладу освіти, самостійності, можливих перспектив продовження навчання та працевлаштування за фахом.

Студенти, які були об'єктом дослідження, по-різному оцінюють актуальність ризиків і загроз, що були предметом вивчення. Респондентам було запропоновано оцінити за п'ятибальною шкалою ступінь загрози різних факторів, дані наведено у табл. 1, де індекс загрози розраховувався з використанням числових еквівалентів від +1, що відповідає найвищому рівню загрози, до -1 – найменшому її відчуттю. Дані ранжовані за зменшенням значення індексу.

Відсотковий розподіл отриманих відповідей, представлених у таблиці, засвідчує той факт, що за оцінками судженнями студентів найбільші ризики пов'язані з вибором навчальної спеціальності й особистісною неорганізованістю.

Респонденти добре усвідомлюють ризики, пов'язані з професійним вибором. Їх міркування із цього приводу подекуди діаметрально протилежні. Адже одні зауважують, що вони відповідально поставилися до свого вибору, натомість інші вчинили вибір як навчального закладу, так і напрямку підготовки навчання:

«До вибору я поставилася дуже відповідально, в 11 класі відвідувала курси на базі свого університету, займалася з репетитором і вивчала багато інформації самостійно. Коли настав час вступати, я подала документи лише до свого університету» (9). «Не особливо осмислено, ти не розумієш, що відбувається, чим все закінчиться» (50). Проте варто відзначити, що більшість інформантів, за їхньою оцінкою, поставилися до вибору досить серйозно, зокрема використовуючи комунікативні ресурси, взаємодіючи з близькими людьми, спираючись на медіаресурси й контакти з вищими навчальними закладами.

Тема вступу до закладу вищої освіти жваво обговорювалася в багатьох сім'ях: «Вибір спеціальності цікавив мене ще з 7-го класу. Ми всією родиною розглядали варіанти, шукали вищі заклади освіти в різних містах» (49). Цікаво, що компроміси з батьками (в разі розходження пріоритетів) надалі приводить до усвідомлення здійснення не зовсім правильного вибору: «Варто було б більше уваги приділити на етапі здійснення вибору. Якби я пішов навчатися за велінням серця, то обрав би творчий напрям, щось на кшталт театрального. Але, на думку батьків, варто було зробити вибір на користь професії, яка дозволить у майбутньому прогодувати себе» (37). Трапляються і ситуації щасливої випадковості: «Факультет для вступу обрав навмання, проте потім ані трохи не пожалкував, дуже сподобалося тут навчатися» (7).

Сучасні студенти вирізняються від представників попередніх поколінь своїми запитами й поглядами, в основі яких лежать цінності свободи, незалежності, індивідуальності. Більшість респондентів досить самостійні, принаймні, відповідаючи на питання стосовно вибору навчального закладу, факультету й прямої підготовки, вони здебільшого стверджували, що остаточний вибір був за ними. Це підтверджують такі типові відповіді, як: «Остаточне рішення про вступ було прийняте мною.

Мені завжди подобалися детективи, напевно, саме тому я вирішила обрати спеціальність «правоохоронна діяльність» (3). «Більше за інших вплинув мій батько, ми багато говорили, обговорювали з ним, ким мені краще працювати в майбутньому» (11). «Радили батьки, проте остаточне рішення було прийняте мною» (15). «Батьки не впливали, лише уточнювали, чи впевнена я у своєму виборі» (28).

Проте існують і «багатофакторні» моделі вибору, на кшталт: «На мій вибір, вірніше на те, що я буду навчатися у вищому закладі освіти, рівною мірою вплинули батьки, вчителі й друзі. Батьки хотіли, щоб я вступила до медичного вишу. Вчителі говорили, що слід вступати куди-небудь для того, щоб отримати вищу освіту й мати можливість реалізувати себе в житті. Знайомі, друзі вважали, що вища освіта – це престижно, варто вступити для того, щоб тебе не зневажали» (12). Або такий досить раціональний підхід (чим більше джерел інформації, тим краще): «На вибір спеціальності вплинуло кілька факторів: особистісні вподобання, нова інформація про спеціальності, отримана в процесі спілкування з представниками різних кафедр і факультетів, відгуки знайомих і близьких про навчання в обраному закладі вищої освіти на тих чи інших спеціальностях. Остаточне рішення було прийнято мною в кооперації із членами родини, які зробили свій внесок у прийняття остаточного рішення» (45). Із загального числа опитаних кожен десятий зазначив, що це був вибір батьків. Окрім батьків, на вибір також впливали такі фігуранти, як «старший брат / старша сестра», «тренер», «кращий друг».

Далі постає питання про те, наскільки якісними були рішення щодо вибору навчального закладу, прямої підготовки, від яких залежить сценарій усього наступного життя? Розмірковуючи про кризу адаптації до нових умов і руйнування певних ілюзій, більшість студентів розповіли про настання моменту сильного розчарування, коли виникало бажання поки-

Таблиця 1

Суб'єктивне сприйняття загроз і ризиків (% від загальної кількості варіантів відповідей)

Загрози й ризики	Не загрожує	Скоріше не загрожує	Важко відповісти	Скоріше загрожує	Загрожує	Індекс загрози
Ризик вибору навчальної спеціальності	0	16	6	54	24	0,43
Особиста неорганізованість	2	14	18	32	34	0,41
Відсутність контролю з боку батьків, близьких	6	30	34	20	10	-0,01
Ризик помилки у виборі навчального закладу	6	40	18	32	4	-0,06

нути навчання або перевестися на іншу спеціальність чи в інший навчальний заклад: «Було таке відчуття, і не один раз. Фактично спочатку я вступила на міжнародні відносини, зрозумівши, що це не для мене, оскільки складно було дати відповідь на питання про те, де саме буду потім працювати, вирішила перейти на юридичний факультет» (11). Кілька опитаних зазначили, що найкритичнішими стали для них перший семестр навчання та перша сесія: «На першому курсі під час першого семестру було таке відчуття, коли хотілося все покинути» (9). «Так, після першої сесії був такий момент» (22). «Були моменти, особливо на першому курсі, коли все здавалося незвичним – нові обставини, «правила гри», що вимагали максимальної концентрації та багатозадачності» (45). Було зафіксовано й драматичні сюжети, коли ще дитина, яку повністю опікують батьки, має вступити в інший світ, і в неї «здають нерви»: «Я прохожу на бюджет ... приїжджаю дивитися на свій корпус, гуртожиток, і в мене починається істерика ... мама заспокоює ... це страх бути наодинці у великому місті, далеко від батьків. Це було емоційне потрясіння. Проте так, щоб розчаруватися у виборі університету й все покинути, – такого не було» (49).

Проблеми, що виникають у ході адаптації, суттєво різняться для тих студентів, які продовжують навчання в рідному місті, й тих, хто вимушено покидає батьківський дім. Окрім ризиків, пов'язаних із новим середовищем навчання (високий рівень домагань із боку викладачів, освоєння нових систем навчання, великий обсяг самостійної роботи, виникнення конфліктних ситуацій у студентських групах і таке інше), з'являються нові загрози самостійного життя: «Такі складні ситуації були ... переважно вони були пов'язані з проблемами великого міста, значним навчальним навантаженням» (9).

Період адаптації супроводжується емоційною насиченістю подій, відчуттям внутрішньої напруги, невпевненості у власних силах. Нерідко студенти відчувають розчарування в системі освіти або неготовність прийняти те, що є в реальності: «Ці проблеми пов'язані з нашою системою освіти. Студент має завищені очікування, вважає, що інформація буде подаватися цілеспрямовано за його спеціальністю, а в реальності нас «напихають» чим завгодно, але не тим, що пов'язано з майбутньою професією» (4). В епоху ринкових відносин студенти налаштовані вкрай прагматично, очікуючи швидкого занурення в професію, вони подекуди не розуміють сенсу університетської академічної системи освіти: «Мені хотілося одразу вивчати предмети, які будуть пов'язані з майбутньою професією, оскільки цього поки що не відбувається, виникають сумніви» (18). Або так: «Я навчаюсь на економічному факультеті, й постало питання про те, чи потрібні нам філософія, історія та інші предмети такого ж формату...» (29). Присутні також і вкрай різкі, вимогливі оцінні судження студентів: «Криза була викликана відсутністю перспектив працевлаштуватися на високооплачувану й стабільну роботу за спеціальністю. А сильне розчарування в університеті було викликане не таким високим рівнем викладання, як був розрекламований, і поганою організацією навчального процесу» (46).

Усі, хто не пройшов успішно адаптаційний період першого курсу, ризикує залишитися за бортом університетської освіти, в цей період актуалізуються загрози неправильного вибору закладу вищої освіти чи напряду підготовки. Більшість інформантів розповідали про такі випадки в проєкції на своїх однокурсників або друзів: «Так і до того ж досить багато таких у моєму оточенні, 3–4 особи набереться. Одній подрузі не сподобалося навчатися, інша виїхала за кордон, решта змінили спеціальність» (18). Проте виявилось, що від'їзд на навчання за кордон не завжди є вдалим рішенням: «Є одна знайома, яка виїхала навчатися за кордон, батьки витратили купу грошей, а їй не сподобалося, та вона повернулася додому» (8). Студенти по-різному ставляться до ризику помилки на стадії вибору закладу вищої освіти й спеціальності, даючи в тому числі й виправдальні пояснення: «Деякі мої знайомі змінили заклад освіти й спеціальність після вступу. Я б не вважала це помилкою, це природно. Абітурієнт у 16 років не розуміє чого прагне, це нормально, ми дорослішаємо, змінюємо плани, бажання, це не є чимось поганим, це лише вибір, і його можна змінити» (49). Або така сентенція: «Людина в 17 років не завжди може свідомо поставитися до вибору <...> дуже суттєвим є тиск із боку батьків, вчителів. Скоріше за все, рішення приймаються під тиском, тому настає розчарування» (9). Більшість опитаних вважає, що доленосна помилка є результатом легковажності або несамостійності в прийнятті рішення: «Абітурієнт робить вибір несвідомо, як наслідок, очікування не справджуються» (16). Також студенти нарікають на наявність недоброчесної конкуренції з боку освітніх закладів: «Часто-густо в умовах відсутності належного набору на спеціальність представники закладів вищої освіти надають абітурієнтам не завжди правдиву інформацію, – цього варто остерігатися» (45). «В Інтернеті ми спостерігаємо «зразкову» картинку на офіційному сайті університету, навіть участь у проведенні дня відкритих дверей не дозволяє повною мірою дізнатися про всі «дива». Щоб дізнатися правду про університет, варто поспілкуватися зі студентами старших курсів, які мають досвід» (49). Отже, можемо констатувати, що система вітчизняної вищої освіти

перейшла зі стану «ринку виробників» до градації «ринку споживачів». Нині абітурієнти та їх батьки ставлять питання, на які хочуть почути задовільні, на їх думку, відповіді з боку представників освітніх закладів.

Наміри відстежити причинно-наслідкові зв'язки між наявними інституціональними ризиками, які пов'язані з мотивами вступу до закладів освіти, вибором навчального напрямку й таким особистісним ризикам, як невизначеність майбутнього продовження навчання чи працевлаштування, зумовили необхідність аналізу оцінних суджень студентів, висловлених ними в ході формулювання відповідей на питання щодо можливих перспектив, з-поміж яких було зафіксовано досить широкий спектр думок, від вкрай песимістичних до оптимістичних: «На превеликий жаль, ні» (42). «Я думаю, моя спеціальність перспективна й із працевлаштуванням не буде проблем» (41). Або розділення на такі сегменти: «Перспективи щодо навчання є, а от щодо роботи – ні» (33). Дуже тішить такий суб'єктивний підсумок навчання, як: «Перспективу бачу, моє університетське життя – це класна «школа життя», що навчила мене мислити комплексно й глибоко, розмірковувати й робити логічні висновки, навчатися, жити й виживати, дружити, любити й багато іншого. Це не просто «сухі» знання, це цілий комплекс інформації, досвіду й досягнень, які допомагають не лишу тут і зараз, а, я певен, ще багато разів знадобляться в майбутньому житті, а також у професійній діяльності» (45).

Студентські роки як період інтенсивної соціалізації особистості, розвитку психічних функцій, становлення всієї інтелектуальної системи на початковому етапі характеризується слабкою обізнаністю молоді щодо особистостей студентського життя, відсутністю навичок узгодження зусиль у розв'язанні різних проблемних питань. Своєю чергою це спричиняє появу конфліктних ситуацій через неприязнь один до одного, суперництво, боротьбу за увагу викладачів. Накладаючись на вікові особливості дорослішання, такі ситуації можуть бути посилені наявними конфліктами в родині.

За результатами опитування було виявлено, що чверть опитаних конфліктували з викладачами через їх упереджені позиції, подекуди завищені критерії оцінювання: «Так, конфлікти виникали через оцінювання знань» (36). «Були конфлікти, пов'язані з плагіатом у роботах, коли треба було доводити, що ця робота виконана мною самостійно. Були ситуації, коли оцінювання було несправедливим» (49). Також двоє студентів зазначили, що конфлікти з викладачами були зумовлені корупцією: «Була одна ситуація з викладачем, не буду називати його ім'я ... під час сесії пів групи не склало йому іспит, тому студенти дійшли висновку, що він прагне отримання грошей» (19).

«Так, був конфлікт із викладачем, який мене намагався «завалити», прискіплюючись до виконання письмової роботи. Я тричі виправляла роботу, намагалася перездати, а виявилося, треба було просто заплатити» (20).

Говорячи про конфлікти в студентському середовищі, зазначимо, що вони можуть бути поділені за їх характером на «творчі», «інституційні» й «патологічні». Хоча в цілому в нас не склалося враження щодо високого ступеня напруги поміж студентами. Наведемо декілька прикладів із кожної групи означених конфліктних ситуацій. «Творчі» конфлікти або ж суперечки сприяють позитивній динаміці: «Так, це було під час обговорення якоїсь теми на парі. Але це було весело, пізнавально, коли кожен відстоював свою думку» (1). «Так, були конфлікти, але все закінчувалося миром» (39). «Були конфлікти через оцінки, оскільки рейтинг впливав на можливість отримання стипендії» (43). «На першому курсі були конфлікти через конкуренцію, ми боролися за рейтинги, група розділилася на кілька компаній, які між собою ворогували» (49). «Інституційні» конфлікти виникають на тлі виконання функціональних обов'язків, що окреслені офіційним статусом. П'ятеро опитаних повідомили, що в них виникали конфлікти через виконання обов'язків старости: «Я – староста групи, мені іноді «падає» через студентів, які пропускають пари, не здають якісь види робіт ... через це я можу трохи посперечатися з одногрупниками» (21). «Конфлікти були через навчання, оскільки я – староста» (34). «Зі студентами в групі конфлікти були на початку, коли декан факультету мене призначив старостою, хоча я цього не хотіла й група мене не обирала. Мене називали в групі «вискочкою», вважали, що я ставлю себе вище інших. Цей конфлікт був вичерпаний згодом, коли ми більше пізнали один одного» (20). «Патологічні» конфлікти виникають через різний спосіб життя, агресивні наміри та дії, навіть мобінг: «У нас у групі була дівчинка, до якої всі ставилися як до вигнанця протягом року, але все налагодилося. Причина була в тому, що вона погладшала й над нею всі знущалися. Напевно, все залежить від людини, як вона себе презентує, чи дозволяє щодо себе таке ставлення інших, не може відстояти себе» (10). «Це було щодо дівчинки, яка за своєю суттю була тихою, нетовариською, сором'язливою, не дуже добре навчалася, прогулювала пари. Над нею жартували, сміялися. Я намагалася заступитися, але це не змінило ситуації. У цілому десь вона сама була винна, оскільки мовчала, не відстоювала себе, не давала відсічі» (20). «Так, щодо студентів із психічними відхиленнями або щодо тих, хто не «вписувався» в компанію. Найчастіше подібне відбувалося в гуртожитку» (46).

Остання група ризиків і загроз у студентському середовищі пов'язана із самостійністю, до якої прагне більшість студентів, що цілком відповідає запитам особистості на такому етапі дорослішання. Самостійність має певну ціну, адже молодь зіштовхується з низкою загроз, яких раніше не відчувала. Більшість інформантів вже вважають себе досить самостійними особами. На їх думку, існують два критерії самостійності: перший – відокремлене від батьків проживання, другий – власний бюджет, заробіток, що дозволяє в цілому «самофінансуватися». Фінансова самостійність виникає тоді, коли молода людина починає працювати паралельно з навчанням. Але тут є колізії: «Так, вважаю себе самостійною. За період навчання в університеті змінила два місця роботи. Рішення про те, щоб працювати, було прийнято мною самостійно. Врешті-решт я зрозуміла, що складно поєднувати навчання та роботу, тому залишила роботу, щоб продовжити навчання» (22). Можливо, прагнення до самостійного заробітку є найбільшою проблемою сучасної освіти на денних відділеннях. Після працевлаштування більшість студентів різко знижує свої академічні показники.

Для багатьох самостійне існування починається з першого курсу, якщо це сполучається з відривом від батьківської сім'ї, переїздом до «великого» міста: «Таке відчуття виникло на першому курсі. Коли ти знаходишся сам у великому місті, тобі ніхто не допомагає, за тебе ніхто не заступається, замість тебе вже ніхто не зможе приймати рішення. Ти сам, і тобі потрібно якимось вижити» (9).

Головним викликом на шляху до самостійності є перехід до самофінансування, що може потребувати не аби якої сили волі й рішучості: «Був момент, коли доводилося їсти лише одні яблука. Можна було попросити грошей у батьків, але я намагаюся в цьому плані не залежати від них» (10). «Так, бували часи, коли потрібно було жити місяць на 730 грн стипендії на першому курсі, але потім з'явилася робота й проблема була розв'язана» (46). «Хотілося б самостійно заробляти, допомагати батькам оплачувати контракт за навчання, але не завжди виходить» (28). Для студентів, що мають свій незалежний бюджет, виникають ризики помилок у розподілі коштів, та, як з'ясувалося, це типова проблема: «Ти отримуєш гроші, але не знаєш, як із ними потрібно себе поводити. Є розуміння того, що потрібно відкласти гроші за оплату навчання, проживання в гуртожитку, харчування, але абсолютно не знаєш, як вчинити з тими коштами, які можуть залишитися. Вони часом витрачаються та виходить так, що не вистачає для того, щоб прожити до кінця місяця» (37). «Проблеми розподілу бюджету, розрахунку оплати комунальних послуг» (43). На фінансові негаразди,

проблеми пошуку підробітків вказували багато інформантів, і це природно для тих, хто став на шлях незалежності від батьків.

Також самостійне існування студентів пов'язано з викликами неорганізованості через відсутність зовнішнього контролю: «Напевно, це найбільша проблема студентства – себе організувати. Тут головне почати, потім виникає звичка вставати вчасно, виконувати завдання. Студенти трохи лінуються, їм властиво відкласти на потім, зробити пізніше» (13). У період карантину й онлайн-занять вироблений ритм життя було порушено, що ускладнило самоорганізацію: «Це пов'язано насамперед із лінню, яка з'явилася в умовах карантину, дистанційного навчання. Коли ти ходиш на пари у звичному режимі, тобі легше тримати себе в тонусі, ти регулярно ходиш на електричку, щоб дістатися до університету, а в перервах між пересуваннями по місту читаєш книги. Натомість, коли ти весь час вдома, це розслабляє, не дає зібратися» (2). «<...> Я взагалі ненавиджу карантин, для мене навчання онлайн – каторга, організувати себе дуже важко» (29).

Висновки з проведеного дослідження.

Безпека життєдіяльності студентів визначається специфічними загрозами й ризиками, які постають на їх шляху. Зміст та інтенсивність визначається переходом до самостійного існування (особливо характерним для тих студентів, що переїжджають навчатися в інше місто), а також наявними комунікаціями в середовищі існування. Розмірковуючи про ризики вибору професії, навчального напрямку, закладу освіти, варто зазначити, що життєві стратегії студентів відбивають зразки поведінки, переважно пов'язані з інструментальними й термінальними цінностями, де помітно превалюють перші. Більшість респондентів підтверджують свою готовність нести особисту відповідальність за те, як складеться їх життя, впевнено проголошуючи самостійність здійсненого вибору на користь конкретного закладу вищої освіти й напряду підготовки. Проте їх мотивація доволі нестійка з огляду на те, що більшість опитаних розчарувалися в здійсненому виборі, тільки-но зіштовхнувшись із першими труднощами, які подекуди мають тривіальний характер і пов'язані з побутовими умовами проживання в гуртожитку чи налагодженням комунікації з новим оточенням.

Студенти відтермінують свою самостійність, залишаючись жити разом із батьками. Подекуди самі дорослі не готові надати повну свободу своїм дітям, фінансово підтримуючи, помірковано контролюючи їх життя, тим самим убезпечуючи від низки загроз. У такому сенсі можемо припустити, що карантинні заходи й спричинена ними економічна криза суттєво змінить тенденції вступу. Поступова зміна традиційної форми навчання на дистанційну

чи змішану, збільшення ролі активних методів будуть сприяти поглибленню кризи ідентичності немотивованих студентів, які не зможуть рухатися за індивідуальною траєкторією у фаховій підготовці. Унаслідок надлишкової опіки з боку батьків період дорослішання буде тільки збільшуватися. Не виключеним є зміщення негативного впливу середовища в бік загроз і ризиків, пов'язаних із «поганою кампанією», різними адиктивними практиками, зокрема суміжних із надмірним захопленням інтернетом як безальтернативним середовищем комунікації в інформаційну епоху. У такому випадку наявність нових зв'язків між інституціональними й особистісними ризиками в студентському середовищі можна буде оцінити лише згодом.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Зубок Ю.А. Проблема риска в социологии молодежи. Москва : Изд-во Московской гуманитарно-социальной академии. 2003. 268 с.
2. Кузнецов М.А., Шаповалова В.С. Студентські страхи: Види, структура, динаміка та шляхи корекції. Харків : Вид-во «Діса плюс», 2016. 342 с.
3. Лига М.Б., Павлова Н.С., Щеткина И.А. Социальная безопасность молодежи: организационно-управленческое обеспечение : монография. Москва : Издательство «Академия Естествознания», 2012. 159 с.
4. Пак Л.Г. Социально ориентированная деятельность как актуальный ориентир минимизации рисков современного студенчества. *Universum: Психология и образование*. 2014. № 3 (4). URL: <http://7universum.com/ru/psy/archive/item/1082> (дата обращения: 13.03.2017).
5. Чупров В.И., Зубок Ю.А. Уильямс К. Молодёжь в обществе риска. 2-е изд. Москва : Наука, 2003. 230 с.
6. Шлыкова Е.В. Адаптация молодежи к риску: ограниченность ресурсов и протестная активность. *Путь науки*. 2016. № 4 (26). С. 154–157.
7. Яишников А.Ю. Социализация студенчества в контексте рискологии. *Россия реформирующаяся* : ежегодник. Вып. 15 / Отв. ред. М.К. Горшков. Москва : Новый Хронограф, 2017. С. 199–227.

СЕКЦІЯ 3 ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

ПРОБЛЕМНІ ПИТАННЯ СТАДІАЛЬНОГО ХАРАКТЕРУ КІБЕР-АДИКЦІЙ PROBLEM ISSUES OF STADIUM NATURE OF CYBER-ADDICTIONS

Привабливий і захоплюючий уяву світ кіберпростору породив новий вид адиктивних способів особистісної реалізації – комп'ютерну залежність, кібер-адикцію, Інтернет-залежність, гаджет-адикцію, які включають певну кількість проявів залежної поведінки і, як наслідок, проблеми контролю над потягами. Вже нині, за даними дослідження, опублікованими в журналі "Cyberpsychology, Behaviour and Social Networking" у 2020 році, 7,99% людей по всьому світу відчувають залежність від Інтернету. Розглядаючи теоретичні та експериментальні дослідження кібер-адиктивної поведінки, можна відзначити, що все гостріше постає питання про нозологію та епідеміологію цього хворобливого потягу, оскільки неможливо розробити ефективні профілактичні, лікувальні та психокорекційні програми без урахування детермінант, симптоматики, стадіальності та обтяженості кібер-адикцій.

Мета дослідження – аналіз наукових надбань та відокремлення стадій формування кібер-адикцій.

Використано такі методи дослідження, як: теоретичний (аналіз та узагальнення соціально-психологічної, медико-психологічної, психолого-педагогічної літератури) та міждисциплінарний аналіз.

Дослідивши наукові надбання сучасності, можна зазначити, що проблема кібер-адикції, маючи складну поліфакторну природу, схожа в своєму розвитку з іншими видами залежностей. Натепер виділяються різні дефініції, критерії, стадії і фактори формування залежності.

Однак більшість авторів визначають кібер-адикцію як вид девіантної, деструктивної поведінки, форму психологічної залежності, що виявляється в патологічній захопленості гаджетами, віртуальною реальністю, зумовленою схильністю до відходу від реальності за допомогою зміни свого психічного стану.

Проаналізувавши наявні теорії щодо відокремлення стадій кібер-адикцій, можна відокремити такі: 1) відсутність кібер-адикції; 2) відсутність патологічних ознак кібер-адикції; 3) 1-й ступінь залежності; 4) 2-й ступінь залежності; 5) 3-й ступінь кібер-адикції.

Всебічне та глибоке пізнання проблеми дасть можливість побудувати ефективну та адекватну програму психокорекції та профілактики кібер-адикцій.

Ключові слова: кібер-адикції, нехімічна залежність, інформаційно-комунікаційні

технології, Інтернет-адикції, комп'ютерна залежність.

The attractive and fascinating world of cyberspace has given rise to a new kind of addictive ways of personal realization – computer addiction, cyber-addiction, Internet-addiction, gadget-addiction, which include a number of manifestations of addictive behavior and as a consequence of the problem of train control. Already today, according to a study published in the journal "Cyberpsychology, Behavior and Social Networking" in 2020, 7.99% of people worldwide are addicted to the Internet. When considering theoretical and experimental studies of cyber-addictive behavior, it is possible to note that the question of the nosology and epidemiology of this painful urge is becoming more acute, as it is impossible to develop effective preventive, curative and psychocorrectional programs without determinants, symptoms, stages and severity.

The purpose of the study is to analyze the scientific achievements and separate the stages of formation of cyber-addictions.

Research methods: theoretical (analysis and generalization of socio-psychological, medical-psychological, psychological-pedagogical literature) and interdisciplinary analysis.

Examining the scientific achievements of today, it is possible to note that the problem of cyber-addiction, having a complex multifactorial nature, is similar in its development to other types of dependencies. To date, there are various definitions, criteria, stages and factors of dependence.

However, the vast majority of authors define cyber-addiction as a type of deviant, destructive behavior, a form of psychological dependence, which is manifested in pathological obsession with gadgets, virtual reality, due to the tendency to deviate from reality by changing their mental state. After analyzing the existing theories on the separation of stages of cyber-addictions, it is possible to distinguish the following: 1) the absence of cyber-addiction; 2) the absence of pathological signs of cyber-addiction; 3) 1-st degree of dependence; 4) the 2-nd degree of dependence; 5) 3-rd degree of cyber-addiction.

Comprehensive and deep knowledge of the problem will provide an opportunity to build an effective and adequate program of psychocorrection and prevention of cyber-addictions.

Key words: cyber-addictions, non-chemical dependence, information and communication technologies, Internet-addictions, computer-addiction.

УДК 159.923.2-053.6:004.738.5-042.72
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.8>

Асєєва Ю.О.

к.психол.н.,
завідувач кафедри загальнонаукових,
соціальних та поведінкових дисциплін
Одеський інститут
ПРАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія
управління персоналом»

Вступ. Стрімкий розвиток інтерактивних технологій та діджиталізації сучасного суспільства призвів до того, що соціальне становлення особистості протікає нині у двох площинах: матеріальній реальності та кіберпросторі. У кожній із них людина може заявити себе

як особистість, задовольнити свою потребу у самореалізації та самоактуалізації, набути визнання та поваги, налагодити міжособистісну комунікацію. Якщо в матеріальній реальності особистість не має права на помилку, витрачає багато часу на задоволення власних

потреб, то кіберпростір дозволяє примірити на себе значно більше образів власного «Я», у разі здійснення помилки можна видалити «сторіс» чи профіль і створити інший, можна легко відмовитись від спілкування, зв'язків із небажаними особами тощо. Все це робить кіберпростір більш привабливим для самореалізації та проживання свого життя, ніж матеріальна реальність. Поступово особистість переносить себе і вбачає себе лише в ілюзорному світі кібер-реальності, що і породжує нову глобальну проблему сучасності – залежність. Уже нині, за даними дослідження, опублікованими в журналі “Cyberpsychology, Behaviour and Social Networking” у 2020 році, 7,99% людей по всьому світу відчувають залежність від Інтернету [1].

Хоча ця проблема нині активно вивчається науковою спільнотою і з позиції психології, і з позиції психіатрії, однак ще залишаються не досить вивченими питання симптоматики та анамнезу, стадіальності її формування, також не досить чітко виявлені критерії розмежування Інтернет-адикцій, комп'ютерних адикцій, ігрової залежності, а деякі нові види кібер-адикцій взагалі ще не висвітлені в експериментальних дослідженнях і не враховані міжнародними класифікаторами хвороб.

Натепер можна відзначити таких зарубіжних та вітчизняних науковців, які досліджували різноманітні види кібер-адикцій, як: К.В. Аймедов, О.Н. Арестова, О.Є. Войскунський, О.В. Дорохов, Т.О. Ісакова, М.С. Кисельова, О.В. Тарасов, О.В. Худяков, Л.М. Юр'єва, J. Billieux, M.D. Griffiths, J. Idziorek, D. Jacobson, D.J. Kuss, J. Rursch, K.S. Young та інші.

Розглядаючи теоретичні та експериментальні дослідження кібер-адиктивної поведінки, можна відзначити, що все гостріше постає питання про нозологію та епідеміологію цього хворобливого потягу, оскільки неможливо розробити ефективні профілактичні, лікувальні та психокорекційні програми без урахування детермінант, симптоматики, стадіальності та обтяженості кібер-адикцій.

Мета дослідження – аналіз наукових надбань та відокремлення стадій формування кібер-адикцій.

Використано такі **методи дослідження**, як: теоретичний (аналіз та узагальнення соціально-психологічної, медико-психологічної, психолого-педагогічної літератури) та міждисциплінарний аналіз. Теоретичний аналіз доступних вітчизняних та зарубіжних наукових досліджень був присвячений розгляду таких дефініцій, як Інтернет-залежність, комп'ютерна залежність та кібер-адикції, та різноманітних концептуальних підходів до стадіальності їх формування. Узагальнення та міждисциплінарний аналіз соціально-психологічної, медико-психологічної, психоло-

го-педагогічної літератури спрямовано на відображення сучасного стану проблеми кібер-адикції та створення власної концепції щодо стадій формування кібер-адикцій.

Результати дослідження.

Безумовно, можна довго перераховувати всі плюси комп'ютеризації та розвитку інтерактивних технологій, але при цьому не слід забувати і про негативні наслідки використання інформаційних технологій, електронних девайсів і гаджетів [2; 3].

На наш погляд, можна відокремити три напрями негативного впливу повсякденного використання комп'ютера. По-перше, комп'ютер став засобом адміністративно-примусового характеру, вже сьогодні неможливо працевлаштуватись без мінімальних знань ПК та його мінімального пакета Windows, з'явилося та набуло поширення дистанційне навчання тощо. По-друге, примусове нав'язування постійного саморозвитку у межах комп'ютерних технологій, тобто людина спрямовується на ідентифікацію себе крізь призму комп'ютерної грамотності та вміння засвоювати нову прикладну інформацію щодо модифікації власного ПК, постійного спостереження за інноваціями на ринку інформаційних-технологій. По-третє, комп'ютер та Інтернет ідуть у безперервній зв'язці і стають засобом психологічного заміщення матеріальної реальності на кіберпростір.

Привабливий і захоплюючий уяву світ кіберпростору породив новий вид адиктивних способів особистісної реалізації – комп'ютерну залежність, кібер-адикцію, Інтернет-залежність, гаджет-адикцію, які включають певну кількість проявів залежної поведінки і, як наслідок, проблеми контролю над потягами [4; 5; 6]. Вивченню проблематики адиктивної поведінки присвячено безліч наукових досліджень, їх історія розпочинається ще з 1818 року, коли була опублікована одна із перших робіт К.М. Бриль-Краммер, яка присвячена дослідженню патологічних станів у разі хімічної залежності (алкоголізму). В історіографічних джерелах відправною точкою міжнародного вивчення адиктивної поведінки вважається випуск журналу “British Journal of Addictions”, що видавався у 1884 році у Великобританії, а трохи пізніше в США і Австралії, в якому висвітлювались основні проблеми алкоголізму, лудоманії та наркоманії [1; 7; 8; 9].

Нині кібер-адикція є найпоширенішою формою техногенної адиктивної особистісної реалізації, що не дивно за нинішнього рівня розвитку і достатку продуктів гейм-індустрії. Так, А.В. Урсу вважає специфічним для кібер-адикції «занурення в змінений стан свідомості, що створює умови для виникнення сильних емоційних реакцій на події, які відбуваються по той бік екрана» [10].

Натепер науковцями виділено 4 стадії формування кібер-адикції:

1. Стадія легкої захопленості. На цій стадії тільки запускаються механізми формування залежності.

2. Стадія захопленості. Характеризується появою нової потреби – постійно грати в комп'ютерні ігри, передивлятися Інтернет-світлина, спілкуватись у чатах. Віртуальний світ людина знаходить більш привабливим, нехтуючи спілкуванням з близькими, родинними справами і відпочинком. Саме на цій стадії починається залежність.

3. Стадія залежності. На цій стадії відбуваються основні зміни самооцінки і самосвідомості адикта, що призводить до серйозних змін у ціннісній сфері особистості.

4. Стадія прихильності. Найтриваліша стадія, що характеризується зрушенням психологічного змісту в бік норми, швидкість згасання залежності залежить від того, на якій з попередніх стадій зупинився адикт під час її формування. Якщо він проходить усі стадії розвитку кібер-адикції, то вона залежно від швидкості згасання може тривати і все життя [6; 9].

Відокремлення в процесі формування кіберзалежності певних стадій видається важливим кроком, оскільки передбачає типологізацію адиктів, що є необхідною умовою ефективною профілактики адиктивної поведінки.

У деяких джерелах ми зустрічаємо й інші стадії Інтернет-залежності:

– перша стадія – вибір привабливого варіанту віртуальної реальності (випробування різних варіантів серфінгу в Інтернеті, формування свого мережевого стилю, поступове витіснення реальних контактів, компенсація невдалої комунікації);

– друга стадія – на якій відбувається перенесення мети у віртуальну реальність, обмеження вибору і формування залежності (збільшення кількості контактів у мережі, перенесення реального життя у віртуальний простір, припинення використання можливостей Інтернет для вирішення реальних життєвих завдань, поглиблення знань);

– третя стадія – стадія стабілізації, залежність переходить у хронічну форму (людина повертається до реального життя, проте у стресовій ситуації або у разі виникнення нових тем або співрозмовників залежність знову посилюється) [11; 12].

Найявні і дещо інші погляди на стадії та їх характеристики. Наприклад, деякі вчені говорять про те, що перша стадія – це більш-менш легкий розлад особистості. Починається вона через захоплення «ною іграшкою», коли фокус уваги знаходиться лише в новому надбанні, а все інше перестає цікавити особистість і інші заняття відходять на другий план. Поступово людина віддаляється від родичів

і друзів, залишаючи пріоритет за «всесвітньою павутиною». На цій стадії адикт починає приховувати від рідних, скільки часу він проводить у кіберпросторі.

На другій стадії симптоми починають наростати, як сніжний ком. На цій стадії помітним стає те, що якщо людину силою відлучити від мережі, вона переживатиме почуття, схожі на муки наркомана, якому не дали чергову дозу. У адикта порушується увага, знижується працездатність, з'являються нав'язливі думки, безсоння, аж до повного відмовлення від сну, різко зростає потяг до стимуляторів – кави, сигарет, спиртних напоїв, наркотиків, причому деколи залежність від ПАР набувають і ті, хто ніколи в житті їх не пробував. Тому можна вважати, що здебільшого наркотична залежність є наслідком захоплення спілкуванням у мережі. До психічних розладів додаються головний біль, перепади тиску, ломота у кістках тощо.

Третя стадія – соціальна дезадаптація. Адикт, вже не одержуючи задоволення від спілкування через Інтернет, усе-таки постійно «висить» на сайтах. Стан депресії призводить до серйозних конфліктів на роботі і у сім'ї. Сильні, вольові особи ще можуть спробувати перемкнути свою увагу на щось інше, наприклад, закохатися, знайти іншу роботу тощо. Слабкішим нічого не залишається, окрім як звернутися по допомогу до фахівців [9; 13; 14].

У психології був описаний особливий тип психічних станів, які існують лише актуально. Цей тип психологічних станів був названий «віртуальними станами» і пов'язаний з поняттям «віртуальна реальність», що має низку специфічних властивостей: породження (продукується зовнішньою стосовно неї активністю іншої реальності); актуальність (існує актуально, тільки «тут і зараз», тільки поки активність породжує реальність); автономність (має свій час, простір і закони існування, для людини, що перебуває у віртуальній реальності, немає минулого і майбутнього); інтерактивність (може взаємодіяти з усіма іншими реальностями, в тому числі і з породженою як онтологічно незалежною від них) [15].

Ознаками того, що комп'ютерна залежність сформувалась і прогресує, є приховування істинного часу, проведеного за комп'ютером, і приховування характеру занять за ним. Кількість часу, що проводиться біля комп'ютера, зростає до кількох годин. Поза перебуванням за комп'ютером з'являються роздратування або зневіра, водночас у разі використання комп'ютера спостерігаються хороше самопочуття і виникає ейфорія. Заняття за комп'ютером відбуваються на шкоду всім життєво важливим функціям організму, нехтування сном, харчуванням, ігноруванням домашніх обов'язків тощо [3; 5; 8; 11].

Розглянемо психічні та фізичні наслідки комп'ютерної залежності:

1. Порушення соціальних зв'язків з членами сім'ї, друзями та іншими значимими особами. Заміна реальних друзів чи знайомих віртуальними.

2. Зміна когнітивних властивостей особистості, спад інтересу до корисної інформації, неможливість зосередитися, зниження пам'яті та уваги, здатності до логічного мислення, до швидкого прийняття рішень. Мозок так адаптується до можливостей техніки, що пам'ять практично не використовується. В результаті вона стає поверхневою і короткочасною. Людина швидше запам'ятовує не саму інформацію, а те, в якій папці в комп'ютері або на якому сайті вона знаходиться. Комп'ютер і Інтернет стають для людини своєрідним «протезом» пам'яті.

3. Формування функціональних розладів: стомлення очей, головні болі, ураження нервових стовбурів рук, пов'язане з тривалим перенапруженням м'язів, остеохондроз і викривлення хребта, розлад сну, порушення роботи шлунково-кишкового тракту. Для активних користувачів комп'ютера формуються специфічні симптоми перевтоми, після виключення комп'ютера вони відчувають спустошеність, втому, роздратованість. У активних користувачів комп'ютера хвороби опорно-рухового апарату трапляються в 3,1 рази, порушення нервової системи – в 4,6 рази, хвороби серцево-судинної системи в 2 рази частіше, ніж у осіб, які не працюють за комп'ютером [16].

4. Зміна психоемоційних характеристик особистості; в результаті виникнення кібер-адикції у індивіда з'являються такі риси характеру, які раніше були для нього не властиві, як: роздратування, тривожність, неврівноваженість, агресія, ворожість, конфліктність.

5. Тривала робота за комп'ютером вимагає підвищеної зосередженості, а це призводить до зростання навантажень на ще не повністю сформовану нервову систему підлітка. Через необмежене використання комп'ютера у дітей і підлітків відбувається перенапруження центральної нервової системи (ЦНС), яке виражається в зниженні зорової працездатності, в результаті чого з часом розвивається спазм акомодативної м'язової системи, що часто є причиною короткозорості. В результаті погіршення функціонального стану центральної нервової системи через виражене стомлення у разі систематичного використання комп'ютера формуються неврози, судомні стани і депресії [17].

Проаналізувавши наявні теорії щодо відокремлення стадій кібер-адикцій, ми пропонуємо відокремити такі:

1) Відсутність кібер-адикції – на цій стадії особистість має уявлення про роботу та наявність досвіду використання: ПК, Інтернету, деяких видів гри, гаджетів, а також має незначний

досвід кібер-комунікації та селфі. Однак контролює свій час проведення кіберпростору та у разі взаємодії із різноманітними гаджетами.

2) Відсутність патологічних ознак кібер-адикції – використання гаджетів та різноманітних видів девайсів, Інтернету та ПК перебуває у нормі, тобто на рівні соціально прийнятого використання інтерактивних технологій, яке відповідає сучасним потребам суспільства чи виконанню професійних функцій.

3) 1-й ступінь залежності, який не впливає на нормальний процес життєдіяльності та соціальну взаємодію особистості, однак з'являються прояви пристрасного використання кіберпростору, гаджетів та інших електронних девайсів, однак ще немає ознак наявності сформованості певного виду кібер-адикції. Тобто соціальні взаємозв'язки ще не страждають, особистість інколи порушує свої обіцянки, інколи відмовляється від виконання своїх обов'язків. Нормальний процес життєдіяльності особистості ще не порушується.

4) 2-й ступінь залежності – сформована залежність із виникненням проблем, які порушують нормальне соціальне життя особистості, страждають та порушуються міжособистісні та професійні стосунки. Особистість вибирає кіберпростір, а не реальне життя. На цій стадії особистість потребує сторонньої допомоги, залучення до психокорекційних заходів, спрямованих на попередження подальшого формування патологічної залежності.

5) 3-й ступінь – патологічна залежність, яка має прояви вираженої соціальної дезадаптації особистості, виявляються зміни в психоемоційних характеристиках та спостерігаються фізіологічні порушення (тунельний синдром, зниження зору, головний біль, сколіоз тощо). Особистість потребує втручання фахівців, залучення до загальних психокорекційних заходів, спрямованих на зниження залежності від виявленого виду кібер-адикції. Така стадія вже свідчить про психофізіологічні зміни, які потребують лікування та проведення активних психокорекційних заходів.

Висновки. Отже, можна зазначити, що проблема кібер-адикції, маючи складну поліфакторну природу, схожа у своєму розвитку з іншими видами залежностей. Натепер виділяються різні дефініції, критерії, стадії і фактори формування залежності. Однак більшість авторів визначає кібер-адикцію як вид девіантної, деструктивної поведінки, форму психологічної залежності, що виявляється в патологічній захопленості гаджетами, віртуальною реальністю, зумовленою схильністю до відходу від реальності за допомогою зміни свого психічного стану.

Перспективи подальших досліджень.

Проаналізувавши наявні теорії щодо відокремлення стадій кібер-адикцій, можна

відокремити такі: 1) відсутність кібер-адикції; 2) відсутність патологічних ознак кібер-адикції; 3) 1-й ступінь залежності; 4) 2-й ступінь залежності; 5) 3-й ступінь кібер-адикції.

Таким чином, можна зазначити, що однією із найпоширеніших особистісних проблем сучасної людини є формування психологічної залежності від певних видів активності, що дозволяють їй отримати особливе задоволення, покращити самопочуття, відволіктися від неприємної реальності, проте внаслідок своєї частоти та інтенсивності спричиняють безпосередню або опосередковану шкоду. Слід зауважити, що феномени комп'ютерної залежності, кібер-адикції, Інтернет-залежності, гаджет-адикції є складними полінауковими проблемами сучасності, які потребують всебічного експериментального дослідження з виявленням детермінант та груп ризику, вивченням динаміки розвитку, наслідків та відокремленням стадій кібер-адикцій, тобто чим повніше буде визначено їх нозологію, етіологію, тим більш ефективну та адекватну програму психокорекції та профілактики можна буде розробити.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Simon Kemp. Digital 2020 Global Overview Report, for *The Next Web*. URL: <https://wearesocial.com/digital-2020>.
2. Данько Ю.А. Соціальні мережі як форма сучасної комунікації: плюси і мінуси. *Сучасне суспільство*. 2012. № 2. С. 179–184.
3. Аймедов К.В., Асеева Ю.А., Толмачев А.А., Табачник С.И. Психологические особенности лиц, склонных к киберкоммуникативной зависимости на примере социальной сети INSTAGRAM. *Психиатрия, психотерапия и клиническая психология*. Т. 11. № 4. 2020. С. 731–738. URL: <https://www.elibrary.ru/contents.asp?titleid=32100>.
4. Егоров А.Ю. Нехимические зависимости – «фейк-диагнозы» или все-таки расстройства? *Неврологический вестник*. 2019. Т. 2. № 1. С. 38–43. URL: <https://psychiatr.ru/news/960>.
5. Ісакова Т.О. Інтернет-залежність як новий феномен сучасного світу: сутність і проблеми. Київ : НІСД, 2018. 47 с. URL: https://niss.gov.ua/sites/default/files/2011-10/Internet_zal-bcba2.pdf.
6. Юрьева Л.Н. Компьютерная зависимость: формирование, диагностика, коррекция и профилактика : монография. Днепропетровск : Пороги, 2006. URL: <https://studfiles.net/preview/6748925/>.
7. Blachnio A., Przepiorka A., Benvenuti M., Mazzoni E., Gwendolyn S. Relations Between Facebook Intrusion, Internet-addiction, Life Satisfaction, and Self-Esteem: a Study in Italy and the USA. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2019. No. 4. P. 18–38. URL: <https://www.springermedizin.de/reasons-between-facebook-intrusion-internet-addiction-life-sat/16353444/>
8. Goldberg I. Internet-addiction disorder. 1996. No. 3(4). P. 403–412. URL: <http://www.psychom.net>.
9. Block J.J. Issues for DSM-V: Internet-addiction. *Am. J. Psychiatry*. 2008. No. 165(3) P. 306–307. DOI: 10.1176/appi.ajp.2007.07101556. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18316427/>.
10. Utz S. The function of self-disclosure on social network sites: Not only intimate, but also positive and entertaining self-disclosures increase the feeling of connection. *Computers in Human Behavior*. 2015. P. 1–10. DOI: 10.1016/j.chb.2014.11.076.
11. Бартків О., Махновець В. Вивчення схильності студентів до Інтернет-адикції. *Молодь і ринок*. 2018. № 2 (121). С. 141–146. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mir_2015_2_31.
12. Вакуліч Т.М. Психологічний аналіз змісту та напрямів вивчення Інтернет-залежності. *Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова*. 2017. № 16 (40). С. 111–118.
13. Yellowlees P.M., Marks S. Problematic Internet use or Internet-addiction? *Computers in Human Behavior*. 2007. No. 23. P. 1447–1453. DOI: 10.1016/j.chb.2005.05.004.
14. Zafar S.N. Internet-addiction or Problematic Internet Use: Current Issues and Challenges in Conceptualization, Measurement and Treatment. *Journal of Islamic International Medical College*. 2016. P. 46–47. DOI: 10.5498/wjp.v6.i1.143.
15. Носов Н.А. Виртуальная психология. Москва : Аграф, 2000. 432 с.
16. Артюнина Г.П., Ливинская О.А. Влияние компьютера на здоровье школьника. *Псковский региональный журнал*. 2011. 12. С. 144–150. URL: https://arch.pskgu.ru/projects/pgu/storage/prj/prj_12/prj_12_17.pdf.
17. Смирнова А.А., Захарова Т.Ю., Синогина Е.С. Киберугрозы безопасности подростков. *Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review*. 2017. № 3 (17). С. 99–107. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kiberugrozy-bezopasnosti-podrostkov/viewer>.

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ СТУДЕНТІВ ЯК СКЛАДНИК УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ У ЗВО

STRESS RESISTANCE OF STUDENTS AS A COMPONENT OF SUCCESS STUDY IN HEI

У статті розглядається вплив тривожності та копінг-поведінки на формування стресостійкості студентів під час навчання у ЗВО. Наголошено, що феномен прояву стресу постійно супроводжує студента під час його перебування, а саме навчання у закладі вищої освіти. Проаналізовано наукові джерела за такою тематикою та визначено, що вивчення стресостійкості у студентському віці розкриті, однак наявні питання, на які ще треба знайти відповідь, зокрема дослідження взаємозв'язку між рівнем тривожності та копінг-поведінки у стресових ситуаціях та шляхів формування стресостійкості у студентському віці. Встановлено, що від того, яку саме стратегію поведінки вибирає студент у стресових та нових ситуаціях, залежатиме його успішність у навчанні, міжособистісних взаєминах (батьки, викладачі, одногрупники), підготовці до виконання обов'язків вибраної професійної діяльності тощо. Доведено, що зв'язки між показниками копінг-поведінки та рівнів тривожності мають певні особливості. Кореляційний аналіз даних за непараметричним χ^2 критерієм Пірсона допоміг визначити, що на розвиток стресостійкості студентів впливає рівень особистісної та реактивної тривожності, а також вибір студентами таких видів копінг-поведінки, як: «Орієнтований на вирішення завдань», «Орієнтований на емоції», «Стратегія уникнення», «Стратегія відволікання» та «Субшкала соціального відволікання». Встановлено, що розвиток стресостійкості студентів засобами тренінгового навчання має значний вплив на розвиток стресостійкості у студентів у ході навчання у ЗВО, сприяє формуванню комунікативних здібностей, позитивному баченню проблемних ситуацій, вміння вибрати успішні стратегії копінг-поведінки особистості у разі потрапляння в стресову ситуацію та знаходити шляхи вирішення проблемних завдань у ЗВО. Перспективою автори вбачають розробку та апробацію корекційної програми, яка спрямована на зменшення рівня прояву тривожності й вибору відповідних видів

копінг-поведінки у стресових ситуаціях у студентському віці.

Ключові слова: навчання у ЗВО, студентський вік, тривожність, копінг-поведінка, стресостійкість.

The article considers the influence of anxiety and coping behavior on the formation of stress resistance of students during their studies in the higher education institution. It is emphasized that the phenomenon of stress constantly accompanies the student during his stay, namely studying in a higher education institution. Scientific sources on this topic are analyzed and it is determined that the study of stress in students is revealed, however, there are questions that still need to be answered, in particular the study of the relationship between anxiety and coping behavior in stressful situations and ways to form stress in students. It has been established that depending on the behavioral strategy a student chooses in stressful and new situations, his success in learning, interpersonal relationships (parents, teachers, classmates), preparation for the duties of the chosen professional activity, etc. will depend. The relationship between coping behavior and anxiety levels has been shown to be specific. Correlation analysis of data by Pearson's nonparametric criterion helped to determine that the development of students' stress resistance is influenced by the level of personal and reactive anxiety, as well as students' choice of coping behaviors such as: "Task-oriented", "Emotion-oriented", "Avoidance strategy", "Distraction Strategy" and "Social Distraction Subscale". It is established that the development of stress resistance of students by means of training has a significant impact on the development of stress resistance in students during their studies in HEI, promotes the formation of communication skills, positive vision of problem situations, the ability to choose successful coping behaviors and find solutions of problem tasks in HEI. As a perspective, the authors see the development and testing of a correctional program, which aims to reduce the level of anxiety and choose the appropriate types of coping behavior in stressful situations during the student age.

Key words: education in HEI, student age, anxiety, coping behavior, stress resistance.

УДК 159.9.072.422:159.944
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.9>

Бужинська С.М.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри педагогіки, психології,
початкової освіти та освітнього
менеджменту
КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна
академія» Харківської обласної ради

Скляр С.С.

асистент учителя
КЗ «Шляхівська гімназія» Кегичівської
селищної ради Харківської області

Даніліч-Скаун А.А.

викладач кафедри педагогіки,
психології, початкової освіти
та освітнього менеджменту
КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна
академія» Харківської обласної ради

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Натепер досить поширеною є проблема стресостійкості, адже ця людська якість сприяє збереженню фізичного й психічного здоров'я. Досить важливо, щоб така якість була сформована у студентства, адже прояв стресу супроводжує студента під час адаптації та навчання в закладі вищої освіти, супроводжується новими соціальними умовами та міжособистісними стосунками [5, с. 215].

Стійкість до стресу для студента – це ключ до ефективної навчальної діяльності, його

успішна адаптація в усіх сферах, починаючи від адаптації до навчання у закладі вищої освіти і закінчуючи професійною підготовкою в ході навчально-виробничої практики. Провівши наукові розвідки, нами з'ясовано, що ці питання висвітлено в працях таких вітчизняних та зарубіжних науковців, як: Г. Андреева, А. Гурич, Д. Морозова, Лі Канг Хі, Г. Ришко, Т. Циганчук та інші [3].

Завдяки науковим працям Л. Афанасенко, І. Мартинюк, І. Малкіна-Пих, В. Мясникова, А. Шамне, Г. Сельє та Р. Бернс психологія як наука збагатилася дослідженнями та обґрунтуваннями щодо проблеми стресостійкості

як ключа до успіху в сучасному суспільстві [5, с. 216]. Варто також зазначити, що велику увагу стосовно дослідження стресостійкості приділяли і Б. Варданян, Н. Конанчук, О. Тімченко і П. Зільберман [2, с. 110].

Значний вклад у вивчення стресу серед студентської молоді зробив Г. Аракелов, який активно досліджував феномен стрес-факторів, що мають безпосереднє відношення до формування стійкості у студентства в процесі його навчання у закладі вищої освіти [2, с. 104].

Здійснивши аналіз психолого-педагогічних досліджень, ми дійшли висновку, що проблема формування стресостійкості у студентів у ході навчання у ЗВО є не досить розкритою і потребує більш детального розгляду. Нерозкритими залишаються питання стосовно зниження рівня тривожності і вибору успішних видів копінг-поведінки у стресових ситуаціях.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Досліджуючи студентство як окрему вікову категорію, Л. Коломієць та А. Степова переконані, що нова соціальна роль «студент» передбачає формування соціальної зрілості, залучення до нової системи відносин та набуття нових рис і якостей, а саме стресостійкості [4, с. 77].

Серед науковців розділилися погляди стосовно поняття «стресостійкість». Так, одні вчені вважають, що стресостійкість полягає в здатності особистості успішно здійснювати окремий вид діяльності у різноманітних ситуаціях [3, с. 176]. Інші вчені це поняття розуміють як уміння особистості сприймати й аналізувати власні емоції; дотримуватися великої витримки; здатність переносити вольові та емоційні навантаження без шкоди для соціуму та власного здоров'я [9, с. 314].

Д. Хома та М. Дідух стверджують, що стресостійкість у студентів визначається наявністю стресогенних факторів у студентському житті, насамперед таких як складання іспитів та необхідність самовизначення у майбутній професійній діяльності [11, с. 228].

О. Джеджула вважає, що стресостійкість як інтегративна властивість особистості має на увазі взаємодію з усіма структурними характеристиками психіки як під час, так і після дії стресогенних факторів. До внутрішніх чинників розвитку стресостійкості можна віднести «Я-концепцію» особистості, вдало підібрані копінг-стратегії та багатство комунікативної сфери [5, с. 210].

Подібного ходу думок додержуються і А. Гурич та М. Черпітав, які у своїх працях наголошують, що для формування стресостійкості та успішної копінг-поведінки у разі стресових ситуацій важливу роль відіграють ресурси людини. Так, ці ресурси поділяються на: матеріальні, фізичні, особистісні, інформаційні та інструментальні. Коротко охарактеризуємо їх [2, с. 104–107]. Особистісні ресурси:

мотивація студентів для подолання стресових ситуацій; «Я-концепція»; активна життєва позиція; оптимізм та емоційно-вольові риси студента. Фізичні ресурси: стан здоров'я студента та рівень його відповідального ставлення до нього. Матеріальні: матеріальне благополуччя; безпека життя та здоров'я; сприятливі санітарно-гігієнічні умови. Інформаційні та інструментальні ресурси: контроль власних емоцій; вибір шляхів до досягнення цілей; здатність до успішної адаптації; здібність до осмислення виниклої ситуації.

Таким чином, аналіз наукових джерел дав змогу нам стверджувати, що питання щодо вивчення формування стресостійкості у студентському віці розкриті, однак наявні питання, на які ще треба знайти відповідь, зокрема дослідження взаємозв'язку між рівнем тривожності та копінг-поведінки у стресових ситуаціях та шляхів формування стресостійкості у студентському віці.

Виходячи з вищезазначеного, формулюємо **мету статті**, яка полягає у вивченні впливу тривожності та копінг-поведінки на формування стресостійкості студентів під час навчання у ЗВО.

Виклад основного матеріалу. Навчання у ЗВО є обов'язковим і потребує значних змін у собі, пристосування до нових умов життя та міжособистісних стосунків. Для успішного та гармонійного входження у систему навчання в ЗВО студентам потрібно надати психологічний супровід, який зарадив би дезадаптації майбутніх фахівців у нових умовах та низькій стійкості до проявів стресу.

Студентство – це час формування майбутнього фахівця, де рівень його стресостійкості впливає на успішність повсякденної діяльності та стиль життя. Так, студентський вік можна охарактеризувати за такими сферами, як [7, с. 8–9]: психологічна сфера – наявність певних психологічних станів та властивостей, що є основою для психічних процесів, новоутворень та початку процесу адаптації до навчання у ЗВО; соціальна сфера – це становлення студента у соціумі, де демонструються міжособистісні стосунки, якості та риси студента, що яскраво будуть продемонстровані в ході адаптації до ЗВО; біологічна сфера – це інстинкти, фізична сила, будова аналізаторів, тип нервової системи та інше.

Студентів можна розглядати за такими групами відповідно до їхнього рівня прояву стресостійкості під час навчання у ЗВО [10]: стресостійкі люди – готові до змін та легко до них пристосовуються; стресонестійкі люди – важко адаптуються до нових умов життя та складно змінюють власні установки, погляди та поведінку; стресотренируючі люди – завжди готові до змін та адаптуються поступово; стресо-

гальмуючі люди – люди, що не здатні до змін під впливом навколишнього оточення.

З метою дослідження взаємозв'язку рівнів прояву тривожності із копінг-поведінкою студентів у стресових ситуаціях нами проведено дослідження на базі Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради протягом 2019–2020 р. До складу експериментальної вибірки увійшли 40 студентів першого курсу віком від 17 до 18 років.

Для проведення дослідження був дібраний такий психодіагностичний інструментарій: 1. Методика «Шкала оцінки рівня реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності» (Ч. Спілбергера та Ю. Ханіна), яка складається з 40 питань. Ця методика передбачає самооцінювання особистістю рівня своєї тривожності на поточний момент (реактивна тривожність) і особистісної тривожності [8, с. 36]. 2. Методика «Діагностика копінг-поведінки в стресових ситуаціях», яка розроблена канадськими вченими (С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер в адаптації Т. Крюкової), складається з 48 питань. Застосування такої методики дає змогу визначити такі копінг-стратегії особистості, як: проблемно-орієнтована стратегія; емоційно-орієнтована стратегія; стратегія уникнення; стратегія відволікання; соціальне відволікання [1, с. 173]. Як математико-статистичний метод обробки результатів дослідження був застосований коефіцієнт кореляції Пірсона з його наступною інтерпретацією. Кореляційний аналіз передбачав вивчення зв'язків шкал копінг-поведінки у стресових ситуаціях з рівнем прояву тривожності студентів. Кореляції між цими змінними відображено у таблиці 1.

Таблиця 1

Аналіз взаємозв'язку копінг-поведінки у стресових ситуаціях з рівнем прояву тривожності у студентському віці

Шкали діагностики копінг-поведінки у стресових ситуаціях	Реактивна тривожність	Особистісна тривожність
Орієнтований на вирішення завдань	-0,109***	0,025***
Орієнтований на емоції	-0,220***	0,193***
Стратегія уникнення	-0,017***	-0,042***
Стратегія відволікання	0,193***	-0,215***
Субшкала соціального відволікання	0,152***	-0,043***

Шкала «Орієнтований на вирішення завдань (проблемно-орієнтовна стратегія)» спрямована на виявлення здібностей студентів до спроможності розв'язувати різні завдання, застосовуючи можливі ресурси для пошуку шляхів вирішення завдань. Шкала «Орієнтований на емоції (емоційно-орієнтована стратегія)» характеризує рівень прояву емоцій у студентів у ході вирішення проблем. Шкала «Стратегія уникнення» показує нам поведінку студентів та їхній рівень прагнень відійти від вирішення проблем та завдань. Шкала «Стратегія відволікання» показує вміння студентів відволікатися від проблемних ситуацій та результатів їх прояву, а «Субшкала соціального відволікання» демонструє прагнення студентів звернутися за допомогою до оточуючих людей стосовно вирішення проблеми.

У ході кореляційного аналізу між шкалами копінг-поведінки та рівнів прояву реактивної та особистісної тривожності було виявлено прямий та зворотний зв'язок. Прямий зв'язок спостерігається в таких шкалах: «Стратегія відволікання» (0,193***), «Субшкала соціального відволікання» (0,152***) зі шкалою «Реактивна тривожність», який пояснюється тим, що чим вищий прояв вибору копінг-поведінки відволікання та безпосередньо соціальне відволікання, тим менше буде проявлятися рівень реактивної тривожності у студентської молоді. Також прямий зв'язок простежується зі шкалою «Особистісна тривожність» та таких видів копінг-поведінки, як: «Орієнтований на вирішення завдань» (0,025***), «Орієнтований на емоції» (0,193***), який полягає в тому, що чим вищий показник прагнень зосереджуватися на вирішенні стресових ситуацій, керуванні негативними емоціями та формуванні стресостійкості, тим нижчим буде прояв особистісної тривожності студентів.

Водночас зворотний зв'язок зі шкалою «Реактивна тривожність» спостерігається в таких шкалах копінг-поведінки, як: «Орієнтований на вирішення завдань» (-0,109***), «Орієнтований на емоції» (-0,220***), «Стратегія уникнення» (-0,017***), що свідчить про те, що чим нижчим буде прояв зосередження на вирішенні проблемних завдань, концентрації на власних емоціях та прагненні до втечі від стресової ситуації, тим вищим буде рівень реактивної тривожності у стресових ситуаціях та неможливості їх вирішити. Також слід зазначити, що зі шкалою «Особистісна тривожність» негативно корелюють такі шкали, як: «Стратегія уникнення» (-0,042***), «Стратегія відволікання» (-0,215***), «Субшкала соціального відволікання» (-0,043***), які свідчать про те, що чим нижчим є їхнє прагнення уникнути стресової ситуації шляхом переключення на більш спокійну ситуацію, пошук підтримки з боку близьких людей, тим вищим буде показник «особистісної тривожності» студентів.

Щодо шляхів формування стресостійкості у студентському віці, то слід зазначити, що до чинників, які формують стресостійкість студентів шляхом вибору успішних видів копінг-поведінки та здійснюють корекцію рівнів прояву тривожності, відносять [11, с. 228]: вміння вирішувати проблеми та позитивне бачення майбутнього; схвалення своїх вчинків з боку оточуючих; індивідуально-психологічні особливості людини (впевненість у собі, активність, оптимізм); задоволеність вибраною професією та позитивний емоційний фон.

І. Нарінгер наголошує, що формування стресостійкості у студентському віці можливе завдяки здійсненню методу психологічного тренування, де мають бути використані вправи, що сприяють саморегуляції стану студента, активізації психічних функцій, мотивують студентів для розвитку тих чи інших компонентів психіки тощо.

Г. Ришко наголошує, що важливе формування стресостійкості, вибору копінг-поведінки, корекції тривожності та показників соціально-психологічної адаптації. Такі здатності можна досягти завдяки проведенню семінарів, практикумів, тренінгових занять, психологічного консультування, бесід та методів імітаційного моделювання (моделювання умов та відносин професійної та навчальної діяльності: розігрування рольових ситуацій, інсценізації, кейс-методи, імітаційні ігри, аутогенне тренування для саморегуляції власних емоцій (гнів, тривожність), набуття нових конкретних якостей та формування навичок самоконтролю) [2, с. 107–108].

Також ефективним засобом формування стресостійкості у студентському віці є зниження показників рівня прояву тривожності та вибору відповідної копінг-поведінки особистості, внаслідок чого покращується соціально-психологічна адаптація студентів, а відповідно, і навчання у ЗВО. Як засоби досягнення такого результату використовують цикл тренінгових занять, на яких студенти програвать різні ситуації, виконують завдання, застосовують різні тренінгові технології, тобто участь у такій роботі сприяє вирішенню проблем, що виникають у студентів під час адаптації та навчання у ЗВО [6].

Таким чином, виходячи з вищезазначеного, ми дійшли висновку, що до формування стресостійкості схильні студенти, що мають середній рівень прояву тривожності, а також студенти, які більш адаптивні до успішного вибору видів копінг-поведінки у стресових ситуаціях.

Висновки і перспективи подальших розвідок у цьому напрямі. Отримані у процесі дослідження теоретичні та емпіричні результати дали нам змогу сформулювати такі висновки:

1. У ході теоретичного аналізу наукових підходів до стресостійкості у студентському

віці встановлено, що «стресостійкість» – це здатність молодої людини, яка проявляється в здатності пристосуватися до стресових ситуацій, зберігши високу ефективність власної життєдіяльності та дає їй можливість розкрити свій потенціал. Студентство як окрему вікову категорію можна розглядати за такими групами, як: стресостійкі люди, стресонестійкі люди, стресотренруючі люди та стресогальмуючі люди. Теоретичний аналіз наукових джерел за темою дослідження допоміг нам встановити, що така сфера наукових знань є ґрунтовно дослідженою, але при цьому відчувається брак інформації у питанні взаємозв'язку рівня тривожності із копінг-поведінкою у стресових ситуаціях у студентському віці.

2. Результати дослідження показують, що зв'язки між показниками видів копінг-поведінки та рівнів тривожності мають певні особливості. Кореляційний аналіз даних допоміг визначити, що на розвиток стресостійкості студентів впливає рівень особистісної та реактивної тривожності, а також вибір студентами таких видів копінг-поведінки, як: «Орієнтований на вирішення завдань», «Орієнтований на емоції», «Стратегія уникнення», «Стратегія відволікання» та «Субшкала соціального відволікання».

3. Для формування стресостійкості студентів важливу роль відіграють ресурси людини (матеріальні, фізичні, особистісні, інформаційні та інструментальні). До чинників, що формують стресостійкість у студентському віці, належать: вміння вирішувати проблемні ситуації під впливом стресу; низький прояв тривожності та індивідуально-психологічні особливості людини (впевненість у собі, оптимізм), задоволеність вибраною професією та позитивний емоційний фон. Такі вміння формуються шляхом проведення семінарів, практикумів, тренінгових занять та методів імітаційного моделювання під час вивчення різних освітніх компонентів у ЗВО, завдяки чому відбувається успішна адаптація, що формує впевненість у собі та мотивує здобувачів освіти до професійного розвитку.

Таким чином, експериментальне дослідження щодо вивчення особливостей взаємозв'язку копінг-поведінки у стресових ситуаціях з рівнем тривожності у студентському віці дозволило стверджувати, що високий рівень тривожності негативно позначається на успішності вибору копінг-поведінки, а отже, на формуванні стресостійкості у студентському віці. Водночас стресостійкість є основою для гармонійної соціальної взаємодії людини, яка характеризується емоційною стабільністю, високим рівнем саморегуляції, психологічною готовністю до стресу внаслідок чого відбувається успішна адаптація й навчання здобувачів освіти у ЗВО.

Перспективу подальшого дослідження вбачаємо у розробці корекційної програми, спрямованої на зменшення рівня прояву тривожності і вибору відповідних видів копінг-поведінки у стресових ситуаціях у студентському віці.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с. С. 173.
2. Каськов І.В. Теоретичні аспекти формування стресостійкості студентів ВНЗ до негативних чинників навколишнього середовища. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. № 1 (54). С. 104–110.
3. Катунин А.П. Стрессоустойчивость как психологический феномен. *Молодой ученый*. 2012. № 9. С. 176.
4. Коломієць Л.І., Степова А.С. Психологічні особливості самоактуалізації осіб юнацького віку з різним рівнем стресостійкості. *Психологічний часопис*. 2017. № 3 (7). С. 77.
5. Корольчук В.М. Обґрунтування організаційної моделі дослідження стресостійкості особистості. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2010. Вип. 7. С. 210–218.
6. Нагирнер И.И. Условия формирования стрессоустойчивости в образовательном процессе вуза. *Современные проблемы науки и образования*. 2015. № 5. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=22713> (дата звернення: 13.02.2021).
7. Психодиагностика стресса: практикум / сост. Куприянов Р.В., Кузьмина Ю.М. М-во образ. и науки РФ, Казан. гос. технол. ун-т. Казань : КНИТУ, 2012. 212 с.
8. Психологічні чинники конфліктної поведінки особистості : методичні рекомендації для самостійної роботи / укл. Мирошник О.Г., Нецетна К.А. Полтава, 2012. 55 с. С. 36.
9. Степова А.С. Психологічні особливості стресостійкості осіб юнацького віку. *Молодий вчений*. 2018. № 9 (61). С. 314–315.
10. Стресостійкість у сучасному світі. Психологічна служба ЗУНУ: *вебсайт*. URL: <https://www.tneu.edu.ua/student-life/laboratory-psychological-services/recommendations-and-tips/9681-stresostiikist-u-suchasnomu-sviti.html> (дата звернення: 23.02.2021).
11. Хома Д.О., Дідух М.М. Теоретичні аспекти дослідження стресостійкості. *Актуальні питання виявлення та розкриття злочинів Національною поліцією: вітчизняний та зарубіжний досвід* : матеріали Міжнар. наук.-практ. круглого столу (Київ, 19 лют. 2020 р.). Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2020. С. 228.

ОСОБЛИВОСТІ САМОСВІДОМОСТІ МАТЕРІВ У ПРОЦЕСІ ПЕРЕЖИВАННЯ НИМИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ

PECULIARITIES OF MOTHERS' SELF-CONSCIOUSNESS IN THE PROCESS OF EXPERIENCING EMOTIONAL BURNING

У цій статті розглянуто феномен самосвідомості матерів. Зазначено, що самосвідомість матерів являє собою складне утворення, що формується поетапно та поступово, опосередковується багатьма факторами, зокрема, готовністю до материнства, віком першого материнства, рівнем особистісної зрілості, та представлене у формі синтетичного поєднання самопізнання, самоставлення та самореалізації. Розглядаючи самосвідомість матерів, увагу зосереджено на тому, що із появою дитини у жінки змінюється сприйняття власного соціального статусу, сприйняття часу та формується материнська ідентичність, позиція «Я-мати». В результаті проведеного теоретичного дослідження було виявлено, що поряд зі значною увагою до вивчення феномена самосвідомості матерів у процесі переживання ними емоційного вигорання залишається не досить розкритою. Було показано, що матерям, які переживають емоційне вигорання, властиві проблеми самопрезентації в аспектах індивідуальне Я, реляційне Я та колективне Я, а також зниження самооцінки, високий рівень самокритичності, деперсоналізація, відчуття власної неповноцінності тощо. Найбільш представленими формами ідентичності матері виявилися рефлексивна та соціальна. Цей результат може відображати, що оцінка особистісних якостей та прояв емоційного ставлення до себе, усвідомлення приналежності до соціальних груп виступають певними психологічними складниками в зумовленні материнської самосвідомості у процесі переживання ними емоційного вигорання.

Пілотажне дослідження дозволило встановити існування кореляційних зв'язків між показниками самоставлення та трьома фазами емоційного вигорання. При цьому стаж материнства має виражені зв'язки із особистісною відстороненістю та віком матерів. Рисою матерів, що опосередковує емоційне вигорання, є прагнення реалізувати себе не тільки у материнстві, а й в інших сферах їхньої життєдіяльності. Одночасно з тим високий рівень вимог суспільства до жінки як матері та дихотомічність мислення, емоційна полярильність і неадекватна самооцінка жінок може бути предиктором розвитку емоційного вигорання та знаходити прояв у психосоматичних симптомах.

Ключові слова: самоставлення, самосвідомість, емоційне вигорання,

особистісні властивості, стаж материнства, ідентичність.

This article examines the phenomenon of mothers' self-awareness. It is noted that mothers' self-consciousness is a complex phenomenon that is formed gradually and step by step, mediated by many factors, including the age of first motherhood, readiness for motherhood, level of personal maturity, and presented in the form of a synthetic combination of self-knowledge, self-esteem and self-realization. Considering the self-consciousness of mothers, attention is focused on the fact that with the advent of the child, women change the perception of their own social status, perception of time and the formation of maternal identity, the position of "I-mother". As a result of the theoretical study it was found that much attention is paid to the study of the phenomenon of mothers' self-awareness, and the problem of mothers' self-consciousness in the process of experiencing emotional burnout remains incompletely disclosed. It has been shown that mothers who experience emotional burnout have problems with self-presentation in terms of individual self, relational self and collective self, as well as low self-esteem, high levels of self-criticism, depersonalization, feelings of inferiority and etc. The most represented identities of the mother were reflexive and social. This result may reflect that the assessment of personal qualities and the manifestation of emotional attitude to themselves, awareness of belonging to social groups are certain psychological components in determining maternal self-awareness in the process of experiencing emotional burnout.

The pilot study established the existence of correlations between self-esteem and the three phases of emotional burnout. At the same time, the length of maternity has strong connections with personal detachment and psychosomatics, as well as a connection between the age and psychosomatics of mothers. A feature that mediates the emotional burnout of modern mothers is the desire to realize themselves not only in motherhood, but in a wider range of areas. At the same time, the high level of society's demands on women as mothers and the dichotomy of thinking, emotional polarity, and inadequate self-esteem of women themselves can be a predictor of the development of emotional burnout and find manifestation in psychosomatic symptoms.

Key words: self-attitude, self-awareness, emotional burnout, personal characteristics, maternity experience, identity.

УДК 159.9.072.432

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.10>

Бунас А.А.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри загальної психології
та патопсихології
Дніпровський національний університет
імені Олеся Гончара

Черних О.А.

магістр психології,
аспірант факультету психології
та спеціальної освіти
Дніпровський національний університет
імені Олеся Гончара

Постановка проблеми. Сучасний світ характеризується численними трансформаційними процесами, серед яких – зміни на рівні суспільства, сім'ї, зокрема патернів сімейних стосунків і репродуктивної поведінки жінок. Сьогодні диктує нові умови для реалізації жінки, а тому вона більше уваги приділяє розвитку кар'єри, досягнення визнання, тому

створення сім'ї відстрочується, кількість дітей у родині зменшується, для жінки цінність материнства все більше посідає проміжне місце поряд із цінностями самореалізації, професійними та матеріальними цілями. Особливої уваги потребує дослідження усвідомлення людиною таких змін, адже трансформаційні зміни сьогодні позначаються і на самосві-

домості особистості. Низкою вчених (І.С. Кон, О.М. Леонтьєв, С.Л. Рубінштейн та ін.) зазначається, що рівень розвитку особистості є пропорційним до рівня розвитку її самосвідомості [24, с. 5]. Таким чином, з урахуванням швидкоплинних змін у сучасному суспільстві, у сфері сім'ї та відносин актуальним є дослідження самосвідомості жінок, особливостей сприйняття ними материнства та проявів материнської ідентичності. Зокрема, через підвищення рівня вимог до матерів, прагнення досягти ідеалу у материнстві особливої уваги дослідників потребує проблема самосвідомості матерів, що переживають емоційне вигорання.

Метою статті є висвітлення результатів дослідження специфіки самосвідомості матерів у процесі переживання ними емоційного вигорання.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Вивченню психологічних аспектів самосвідомості особистості присвятили свої роботи В. Джемс, І.С. Кон, О.М. Леонтьєв, К. Роджерс, С.Л. Рубінштейн, З. Фрейд, Г. Олпорт, Е. Еріксон та ін. Самосвідомість матерів досліджували: С.О. Ангелова, Л.А. Базалева, О.Н. Рибаківа, Д.О. Савенко, М.Ю. Кожина, М.М. Кулеша-Любінець, М.Ю. Чібісова, Т.І. Щербак. Материнство досліджується як самостійний феномен (Г.Г. Філіппова), вивчаються базові якості для реалізації ролі матері (А.І. Захаров, А.С. Співаковська), а також внутрішні і зовнішні детермінанти материнства (Е.І. Єсеніна, Н.Н. Васягіна, Н.А. Устинова) [6, с. 75].

Структура самосвідомості є складною і включає Я-концепцію особистості, самоставлення, саморегуляцію та самопізнання. Доведено, що формування самосвідомості відбувається поетапно та опосередковано [6, с. 75]. Однією з детермінант, що опосередковує самосвідомість жінки, викликаючи психологічні та соціальні перебудови у її структурі, є народження дитини. Жінка займає позицію «Я-мати», що, крім іншого, позначається на сфері її домагань [24, с. 10; 25, с. 15]. Самосвідомість матері виступає утворенням, що синтетично поєднує три компоненти:

1. Самопізнання формується поступово, від окремих образів своєї поведінки як матері до цілісного сформованого відображення себе як матері, утвореного на основі аналізу своєї поведінки під час різних обставин та у різних ситуаціях. Накопичення образів себе в результаті призводить до формування узагальненого образу «Я-мати» [6, с. 75].

2. Самоставлення представляє оцінку жінкою того, як вона виконує материнські обов'язки і може характеризуватись конфліктом між уявленнями жінки про себе як про матір та ідеальним образом матері. З одного боку, самоставлення виникає в результаті самопізнання жінкою самої себе, а з іншого

боку, вже сформоване самоставлення може опосередковувати напрям та індивідуальні особливості самопізнання [6].

3. Самореалізація являє собою те, яким саме чином матір організує свою взаємодію з дитиною, емоційні переживання під час взаємодії, реагування на дії та поведінку дитини, стиль цієї взаємодії та тип дитячо-батьківських відносин [6].

Процес побудови образу себе як матері залежить від представленості багатьох факторів, зокрема досвіду першого материнства, готовності до материнства, особистісної зрілості тощо. Так, за результатами досліджень М.Ю. Чібісової, молоді матері сприймають материнство як новий статус на рівні суспільства і сім'ї. У сприйнятті часу жінка акцентує увагу на теперішньому, в якому перебуває дитина як безумовна цінність [25, с. 20]. Одним із факторів, що впливає на прояв та формування самосвідомості, є рівень емоційного вигорання. Зокрема, дослідження Л.Н. Ожигової вказує на зв'язок емоційного вигорання із завищеною самооцінкою в акторів, а також зв'язок емоційного вигорання та середнього рівня самооцінки й особистісної тривожності серед педагогів [15, с. 262].

Розгляд наукової літератури дає змогу встановити, що вченими приділяється значна увага дослідженню самосвідомості матері, специфіці її прояву та трансформації протягом періоду материнства. Поряд із цим проблема особливостей самосвідомості матерів із емоційним вигоранням залишається не досить розкритою у наукових дослідженнях. Вигорання у вітчизняних дослідженнях більшою мірою вивчається у професійній сфері. Зокрема, у роботах В.В. Бойко, Н.Е. Водоп'янової, В.Е. Орел, Г.А. Робертс, а емоційне вигорання вивчається у роботах таких авторів, як: А.А. Рукавішніков, Н.Е. Водоп'янова, Г. Сельє, С. Maslach, А. Pines та ін. [4, с. 12; 7, с. 62; 8, с. 15; 16, с. 33; 17, с. 164; 20, с. 65; 28, с. 101].

Концепція батьківського вигорання була висунута у США ще наприкінці ХХ ст. (Procaccini та Kiefaver, 1983), але, попри це, феномен батьківського вигорання залишається не досить дослідженим. Здебільшого вивчалось батьківське вигорання у ситуації хворих дітей (L. Norberg, 2007; Lindström та ін., 2010; Karadavut та Uneri, 2011; L. Norberg та ін., 2014). Меншою мірою сучасні наукові дослідження висвітлюють батьківське вигорання у батьків здорових дітей [28, с. 11; 33, с. 105; 30, с. 20].

Вчені виокремлюють такі психологічні особливості матерів із високим рівнем емоційного вигорання, як: зниження особистих досягнень, деперсоналізація, емоційне виснаження, прагнення до перфекціонізму,

прагнення відповідати соціальним нормам, автоматична поведінка, психосоматичні симптоми (S. Hubert та I. Aujoulat) [31, с. 1]; емоційне дистанціювання від своїх дітей, почуття некомпетентності у батьківській ролі (Mikolajczak); депресія та тривога (A. Lebert-Charron, G. Dorard, E. Boujut, J. Wendland); педантичність та відсутність емоційного контролю (S. LeVigouroux, C. Scola) [34, с. 20]; наявність дітей, старших за 18 місяців, та депресивний настрій, що не є генералізованим, а стосується саме батьківської ролі (A. Nunes Tuna, I. Roskam, M. Mikolajczak); страх бути «не досить гарною матір'ю» (D.W. Winnicott); психосоматичні симптоми, неспроможність до планування, сором, самотність, відчуття вини тощо (S. Hubert та I. Aujoulat); хронічна втома через постійну опіку дитини та невдоволеність ставленням близьких до себе (Г.Г. Філіппова) [5, с. 13]; емоційна відстороненість, напруженість у відносинах, тривожність та непослідовність, низька задоволеність відносинами з дитиною і її відторгнення [2, с. 5]; тривога і депресія [29, с. 25].

На індивідуальне Я впливає тривога, страх, почуття власної некомпетентності; реляційне Я страждає від емоційного дистанціювання з дітьми і, як наслідок, має почуття особистого неблагополуччя; колективне Я також характеризується низьким рівнем прояву, через втрату соціальних зв'язків та самотність. Отже, в результаті батьківського вигорання матері стикаються із проблемами самопрезентації в таких аспектах Я: індивідуальне Я, реляційне Я та колективне Я [26, с. 1; 28, с. 20].

Таким чином, виявлені такі особливості самосвідомості матерів із емоційним вигоранням, як: деперсоналізація (S. Hubert та I. Aujoulat), зниження самооцінки, надмірна самокритичність (Л.А. Базалева), проблеми самопрезентації в аспектах індивідуальне Я, реляційне Я та колективне Я. Відхилення від ідеального образу матері переживається як особистісна нездатність, неповноцінність, зрада своєї дитини та свого «внутрішнього образу матері» (Г.Г. Філіппова) [2, с. 5].

Методика та організація дослідження.

У пілотажному дослідженні взяли участь 30 жінок віком від 24 до 78 із середньою та вищою професійною освітою, що перебувають у шлюбі та мають від 1 до 10 дітей. Відповідно до логіки та мети дослідження були використані такі методики, які спрямовані на діагностику рівня самоповаги, емоційного вигорання, самоставлення та дослідження ідентичності, а саме: Шкала самоповаги М. Розенберга (Rosenberg's Self-Esteem Scale, 1965) [32, с. 132]; Тест-опитувальник самовідношення (В.В. Столін, С.Р. Пантелєєв, 1988) [22, с. 130]; Методика діагностики рівня емоційного вигорання В.В. Бойко (1996)

[4, с. 130]; Тест «Хто Я?» (М. Кун та Т. МакПартленд, модифікація Т.В. Рум'янцевої) [23, с. 82]. Для математико-статистичного аналізу використувався r -критерій Пірсона в пакеті IBM SPSS Statistics 26.

Виклад основного матеріалу. У результаті емпіричного збору даних за опитувальником «Хто Я?» було встановлено, що у більшості матерів переважає завищена самооцінка (46,6%), адекватна самооцінка – 26,6% досліджуваних, занижена – 3,3%. Більшість матерів, що взяли участь у дослідженні, характеризуються емоційною полярністю (70%), що свідчить про схильність розподіляти всі події навколишнього світу за принципом «чорно-білого» мислення. Така особистісна особливість, імовірно, свідчить про примітивність, дихотомічність мислення та є одним із можливих симптомів алекситимії. До врівноваженого типу було віднесено 16,6% опитаних жінок, а у групу осіб, що мають сумніви, увійшли 6,6% респондентів. Показник останньої групи може бути свідченням переживання кризи у житті, вказувати на нерішучість як рису характеру, схильність піддавати сумніву власні висновки, твердження тощо.

Найбільш представленими формами ідентичності у матерів є рефлексивна (x^- =53,5%), соціальна (x^- =34,2%), діяльнісна (x^- =8%), комунікативна (x^- =3%), фізична (x^- =1%), матеріальна та перспективна (x^- =1%), при цьому не було виявлено проблемної та ситуативної форм ідентичності. Припускаємо, що вираженість рефлексивної ідентичності серед матерів відображає значущість оцінки особистісних якостей, індивідуального стилю поведінки, персональних характеристик та емоційного ставлення до себе. Рівень вираженості соціальної ідентичності також підкреслює прояв «Соціального Я» крізь приналежність до сімейних, етнічних, політичних та релігійних груп тощо, засвідчує високий рівень усвідомленості цієї ідентичності. Показники вираженості діяльнісної, комунікативної, фізичної, матеріальної та перспективної ідентичності, ймовірно, свідчать про те, що ці аспекти особистості менш усвідомлені або витіснені матерями. Ймовірно, відсутність прояву проблемної та ситуативної ідентичності вказує на успішність функціонування у соціумі загалом.

Наступним етапом дослідження було виявлення зв'язків між самоповагою матерів як одного зі складників самоставлення (за Шкалою самоповаги М. Розенберга) та особистісними характеристиками жінок, а саме віком і стажем материнства. Отримані результати свідчать про відсутність зв'язку між самоповагою та віком ($r=0,017$); самоповагою і стажем материнства ($r= -0,146$). Цей результат, можливо, пов'язаний і тим, що для сучасних матерів рівень самоповаги опосередковується не лише успішністю

у сфері материнства та стажем материнства, а залежить від ширшого кола сфер, в яких жінка може реалізувати себе (розвиток кар'єри, особистісний ріст, сфера захоплень тощо). Вважаємо, що рівень самоповаги матерів може значною мірою варіюватись у різному віці і більшою мірою залежить від самоприйняття, здатності до адекватної та об'єктивної оцінки своїх переваг та недоліків, своїх життєвих перемог та невдач, відчуття власної компетентності й успішності [10, с. 6; 27, с. 117].

З метою поглиблення та уточнення результатів дослідження було вирішено встановити ймовірність існування кореляційних зв'язків між емоційним вигоранням та самостваленням матерів (табл. 1).

Встановлено, що наявний додатний кореляційний зв'язок між самоприйняттям та переживанням обставин ($r=0,389$, $p\leq 0,05$), від'ємний кореляційний зв'язок існує між загальним показником самоствалення та загальним показником напруження ($r= -0,381$, $p\leq 0,05$), тривогою і депресією ($r= -0,537$, $p\leq 0,01$); між самоповагою та загальним показником напруження ($r= -0,409$, $p\leq 0,05$), тривогою і депресією ($r= -0,563$, $p\leq 0,01$); між очікуваним ставленням інших та загальним показником напруження ($r= -0,479$, $p\leq 0,01$), тривогою і депресією ($r= -0,384$, $p\leq 0,05$), загальним показником виснаження ($r= -0,489$, $p\leq 0,01$), особистісною відстороненістю ($r= -0,527$, $p\leq 0,01$), психосоматикою ($r= -0,534$, $p\leq 0,01$); між самовпевненістю та тривогою і депресією ($r= -0,369$, $p\leq 0,05$); між ставленням інших та загальним показником напруження ($r= -0,405$, $p\leq 0,05$), тривогою та депресією ($r= -0,398$, $p\leq 0,05$), особистісною відстороненістю ($r= -0,361$, $p\leq 0,05$); між самокерівництвом та загальним показником напруження ($r= -0,409$, $p\leq 0,05$), незадоволеністю собою ($r= -0,454$, $p\leq 0,05$), тривогою та депресією ($r= -0,372$, $p\leq 0,05$), неадекватним реагуванням ($r= -0,409$, $p\leq 0,01$), психосоматикою ($r= -0,373$, $p\leq 0,05$); між самоінтересом (як установкою на конкретні дії на адресу свого «Я») та психосоматикою ($r= -0,386$, $p\leq 0,05$); між саморозумінням та тривогою і депресією ($r= -0,403$, $p\leq 0,05$), неадекватним реагуванням ($r= -0,397$, $p\leq 0,05$). Не було встановлено кореляційних зв'язків між «загнаністю у клітку», загальним показником резистентності, економією емоцій, редукцією професійних обов'язків, емоційним дефіцитом, емоційною відстороненістю та показниками самоствалення, а також між аутосимпатією та самоінтересом (глобальна шкала), самозвинуваченням та загальними показниками емоційного вигорання. Не було виявлено значущих кореляційних зв'язків між загальним показником напруження та самовпевненістю, самоприйняттям, самоінтересом (додаткова шкала) та саморозумінням; між переживанням обставин та загальним

показником самоствалення, самоповагою, аутосимпатією, очікуваним ставленням інших, самовпевненістю, ставленням інших, самокерівництвом, самозвинуваченням, саморозумінням;

– загальний показник виснаження та загальний показник самоствалення, самоповага, аутосимпатія, самоінтерес, самовпевненість, ставлення інших, самоприйняття, самозвинувачення, самокерівництво, саморозуміння;

– особистісна відстороненість та загальний показник самоствалення, самоповага, аутосимпатія, самоінтерес, самовпевненість, самоприйняття, самозвинувачення, самокерівництво, саморозуміння. Ймовірно, відсутність статистично значущих зв'язків за вказаними змінними може бути пов'язана з індивідуальними особливостями матерів. При цьому припускаємо, що негативне ставлення до себе підвищує загальний рівень напруженості та тривоги, позначається на шкалі очікування ставлення інших, що пояснює отриманий нами від'ємний кореляційний зв'язок. Виявлений від'ємний кореляційний зв'язок між загальним показником напруження та самоповагою, ймовірно, свідчить про те, що матері, які перебувають у стані виснаження та напруги, відчують брак часу та психологічних ресурсів, приділяють менше уваги дітям, незадоволені результатами власної діяльності, що позначається на негативному ставленні до себе та низькому рівні самоповаги.

Значущі від'ємні кореляційні зв'язки між загальним показником напруження та очікуваним ставленням інших, ставленням інших як установкою на конкретну дію, скоріше за все, свідчать про те, що очікуване позитивне ставлення до себе інших та підтримка оточуючих людей є ресурсом для матерів, який може допомогти запобігти виникненню емоційного вигорання. Цей висновок підтверджують результати досліджень С.В. Тайсаєвої та Т.Ю. Овсянникової [14], а також О.О. Дорошева та Є.М. Кавлакан, вказуючи, що пошук соціальної підтримки, як і очікування позитивного ставлення інших, сприяють уникненню емоційного вигорання [9, с. 21]. Ймовірно, виявлений від'ємний кореляційний зв'язок між самокерівництвом та загальним показником напруження вказує на те, що особистісний контроль, прояв регуляційних можливостей «Я» у нових ситуаціях, активність та самостійність, високий рівень саморегуляції, а тому і самокерівництво є чинниками, що знижують ймовірність розвитку емоційного вигорання. Встановлений негативний кореляційний зв'язок між самокерівництвом та загальним показником емоційного вигорання підтверджується у інших дослідженнях [14, с. 209; 18, с. 538].

Виявлений додатний кореляційний зв'язок між самоприйняттям та переживанням обставин,

Таблиця 1

Результати аналізу кореляційних зв'язків між емоційним вигоранням за методикою «Діагностика рівня емоційного вигорання» В.В. Бойко та самоставленням за методикою «Тест-опитувальник самовідношення» (В.В. Столін–С.Р. Пантелєєв)

Показники емоційного вигорання	Показники самоставлення											
	Глобальні шкали					Додаткові шкали (вираженість установки на конкретні внутрішні дії на адресу свого «Я»)						
	Загальний показник	Самоповага	Аутосимпатія	Очікуване ставлення інших	Самоінтерес	Самовпевненість	Ставлення інших	Самоприйняття	Самокерівництво	Самозвинування	Само-інтерес	Саморозуміння
Загальний показник напруження	-0,381*	-0,409*	-0,117	-0,479**	0,108	-0,201	-0,405*	-0,016	-0,409*	0,110	-0,245	-0,256
Переживання обставин	-0,073	-0,176	0,206	-0,285	0,290	-0,141	-0,280	0,389*	-0,247	-0,023	-0,011	-0,015
Незадоволеність собою	-0,234	-0,223	-0,049	-0,332	-0,014	0,090	-0,196	-0,185	-0,454*	-0,080	-0,293	-0,228
«Загнаність у клітку»	-0,192	-0,137	-0,333	-0,298	-0,019	-0,075	-0,200	-0,358	-0,069	0,084	-0,198	-0,069
Тривога і депресія	-0,537**	-0,563**	-0,159	-0,384*	-0,001	-0,369*	-0,398*	0,038	-0,372*	0,292	-0,200	-0,403*
Загальний показник резистенції	-0,168	-0,048	0,052	-0,273	0,045	-0,041	-0,182	0,164	-0,336	-0,004	-0,269	-0,118
Неадекватне реагування	-0,270	-0,296	0,100	-0,130	-0,143	-0,092	-0,033	0,006	-0,409**	-0,081	-0,269	-0,397*
Емоційна дезорієнтація	-0,201	-0,091	-0,099	-0,058	0,090	-0,294	-0,037	0,059	-0,103	-0,012	-0,021	-0,096
Економія емоцій	-0,035	0,100	0,062	-0,335	-0,120	0,127	-0,302	0,255	-0,177	0,119	-0,197	-0,006
Редукція професійних обов'язків	0,072	0,143	0,057	-0,128	0,288	0,123	-0,053	0,067	-0,064	-0,048	-0,155	0,187
Загальний показник виснаження	-0,224	-0,210	-0,139	-0,489**	0,031	-0,182	-0,305	-0,186	-0,290	-0,035	-0,313	-0,220
Емоційний дефіцит	-0,045	-0,208	-0,019	-0,312	0,016	-0,136	-0,240	-0,073	-0,189	-0,105	-0,167	-0,163
Емоційна відстороненість	-0,155	-0,096	-0,258	-0,205	0,107	-0,103	-0,049	-0,303	-0,170	-0,076	-0,173	-0,191
Особистісна відстороненість	-0,289	-0,239	-0,207	-0,527**	0,011	-0,258	-0,361*	-0,169	-0,202	0,118	-0,285	-0,154
Психосоматика	-0,236	-0,133	0,028	-0,534**	-0,033	-0,091	-0,332	-0,059	-0,373*	-0,048	-0,386*	-0,202

Примітка: * рівень значущості $p \leq 0,05$ ** рівень значущості $p \leq 0,01$

імовірно, пов'язаний із тим, що внаслідок переживання матерями стресових ситуацій та обставин, що викликають напруження, підвищується рівень готовності до виявлення самоприйняття (як установки на адресу свого «Я»), що відбувається у формі захисного механізму.

Протилежні результати були отримані у дослідженні Т.В. Макоти, проведеному серед військовослужбовців, де встановлено зв'язок самоприйняття із емоційною стабільністю та відсутністю схильності до емоційного вигорання. Тому розбіжності між результатами досліджень пов'язані із певними відмінностями механізмів виникнення та прояву емоційного вигорання матерів та військовослужбовців [11, с. 216].

Встановлений від'ємний кореляційний зв'язок між шкалами самокерівництво та незадоволеність собою, скоріше за все, свідчить про те, що особистість, яка схильна до самоконтролю, автономності, високого рівня саморегуляції, досягає вищих результатів у діяльності та вибудовуванні відносин з іншими членами сім'ї та своїми дітьми, а тому відчуває задоволеність собою. Можливо, матері з адекватною самооцінкою, впевненістю у собі, позитивним самоствавленням і сильним «Я», мають більше особистісних ресурсів для протидії розвитку тривоги і депресивних станів, а тому демонструють низький рівень емоційного вигорання. Також було отримано від'ємні кореляційні зв'язки між самоствавленням та симптомами вигорання і у іншому дослідженні [12, с. 97]. Ймовірно, для матерів із високим рівнем самоконтролю, самоорганізації, самоаналізу та розумінням себе властивий також високий рівень емоційного інтелекту, що, з одного боку, дозволяє регулювати власну поведінку, уникаючи неадекватних проявів, а з іншого боку, свідчить про високий рівень самокерівництва. Для матерів неадекватне реагування може бути пов'язане із розходженням між рівнем домагань і фактичними досягненнями, відчуттям самопожертви у ролі матері, негативною самооцінкою, а тому із низьким рівнем самокерівництва та саморозуміння [21, с. 190]. Виявлений від'ємний кореляційний зв'язок між загальним показником виснаження, особистісною відстороненістю та очікуваним ставленням інших, скоріше за все, свідчить про те, що для матерів із високим рівнем виснаження характерне переживання незадоволення собою, втоми, роздратування, відчуття втрати контролю над ситуацією, відчуття спустошення, зниження рівня особистісних ресурсів та незадоволення собою, емоційний дефіцит, що створює антигуманістичну установку та втрату інтересу до іншої людини або дитини і позначається на очікуваному ставленні оточуючих. Підтверджує отриманий результат і від'ємний зв'язок між особистіс-

ною відстороненістю та ставленням інших (як вираженістю установок на конкретні внутрішні дії на адресу свого «Я»).

Статистично значущий кореляційний зв'язок між очікуваним ставленням інших та психосоматичними проявами, ймовірно, свідчить про те, що для матерів із високим рівнем виснаження, у яких погіршена здатність впоратись із навантаженнями, енергія емоцій перерозподіляється між іншими системами і знаходить прояв як у відхиленнях соматичних і психічних станів, так і у порушенні комунікацій, цинічному ставленні до партнера та дитини, а тому і у зниженні очікування позитивного ставлення до себе з їхнього боку.

Виявлені від'ємні кореляційні зв'язки між психосоматикою та самокерівництвом, самоінтересом, скоріше за все, пов'язані з тим, що матері, які не вважають себе основним джерелом власного розвитку, не відчувають власне «Я» як внутрішній стрижень, що координує та направляє активність, а тому негативні переживання, що не можуть бути висловлені дитині, виявляються на фізичному рівні. Жінка-мати, яка має високий рівень рефлексії та інтересу до себе, більшою мірою здатна усвідомлювати та регулювати власні емоційні стани, тому успішно долає кризові ситуації, уникаючи розвитку психосоматичних розладів.

Одним із аспектів вивчення самосвідомості матерів стало дослідження можливих детермінант переживання ними емоційного вигорання. Отже, було досліджено зв'язки між віком матерів, стажем материнства, кількістю дітей та фазами емоційного вигорання.

Були виявлені додатні кореляційні зв'язки між показниками емоційного вигорання та особистісними характеристиками, а саме: віком та психосоматикою ($r=0,383$, $p\leq 0,05$); між стажем материнства та особистісною відстороненістю ($r=0,401$, $p\leq 0,05$); психосоматикою ($r=0,512$, $p\leq 0,01$). Не було встановлено кореляційних зв'язків між показниками емоційного вигорання та кількістю дітей у сім'ї, а також між віком та іншими показниками емоційного вигорання; стажем материнства та іншими показниками емоційного вигорання. Ймовірно, за винятком психосоматичних проявів як фізіологічного рівня прояву емоційного вигорання загалом, вік та кількість дітей не є факторами, що опосередковують інтегральні показники фаз емоційного вигорання. Припускаємо, що емоційне вигорання значною мірою варіюється у матерів із різним стажем і не пов'язане прямо зі стажем материнства, за винятком встановленого статистично значущого додатного кореляційного зв'язку між стажем материнства та особистісною відстороненістю, що може бути пов'язане із тим, що любов матері до дитини, замкнутість простору діадної взаємодії може настільки поглинути

Результати аналізу кореляційних зв'язків між емоційним вигоранням за методикою «Діагностика рівня емоційного вигорання» В.В. Бойко та особистісними характеристиками осіб

Показники емоційного вигорання	Особистісні характеристики		
	Вік	Стаж материнства	Кількість дітей
Загальний показник напруження	-0,027	0,026	-0,047
Переживання обставин	0,241	0,192	-0,243
Незадоволеність собою	-0,081	-0,031	0,042
«Загнаність у клітку»	-0,253	-0,109	0,168
Тривога і депресія	-0,011	-0,003	-0,061
Загальний показник резистенції	0,1500	0,213	0,007
Неадекватне реагування	0,058	0,122	0,279
Емоційна дезорієнтація	0,028	-0,023	-0,113
Економія емоцій	0,113	0,159	-0,170
Редукція професійних обов'язків	0,160	0,250	0,036
Загальний показник виснаження	0,172	0,296	0,093
Емоційний дефіцит	-0,085	-0,008	0,145
Емоційна відстороненість	-0,017	0,052	0,008
Особистісна відстороненість	0,275	0,401*	0,044
Психосоматика	0,383*	0,512**	0,104

Примітка: * рівень значущості $p=0,05$ ** рівень значущості $p=0,01$

жінку, що спричинить відчуття втоми, дратівливості, байдужості стосовно дитини та близьких. Припускаємо, що на отриманий результат міг вплинути високий рівень представленості дихотомічного мислення у жінок, що заважає об'єктивізувати наявну реальність та власні судження, а це призводить до переоцінки значення негативних подій у реалізації материнства [1, с. 168]. Встановлені статистично значущі зв'язки між психосоматикою та стажем і віком матерів пов'язані із тим, що суттєву роль відіграють: підвищена емоційність і особливості генеративної функції (менструальний цикл, вагітність, лактація, клімакс). Психосоматичні розлади пов'язані із віком осіб, а особливо вплив цього фактору підвищується у старечому віці [19, с. 4].

Висновки. Дослідження проблеми самосвідомості матерів у процесі переживання ними емоційного вигорання дозволяє сформулювати низку висновків, а саме:

1) самосвідомість матерів являє собою складне утворення, що включає самопізнання, самореалізацію та самоствавлення;

2) побудова образу себе як матері пов'язана із виконанням материнської ролі, присвоєнням позиції «Я-мати», усвідомленням свого нового соціального статусу;

3) одним із факторів, що зумовлює особливості самосвідомості матерів, виступає емоційне вигорання, котре порушує самопрезентацію жінки, адекватність її самооцінки, підвищує самокритичність, формує відчуття власної неповноцінності себе як особистості і т. ін.;

4) матерям властива емоційна полярність, найбільш виразно представлені рефлексивна та соціальна форми ідентичності. Зазначено, що характерною рисою сучасних матерів є розширення кола сфер, в яких жінка може реалізувати себе, тому рівень самоповаги жінок-матерів не визначається лише успішністю материнства. Виявлено існування зв'язку між самоствавленням та фазами напруження, резистенції й виснаження. Визначено, що опосередковують емоційне вигорання матерів підвищена емоційність, особливості генеративної функції жінок. Перспективу подальших досліджень вбачаємо у поглибленні та продовженні дослідження із розширенням вибірки досліджуваних, а також у вивченні ролі особистісної зрілості та перфекціонізму в процесі переживання емоційного вигорання матерями.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Базалева Л. Возможности исследования эмоционального выгорания у матерей в психологии личности. *Вестник Адыгейского государственного университета. Серия «Педагогика и психология»*, 2010. № 1. С. 168–176.
2. Базалева Л. Личностные факторы эмоционального «выгорания» матерей в отношениях с детьми : автореф. дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.04. Краснодар, 2010. 26 с.
3. Бойко В. Психоэнергетика. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 416 с.
4. Бойко В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. Санкт-Петербург : Сударыня, 1999. 105 с.

5. Валитова И. Особенности самосознания матери ребенка с ограниченными возможностями здоровья. *Развитие личности*, 2018. № 4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-samosoznaniya-materi-rebenka-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya>.
6. Васягина Н., Рыбакова Е. Структурно-содержательный анализ самосознания матери. *Образование и наука*, 2007. № 2. С. 75–86.
7. Водопьянова Н. Психодиагностика стресса. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 336 с.
8. Водопьянова Н., Старченкова Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. Санкт-Петербург : Питер, 2005. 336 с.
9. Дорошева Е., Кавлакан Е. Психометрические свойства русскоязычной версии опросника «регуляция эмоций у родителей». *Reflexio*, 2019. № 12(2). С. 21–35.
10. Западнюк А. Особливості дисфункційних схем матерів із різним самостваленням. 2019. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/232853920.pdf>
11. Макота Т. Емоційне вигорання як наслідок емоційної нестійкості особового складу підрозділів спеціального призначення. *Вісник Національного університету оборони України*, 2012. № 3. С. 216–220.
12. Метельська Н. Вплив емоційного вигорання на розвиток професійної самосвідомості педагогічних працівників. *Психологія і особистість*, 2015. № 1. С. 97–108.
13. Овсянникова Т. Психологические условия предупреждения синдрома эмоционального выгорания у преподавателей высшей школы : автореф. дис. ... канд. психол. н. Нижний Новгород, 2008. 25 с.
14. Овсянникова Т., Тайсаева С. К вопросу о предупреждении синдрома выгорания у преподавателей. *Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии*, 2014. № 47. С. 209–214.
15. Ожигова Л. Эмоциональное выгорание и самооценка личности у актеров и педагогов. *Теория и практика общественного развития*, 2015. № 16. С. 262–264. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnoe-vygoranie-i-samoootsenka-lichnosti-u-akterov-i-pedagogov>.
16. Орел В. «Синдром психического выгорания» и стилевые особенности поведения и деятельности профессионала. *Сибирский психологический журнал*, 2006. № 23. С. 33–39.
17. Орел В., Рукавишников А. Исследование влияния факторов рабочей среды на феномен психического выгорания в профессиях социальной сферы. *Социальная психология XXI век*, 1999. Т. 2. С. 164–167.
18. Попова Т. Экспериментальное исследование эмоционального выгорания, самоотношения и самоактуализации практических психологов. *Экспериментальная психология в России: традиции и перспективы*, 2010. С. 538–542.
19. Психосоматические заболевания: Полный справочник. / Под ред. Елисеева Ю. Изд : ЭКСМО, 2003, 608 с.
20. Робертс Г. Профилактика выгорания. *Вопросы общей психиатрии*, 1998. Вып. 1. С. 65–72.
21. Савенко Д. Структурна організація самосвідомості матері. *Психологія: реальність і перспективи*, 2016. Вип. 7. С. 190–193.
22. Столин В., Пантеев С. Опросник самоотношения. *Практикум по психодиагностике: Психодиагностические материалы*. Москва, 1988. С. 123–130.
23. Тест Куна М. Тест «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпарленд; модификация Т.В. Румянцевой). *Психологическое консультирование: диагностика отношений в паре*. Санкт-Петербург. 2006. С. 82–103.
24. Устинова Н. Внутрличностные детерминанты самосознания матери : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Екатеринбург, 2009. 22 с.
25. Чибисова М. Феномен материнства и его отражение в самосознании современной молодой женщины : дис. ... канд. психол. наук. Москва, 2003. 272 с.
26. Brewer M., Sedikides C. Individual self, relational self, collective self. *Psychology Press*, 2001. Pp. 1–3.
27. Dunford E., Granger C. Maternal Guilt and Shame: Relationship to Postnatal Depression and Attitudes towards Help-Seeking. 2017. URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10826-017-0690-z>.
28. Hubert S., Aujoulat I. Parental burnout: When exhausted mothers open up. *Frontiers in psychology*, 2018. No. 9. 1021 p.
29. Lebert-Charron A., Dorard G., Boujut E., Wendland J. Maternal burnout syndrome: Contextual and psychological associated factors. *Frontiers in psychology*, 2018. No. 9. 885 p.
30. Mikolajczak M., Roskam I. Stress et dé de la parentalité: *Thématiques contemporaines*. De Boeck Supérieur, 2016. No. 30. 100 p.
31. Nunes Tuna A., Roskam I., Mikolajczak M. Le diagnostic différentiel: burnout parental, dépression, dépression post-partum. Comment faire la différence? *Le Burnout Parental. Comprendre et Prendre en Charge*, 2018. URL: <http://hdl.handle.net/2078.1/thesis:8656/>.
32. Robinson J., Shaver P. Measures of social psychological attitudes. Ann Arbor, MI: Survey Research Center, Institute for Social Research, 1973. Pp. 132–133.
33. Roskam I., Raes M., Mikolajczak M. Exhausted parents: development and preliminary validation of the parental burnout inventory. *Frontiers in psychology*, 2017. No. 8, p. 163.
34. Vigouroux S., Scola C. Differences in parental burnout: influence of demographic factors and personality of parents and children. *Frontiers in psychology*, 2018. No. 9. 887 p.

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА СКЛАДНИКІВ ЕМОЦІЙНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

PECULIARITIES OF INTERRELATION OF VITALITY AND COMPONENTS OF EMOTIONAL SELF-REGULATION OF IN-MIGRANTS

У статті представлено дослідження взаємозв'язків життєстійкості й емоційних властивостей, копінг-стратегій, механізмів психологічного захисту переселенців у процесі емоційної саморегуляції особистості. Проаналізовано структурні складові частини емоційної саморегуляції: життєстійкість, емоційні властивості особистості, копінг-стратегії та механізми психологічного захисту. Визначено зумовленість життєстійкості вибором копінг-стратегій, механізмів психологічного захисту переселенців у стресовій ситуації у зв'язку з емоційними властивостями.

Виявлено кількісні та якісні характеристики зв'язків життєстійкості з особистісними емоційними властивостями й копінг-захисними механізмами в переселенців. Визначено взаємозв'язок життєстійкості з характеристиками емоційного реагування (емоційна збудливість, інтенсивність емоцій, емоційна лабільність-ригідність, експресивність, емоційна стійкість-нестійкість, оптимізм-песимізм) і стійкими емоційними властивостями (тривожність, емоційна чуйність, сміливість у соціальних контактах, емоційна стійкість). Установлено відсутність зав'язків показників стійких емоційних властивостей «напруження», «безпечність» (експресивність) із показниками життєстійкості. З'ясовано, що показники життєстійкості переселенців значною мірою визначаються їхніми емоційними властивостями, які своєю чергою мають тісний зв'язок із копінг-захисними механізмами. Визначено взаємозв'язки життєстійкості з копінг-захисними механізмами особистості (самоконтроль, визнання відповідальності, втеча-уникнення, планомірне розв'язання проблеми; регресія, заміщення, проєкція, компенсація, гіперкомпенсація, раціоналізація). З'ясовано, що копінг-стратегія «планування розв'язання проблем» має прямі зв'язки з показниками залучення, контролю та загальним показником життєстійкості особистості; копінг-стратегія «самоконтроль» – із показником контролю. Захисні механізми «регресія», «заміщення» утворюють зворотні зв'язки з усіма показниками життєстійкості. Копінг-стратегії «конфронтація», «дистанціювання», «пошук соціальної підтримки», «позитивна переоцінка» й захисні механізми особистості «витіснення», «заперечення» не презентували взаємозв'язку з показниками життєстійкості переселенців. Доведено, що ефективність емоційної саморегуляції переселенців визначається гнучкістю системи самореалізації та можливостями формування особистісних ресурсів.

Ключові слова: самореалізація, копінг-стратегії, механізми психологічного захисту, характеристики емоційного реагування, емоційні властивості, стресові ситуації.

The article presents the study of the interrelation between vitality and emotional traits, coping strategies, mechanisms of psychological protection of in-migrants in the process of emotional self-regulation of the personality. The structural components of emotional self-regulation are analyzed: vitality, emotional personality traits, coping strategies, and mechanisms of psychological protection. The conditionality of vitality is determined by the choice of coping strategies, mechanisms of psychological protection of in-migrants in a stressful situation due to emotional traits.

The quantitative and qualitative characteristics of the links between vitality and personal emotional traits and coping-protective mechanisms of in-migrants are identified. The interrelation between vitality and the characteristics of emotional response (emotional excitability, emotional intensity, emotional lability-rigidity, expressiveness, emotional stability-instability, optimism-pessimism) and stable emotional traits (anxiety, emotional sensitivity, courage in social contacts) is also determined. There are no links between the indicators of stable emotional traits of "stress", "safety" (expressiveness) with the indicators of vitality. It is found that the vitality indicators of in-migrants are largely determined by their emotional traits, which in turn are closely related to the coping-protective mechanisms. The interrelations of vitality with coping-protective mechanisms of the personality (self-control, recognition of responsibility, escape-avoidance, systematic problem solution; regression, substitution, projection, compensation, hyper compensation, rationalization) are determined. It is found that the coping strategy "problem-solving planning" has direct links with the indicators of involvement, control, and the overall indicator of the vitality of the personality; the coping strategy "self-control" with the indicator of the vitality of "control". The "regression" and "substitution" protection mechanisms provide feedback to all the vitality indicators. The coping strategies of "confrontation", "distancing", "seeking social support", "positive reassessment" and the personality protection mechanisms of "displacement", "denial" have not shown any interrelation with the vitality of in-migrants. It is proved that the effectiveness of emotional self-regulation of in-migrants is determined by the flexibility of the system of self-realization and the possibility of forming personal resources.

Key words: self-realization, coping strategy, mechanisms of psychological protection, characteristics of emotional reaction, emotional traits, stressful situations.

УДК 159.942.5:314.151.3-054.73
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.11>

Степаненко Л.В.
к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Донбаський державний
педагогічний університет

Постановка проблеми. Складі умови сьогодення вимагають від особистості постійно долати стресові ситуації, примушує розвивати вміння спрямовувати свою активність до здатності володіти прийомам емоційної стабілізації та самореалізації.

Проблема самореалізації, життєстійкості як самостійних феноменів представлена неоднозначно в психологічній науці. У більшості наукових робіт індикаторами самореалізації виступають різні властивості особистості й індивідуальності. Поєднання потреб, вну-

трішньої необхідності й зовнішніх несприятливих умов самореалізації є особливо важливою проблемою під час розгляду сучасних важких ситуацій, коли перед людиною постає необхідність опору негативним факторам середовища, з одного боку, й збереженням власного плану самореалізації, – з іншого. У такому контексті важливо розкрити ті психологічні характеристики, які є медіаторами досягнення мети опору й самореалізації особистості [1; 2].

Як зауважує О.І. Расказова, пошук психологічних ресурсів із метою долання складних життєвих ситуацій є ключовим моментом під час виходу з несприятливих обставин. Коли людина переконана у своїх силах, може контролювати те, що відбувається з нею, а також готова до активного долання труднощів, то це допомагає їй подолати складну ситуацію. Зміст таких переконань співзвучний із поняттям життєстійкості [3].

Компоненти життєстійкості проявляються в переконаннях і диспозиціях активно включатися в ситуацію, твердо вірити у свої можливості, готовності ризикувати для досягнення позитивного результату. Завдяки таким переконанням людина приймає й труднощі, й складність того світу, в якому вона живе й діє. Життєстійкість складається з трьох компонентів: залученість, контроль і прийняття ризику (виклик). Таким чином, чим вище життєстійкість, тим найімовірніше, що людина буде адекватно сприймати труднощі замість їх уникнення та заперечення. Тому життєстійкість можна уявити як сукупність установок і навичок, що дозволяють перетворити зміни в можливість [4].

Залученість є важливою особливістю уявлень людини про себе, навколишній світ і характер взаємодій між ними, що мотивує людину до самореалізації. Такий компонент дозволяє відчувати себе значущим і цінним і включатися в розв'язання життєвих завдань навіть за наявності стресогенних чинників і змін. Людина з розвиненим компонентом залученості вмє знаходити цікаве й цінне для себе. Це відбувається шляхом включеності в процес та активної позиції щодо всього того, що з нею відбувається. Люди з розвиненим компонентом контролю переконані в тому, що боротьба може вплинути на результативність ситуації, та вони самі можуть контролювати її хід. Компонент контролю пов'язаний із самооцінкою, особистісною адаптацією до важких життєвих ситуацій, а також депресією, тривогою, станом здоров'я. Таким чином, якщо узагальнити функції компонентів життєстійкості, то в життєстійкої людини спостерігається готовність отримувати досвід зі сформованих ситуацій, діяти в ситуації невизначеності. Іншими словами, життєстійкість – ресурс, спрямований більшою мірою на підтримку

вітальності й діяльності, меншою – на підтримку активності свідомості.

Ставлення людини до змін, як і її можливості скористатися наявними внутрішніми ресурсами, що допомагають ефективно управляти ними, визначають, наскільки особистість здатна впоратися з труднощами й змінами, з якими вона стикається кожен день. Життєстійкість підкреслює аттїюди, які мотивують людину перетворювати стресогенні життєві події [5].

Життєстійкість – система переконань, що дозволяє людині сприймати події як менш стресогенні й успішно протистояти їм. Життєстійкі переконання впливають на оцінку ситуації завдяки готовності активно діяти, а також впевненості в можливості впливати на ситуацію, вона сприймається як менш травматична. Крім того, життєстійкість сприяє активному доланню труднощів через турботу про власне здоров'я та добробут, шляхом чого напруга й стрес, які відчуває людина, не переходять у психосоматичні й не призводять до хронічних захворювань [6].

Більшість дослідників визначають життєстійкість як інтегральну психологічну характеристику особистості, що сприяє протистоянню стресорам і збереженню здоров'я індивіда, в тому числі й психічного. С.І. Кудінов визначає життєстійкість як властивість особистості за певних умов, у важких життєвих ситуаціях, що виступає предиктором самореалізації суб'єктів діяльності [7]. Виділено автором поняття, на наш погляд, є важливим у розумінні ролі життєстійкості в емоційній саморегуляції особистості. Життєстійкість у поєднанні з емоційними властивостями особистості, копінг-захисними механізмами розуміється нами як ресурс, який допомагає особистості подолати життєві труднощі, стресові ситуації, кризи.

Постановка завдання. Мета статті – проаналізувати особливості взаємозв'язків життєстійкості й емоційних властивостей, копінг-стратегій, механізмів психологічного захисту переселенців у стресових ситуаціях.

Виклад основного матеріалу дослідження. З метою аналізу проблеми життєстійкості як особистісної властивості в складі емоційної саморегуляції переселенців було здійснено дослідження емоційних властивостей і копінг-захисних механізмів особистості. Участь в експериментальному дослідженні взяли 76 переселенців Донецької області віком від 25 до 50 років.

Для дослідження складових частин емоційної саморегуляції особистості було використано такі методи: 1) копінг-тест Р. Лазаруса в адаптації Т.Л. Крюкової та співавторів; 2) опитувальник Плутчика Келлермана Конте Індекс життєвого стилю (Life Style Index, LSI); 3) самооцінювальний тест «Характеристики

емоційності» Є.П. Ільїна – шкала «емоційна збудливість», «інтенсивність емоцій», «тривалість емоцій»; 4) фрайбурзький опитувальник – шкала «емоційна лабільність»; 5) опитувальник емпатії В.В. Бойко – шкала «емоційний канал емпатії»; 6) методика емоційно-енергетичних зарядів В.В. Бойко; 7) методика індекс життєвого задоволення в адаптації Н.В. Паніної – шкала «загальний фон настрою»; 8) 16 факторний особистісний опитувальник Р.Б. Кеттелла – блок емоційних властивостей. Для дослідження властивостей життєстійкості була використана методика діагностики життєстійкості С. Мадді в адаптації Д. Леонтьєва.

Результати дослідження життєстійкості переселенців свідчать, що всі показники виражені на середньому рівні. Проаналізовані взаємозв'язки між показниками життєстійкості й показниками емоційних властивостей як складових частин емоційної саморегуляції особистості. Установлені зворотні кореляційні зв'язки між властивістю життєстійкості «залученість» та емоційними властивостями особистості «емоційна збудливість», «глибина переживання емоцій», «емоційна лабільність-ригідність», «експресивність», «емоційна стійкість», «оптимізм-песимізм», крім показника «емоційна чуйність»; а також зі стійкими емоційними властивостями «тривожність» ($r \leq -0,363$). З показниками «сміливість у соціальних контактах» ($r \leq 0,322$), «емоційна стійкість» ($r \leq 0,307$) показник «залученість» має прямі зв'язки. Отже, значущі кореляційні зв'язки показника життєстійкості «залученість» із показниками емоційного реагування та стійкими емоційними властивостями свідчать про те, що чим більше переселенці отримують задоволення від особистісної діяльності, тим менше в них виявляється тривожність, емоційна нестійкість, імпульсивність. Для них характерними є емоційна стійкість і сміливість у соціальних контактах. Отримані дані свідчать, що емоційні властивості переселенців характеризуються емоційною стійкістю, емоційною стриманістю, зумовлюють впевненість особистості в собі.

Зворотні кореляційні зв'язки виявлені між властивістю життєстійкості «контроль» та емоційними властивостями особистості «емоційна збудливість», «глибина переживання емоцій», «емоційна лабільність-ригідність», «експресивність», «емоційна стійкість», «оптимізм-песимізм», крім показника «емоційна чуйність»; а також зі стійкими емоційними властивостями «тривожність» ($r \leq -0,451$). З показниками «сміливість у соціальних контактах» ($r \leq 0,398$), «емоційна стійкість» ($r \leq 0,409$) показник «контроль» утворює прямі зв'язки. Це свідчить про те, що переселенці відчувають впевненість у собі, мають можливість самостійно обирати свій життєвий шлях, долати труднощі. Їхній

самостійний вибір супроводжується зниженням емоційної збудливості, інтенсивності емоцій, тривожності, вони емоційно стійкі й схильні раціоналізувати емоційні переживання.

Між показниками життєстійкості «прийняття ризику» й характеристиками емоційного реагування встановлені значущі зворотні зв'язки: «емоційна збудливість», «глибина переживання емоцій», «емоційна лабільність-ригідність», «експресивність», «емоційна стійкість», крім показників «емоційна чуйність», «оптимізм-песимізм». Існують значущі прямі зв'язки зі стійкими емоційними властивостями «емоційна чуйність» ($r \leq 0,472$) та «емоційна стійкість» ($r \leq 0,347$). Отже, переселенці емоційно стійкі, впевнені, що від стресової ситуації вони можуть отримати досвід. Стрессова ситуація сприймається переселенцями без інтенсивних емоційних переживань, критично, відповідно до складених обставин.

Установлені зворотні кореляційні зв'язки між загальним рівнем життєстійкості й емоційними властивостями особистості «емоційна збудливість», «глибина переживання емоцій», «емоційна лабільність-ригідність», «експресивність», «емоційна стійкість», «оптимізм-песимізм», крім показника «емоційна чуйність», зі стійкими емоційними властивостями «тривожність» ($r \leq -0,458$) та прямі зв'язки з показниками «емоційна чуйність» ($r \leq 0,332$), «сміливість у соціальних контактах» ($r \leq 0,332$), «емоційна стійкість» ($r \leq 0,446$). Отже, система переконань переселенців про себе дозволяє їм повністю емоційно відключитися від стресової ситуації та ефективно долати її. Це супроводжується широким спектром характеристик емоційної стійкості, зниженням тривожності, позитивним поглядом на життєву перспективу.

Показники характеристики емоційного реагування «емоційна чуйність» і стійких емоційних властивостей «напруження», «безпечність» (експресивність) не утворюють зв'язків із показниками життєстійкості. Отже, властивості життєстійкості як можливості переселенців до самореалізації значною мірою визначаються їхніми емоційними властивостями, які своєю чергою мають тісний зв'язок із копінг-захисними механізмами особистості.

Установлені різноспрямовані взаємозв'язки між показником життєстійкості «залученість» і показниками копінг-захисних механізмів особистості як складових частин емоційної саморегуляції: прямий зв'язок із копінг-стратегією «планомірне розв'язання проблеми» ($r \leq 0,471$), зворотні зв'язки – з копінг-стратегіями «визнання відповідальності» ($r \leq -0,364$), «втеча-унікнення» ($r \leq -0,316$); із захисними механізмами «регресія» ($r \leq -0,528$), «заміщення» ($r \leq -0,475$), «компенсація» ($r \leq -0,389$). За умови середнього рівня залучення в стресову ситуацію переселенці роблять спроби аналі-

зувати ситуацію, шукають можливі варіанти планування дій з урахуванням цієї ситуації, використовуючи свій попередній досвід і свої можливості. Переселенці реально сприймають стресову ситуацію, не ухиляються від відповідальності, спрямовують свої дії на розв'язання труднощів, які виникають під час стресової ситуації. Не відчують глибокого відсторонення від інших і незадоволення собою.

Існують значущі різноспрямовані кореляційні зв'язки між показником життєстійкості «контроль» і копінг-захисними механізмами переселенців: прямий зв'язок – із копінг-стратегіями «самоконтроль» ($r \leq 0,434$), «планомірне розв'язання проблеми» ($r \leq 0,493$), зворотний зв'язок із показником копінг-стратегії «визнання відповідальності» ($r \leq -0,354$); із захисними механізмами «регресія» ($r \leq -0,457$), «заміщення» ($r \leq -0,339$), «проекція» ($r \leq -0,306$), «компенсація» ($r \leq -0,357$), «раціоналізація» ($r \leq -0,316$). Це свідчить про те, що переселенці мають цілеспрямовані дії, планомірно розв'язують проблему з урахуванням стресових ситуацій. Долають негативні емоційні переживання шляхом утримання негативних емоцій, які виникають під час стресової ситуації. Мають відчуття, що можуть змінити ситуацію та вибрати свій шлях.

Досліджені зворотні кореляційні зв'язки між показником життєстійкості «прийняття ризику» й копінг-механізмами «визнання відповідальності» ($r \leq -0,330$), «регресія» ($r \leq -0,403$), «заміщення» ($r \leq -0,464$), «гіперкомпенсація» ($r \leq -0,358$), «раціоналізація» ($r \leq -0,397$). Переселенці стресову ситуацію сприймають як досвід, в якому вони опинилися, виявляють готовність діяти. Визнають, що обставини, які склалися, не залежать від них, прагнуть діяти усвідомлено й контролювати свої негативні емоційні переживання.

Виявлені різноспрямовані кореляційні зв'язки між загальним показником «життєстійкість» і копінг-механізмами: прямий зв'язок із копінг-стратегією «планомірне розв'язання проблеми» ($r \leq 0,432$), зворотні зв'язки – з копінг-стратегіями «визнання відповідальності» ($r \leq -0,434$), «втеча-унікнення» ($r \leq -0,379$); із захисними механізмами «регресія» ($r \leq -0,590$), «заміщення» ($r \leq -0,519$), «компенсація» ($r \leq -0,393$), «раціоналізація» ($r \leq -0,329$). Отже, завдяки системі переконань про себе, про обставини, які склалися, переселенці ефективно долають стресову ситуацію. Вони виявляють активність, будують план своїх дій з урахуванням ситуації, використовують попередній досвід, надають перевагу конструктивним формам поведінки в стресових ситуаціях.

Копінг-стратегії «конфронтація», «дистанціювання», «пошук соціальної підтримки», «позитивна переоцінка» й захисні механізми особистості «витіснення», «заперечення» не

показали взаємозв'язку з показниками життєстійкості в переселенців.

Показники всіх рівнів життєстійкості утворюють зворотні зв'язки з показником копінг-стратегії «визнання відповідальності» й із показниками захисних механізмів «регресія», «заміщення». Копінг-стратегії самоконтролю та планування розв'язання проблеми мають вибіркові прямі зв'язки з показниками життєстійкості. Також захисні механізми проєкції, компенсації, гіперкомпенсації, раціоналізації мають вибіркові зворотні зв'язки з показниками життєстійкості.

Таким чином, усі показники життєстійкості утворюють зворотний зв'язок із копінг-стратегією «визнання відповідальності», прямий зв'язок із копінг-стратегією «планування розв'язання проблеми» й показниками життєстійкості «залученість», «контроль», «загальний показник життєстійкості». Копінг-стратегія «самоконтроль» має прямий зв'язок із показником життєстійкості «контроль», копінг-стратегія «втеча-унікнення» утворює з показниками «залучення», «загальний рівень життєстійкості» зворотний зв'язок. Такі захисні механізми, як «регресія», «заміщення» утворюють зворотний зв'язок з усіма показниками життєстійкості. Захисний механізм «проекція» – з показником життєстійкості «контроль», «гіперкомпенсація» – з показником життєстійкості «прийняття ризику». Захисний механізм «компенсація» – з показниками життєстійкості, крім показника «прийняття ризику»; механізм «раціоналізації» – з показниками життєстійкості, крім показника «залучення». Отже, система переконань переселенців про себе дозволяє їм успішно долати стресову ситуацію та визначається своєрідним репертуаром копінг-стратегій і захисних механізмів особистості.

Зазначимо також, що навіть у межах середнього рівня вираження життєстійкості ефективність додання стресової ситуації досягається шляхом копінг-захисних механізмів як складової частини емоційної саморегуляції.

Висновки з проведеного дослідження. На основі проведеного дослідження можна зробити висновок, що встановлені взаємозв'язки показників життєстійкості з показниками емоційних властивостей, а також із показниками копінг-захисних механізмів дозволяють визначити змістовні характеристики рівня самореалізації емоційної саморегуляції особистості. Цей рівень складають характеристики емоційного реагування (емоційна збудливість, інтенсивність емоцій, емоційна лабільність-ригідність, експресивність, емоційна стійкість-нестійкість, оптимізм-песимізм) і стійкі емоційні властивості (тривожність, емоційна чуйність, сміливість у соціальних контактах, емоційна стійкість). Також рівень самореалізації емоційної саморегуляції переселенців містить

компоненти життєстійкості, копінг-стратегії «самоконтроль», «визнання відповідальності», «втеча-унікнення», «планування розв'язання проблеми», показники механізмів захисту «регресія», «заміщення», «проекція», «компенсація», «гіперкомпенсація», «раціоналізація». Отже, ефективність емоційної саморегуляції переселенців визначається гнучкістю системи самореалізації та можливостями формування особистісних ресурсів.

Перспективним надалі вбачається дослідження змістовних характеристик рівня самоактуалізації емоційної саморегуляції особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Авдеев Н.П., Кудинов С.С., Архипочкина К.В. Индивидуально-типологическая характеристика самореализации личности. *Вестник Российского университета дружбы народов. Сер. Психология и педагогика*. 2012. № 4. С. 85–91.
2. Кудинов С.И., Хаммад С.М. Психологическая устойчивость личности как основа самореализации субъекта. *Вестник Российского университета дружбы народов. Сер. Психология и педагогика*. 2015. № 1. С. 26–30.
3. Рассказова Е.И. Психологические ресурсы саморегуляции и реабилитации личности в экстремальных условиях. *Личность в экстремальных условиях* : Материалы международной научно-практической конференции. Часть 1. Петропавловск-Камчатский : Изд-во КамГУ, 2005. С. 100–103.
4. Мадди С.Р. Теории личности: сравнительный анализ / Пер. с англ. Санкт-Петербург, 2002. 567 с.
5. Волобуева Н.М., Сережко Т.А. Жизнестойкость и религиозность как ресурсы современного человека в трудных жизненных ситуациях. *Научные ведомости. Серия Гуманитарные науки*. 2015. № 24 (221). Выпуск 28. С. 151–157.
6. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. Москва : Смысл, 2006. 63 с.
7. Кудинов С.И., Кудинов С.С., Хаммад С.М. Жизнестойкость как предиктор самореализации личности в трудных жизненных ситуациях. *Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития*. 2017. Т. 6. Вып. 3 (23). С. 229–238.

СТРУКТУРНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСНОВ ПРОФЕСІЙНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ

STRUCTURAL CHARACTERISTICS OF PSYCHOLOGICAL FUNDAMENTALS OF PERSONAL PERSONALITY CULTURE

У статті здійснено теоретичний аналіз психологічних основ професійної культури фахівця. Головною метою роботи є побудова й опис власної концептуальної моделі психологічних основ професійної культури фахівців. Представлено трактування місця професійної культури в структурі загальної культури особистості. У статті використана низка теоретичних методів, а саме аналіз і систематизація, конкретизація психолого-педагогічної та навчально-методичної літератури. Одним зі стратегічних завдань, що стоїть перед сьогоднішнім, є створення умов для формування професійної культури працівників будь-якої галузі. Професійна культура в загальному плурачентні – це сукупність спеціальних теоретичних знань, практичних умінь і навичок, пов'язаних із конкретним видом праці, а також професійно-етичних якостей, що відповідають вимогам до представника професії. Професійна культура як частина загальної культури розглядається не тільки як форма людської діяльності, але і як найважливіший аспект життєдіяльності особистості, як соціальна діяльність, яка не зводиться лише до певного комплексу знань, умінь і навичок. Такий вид культури — це універсальна система, що містить професійні компетентності й цінності, які у вигляді зразків і норм, прийнятих у конкретній професійній області, регулюють професійну діяльність. У статті розкриваються основні компоненти концептуальної моделі дослідження психологічних основ професійної культури фахівця, а саме: когнітивний, комунікативний, емоційно-вольовий, поведінково-діяльнісний, особистісно-характерологічний. Під час побудови власної концептуальної моделі дослідження психологічних основ професійної культури фахівців ми спиралися на такі принципи: системності, цілісності, діяльності, наступності, компетентності, індивідуальної спрямованості. У процесі наукового пошуку ми досліджуємо специфічні ознаки професійної культури фахівця на основі узагальнення різних даних. Проведене дослідження свідчить, що до розуміння побудови моделі психологічних основ професійної культури існують різні підходи.

Ключові слова: психологічні основи професійної культури, концептуальна модель, когнітивний, комунікативний, емоційно-во-

льовий, поведінково-діяльнісний, особистісно-характерологічний компоненти.

The article deals with theoretical analysis of the psychological foundations of the professional culture of a specialist. Representation of the place of professional culture in the structure of the general culture of personality is presented. Professional culture, as part of a common culture, is considered not only as a form of human activity, but also as an essential aspect of the life of a person, as a social activity, which is not limited to a certain set of knowledge, skills and abilities.

This type of culture is considered as a certain degree of mastery of the profession, that is, methods and methods of solving professional problems on the basis of the formation of the spiritual culture of the individual. The professional culture of the person assumes the assimilation of professional knowledge, professional competence, the formation of professionally relevant qualities that are necessary for participation in professional activities.

Professional culture is a universal system that includes professional competencies and values that, in the form of samples and norms adopted in a specific professional field, regulate professional activity. Professional culture is created by people professionally employed in any field of activity and, as a rule, have received special training for it. The article reveals the main components of the conceptual model of the study of the psychological foundations of the professional culture of a specialist, namely: cognitive, communicative, emotional-volitional, behavioral-activity, personality-characterological components.

The content of each group of criteria of qualities depends on the characteristics of the worker's activity, and each of them can have a set of criteria that should be established and evaluated depending on the specialization, seniority, position, etc. We define the structure as a community of long and strong interconnections between the numerous components of a phenomenon, an object that ensures its stability and integrity.

Key words: psychological basis of professional culture, conceptual model, cognitive, communicative, emotional-volitional, behavioral-activity, personality-characterological components.

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.12>

Хоржевська І.М.

к.психол.н.,

доцент кафедри психології

Чорноморський національний

університет імені Петра Могили

Постановка проблеми. В умовах сучасного українського простору у зв'язку з Європейською інтеграцією країни в освітнянській, культурній, професійній площині формування професійної культури особистості фахівця є дуже актуальним. Теоретичні проблеми професійної культури спеціаліста досліджують фахівці різних галузей: психологи, педагоги, філософи, соціологи, культурологи й представники інших суміжних наук. Однак аналіз літературних джерел свідчить про те, що

єдиного визначення сутності й навіть терміну «професійна культура» ще не окреслено.

Професійна культура — це універсальна система, що містить професійні знання та цінності, які у вигляді зразків і норм, прийнятих у конкретній професійній області, регулюють професійну діяльність. Такий вид культури розглядається як певний ступінь опанування професією, тобто способами й прийомами розв'язання професійних завдань на основі сформованості духовної культури особистості.

Професійна культура особистості передбачає засвоєння професійних знань, професійну компетентність, сформованість професійно значущих якостей, які необхідні для участі в професійній діяльності.

Професійна культура (як частина загальної культури) розглядається не тільки як форма людської діяльності, але і як найважливіший аспект життєдіяльності особистості, як соціальна діяльність, яка не зводиться лише до певного комплексу знань, умінь і навичок.

Головним джерелом культури є діяльність людини. Професійна культура розглядається як певний ступінь опанування професією, тобто способами й прийомами розв'язання професійних завдань на основі сформованості загальної культури особистості.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Формування психологічних основ професійної культури фахівців є однією з актуальних проблем у сучасних психологічних і соціогуманітарних науках [16; 17; 15].

Експериментальні дослідження відомих вітчизняних і зарубіжних вчених сприяли поступовій конкретизації та поглибленому розумінню психологічної культури як важливого елементу розвитку особистості (Б. Ананьев, Г. Балл, І. Бех, В. Біблер, Л. Виготський, В. Войтко, І. Зязюн, Л. Колмогорова, Я. Коломінський, О. Леонтьев, Н. Побирченко, Є. Помиткин, В. Рибалка, В. Семиченко, Н. Чепелева й інші). У різних країнах проблема культури залежить від різних умов, наприклад, від соціально-економічних: культура інтегрує в себе етнічні принципи, принципи соціальних умов проживання та виховання. Формування психологічної культури пов'язане з психологічною підготовкою спеціаліста.

Проблемам формування та розвитку професійної культури фахівців різного профілю у вітчизняній і зарубіжній науковій літературі приділяється багато уваги. Основи формування професійної культури фахівців різного профілю розроблені І. Ісаєвим, А. Міщенко, Н. Молотковою, В. Сластьоніним та іншими. Увага науковців зосереджується на різних аспектах формування професійної культури таких фахівців: учителів, психологів, юристів, соціальних працівників та інших. Найбільш дослідженою є, на наш погляд, сфера формування професійної культури вчителів різних спеціальностей. Досліджуванню проблеми професійної культури майбутніх спеціалістів різних професій присвячені праці Г. Балла, С. Бойка, О. Видри, О. Винеславської, Є. Климова, В. Рибалки й інших вчених.

У різних країнах проблема культури залежить від різних умов, наприклад, від соціально-економічних: культура інтегрує в себе етнічні принципи, принципи соціальних умов проживання та виховання. Формування пси-

хологічної культури пов'язане з психологічною підготовкою спеціаліста. Професійна культура створюється людьми, професійно зайнятими у будь-якій галузі діяльності та, як правило, отримавши спеціальну підготовку до неї. Професійна культура — це універсальна система, що містить спеціальні знання та цінності, які у вигляді зразків і норм, прийнятих у конкретній галузі, регулюють професійну діяльність. Ми розглянули й надали пояснення власної концептуальної моделі дослідження психологічних основ професійної культури фахівців. Вимоги до рівня професійної культури фахівця починаються з вимог до рівня його спеціальних знань та умінь. На думку Н. Крилової, особлива увага приділяється таким характерним особливостям його розвитку, як збільшення обсягу фундаментальних знань та умінь, а також вдосконалення їх структури, що збагачує особистісний зміст і розширює функції фахівця [8].

Ступінь опанування професійною культурою виражається у кваліфікації та кваліфікаційному розряді. Необхідно розрізнити: а) формальну кваліфікацію, яка засвідчує сертифікатом (диплом, атестат, посвідчення) про закінчення певної навчальної установи й має на увазі систему необхідних для професії теоретичних знань; б) реальну кваліфікацію, одержувану після декількох років роботи в області, що містить сукупність практичних навичок і вмінь, тобто професійний досвід.

Постановка завдання. Головною метою роботи є побудова й опис власної концептуальної моделі психологічних основ професійної культури фахівців.

Методологія та методи. Для розв'язання завдань дослідження ми використовували такі теоретичні методи: аналіз і систематизація психолого-педагогічної та навчально-методичної літератури з метою визначення стану й теоретичного обґрунтування проблеми формування психологічних основ професійної культури фахівця, конкретизація та уточнення наявних положень і теорій.

Базою дослідження є Національна академія внутрішніх справ, Миколаївське й Кіровоградське відділення.

Під час побудови власної концептуальної моделі дослідження психологічних основ професійної культури фахівців ми спиралися на такі принципи: системності, цілісності, діяльності, наступності, компетентності, індивідуальної спрямованості. Крім того, ми врахували найпоширеніші загальні психологічні теорії, які торкаються діяльності й спілкування [2; 7; 9; 12].

Будуючи власну теорію, ми також передбачали, що її використання дозволить не тільки оптимально досліджувати психологічні основи професійної культури, а й пояснювати отримані результати.

В остаточному варіанті побудовану концептуальну модель можна представити як системну взаємодію певних компонентів, що дозволяють як цілісно, так і фрагментарно описувати загальні уявлення про психологічні основи професійної культури фахівців.

Виклад основного матеріалу дослідження. У процесі наукового пошуку ми досліджуємо специфічні ознаки професійної культури фахівця на основі узагальнення різних даних.

Провівши детальне теоретичне й практичне дослідження, ми визначаємо, що **концептуальну модель** психологічних основ професійної культури фахівців формують такі базові компоненти:

1) когнітивний компонент – інтелектуально-професійні якості – це характеристики професійних знань, умінь, навичок, професійного досвіду працівника, його кваліфікації, результатів праці тощо;

2) комунікативний компонент – це здатність проявляти ефективність комунікацій як із колегами, так і з громадськістю;

3) емоційно-вольовий компонент – це якості, які відповідають за саморегуляцію, емоційну витримку й стійкість;

4) поведінково-діяльнісний компонент – якості, які характеризують організованість, відповідальність, ініціативність, дотримання субординації, вміння працювати в команді, ефективність діяльності й інше;

5) особистісно-характерологічний компонент – особистісні якості, які розкривають такі особливості працівника, як здатність до самооцінки, чесність, справедливість, принциповість, загальну культуру, культуру мислення, мови.

Зміст кожної групи критеріїв якостей залежить від займаної посади працівника, й кожна з них може мати свій набір критеріїв, які слід встановлювати й оцінювати залежно від спеціалізації, стажу, посади тощо. Ми розкриємо й проаналізуємо структуру кожного з п'яти базових елементів психологічних основ професійної культури фахівців. Структуру визначаємо як спільність тривалих і міцних взаємозв'язків між численними компонентами явища, предмета, що забезпечує його стійкість і цілісність.

Когнітивний компонент. Ознаками компоненту виступає насамперед сформованість професійних знань. Базою досліджуваного компонента є загальний інтелектуальний рівень і спеціальні професійні характеристики. До структури входить психологічна надійність сформованих навичок і вмінь. Особливостями когнітивного компонента є професійне мислення, пам'ять, спрямованість уваги, уяви, сприймання; здатність адаптуватися до нових умов; розвиненість уміння долати перешкоди; наявність дій та операцій, необхідних для успішного здійснення професійної діяльності. Наявність сформованого компонента забез-

печує відхід від сталих стереотипів діяльності й опанування новими способами професійної самореалізації. Він характеризується такими критеріями: наявність актуальних інтегрованих знань, здатність до їхнього постійного вдосконалювання, творча активність, гнучкість і критичність мислення, здатність до аналізу професійної ситуації та рефлексії. Також містить широку ерудицію в науково-предметних галузях, позитивну спрямованість на професію.

Когнітивний компонент характеризує пізнавальні здібності фахівців – здатність сприйняття навчального матеріалу й наявність вже сформованих знань. Інтелектуальні якості розвиваються в процесі реалізації творчої активності. Згідно з Д. Богоявленською інтелектуальна активність – властивість цілісної особистості, що відбиває процес взаємодії пізнавальних і мотиваційних факторів в їхній єдності. Розвиток когнітивної сфери передбачає підвищення рівня розвитку розумових дій, формування прийомів обробки й фіксації необхідної інформації, розвиток гнучкості, мобільності, усвідомленості мислення, вміння бачити проблеми й суперечності, знаходити способи розв'язання завдань [5].

Комунікативний компонент. Такий компонент формує насамперед уміння передавати й адекватно сприймати інформацію, уміння спілкуватися, налагоджувати контактну функцію під час взаємодії з іншими. Головними критеріями є опанування вербальними й невербальними засобами спілкування, здатність до кооперації, комунікація як засіб інтегрування. Показники наявності сформованого компонента – це тактовність, ввічливість, доброзичливість, порядність, щирість, чесність, активне слухання, вміння керувати комунікативним процесом, уміння встановлювати контакт, відкритість до спілкування, рефлексія.

Розглядаючи компонент, можна також спиратися на запропоновану Ю. Мрякіною структуру комунікативної компетентності. Структура комунікативної компетентності спеціаліста складається із чотирьох груп здібностей. До першої групи належать такі індивідуально-психологічні характеристики: компетентність як вроджена здібність встановлювати й підтримувати емоційний контакт зі співрозмовниками; здатність розуміти внутрішній світ співрозмовника, його психічний стан, мотиви поведінки тощо; наполегливість як прояв власної стратегії комунікативної поведінки з метою досягнення запланованого результату комунікативної діяльності; самостійність як незалежний прояв і дотримання власної моделі суджень і поведінки; винахідливість як ступінь пошуку й прийняття оптимальних рішень щодо розв'язання комунікативного завдання; інтуїція як здібність передбачати подальший розвиток і наслідки обраної стратегії комунікативної

поведінки; нервово-психічна стійкість як сценічний тип реагування в певних психогенних ситуаціях. Друга група здібностей визначає ступінь психологічної грамотності й умінь поведінки спеціалістів у різноманітних комунікативних ситуаціях, а саме: емпатійність; здібність до розв'язання конфліктних ситуацій; здібність до співробітництва, досягнення компромісу; прогностичні здібності; самоконтроль над емоціями й настроєм. До третього компонента комунікативної компетентності належить поведінка, а четверту групу представлено вербальним і невербальним спілкуванням [10].

Е. Руденський розглядає комунікативну культуру як характеристику можливостей людини, що визначають якість спілкування. Комунікативна культура особистості як система її якостей містить:

1) творче мислення (нестандартність, гнучкість мислення, в результаті чого спілкування постає як вид соціальної творчості);

2) культуру мовної дії (грамотність побудови фраз, простота та ясність викладу думок, образна виразність і чітка аргументація, адекватний ситуації спілкування тон, динаміка звучання голосу, темп, інтонація та дикція);

3) культуру самонастроювання на спілкування та психоемоційної регуляції свого стану;

4) культуру рухів і пластики рухів (самоврядування психофізичною напругою та розслабленням, діяльнісна самоактивація тощо);

5) культуру сприйняття комунікативних дій партнера по спілкуванню;

6) культуру емоцій (як вираження емоційно-оцінних суджень у спілкуванні) й інше.

Основу формування комунікативної культури особистості становить досвід людського спілкування [13].

Емоційно-вольовий компонент професійної культури особистості фахівця. Компонент містить сформованість вольових та емоційних процесів, що забезпечить емоційну сприйнятливість, цілеспрямованість, самовладання, наполегливість, самостійність, самокритичність, самоконтроль і результативність діяльності; здатність вільно керувати своєю поведінкою та поведінкою іншого; професійну працездатність, врівноваженість і витримку.

Емоційно-вольова стійкість може розглядатися як один із найважливіших показників психологічної підготовленості співробітників до професійної діяльності. Ми говоримо про здатність зберігати в складних умовах сприятливий для успішної роботи психічний стан.

У сучасних умовах діяльності співробітників будь-яких установ успіх виконуваної ними роботи, ефективність спільної праці співробітників, психологічний клімат у колективі значною мірою залежать від умінь регулювати

свою поведінку, стримувати почуття, контролювати настрій, враховуючи вимоги ситуації та навколишніх людей [6].

Значення волі для здійснення активної професійної діяльності надзвичайно високе. Для співробітників із розвинутою волею властиві такі риси характеру: цілеспрямованість, рішучість, наполегливість, самостійність. Воля визначає багато позитивних якостей співробітника: його ретельність, дисциплінованість, рішучість, мужність, сміливість тощо. Саме наявність волі як свідомої саморегуляції діяльності й поведінки забезпечує подолання труднощів, що виникають у професійній діяльності. Без вольового зусилля неможливо довго зберігати розподілення уваги, працювати в тривалому напруженні, що особливо характерно для багатьох різних видів діяльності.

В основу емоційно-вольової культури особистості покладено систему морально-психологічних і педагогічних знань і вмінь, які стають визначальною характеристикою її гармонійного й професійного розвитку. До складу вольової культури ми включаємо уміння перемикатись у необхідні стани – активні чи пасивні, суть яких полягає в готовності до рішучих дій чи стриманості, спокою чи активності, зібраності чи розгубленості.

Поведінково-діяльнісний компонент представлений мірою ціннісного ставлення до соціуму, своєї професії через поведінку й діяльність. Його формують якості, які характеризують організованість, відповідальність, ініціативність, дотримання субординації, вміння працювати в команді, ефективність діяльності й інше.

Поведінково-діяльнісний компонент професійної культури характеризує особистість фахівця, якому притаманні риси характеру, що відбивають ставлення до діяльності (працездатність, добросовісність, працелюбність, наполегливість, витривалість, цілеспрямованість) і ставлення до себе (вимогливість, впевненість, самокритичність); риси, що визначають спрямованість особистості (колективізм, суспільна спрямованість, безкорисливість, скромність), інтелектуальні риси характеру (спостережливість, практична спрямованість розуму, зацікавленість, вміння використовувати знання на практиці), деякі вольові риси характеру (впевненість, дисциплінованість, організованість, ініціативність, самостійність, зібраність, самовладання, самоконтроль, наполегливість, сміливість, активність) і наявність лідерських якостей (сила волі, наполегливість, схильність до розумного ризику, незалежність, критичність і самокритичність).

Такий компонент містить навички й уміння організовувати професійну діяльність; розуміння мети й завдань діяльності; на високому рівні типові професійні завдання, вміння само-

стійно здобувати нові знання та уміння за фахом; здатність визначати напрями діяльності.

Поведінково-діяльнісний компонент визначається такими критеріями, як інтегрованість професійних знань, потреба в удосконалюванні професійних знань, здатність до творчості, здатність до аналізу професійної ситуації, до професійної рефлексії, гнучкість і критичність мислення.

Особистісно-характерологічний компонент – особистісні якості, які розкривають такі особливості працівника, як здатність до самооцінки, до співробітництва й взаємодії, толерантність, чесність, справедливість, принциповість, загальну культуру, культуру мислення, мови.

Проявляється в глибокому розумінні універсальних людських цінностей. Цей компонент відбиває систему мотивів, спонукальних ідей до самовдосконалення в професійному й особистісному житті в цілому. Відзначаючи такі якості, як впевненість у собі, прагнення до успіху в структурі особистості, не можна не сказати про раціональність мислення в професійних ситуаціях. Адже досягти високих результатів у професії неможливо без наявності певних рефлексивних здатностей.

Особистісний підхід передбачає як ведучий орієнтир формування таких особистісних якостей, як гуманістична спрямованість, динамізм, громадська активність, творчі здібності, риси характеру, спрямовані на іншу особистість як цінність.

Первинними в діяльності фахівця будь-якої галузі є такі гуманістичні цінності, як людська гідність, толерантність, соціальна справедливість, гуманізм, соціальна активність, що зафіксовані в етичному кодексі професій.

Особистісний компонент охоплює насамперед емоційні якості фахівця, а саме: гуманність, цілеспрямованість, відповідальність, принциповість, організованість, лідерські якості, що проявляються в здатності встановлювати й підтримувати емоційний контакт із громадськістю та колегами. Характерна наявність позитивного відношення до професії, усвідомлення цінності й престижності своєї праці, бажання та прагнення займатися саме таким видом діяльності.

Висновки з проведеного дослідження. Проведений аналіз науково-педагогічної літератури свідчить, що до розуміння побудови моделі психологічних основ професійної культури існують різні підходи. Професійна культура як частина загальної культури розглядається не тільки як форма людської діяльності, але і як найважливіший аспект життєдіяльності особистості, як соціальна діяльність, яка не зводиться лише до певного комплексу знань, умінь і навичок. У сучасних глобалізаційних умовах розвитку суспільства надзвичайно актуальною виступає проблема формування професійної культури різних фахівців.

Ми пропонуємо виділяти в структурі психологічних основ професійної культури такі складові частини: когнітивний компонент, комунікативний компонент, емоційно-вольовий компонент, поведінково-діяльнісний компонент, особистісно-характерологічний компонент.

Ураховуючи проблематику залучення європейського досвіду в розвиток і прояв професійної культури фахівця будь-якої галузі, ми маємо створити єдину концепцію формування професійної культури, спираючись на загальні принципи, насамперед гуманізму, верховенства права, моральності, патріотизму, самовдосконалення. На формування професійної культури фахівця впливають як особливості самої професії, так і інші фактори. Серед них можна виділити об'єктивні й суб'єктивні, більш і менш значущі, особистісні й соціальні. Об'єктивний вплив виявляють загальноосвітні тенденції в суспільстві, соціально-філософські проблеми культури, стан системи освіти та якість освітніх послуг, культура освітньої установи, престижність професії в суспільстві. На становлення професійної культури спеціаліста в Україні впливають притаманні лише нашій країні чинники: це й сучасне політичне становище, й невизначена внутрішньополітична й зовнішньополітична ситуація, психотравмувальний стан у зв'язку з реформуванням наявної економічної, соціальної системи. Проблема соціально-політичної нестабільності, відсутність єдиної державної ідеології та системи цінностей призводять до трансформацій особистісного розвитку, що не може не позначатися на формуванні й прояві професійної культури фахівця.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. 3-е. изд. Санкт-Петербург : «Питер», 2001. 288 с.
2. Асмолов О.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека. Москва : Смысл, 2007. 528 с.
3. Балл Г.О. Духовність професіонала і педагогічне сприяння її становленню: орієнтири психологічного аналізу. Київ, 2000. 232 с.
4. Богданцева І.П. Становлення арт-терапії як засобу впливу на людину. *Наукові праці: Науково-методичний журнал*. Т. 153. Вип. 141. Педагогічні науки. Миколаїв : Вид-во ЧДУ ім. П. Могили, 2011. С. 74–79.
5. Богоявленская Д.Б. Психология творческих способностей. Москва : «Академия», 2002. 320 с.
6. Бойко С.М. Питання саморегуляції психічних станів у працівників органів внутрішніх справ. Актуальні проблеми сучасної психології та педагогіки вищих навчальних закладів МВС. Харків, 2013. 132 с.
7. Выготский Л.С. Собрание сочинений : В 6-ти т. Москва : Педагогика, 1984. 400 с.
8. Крылова Н.Б. Формирование культуры будущего. Москва : Высш. шк., 1990. 140 с.
9. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. Москва : Политиздат, 1975. 304 с.

10. Мрякина Ю.В. Формирование и развитие коммуникативных способностей студентов в процессе дифференцированного обучения. Самара : Ин-т развития личности РАО, 1998. 133 с.
11. Панок В.Г. Основні напрями професійного становлення особистості практичного психолога у вищій школі. *Практична психологія та соціальна робота*. 2003. № 4. С. 14–16.
12. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Санкт-Петербург : Питер, 2000. 720 с.
13. Руденский Е.В. Социальная психология : курс лекций. Москва : ИНФРА-М; Новосибирск: НГАЭиУ, 1997. 224 с.
14. Семиченко В.А. «Я» в структурі професійно надійної особистості. *Наука і освіта*. 2009. № 3. С. 30–33.
15. Bloor G. Understanding Professional Culture in Organizational Context. *Organization Studies*. 1994. Vol. 15. P. 275–295.
16. Evans E. Professionalism, Professionalism and the Development of *Education Professionals*. 2008. Vol. 56 (1). P. 20–38.
17. Mac Grain-Herkenhoff L. Professional Culture, Emotional Intelligence and the Emotional Process Model. *Journal of Organizational Leadership & Business*. 2010. 3 (Summer). P. 124–145.

СЕКЦІЯ 4 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДЕЗАДАПТОВАНІСТІ УЧАСНИКІВ АНТИТЕРОРИСТИЧНОЇ ОПЕРАЦІЇ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF MALADAPTATION OF PARTICIPANTS OF ANTI-TERRORIST OPERATION

У статті представлений психологічний аналіз проблеми дослідження адаптації, дезадаптації та дезадаптованості військовослужбовців, які брали участь у антитерористичній операції (АТО) або операції об'єднаних сил (ООС), у науковій літературі.

З'ясовано, що поняття «адаптація» в різних джерелах трактується як пристосування організму, індивіда до навколишнього середовища з метою досягнення внутрішнього гомеостазу та успішної взаємодії із зовнішніми чинниками впливу.

Проаналізовано, що під час перебування на війні та участі у бойових діях на учасників діє комплекс чинників, що впливає на виникнення дезадаптованості.

Досліджуючи таку тему, було доказано, що, повертаючись у звичайне життя, військові не можуть повноцінно звикнути до середовища, де не лунають вибухи та немає свисту куль над головою. Проблема дезадаптації також пов'язана з пережитими військовими подіями на Сході України, які значно вплинули на їхню психіку. Такі люди відчувають проблему у спілкуванні зі сім'єю, друзями, в новій діяльності. Крім того, можливі розлади, такі як гострий стресовий розлад (ГСР) або посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), які значно впливають на адаптацію бійця АТО/ООС.

Були підібрані методи діагностики психологічних особливостей дезадаптованості учасників АТО/ООС.

У статті викладено результати емпіричних досліджень, що висвітлюють вплив травматичного досвіду війни на психологічні особливості дезадаптованості учасників АТО/ООС.

З метою підтвердження такого взаємозв'язку застосовувались методи математичної обробки. Був проведений кореляційний аналіз отриманих результатів та з'ясовані основні чинники, що впливають на дезадаптацію учасників АТО/ООС.

Здійснивши аналіз передових теорій адаптації, можемо зробити висновок, що дезадаптованість є новоутворенням у структурі особистості, яке формується у процесі негативних тенденцій перебігу її адаптаційної активності.

Ключові слова: адаптація, дезадаптація, дезадаптованість, учасники антитерористичної операції (операції об'єднаних сил),

неприйняття себе, неприйняття інших, зовнішній контроль.

The article presents a psychological analysis of the problem of investigation the adaptation and maladaptation of servicemen who took part in anti-terrorist operations (ATO) or Joint Forces Operation (JFO) in the scientific literature.

The concept of adaptation in different scientific sources is interpreted as the adaptation of the organism, the individual to the environment in order to achieve internal homeostasis and successful interaction with external factors.

In the conditions of being at war and participating in hostilities, the participants are influenced by a set of factors that contribute to the emergence of maladaptation.

Returning to normal life, the military cannot fully get used to the environment where there are no explosions and no whistling of bullets overhead. The problem of maladaptation is also related to the military events in Eastern Ukraine, which significantly affected their psyche. Such people experience problems communicating with family, friends, and new activities. In addition, disorders such as acute stress disorder (ACD) or post-traumatic stress disorder (PTSD) are possible, which significantly affect the maladaptation of the ATO/JFO fighter.

Methods for diagnosing the psychological characteristics of maladaptation of ATO/JFO participants were selected.

The article presents the results of empirical studies that highlight the impact of the traumatic experience of war on the psychological features of maladaptation of the participants of the ATO/JFO.

To confirm the influence of the traumatic experience of war on the psychological features of maladaptation, methods of mathematical processing were used. A correlation analysis of the obtained results was conducted and the main factors influencing the maladaptation of ATO/OOS participants were clarified.

Having analyzed the advanced theories of adaptation, we can conclude that maladaptation is a new formation in the structure of personality, which is formed in the process of negative trends in the course of its adaptive activity.

Key words: adaptation, maladaptation, participants of the anti-terrorist operation (joint force operation), self-rejection, rejection of others, external control.

УДК 159.98:355.018(477)
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.13>

Бессараба О.Ю.

ORCID ID: 0000-0002-8846-1447

аспірант кафедри психології та соціальної роботи

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

Постановка проблеми. Дослідження «адаптації», «дезадаптації» військовослужбовців, які брали участь у антитерористичній операції (АТО) або операції об'єднаних сил (ООС), є однією з найактуальніших проблем сьогодення. Результатами військових дій на

теренах України є виникнення безлічі болючих проблем, пов'язаних з адаптацією учасників АТО/ООС до мирного життя.

Перебуваючи на передовій, бійці день у день відчують велику напругу через військові дії. Але повертаючись до звичайного життя, часто

відчувають стан гострого внутрішнього неусвідомленого неспокою, пов'язаного у свідомості з прогнозуванням невдачі, небезпеки чи очікування чогось важливого в умовах невідомості [2]. Як правило, учасники АТО/ООС стикаються з нерозумінням, засудженням, складнощами у спілкуванні і професійному самовизначенні, з проблемами у сфері фінансів, освіти, створення або збереження сім'ї, сексуального життя, проблемами контролю негативних станів та емоцій тощо [4].

Через різні психічні розлади, які спостерігаються у учасників АТО/ООС, є небезпечними для успішної адаптації в мирному суспільстві і в подальшому розвитку психічних розладів та довготривалого процесу дезадаптації, в них укріплюються бар'єри для адаптації.

Незважаючи на очевидну практичну значущість, проблеми психологічних особливостей адаптації учасників АТО/ООС не є повністю дослідженими. По-перше, адаптація вивчається у професійно стабільному середовищі зі сталими нормативними умовами, наприклад, адаптація до військової служби, виконання професійних обов'язків тощо. По-друге, акцентовано на стресогенності участі у бойових діях та негативному впливі травматичних подій на особистість. По-третє, реабілітація учасників бойових дій здебільшого зводиться до подолання посттравматичних станів.

Отже, проблема соціально-психологічної адаптації до мирного життя учасників АТО/ООС є дуже актуальною.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проблемою дослідження соціально-психологічної адаптації, дезадаптації та дезадаптованості військових займалися вітчизняні та зарубіжні психологи (П. Корчемний, А. Анцупов, Т. Золотарьова, К. Абульханова-Славська, Л. Божович, Б. Братус, А. Єна, М. Зеленова, О. Карояні, В. Маслюк та інші) [1; 3; 7; 11].

Так, у психологічній енциклопедії за редакцією О. Степанова адаптація – це пристосування живого організму до динамічних умов зовнішнього і внутрішнього середовища. Окремо в цьому джерелі даються визначення адаптації соціальної, сенсорної, професійної і т. д. А. Фурман у своїй книзі «Психодіагностика особистісної адаптованості» також розкриває поняття адаптації [11].

Отже, адаптація загалом є складним процесом пристосування організму, індивіда, особистості у площині фізіологічних, природних, психологічних та соціальних вимірів.

Якщо поняття «адаптація» має широкий контекст свого визначення та застосування, то для соціального пристосування у психологічній літературі науковці більше схильні вживати термін «соціальна адаптація». За А. Реаном, соціальна адаптація – це постійний процес активного пристосування індивіда до умов

соціального середовища; результат цього процесу [10].

У більшості відомих теорій соціальної адаптації це явище невіддільно пов'язане з психологічною діяльністю людини та її індивідуально-психологічними особливостями. Тому є термін «соціально-психологічна адаптація», який об'єднує у собі два континууми життєдіяльності людини – зовнішній (зміна навколишнього середовища або пасивне пристосування до вже наявних його умов) та внутрішній (зміна своїх властивостей для кращого пристосування). А. Фурман вказує на те, що соціально-психологічна адаптація є: а) процесом і результатом активного пристосування індивіда до видозміненого середовища за допомогою найрізноманітніших інтеріоризованих соціальних засобів (дії, вчинки, діяльність); б) компонентом дієвого ставлення індивіда до світу, провідна функція якого полягає в оволодінні ним стабільними умовами і обставинами свого буття; в) складником осмислення і розв'язання типових репродуктивних задач і проблем завдяки соціально прийнятним чи ситуативно можливим способам поведінки особистості [11].

Адаптація чи соціальна адаптація, як уже зазначалось у вищевказаних визначеннях, є активним процесом, тобто діяльністю індивіда в часі. Результатом цього процесу є сформовані здатність індивіда до адаптації, тобто адаптивність і його властивість – адаптованість. Деякі наукові джерела у структурі адаптаційного процесу виокремлюють дві різні за змістом і структурою тенденції – адаптація–дезадаптація, адаптивність–дезадаптивність, адаптованість–дезадаптованість.

Отже, явище, протилежне адаптації, – дезадаптація. Це поняття трактується науковцями як процес, що пов'язаний з переключенням з одних умов життя й відповідно звиканням до інших (Л. Бережнова) [4, с. 15].

Серед найбільш універсальних проявів дезадаптації називають емоційні порушення, невротичні реакції та стани (Н. Заваденко, А. Петрухин, Н. Мангеліс, Т. Успенська, Н. Суворіна, Т. Борисова) [4, с. 21–28]; медико-біологічні, патохарактерологічні та соціопатичні дисфункції, які ускладнюють процес соціальної адаптації в будь-якому віці (О. Захаров, В. Арбузова та ін.) [2].

Мета статті – здійснити аналіз впливу травматичного досвіду війни на психологічні особливості дезадаптованості учасників АТО/ООС.

Вклад основного матеріалу. Результатом процесу адаптації є адаптованість, яка дозволяє людині задовольняти свої соціальні потреби, перебувати в емоційній рівновазі та створює можливості для самореалізації у динамічному і мінливому світі.

Успішна адаптація учасників бойових дій до мирного життя визначається психічним

здоров'ям, продуктивністю у різних галузях життя, зумовлена усвідомленням нових можливостей, набутих у результаті бойового досвіду.

Чинниками адаптації учасників бойових дій є: здатність справлятися із негативними емоціями, зумовленими травматичною подією з метою запобігання дезадаптації, психологічне благополуччя (переживання людиною ставлення до власного буття), копінг-стратегії (індивідуальний спосіб взаємодії людини із ситуацією відповідно до її значущості та власних психологічних ресурсів), посттравматичне зростання (позитивні зміни, що відбуваються з людиною у результаті зіткнення із кризовими життєвими ситуаціями), конструктивні копінг-стратегії та життєстійкість (вміння людини ефективно діяти, попри стресовість життєвих ситуацій) [8].

Війна вражає майже всі сфери особистості та докорінно змінює її, через ці зміни в людини виникає процес дезадаптації.

Перебування на війні і безпосередня участь у бойових діях супроводжуються комплексним впливом таких чинників:

- 1) ясно усвідомлюване почуття загрози для життя, так званий «біологічний страх смерті», а також страхи поранення, болі, інвалідизації;
- 2) ні з чим не порівняний стрес, що виникає у безпосереднього учасника бою;
- 3) психоемоційний стрес, пов'язаний із загибеллю товаришів по зброї;
- 4) психоемоційний стрес, пов'язаний з необхідністю вбивати інших людей;
- 5) вплив специфічних чинників бойової обстановки (дефіцит часу, прискорення темпу дій, раптовість, невизначеність, новизна);
- 6) негаразди і обмеження в умовах бойових дій (нерідко відсутність повноцінного сну, дефіцит води та харчування);
- 7) іноді незвичайний для учасника війни клімат і рельєф місцевості (гіпоксія, спека, підвищена інсоляція та ін.) [8].

Отже, частина учасників АТО/ООС можуть переживати ПТСР. Як зазначає О. Блінов, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – відстрочена за часом психопатологічна комплексна реакція на психотравматичні події, що сформувалися в цілісний синдром [8].

Взагалі про ПТСР як окреме явище говорити стали відносно недавно. Вперше про таке явище заговорили у США на основі В'єтнамської війни у 1980 році. Саме М. Горовіц запропонував вивести як самостійний синдром та назвав «посттравматичний стресовий розлад» [1].

Варто згадати і про психічні стани, які можуть виникати у військовослужбовців. Це такі стани, як: відчуття песимізму, коли військовослужбовець відчуває байдужість до навколишнього та до себе, почуття занедбаності, почуття недовіри до світу, часто неспро-

можність говорити про події, які сталися на війні, втрата логосу або сенсу життя, зниження самооцінки, через що невпевненість у своїх силах, відчуття «поганого сну», тобто військовий відчуває, що ті події, які відбувались, були сном, поганий сон або неможливість його, переживання за товаришів, що загинули на війні, та переживання вини «чому загинули вони, а не я», закритість у спілкуванні з навколишнім світом, особистісна тривога, прагнення мати при собі зброю для захисту, постійне відчуття мобілізації та готовності до війни, ненависть до влади, прагнення звільнитись від зайвої агресії на інших особах, маніпуляція жінками для того, щоб задовольнити свої сексуальні потреби та знизити свій рівень сексуальної напруженості тощо [8; 10].

Якщо взяти світову статистику психічних розладів, то можна спостерігати, що кожен п'ятий, навіть не маючи якихось фізичних травм, має якісь психічні розлади, а серед поранених та інвалідів таких ще більше, майже кожен третій. Але це невелика частина тих порушень, що можуть виникати під дією екстремальних ситуацій, адже для більш серйозних наслідків має пройти не менше місяця. Це різні психосоматичні захворювання [5].

Після повернення додому у військовослужбовця починається природне явище адаптації до середовища, але через значні зміни у цих сферах відбувається забруднення. Після чого відбувається процес дезадаптації та може призвести до стану дезадаптованості.

Характеризують дезадаптованість як новоутворення, деструктивні властивості характеру, поведінки та Я-концепції особистості, наприклад низький рівень соціально-психологічної толерантності, низька самооцінка, відірваність образу Я-реального від Я-ідеального, вироблені девіантні копінг-стратегії, що поєднуються з ригідними стереотипними уявленнями особистості про себе, світ, інших людей, негнучкість взаємодії у міжособистісній площині, використання неефективних захисних механізмів, відсутність критичності мислення та емоційної оцінки, невротичність, депресивність, різноманітні страхи, нераціональні ідеї тощо.

Дослідження проводилось на базі муніципальної поліції міста Вінниці. Орієнтовний вік досліджуваних сягає від 21 до 40 років, їхня кількість – 150 осіб. Використано Методику дослідження соціально-психологічної адаптації К. Роджерса–Р. Даймонда та Міссісіпська шкала оцінювання посттравматичного стресового розладу.

За допомогою Міссісіпського опитувальника психолог може виявити людей із можливим ПТСР, невротичними розладами та різними рівнями дезадаптації.

Підсумкова оцінка, отримана під час підрахунку суми балів усіх 35 тверджень, відображає

ступінь впливу травмивного досвіду на людину. Підсумкова оцінка вища ніж 97 балів свідчить про виражений вплив перенесеної травми на людину і потребу медичного обстеження.

З різними розладами адаптації можуть працювати психологи, якщо уточнюючі тести показують помірні рівні травмованості.

Якщо ж розлади адаптації проходять на фоні більш вираженої психологічної травмованості з помірною втратою сенсу життя та депресією, то долучатися має психотерапевт, а то й психіатр.

Дані за цією методикою показують, що добре адаптованих і без психічних розладів – 52% військовослужбовців. Розлади адаптації показали, що у 32% учасників АТО/ООС та у 16% військовослужбовців є підозра на посттравматичний стресовий розлад.

Також було підраховане середнє арифметичне значення, яке становило 74,6 бала. Якщо зрівняти середні значення за нашою вибіркою та з даними, які надає Н. Тарабрінова, то можемо побачити майже ідентичні результати, а саме 73,76 бала [1].

Отже, за даними такої методики ми можемо спостерігати, що приблизно у 48% військовослужбовців можуть спостерігатись різноманітні психічні розлади або навіть ПТСР.

Дослідження за Методикою соціально-психологічної адаптації Роджерса-Даймонда встановило, що за шкалою «Адаптація» 58% мають завищену адаптацію, 40% є в межах норми та 2% учасників АТО/ООС – у межах низької адаптації. Шкала «Дезадаптованість» показує, що 58% мають нижчу за норму схильність до дезадаптованості та 40% перебувають у межах норми. Наступна пара шкал – це «Прийняття себе», де 68% мають результати вищі за норму і 32% перебувають у межах норми, та шкала «Неприйняття себе» – у 60% військових результати, нижчі за норму, та 36%

є в межах норми. У шкалі «Прийняття інших» 56% мають високі результати, які виходять за норму, та 44% учасників АТО/ООС – на рівні норми. Шкала «Неприйняття інших» показує, що більшість військових, а саме 52%, перебувають у межах норми, але велика частка (48%) має результати, нижчі за норму. За шкалою «Емоційний комфорт» ми можемо спостерігати, що 26% бійців перебувають у межах норми, 72% мають результати, вищі за норму, і 2% – нижчі за норму. Наступна шкала з цієї пари – це «Емоційний дискомфорт», де у 50% є результати, нижчі за норму, у 44% – у межах норми та 6% – вищі за норму. За шкалою «Внутрішній контроль» можемо спостерігати, що у 82% результати внутрішнього контролю є завищеними, тобто вищі за норму, в 16% бійців – у межах норми та у 2% – нижчі за норму. Шкала «Зовнішній контроль», де 64% мають результати, нижчі за норму, та 34% перебувають у межах норми. Наступні шкали – це «Домінування», де ми бачимо, що 68% військових перебувають у межах норми, 26% мають результати, вищі за норму, 8% – нижчі за норму, та шкала «Ведимість», в якій ми спостерігаємо такі результати: 68% військових – у межах норми, 26% – нижчі за норму та 6% – вищі за норму. Наступна одинока шкала – це «Ескапізм», де 80% – у межах норми, 18% мають результати, нижчі за норму, та 2% – вищі за норму.

Також була шкала «Брехня», за якою 18% військовослужбовців перебувають у межах норми, 82% – нижче за норму.

Отже, нині ми маємо дуже неочікувані та цікаві результати. Наприклад, у першій парі шкал «Адаптація» та «Дезадаптованість» можемо спостерігати, що аж 61% у шкалі «Адаптація» мають завищені результати, що може свідчити, що військовослужбовці мають занадто високі адап-

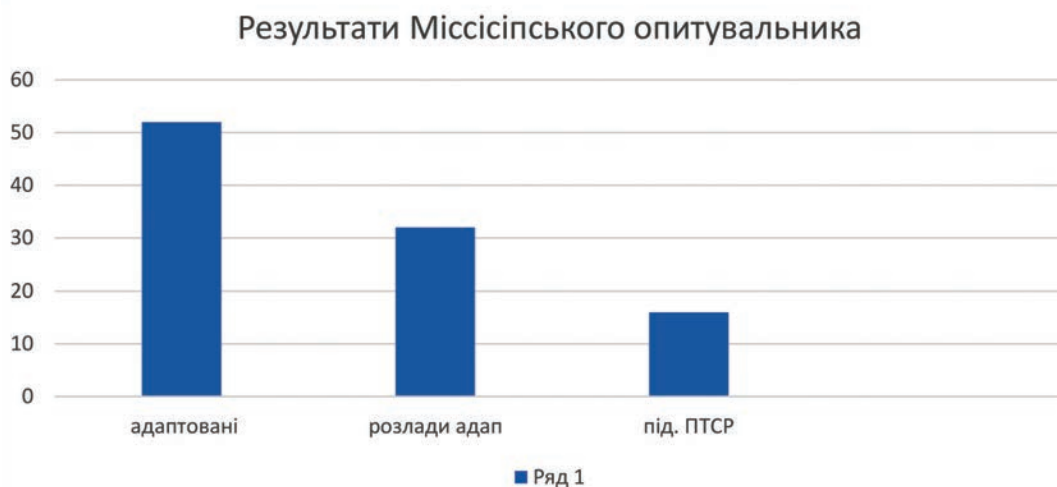


Рис. 1. Діаграма розподілу відсоткових значень за методикою «Міссісіпська шкала оцінювання посттравматичного стресового розладу»

таційні можливості, вони виконують усі забаганки суспільства та всі його потреби, мотиви та інтереси. Ці дані підтверджують результати шкали «Деадаптованість», де у 65% військових результати перебувають на рівні, нижчому за норму. Також такі результати могли бути спричинені соціально бажаною відповіддю.

Шкали «Прийняття себе» та «Неприйняття себе» виступають як критерій самооцінки особистості та виявляють рівень задоволення до своїх особистісних характеристик. Отже, за результатами цих шкал можемо побачити, що більшість військовослужбовців мають високий рівень позитивного ставлення до самого себе.

Наступні цікаві результати ми можемо спостерігати в шкалі «Прийняття інших», де 56% бійців мають високий рівень, що говорить нам про необхідну потребу у спілкуванні з оточуючими. Такі результати були підтверджені протилежною шкалою «Неприйняття інших», де ми бачимо схожі результати.

Цікавими результатами є в шкалі «Емоційний комфорт», де 2% не задоволені своїм емоційним станом до навколишнього середовища та 20% є занадто чутливими. Протилежна шкала «Емоційний дискомфорт» підтверджує, що 6% бійців не задоволені своїм емоційним станом. Також у 50% результати є нижчими за норму, що може говорити про певні негативні емоційні стани.

Наступна пара шкал «Внутрішній контроль» та «Зовнішній контроль» показує інтернальність або екстернальність особистості. Отже, за даними цих шкал ми бачимо, що у 82% заввищій рівень інтернальності за шкалою «Внутрішній контроль», що підтверджує протилежну шкалу. Ці результати говорять нам, що військовослужбовці всі вчинки у своєму житті пояснюють особистісними характеристиками та беруть відповідальність за своє життя на себе.

У шкалі «Домінування» бачимо, що 8% бійців не мають бажання бути лідерами та вести за собою, у 26% таке прагнення спостерігається. Хоча у протилежній шкалі «Ведимість» 26% учасників АТО/ООС взагалі не мають наміру йти за кимось. Тобто тільки невелика кількість мають прагнення до лідерських якостей.

За останньою шкалою «Ескапізм» (тікання від проблем) ми можемо спостерігати, що 80% бійців вирішують проблеми, не уникаючи їх взагалі, та лише 2% намагаються уникнути життєві проблеми.

Також у цій методиці є інтегральні шкали, які показують різницю між парами шкал А та В. Для зручності ми підраховали середнє значення.

За інтернальною шкалою «Адаптація» (яка включає в себе шкали «Адаптація» та «Деадаптованість») бачимо різницю у середньому у 73%, що є дуже великою.

У шкалі «Самоприйняття» (яка включає у себе шкали «Прийняття себе» та «Неприй-

няття себе») – розбіжність аж у 85%, що також є високим показником.

В інтернальній шкалі «Прийняття інших» (яка включає в себе шкали «Прийняття інших» та «Неприйняття інших») – розбіжність у 73%.

У наступній інтернальній шкалі «Емоційна комфортність» (яка включає у себе шкали «Емоційний комфорт» та «Емоційний дискомфорт») – розбіжність у середньому на 73%.

Наступна інтернальна шкала – це «Інтернальність» (яка включає у себе шкали «Внутрішній контроль» та «Зовнішній контроль»), різниця була у 81%.

Остання інтернальна шкала – «Бажання до домінації» (яка включає у себе шкали «Домінування» та «Ведимість»), де результати показують різницю у 59%.

Отже, за результатами середніх значень бачимо, що в інтернальних шкалах «Адаптація», «Самоприйняття», «Прийняття інших», «Емоційна комфортність» та «Інтернальність» – велика різниця. Це говорить про полярність відповідей учасників дослідження.

Дослідження виявило статистично значущий зв'язок між методикою «Міссісіпська шкала оцінювання посттравматичного стресового розладу» та такими шкалами, як: «Деадаптованість», «Неприймання себе», «Неприймання інших», «Зовнішній контроль», «Ескапізм» ($p < 0,01$) та «Ведимість» ($p < 0,05$). Такі дані свідчать, що у разі ПТСР у військових з'являється процес дезадаптованості, емоційний дискомфорт, є неприязнь до себе та інших, свою відповідальність за вчинені дії перекладають на зовнішні обставини, уникають проблем та схильні до конформізму.

Висновки. Експериментально було підтверджено, що за допомогою Міссісіпського опитувальника психолог може виявити людей із можливим ПТСР, невротичними розладами та різними рівнями дезадаптації. Дані за цією методикою свідчать, що у 32% учасників АТО/ООС та у 16% військовослужбовців є підозра на посттравматичний стресовий розлад. Внаслідок кореляційного аналізу були виявлені зв'язки між посттравматичними реакціями та властивостями особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Жарков Г.В. Армейская психотравма. Запрограммированные последствия службы в Российских ВС и пути их частного преодоления. *Журнал практ. психолога*. 2000. № 10–11. С. 193–199.
2. Ильин Е.И. Эмоции и чувства. Питер. 2016. 784 с.
3. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності: монографія. Київ. 2004. 265 с.
4. Лазебная Е.О. Военно-травматический стресс: особенности посттравматической адаптации участников боевых действий. *Питер*. 1999. № 5. С. 62–74.

5. Личность в экстремальных условиях. *Развитие личности*. Москва. 2007. № 1 С. 165–171.
6. Налчаджян А.А. Социально-психическая адаптация личности (формы, механизмы и стратегии). Ереван : АН АрмССР. 1988. С. 43–65.
7. Пушкарёв А.Л. Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия. Москва. 2000. 128 с.
8. Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві : *збірник тез II Всеукраїнської науково-практичної конференції (20 жовтня 2017 року) / упор. Н.М. Бамбурак*. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2017. 400 с.
9. Реан А.А. Практическая психологическая диагностика личности. Санкт-Петербург : Изд-во Петербургского ун-та, 2000. 231с.
10. Фурман А. Психодіагностика особистісної адаптованості: наукове видання. Тернопіль : «Економічна думка», 2000. 197 с.

ОСОБЛИВОСТІ ЗМІСТУ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ СФЕРИ НАРКОЗАЛЕЖНИХ ОСІБ ЗРІЛОГО ВІКУ

PECULIARITIES OF THE CONTENT OF THE VALUE AND SENSE SPHERE OF DRUG ADDICTORS OF ADULTS

Стаття присвячена проблемі специфіки ціннісно-смыслової сфери наркозалежних осіб зрілого віку як важливого чинника профілактики, лікування та психотерапії адикцій. Проаналізовані праці науковців, де висвітлюються особливості смыслової, мотиваційної, емоційної та поведінкової сфер наркозалежної особистості.

Узагальнюються результати порівняльного аналізу трьох груп досліджуваних: практично здорових, наркозалежних та осіб, що проходять замісну терапію.

Доведено, що вживання психоактивних речовин залишає надзвичайно сильний відбиток на складники ціннісно-смыслової сфери людини. Саме стан наркотичного сп'яніння становить ядро ціннісно-смыслової сфери, є основою смыслоутворення наркозалежної особистості і виконує найважливішу функцію ціннісних утворень – вирішення конфліктів і протиріч у мотиваційній сфері наркозалежної особистості.

Результати дослідження засвідчили, що найбільшої деформації у наркозалежних осіб зазнають рівень суб'єктивного контролю, що впливає на сферу досягнень та невдач; задоволеність процесом життя та його цілі; значимість соціального статусу; сфера виробничої діяльності та стосунків; ставлення до здоров'я та хвороби; потреба в новизні та глибоких почуттях.

При цьому на стадії залежності стан наркотичного сп'яніння визначає смыслову навантаженість інших ціннісних утворень. У семантичному просторі наркозалежних цінностей здоров'я, щастя, благополуччя, успіху виявляються нерозривно пов'язаними зі станом наркотичного сп'яніння. Це пояснюється тим, що у стані наркотичного сп'яніння одночасно виявляються представлені і реалізовані провідні цінності особистості, що знімає гостроту конфлікту цінностей і дає відчуття надлишкових можливостей.

У дослідженні виявлено, що ціннісно-смыслові орієнтації осіб, які перебувають на замісній терапії, продовжують залишатися деформованими від вживання ПАР порівняно зі здоровими особами.

Ключові слова: наркозалежність, адикція, замісна терапія, психоактивні речовини

(ПАР), психічні та поведінкові розлади, внаслідок вживання опіоїдів (F11).

The article is devoted to the problem of the specifics of the value-semantic sphere of drug-addicted people of mature age as an important factor in the prevention, treatment and psychotherapy of addictions. The scientists' works are analyzed, in which the peculiarities of semantic, motivational, emotional and behavioral spheres of drug addict personality are covered.

The results of the comparative analysis of three subjects' groups are summarized: practically healthy, drug addicts and persons undergoing substitution therapy.

It is proved that the psychoactive substances' use has an extremely strong impact on the components of the human's value-semantic sphere. It is the state of drug intoxication that forms the core of the value-semantic sphere, is the basis of the meaning-making of a drug-addicted person and performs the most important function of value formations – resolving conflicts and contradictions in the motivational sphere of a drug-addicted person. The study results showed that the greatest deformation in drug-addicted people is the level of subjective control, which affects the scope of achievements and failures; satisfaction with the process of life and its purpose; significance of social status; area of production activity and relations; attitude to health and illness; the need for novelty and deep feelings.

At the stage of dependence, the state of narcotic intoxication determines the semantic load of other value formations. In the semantic space of drug addicts, the values of health, happiness, well-being, and success are inextricably linked with the state of drug intoxication. This is due to the fact that in a state of drug intoxication are simultaneously presented and implemented the leading values of the individual, which removes the severity of the values conflict and gives a sense of excess. The study found that the value-semantic orientations of people on substitution therapy continue to remain deformed from the use of surfactants compared to healthy people.

Key words: drug addiction, addiction, substitution therapy, psychoactive substances (SAR), mental and behavioral disorders due to opioid use (F11).

УДК 159.922.62:615.015.6
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.14>

Буковська О.О.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Чернігівський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти
імені К.Д. Ушинського

Мазур Т.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Чернігівський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти
імені К.Д. Ушинського

Анищенко Л.О.

старший викладач кафедри психології
Чернігівський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти
імені К.Д. Ушинського

Вступ. Велика кількість вітчизняних і зарубіжних досліджень, присвячених проблемі наркоманії, доводять, що наркозалежність являє собою специфічну активність особистості, багато в чому зумовлену особливостями самосвідомості, ціннісно-смыслової сфери особистості. Саме спотворення в ціннісно-смысловій сфері наркозалежного зумовлюють його резистентність до лікувального та корекційного впливу.

Тому розгляд проблеми наркозалежності осіб зрілого віку у взаємозв'язку з ціннісно-смысловими аспектами особистості є акту-

альною, позаяк може суттєво збагатити уявлення про сутність і механізми формування психологічної залежності від наркотиків.

Метою публікації є висвітлення результатів дослідження особливостей ціннісно-смыслової сфери наркозалежних осіб зрілого віку.

Виклад основного матеріалу. Насамперед відзначимо, що у сучасних дослідженнях психологічних аспектів наркозалежності значне місце приділяється розгляду соціально-психологічних чинників її виникнення (С.В. Березин, І.П. Лисенко, С.В. Михайлів, О.О. Буковська, І.І. Шлімакова, Т.В. Мазур) [1; 2; 4; 6; 8; 11].

Досить активно розвивається гіпотеза про існування так званої «наркотичної» особистості (А.А. Козлов, М.Л. Рохліна) [3].

Відомо, що ціннісно-смилова сфера особистості складається з двох основних компонентів: системи ціннісних орієнтацій і системи особистісних смислів. Ці феномени нероздільно пов'язані з поняттям особистості: ціннісно-смилова сфера є центральним ядром структури особистості й визначає її спрямованість [10].

Так, за В. Франклом, наркозалежність – це екзистенційна криза, зумовлена відсутністю сенсу життя та безглуздістю існування, що супроводжуються тривожно-депресивними реакціями. Цей стан і формує адиктивний тип особистості, який прагне змінити стан свідомості, втекти від проблем та відповідальності в ілюзорний світ наркотиків [10].

Цю думку підтверджують дослідження Н.Ю. Самікіної та М.О. Серебрякової, які показують, що особи, які мають одноразовий досвід вживання наркотичних засобів і не продовжують їх вживання надалі, мають стійку систему цінностей, у структурі якої такі соціально значущі цінності, як сім'я, здоров'я, творчість, мають більш високий ієрархічний статус, ніж гедоністичні цінності. Оскільки наркозалежний спосіб життя практично виключає можливість реалізації більшості соціально схвалюваних ціннісних орієнтацій, вживання наркотиків у такої групи випробовуваних виявляється суб'єктивно неможливим [9].

С.В. Михайлів досліджувала емоційну і ціннісну сферу наркозалежних на етапі реабілітації й виявила, що найбільш значущими цінностями є стимуляція, гедонізм, самостійність та безпека, які у поєднанні з негативними емоційними станами, за даними авторки, свідчать як про відкритість змінам, так і про конфлікт цінностей з потягом до конформізму [8].

Таким чином, виявлення особливостей динаміки ціннісно-смилової сфери особистості в процесі наркотизації дає можливість виявити психологічні механізми формування наркотичної залежності.

Однак не так багато досліджень, в яких увага акцентується саме на особливостях залежних від ПАР людей порівняно зі здоровими людьми та з пацієнтами замісної підтримувальної терапії (ЗПТ), тобто які борються зі своєю залежністю.

У емпіричному дослідженні були сформовані три вибірки: наркозалежні люди, учасники замісної терапії та ті, хто жодного разу не вживали ПАР. Кожна вибірка становила 25–30 респондентів. Віковий ценз вибірки – від 25 до 44 років.

Для емпіричного дослідження було вибрано методики: тест «Смисложиттєві орієнтації» (СЖО) Д.О. Леонтьєва, методика Ш. Шварца

для вивчення ціннісних орієнтацій, методика «Рівень суб'єктивного контролю».

Аналіз та систематизація, узагальнення й інтерпретація отриманих результатів емпіричного дослідження здійснювалися за допомогою комп'ютерного пакета SPSS Statistics 17.

У ході аналізу отриманих результатів ми ставили мету – виявити особливості ціннісно-смилової сфери наркозалежних осіб. Окрім цього, також було виявлено певні особливості ціннісно-смилової сфери респондентів, що є пацієнтами ЗПТ, і є визнаним у світі та найбільш економічно ефективним методом лікування осіб із психічними та поведінковими розладами внаслідок вживання опіоїдів (F11).

Між групами здорових людей та тих, хто має наркотичну залежність, було виявлено статистично значимі та статистично достовірні відмінності.

За «Шкалою інтернальності в галузі досягнень», методики РСК виявлено відмінності на статистично достовірному рівні ($p=0,001$). Таку відмінність можна пояснити тим, що наркозалежні люди мають менший суб'єктивний самоконтроль та схильні приписувати свої досягнення щасливому випадку, везінню або ж іншим зовнішнім обставинам. У здорових же людей досягнення в будь-якій сфері пояснюються переважно діями, що вони роблять задля цього. Ще одним поясненням такої відмінності є те, що у наркозалежних людей загалом менше цілей, а отже, і досягнень менше, аніж у здорових людей, тому поодинокі досягнення у них асоціюються з так званим дивом.

Наступна відмінність між здоровими та наркозалежними людьми виявлена за шкалою «Процес життя» ($p<0,05$), методики СЖО. Тут статистично значима відмінність пояснюється тим, що здорові люди мають вищий рівень здатності виокремлювати, рефлексувати різні сфери свого буття, радіти певним подіям у ньому. Через це у респондентів присутня емоційна та смислова наповненість життя. У людей, що живуть з наркозалежністю, значну частину життєдіяльності займає саме вживання ПАР, дії, що передують цьому та наслідки (так званий вихід зі стану наркотичного сп'яніння та абстинентного синдрому), тому здебільшого у них не залишається часу на інші сфери життя (сім'ю, хобі, соціальні комунікації, навчання, роботу, саморозвиток тощо) і саме тому вони не відчувають наповненості життя.

За результатами ціннісного опитувальника Ш. Шварца відмінності виявлено в таких шкалах: «Досягнення» ($p<0,001$), «Гедонізм» ($p=0,05$), «Влада» ($p<0,001$).

Під «Досягненнями» в опитувальнику Ш. Шварца мається на увазі демонстрація соціальної компетентності. Наркозалежність, звичайно, більшістю людей оцінюється негативно, тому й орієнтири наркозалежних людей

будуть значно менше спрямовані на соціум, аніж у здорових людей.

Шкала «Гедонізм» вказує нам на пріоритетність отримання насолоди. Люди, що не мають наркотичної залежності, здатні розставити пріоритети між власними цінностями, і далеко не завжди отримання насолоди буде найважливішим. Для людей, які живуть з наркозалежністю, часто така цінність вимушено стає важливою, а інші стають менш значущими. Адже у людей, що живуть з наркозалежністю, практично все буття обертається навколо наркотиків, варто зазначити, що часто ПАР перестає бути джерелом насолоди, а є свого роду ліками для людини, які повертають її до «нульового» рівня. Також здорові люди вміють отримувати задоволення від самого процесу життя, без додаткових, спеціальних стимулів. А для людей з наркотичною залежністю набагато важче відчувати задоволення від буденних речей, коли в них є досвід «подорожі» у дещо інший вимір реальності.

Наступною шкалою зі статистично достовірним рівнем відмінності є «Влада». Оскільки ця шкала показує нам рівень важливості для респондента його домінантності у соціумі, авторитету, можемо припустити, що для наркозалежного важливе встановлення власного авторитету в групі таких же залежних людей, як і він, але аж ніяк не у соціумі у широкому розумінні. Водночас для людей, що не вживають ПАР, важливою є їхня позиція в більш масштабній соціальній системі, закріплення за ними певних досягнень, авторитету.

Найбільше відмінностей було виявлено між групами пацієнтів ЗПТ та людьми, що живуть з наркозалежністю. А саме за такими шкалами методики РСК.

«Шкала інтернальності в галузі досягнень». Відмінності за такою шкалою є статистично достовірними ($p < 0,001$). Наркозалежні люди схильні приписувати свої досягнення щасливому випадку, везінню і загалом зовнішнім обставинам. Своєю чергою пацієнти замісної терапії мають змогу оцінювати свої досягнення порівняно з минулим досвідом життя наркотичної залежності. Навіть саме рішення припинити вживати ПАР, якого вони добилися самі (враховуємо той факт, що людина здебільшого здатна побороти будь-яку залежність лише тоді, коли сама усвідомлює та хоче цього).

За «Шкалою інтернальності в галузі невдач» можна відзначити статистично значиму ($p < 0,05$) відмінність між наркозалежними людьми та пацієнтами ЗПТ. Пояснити цю особливість можна таким чином: наркозалежні не бажають визнавати своїх помилок, невдач, тому і пояснюють їх випадковими подіями, впливом зовнішніх факторів тощо. Чого не можна сказати про пацієнтів ЗПТ, котрі мають вищий рівень суб'єктивного контролю

та здатні усвідомлювати й приймати власні помилки, невдачі. Знову яскравим прикладом виступає визнання факту власної залежності.

«Шкала інтернальності в галузі виробничих стосунків» ($p < 0,001$). Можна припустити, що люди, які вживають ПАР, щоденно зіштовхуються зі стигматизацією з боку оточення. Саме тому вони звикли розраховувати лише на самих себе в галузі трудової діяльності та, здається, в багатьох інших сферах життя. Своєю чергою із самого початку участі у програмі замісної терапії люди перебувають під патронажем, як мінімум, лікаря та соціального працівника. Пацієнти отримують консультації практично з будь-якого питання, їм допомагають у пошуку роботи, житла та інших благ, тобто відчувають підтримку.

За «Шкалою інтернальності у ставленні до здоров'я та хвороби» ми отримали статистично достовірний рівень відмінності ($p < 0,001$). Така шкала вказує на те, кого людина вважає відповідальним за її здоров'я. Відмінності за такою шкалою можемо пояснити тим, що люди, які вживають ПАР, часто навіть не мають змоги пройти обстеження, лікування чи взагалі отримати будь-яку допомогу через стигматизацію у соціумі, працівниками медицини. Тому вони розуміють, що більшою мірою самі несуть відповідальність за власне здоров'я. Чого не скажеш про пацієнтів ЗПТ. У зв'язку з участю у замісній терапії пацієнти перебувають під патронажем відповідного лікаря. У разі виникнення якихось проблем у сфері здоров'я респонденти такої групи радше будуть звинувачувати зовнішні обставини та оточуючих людей.

За методикою СЖО виявлено статистично значиму відмінність ($p < 0,05$) за шкалою «Цілі в житті», яка показує наявність або ж відсутність життєвих цілей, відчуття осмисленості життя та його наповненості. Люди, що вживають ПАР, мають великі амбіції та сформований мікросвіт навколо себе, де вони можуть досягнути чого завгодно, варто лише «от тільки зіскок з наркотиків». Такі цілі не мають реальної опори та не підкріплені особистою відповідальністю за їх реалізацію, але вони дають відчуття осмисленості життя, його наповненості і т.п. Тоді як пацієнти замісної терапії відчули на собі масштаб реального світу і зрозуміли, що для досягнення тієї чи іншої цілі не досить просто перестати вживати ПАР. Тому деякі цілі стали недосяжними, деякі просто стали неактуальними тощо.

За ціннісним опитувальником Ш. Шварца було виявлено статистично достовірні відмінності між пацієнтами замісної терапії та здоровими людьми за шкалами: «Стимуляція» ($p = 0,001$), «Досягнення» ($p < 0,001$), «Влада» ($p < 0,001$).

Показники за шкалою «Стимуляція» виражають значущість глибоких внутрішніх

переживань та нових вражень у житті людини. Відмінності між пацієнтами ЗПТ та людьми, що живуть з наркозалежністю, на нашу думку, пояснюються таким. Для людей, що вживають ПАР, домінуючою та постійною ціллю в житті є вживання ПАР та все, що супроводжує такий процес (пошук, заробіток коштів на чергову дозу, підтримка комунікацій з «колегами» та постачальниками ПАР тощо). Практично кожен день проходить за визначеним сценарієм, в якому не передбачено нічого нового та відбувається задоволення, в основному, базових потреб, а не рефлексія глибоких особистісних переживань. Пацієнти замісної терапії, своєю чергою, ніби починають нове життя після певного періоду вживання ПАР. Вони заново пізнають різні задоволення, відкривають для себе абсолютно нові та незнайомі речі, захоплення, дії.

Шкала «Досягнення» відображає важливість особистого успіху відповідно до соціальних стандартів. Можемо припустити, що головним фактором відмінності між пацієнтами ЗПТ та людьми, що живуть з наркозалежністю, є рівень їх соціалізації. Учасники замісної терапії добровільно-примусово беруть участь у різних сферах соціального життя. З часом самі починають вести все більш соціально-активну діяльність та досягати різного рівня особистих успіхів. Люди, що вживають ПАР, навпаки, стикаються із соціальним осудом, стигматизацією тощо. Тому для них не є надто важливим досягнення успіху стосовно соціальних стандартів та, як наслідок, отримання соціального схвалення.

Показники за шкалою «Влада» вказують на важливість соціального статусу, домінування над людьми та ресурсами. Для людини, що вживає ПАР, важливим є її статус усередині малої соціальної групи таких же людей з наркозалежністю, а от статус у масштабі соціуму знецінюється. Пацієнти ЗПТ у зв'язку з активною ресоціалізацією починають переоцінювати власні цінності, в тому числі і соціально значимі. Вони починають прагнути до багатства, соціальної влади, певного визнання у соціумі.

Між групами здорових респондентів та пацієнтами ЗПТ було виявлено відмінності за методикою РСК за такими шкалами.

Відмінності за «Шкалою інтернальності в галузі досягнень» перебувають на статистично значимому рівні ($p < 0,05$). Така шкала дає нам розуміння про те, кому чи чому приписуються досягнення та успіх у житті людини. Ми вважаємо, що пацієнти ЗПТ, маючи багатий життєвий досвід, який був далеко не завжди позитивним, вирішили для себе, що не варто покладатися на щасливий випадок, удачу тощо, а покладатися можна лише на себе. Тому вони схильні приписувати життєві досягнення власним діям. А от здорові люди

є більш відкритими для так званих дарів долі та оточуючих людей, але при цьому і самі працюють над досягненням власних цілей.

«Шкала інтернальності в галузі виробничих стосунків» ($p < 0,001$) дає поняття про те, як люди пояснюють власну трудову, професійну діяльність та досягнення у цій сфері. Пацієнти ЗПТ, як говорилося вище, покладаються в основному на самих себе, тому і в трудовій діяльності вони докладають чимало зусиль задля власного професійного росту та досягнень у цій сфері. Також це може бути пов'язане з бажанням пацієнтів ЗПТ довести насамперед самим собі, що вони вже не належать до «вразливої верстви населення», а є дієздатними членами суспільства. Здорові ж люди одночасно можуть покладатися на власні сили і приймати допомогу оточуючих чи радіти щасливому випадку, який допоміг їм.

За ціннісним опитувальником Ш. Шварца виявлено статистично значимі відмінності за шкалою «Досягнення» ($p < 0,05$). Така відмінність пояснюється тим, що учасники замісної терапії переходять від моделі цінностей, правил, орієнтирів малої соціальної групи, що складалася в основному з людей, що вживають ПАР, до моделі загальносоціального рівня людських відносин. Саме соціальні стандарти поступово стають усе більш значущими та наслідуваними для пацієнтів ЗПТ. Тоді як для здорових людей доволі важливими є соціальні стандарти, адже вони є частиною соціуму. Але вони не є найважливішими, позаяк присутні ще внутрішньогрупові норми (школа, університет, робочий колектив), сімейні та врешті-решт формуються власні норми.

Висновки з проведеного дослідження. Найбільшої деформації зазнають такі ціннісно-сміслові сфери, як: рівень суб'єктивного контролю, що впливає на сферу досягнень та невдач; задоволеність процесом життя та його цілі; значимість соціального статусу; отримання задоволення; галузь виробничої діяльності та стосунків; ставлення до здоров'я та хвороби; потреба в новизні та глибоких відчуттях. Вважаємо за необхідне відзначити те, що суб'єктивно люди, що живуть з наркозалежністю, не рефлексують такі зміни. У разі суб'єктивної оцінки себе вони мають показники не гірші, аніж у здорових людей. Але більш глибокий аналіз та порівняння дали змогу побачити такі особливості.

Ще цікавим результатом вважаємо виявлені психологічні особливості досліджуваної сфери у пацієнтів замісної терапії. Коли людина приймає рішення припинити вживання ПАР та брати участь у замісній терапії, 2–5–10 років перебуває на замісній терапії, все одно її ціннісно-сміслові орієнтації залишаються деформованими від вживання ПАР. Додатково нашаровуються зміни, що виника-

ють внаслідок особистісної роботи над собою, а також роботи медиків та соціальних працівників різних благодійних організацій, що допомагають пройти ресоціалізацію. У результаті деякі складники ціннісно-смыслових орієнтацій значно відрізняються порівняно з людьми, що вживають ПАР, та зі здоровими.

Світова практика показала, що ефективно лікування залежності та подальша реабілітація неможливі без психологічної допомоги. Лікування наркоманії – це не тільки позбавлення залежності, але й відновлення особистості та її перетворення на повноцінного члена суспільства. Технологія подолання наркозалежності заснована на ідеї етапного саморозвитку особистості з урахуванням приведення в рух внутрішніх інтелектуально-особистісних резервів пацієнта.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Березин С.В. Психология наркотической зависимости и созависимости. Москва, 2001. 213 с.
2. Буковська О.О. Психологічний аналіз життєвої перспективи особистості у кризовий період. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки* : зб. наук. праць у 2-х т. Чернігів, 2015. Вип. 126. Т. 1. С. 17–21.
3. Козлов А.А. Зависимость формирования наркоманической личности от предрасполагающих факторов. *Журнал неврологии и психиатрии*. 2001. № 5. С. 16–20.
4. Лисенко І.П. Динаміка і корекція патопсихологічних симптомкомплексів у осіб, залежних від
- алкоголю та наркотиків : дис. ... доктора псих. наук : 19.00.04. Київ, 2003. 558 с.
5. Литвинчук Л.М. Зміст та технології психотерапії у роботі із залежностями: сучасний погляд на проблему. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Психологічні науки*. 2016. № 3. С. 134–148.
6. Мазур Т.В. Інтегральна характеристика психологічної стійкості особистості у важких життєвих ситуаціях. *Проблеми соціальної роботи: філософія, психологія, соціологія*. 2017. № 1 (9). С. 40–45.
7. Максимова Н.Ю. Психологія адиктивної поведінки : навчальний посібник. Київ : ВПЦ «Київський університет», 2002. 308 с.
8. Михайлів С.В. Психологічне дослідження чинників формування хімічної залежності особистості. *Психологія і особистість*. 2020. № 1 (17). С. 94–108.
9. Самыкина Н.Ю. Динамика ценностно-смысловой сферы личности в процессе наркотизации : монография. Самара : Изд-во «Универс групп», 2007. 148 с.
10. Франкл В. Человек в поисках смысла / за заг. ред. Л.Я. Гозмана і Д.А. Леонтьєва. Москва : Прогресс, 1990. 204 с.
11. Шлімакова І.І. Зумовленість життєздатності особистості впливами навколишнього середовища. *Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. Екологічна психологія*. 2019. Том. VII. Вип. 47. С. 47–55.
12. Щербина Л.Ф. Методичні підходи до психологічної реабілітації осіб, залежних від наркотичних речовин. *Практична психологія та соціальна робота*. 2000. № 8. С. 20–31.

СПЕЦИФІКА САМОСТАВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

SPECIFICITY OF PERSONALITY SELF-ASSESSMENT

Ставлення особистості до себе впливає на прояв соціальної активності особистості, зумовлює її адекватність і диференційованість. Воно виступає мотивом саморегуляції поведінки та актуалізується на всіх етапах здійснення поведінкового акту, починаючи з його мотивуючих компонентів і закінчуючи власною оцінкою досягнутого ефекту поведінки, бере участь у механізмах регуляції поведінки від рівня конкретної ситуації діяльності до рівня тривалої реалізації ідейних задумів. У психології представлена величезна кількість досліджень, в яких встановлено тісний зв'язок між ставленням особистості до себе як до суб'єкта життєвих відносин і її поведінкою. У них зазначається, що висока самоповага особистості виступає умовою її максимальної активності, продуктивності в діяльності, реалізації творчого потенціалу, впливає на свободу вираження почуття, рівень саморозкриття у спілкуванні. Самоставлення як смислове утворення має для суб'єкта непорушну значимість. Будь-яка його зміна пов'язана з внутрішньоособистісним конфліктом, супроводжується переживанням загрози руйнування самоідентичності. Тому воно активно захищається, підтримується суб'єктом. Агресивність особистості може бути способом захисту самоставлення на рівні її соціальної активності.

Мета дослідження – теоретичне обґрунтування та емпіричне дослідження психологічних особливостей прояву самоставлення осіб, що розрізняються рівнем агресивності. У дослідженні здійснено теоретико-методологічний аналіз проблеми самоставлення особистості; проаналізовано взаємозв'язки та встановлено співвідношення між показниками, що вивчаються. Одержані результати кореляційного аналізу дали змогу встановити статистично значущі від'ємні зв'язки між досліджуваними показниками: показник S – «глобальна самооцінка» – виявляє від'ємний зв'язок з показником «почуття провини»; показник «аутосимпатія» – з показниками «образа», «почуття провини» та «ворожість»; показник «самовпевненість» – з показником «почуття провини»; показник «саморозуміння» – з показником «фізична агресія». Вивчено та описано профілі самоставлення груп осіб з різним рівнем агресивності.

Ключові слова: самоставлення, параметри самоставлення, особистість, агресивність, рівні агресивності.

The attitude of an individual to himself affects the manifestation of social activity of an individual, determines its adequacy and differentiation. It acts as a motive for self-regulation of behavior and is actualized at all stages of the behavioral act, starting with its motivational components and ending with own assessment of the achieved effect of behavior, participates in mechanisms of behavior regulation from the level of specific situation to long-term realization of ideological concepts. In psychology, there is a large number of studies that establish a close relationship between the attitude of an individual to himself as to a subject of life relations and his behavior. These studies state that the high self-esteem of an individual is a condition of his maximum activity, productivity, the realization of creative potential, it also affects the freedom of expression, the level of self-disclosure in communication. Self-assessment as a semantic formation has an inviolable significance for the subject. Any changes are associated with intrapersonal conflict, accompanied by the experience of the threat of destruction of self-identity. Therefore, it is actively protected and supported by the subject. The aggressiveness of the individual can be a way of protecting his self-esteem at the level of his social activity.

The purpose of the study – theoretical justification and empirical study of the psychological features of the manifestation of self-attitude of persons with different levels of aggression.

The study provides a theoretical and methodological analysis of the problem of self-esteem; the interrelations are analyzed and the correlations between the studied indicators are established. The obtained results of the correlation analysis allowed to establish statistically significant negative relationships between the studied indicators: the indicator S "global self-esteem" shows a negative ratio with the indicator "feel of guilt"; indicator "autosympathy" with indicators of "resentment", "feel of guilt" and "hostility"; indicator of "self-confidence" with an indicator of "feel of guilt"; indicator of "self-understanding" with the indicator of "physical aggression". Profiles of self-assessment of groups of persons with different levels of aggression are studied and described.

Key words: self-attitude, parameters of self-attitude, personality, aggression, levels of aggression.

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.15>

Василенко І.А.

к.психол.н.,

доцент кафедри загальної та диференціальної психології

Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського

Постановка проблеми. Самоставлення особистості розуміється дослідниками як складне когнітивно-афективне утворення. Його структура розглядається як така, що складається з двох компонентів: раціонального ставлення до себе як суб'єкта соціальної активності («образ Я» або категоріальне «Я») і емоційно-ціннісного ставлення до себе – переживання і оцінки власної значущості як суб'єкта соціальної активності, що утворюють рефлексивне «Я». У результаті взаємодії зазначених компонентів допотребностно-мотиваційної сфери особистості ставлення до себе включається в процес

діяльнісної та особистісної саморегуляції, стимулює розвиток пізнавальної та особистісної суб'єктності людини.

Натепер у зв'язку з кризовим станом суспільства, економічною нестабільністю, втратою духовно-моральних орієнтирів намічається низка негативних тенденцій. Однією з них є все більш поширений феномен агресивності, який набуває останніми роками масовий характер, що і зумовлює соціальну актуальність проблеми дослідження.

Сформувались діаметрально протилежні теоретичні позиції стосовно цього питання.

З одного боку, визнається, що агресія, яка за своєю сутністю пов'язана із загостренням стосунків, порушенням системи взаємодії на різних соціальних рівнях, є вкрай несприятливим чинником соціальної адаптації. З іншого боку, вказується, що агресія як прояв активності особистості певною мірою дає змогу вирішувати низку завдань у процесі соціальної адаптації, як-то: утвердження власного Я, захист власних інтересів, реалізація асертивної поведінки, що не заважає інтеграції особистості із суспільством, але переводить взаємодію між ними на якісно інший рівень.

Багато вітчизняних і зарубіжних психологів (Б.Г. Ананьєв, І.С. Кон, В.М. Мясищев, К. Роджерс, В.В. Столін, К. Хорні, І.І. Чеснокова) відводять самоставленню головну роль у нормативному функціонуванні особистості в суспільстві. Н.М. Авдєєва, А. Адлер, Ю.Б. Гіппенрейтер, В. Сатир виділяли фактори, що впливають на формування самоставлення.

Аналіз розглянутих підходів за проблемою дослідження показав, що агресивна поведінка – це поведінка, яка може виявлятися у вигляді реакції індивіда, що перебуває перед дилемою досягнення бажаного результату та уникання невдачі (К. Левін, Н. Міллер, Х. Хекхаузен); захисту особистісного самоставлення, самоствердження (Л.М. Аболін, Ю.Д. Бабаєва, Г.А. Вартоян, І.А. Васильєв, Б.І. Додонов); вияву індивідом власних негативних почуттів у відповідь на різноманітні несприятливі, у фізичному і психічному відношенні, життєві ситуації (Н.К. Аксанова, К. Бютнер, А.Л. Лісовик); дії, спрямованої на досягнення значущих цілей (Н.В. Алкіна, Д. Аткинсон, Н. Мюррей, Р. Спірс, Н. Фівер); набутої в процесі навічання моделі соціальної поведінки (Г.М. Андрєєва, А. Бандура, О.Б. Бовть, Я. Волавка, С.Г. Шебанова).

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Теоретико-методологічними засадами цього дослідження є вітчизняні та зарубіжні теорії та психологічні концепції, що висвітлюють проблему ставлення до себе (Б.Г. Ананьєв, Л.І. Божович, Л.Я. Гозман, О.М. Леонтєв, С.Р. Пантілеев, С.Л. Рубінштейн, В.В. Столін та ін.), які розглядали її в контексті більш загальної проблеми – проблеми розвитку особистості.

У зарубіжній психологічній літературі також є численні дослідження з психології самосвідомості і самоставлення. Це роботи У. Джеймса, С. Куперсмит, Дж. Маккарті, Л. Фестінгер, Д. Ходжа та ін.; дослідження проблеми агресивності з позицій психодинамічного, глибинно-психологічного підходу (О.В. Глузман, Н.Ф. Каліна, А. Адлер, З. Фрейд, Е. Фромм, К. Хорні, К.Г. Юнг та ін.), біхевіористичного підходу (А. Бандура, Дж. Доллард, Н. Міллер та ін.); у контексті їх адаптивно-дезадаптив-

ного значення – як чинник, що деструктивно впливає на поведінку особистості (О.Б. Бовть, М.Д. Левітов, А. Бандура, Д. Майерс, Д. Річардсон та ін.) і конструктивно (Г.А. Гайдукевич, О.В. Змановська, Н.І. Пов'якель, Л.М. Собчик); у процесі розвитку особистості (Н.В. Алкіна, Н.О. Дубінко, Л.М. Семенюк, К. Бютнер та ін.), як один з чинників протиправної поведінки (Ю.М. Антонян, С.М. Єнікополов, І.А. Кудрявцев, О.М. Морозов та ін.); у межах проблеми емоційної регуляції поведінки (В.К. Вілюнас, Г.С. Костюк, Е.Л. Носенко).

Отже, проведений аналіз дає змогу говорити про існування трьох різних підходів до розгляду ставлення людини до себе: розуміння самоставлення як афективного компонента самосвідомості (самоставлення у структурі самосвідомості), як риси особистості (самоставлення у структурі особистості), як компонента саморегуляції (самоставлення у системі саморегуляції).

Грунтуючись на точці зору В.В. Століна, яка знайшла своє відображення в працях С.Р. Пантілеева, розглядаємо самоставлення як цілісну особистісну систему, що забезпечує переживання сенсу «Я» для суб'єкта. Самоставлення є центральною ланкою самосвідомості, яке, з одного боку, спирається на самопізнання, а з іншого – створює головні передумови для формування саморегуляції, самоактуалізації, саморозвитку особистості.

Таким чином, самоставлення особистості є складноструктурованим психічним утворенням. На найбільш загальному рівні аналізу в самоставленні можна виділити дві підсистеми: оцінну та емоційно-ціннісну. Ці підсистеми принципово різні за своїм змістом. Сенс «Я» особистості як суб'єкта тих чи інших життєвих відносин виявляє своє вираження в підсистемах самоставлення в різних «мовах». У підставі формування підсистем самоставлення лежать різні психологічні механізми. Їх модальності організовуються в єдину систему на підставі різних принципів. Оціночне та емоційне самоставлення посідають специфічне місце у системі саморегуляції особистості. Для збереження їх позитивного тону використовуються різні за своїм змістом механізми психологічного захисту. Їм властива своя, відносно незалежна одна від одної логіка формування. У разі більш детального аналізу в структурі самоставлення можна виділити три фактори: самоповагу, аутосимпатію і самоприниження, які своєю чергою включають у себе цілу низку специфічних за своїм змістом модальностей.

Агресивність особистості може бути способом захисту самоставлення на рівні її соціальної активності. Негативне ставлення до себе, низька самоповага може компенсуватися людиною завдяки здійсненню нею асоціальних вчинків, актів агресії. Людина, що захищає

ставлення до себе з допомогою агресії, не здатна включитися у взаємодію на «рівних». Поясненням цьому служить відсутність у неї стійкої особистісної позиції, поглиненої «збитковістю» власного «Я». Таким чином, слід розрізняти агресію та агресивність. Агресія є сукупністю певних дій, які завдають шкоди іншому об'єкту; а агресивність забезпечує готовність особистості, на яку спрямована агресія, сприймати та інтерпретувати поведінку іншого відповідним чином. Наявні на сьогодні теорії агресії по-різному пояснюють причини і механізми агресивної поведінки людини.

Виклад основного матеріалу. У роботі використовувалася система методів, яка включає: теоретичний аналіз і систематизацію підходів та емпіричних результатів, що містяться в психологічній літературі з проблеми дослідження; емпіричні методи – спостереження, бесіди, опитування, анкетування. Для дослідження агресивності були використані: методика «Діагностика показників і форм агресії» А. Басса–А. Даркі, для діагностики самоствавлення особистості застосований «Опитувальник самоствавлення особистості» (В.В. Столін).

Обробка одержаних даних здійснювалася за допомогою кількісного (кореляційного) та якісного (методи «асів» і «профілів») аналізів. Процедура обробки результатів здійснювалася за допомогою комп'ютерної програми SPSS 17.0. У дослідженні брали участь студенти віком від 17 до 25 років у кількості 65 осіб. Емпіричне дослідження проводилось на базі Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського.

Результати кореляційного аналізу демонструють наявність значущих від'ємних зв'язків між досліджуваними показниками самоствавлення та агресивністю. Показник S – «глобальна самооцінка» – виявляє від'ємний зв'язок з показником «почуття провини» (ПП) ($p \leq 0,05$). Показник «аутосимпатія» має від'ємні зв'язки з показниками «образа» ($p \leq 0,05$), «почуття провини» ($p \leq 0,01$) та «ворожість» ($p \leq 0,05$). Показник «самовпевненість» виявляє від'ємний зв'язок з показником «почуття провини» ($p \leq 0,05$). Показник «саморозуміння» має від'ємний зв'язок з показником «фізична агресія» ($p \leq 0,05$). Таким чином, у результаті кореляційного аналізу було виявлено, що між показниками самоствавлення та агресивністю наявні від'ємні значущі кореляційні зв'язки. Видається цілком логічним, що всі показники самоствавлення продемонстрували виключно від'ємні зв'язки з показниками агресивності. Результати кореляційного аналізу підтвердили зіставність психологічних характеристик, що вивчаються ($p < 0,01$), ($p < 0,05$).

Визначення специфіки прояву самоствавлення у осіб з різним рівнем агресивності надано у профілях, що зображені на рисунку 1. Вибірка була поділена на дві групи: особи з високими значеннями загального показника агресивності (Amax) – «агресивні» та група з низькими значеннями загального показника агресивності (Amin) – «неагресивні». Значення кожної позначки на графіку являє собою середнє арифметичне показників, що вивчаються. На осі ОХ відкладені показники, що вивчаються, на осі ОУ – значення показників, виражене в процентіях.

Аналіз профілів самоствавлення осіб з різним рівнем агресивності свідчить про наявність роз-

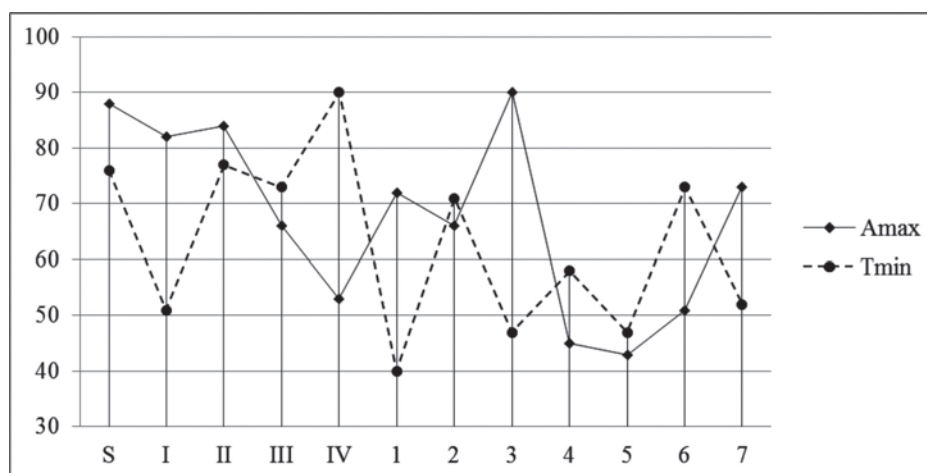


Рис. 1. Профілі самоствавлення груп осіб з різним рівнем агресивності

Примітка. Умовні скорочення шкал: I – самоповага, II – аутосимпатія, III – очікування позитивного ставлення інших, IV – самоінтерес, 1 – самовпевненість, 2 – очікування відносин інших, 3 – самоприйняття, 4 –саморуководство, 5 – самопослідовність, 6 – самозвинувачення, 7 –саморозуміння.

біжностей значень показників самоствалення в досліджуваних групах. Так, показники групи з високим рівнем агресивності розташовані нижче середньої лінії ряду, що вказує на тенденцію до низького рівня самоствалення; показники групи з низьким рівнем агресивності розташовані вище середньої лінії ряду, що вказує на високий рівень самоствалення таких осіб.

Представники групи осіб з високим рівнем агресивності переживають яскраво виражене сприятливе ставлення до власного «Я» і відчувають власну цінність. Мають виражене почуття самоповаги, власної гідності. Вони вважають себе спроможними, значними, процвітаючими, вірять у себе і в те, що можуть подолати свої недоліки. Їм властиве почуття аутосимпатії, самоцінності, що є природною основою психічного здоров'я і цілісності особистості. Але це не означає самовдоволення або некритичне самосприйняття, це добре усвідомлювана позитивна Я-концепція, яка служить джерелом стійкої адекватної самооцінки. Усвідомлюють, що у більшості своїх знайомих чи оточення не викликають симпатію, можливо, через демонстрацію агресивної поведінки, спалахами гніву, роздратуванням. Такі особи задоволені собою.

Представники групи осіб з низьким рівнем агресивності відчувають невпевненість у своїх можливостях і сумнівів у своїх здібностях. Такі особи мають сумніви, приймаючи рішення, не довіряють своїм рішенням, часто сумніваються у здатності долати труднощі і перешкоди, досягати поставленої мети. Мають відчуття позитивного ставлення до себе з боку оточуючих, впевнені, що їх люблять інші, цінують за особистісні та духовні якості, за здійснювані вчинки і дії, за прихильність груповим нормам і правилам. У звичних для себе умовах можуть проявляти виражену здатність до особистого контролю. У нових ситуаціях регуляційні можливості «Я» слабшають, посилюється схильність до конформності. Недостатній вольовий контроль для подолання зовнішніх і внутрішніх перешкод на шляху до досягнення мети. Переживання щодо власного «Я» супроводжуються внутрішнім напруженням. Здатні бачити недоліки і готові поставити собі в провину всі свої промахи і невдачі. Установка на самозвинувачення супроводжується розвитком внутрішньої напруги, відчуттям неможливості задоволення основних потреб. Вони не в змозі правильно зрозуміти власну особистість і, як наслідок, досягти задоволеності самим собою, а це своєю чергою перешкоджає повноцінному розвитку особистості.

Висновки з проведеного дослідження.

Теоретичний аналіз літератури показав, що в уявленні сучасних психологів під агресією розуміється специфічна форма дій, поведінки людини, яка породжується потребою

самоствалення, прагненням до досягнень, потребою в захисті від нав'язуваних особистості дій навколишнім середовищем і проявляється в застосуванні сили проти іншої людини або групи осіб, нанесенням фізичної чи психологічної шкоди. Агресивність розглядається як відносно стійка властивість особистості, що характеризує схильність, готовність до агресивних дій задля досягнення власних цілей. Ці поняття є сторонами одного явища: агресивність більшою мірою є потенційною характеристикою особистості, яка може проявлятися в агресії, тобто в діях, у поведінці, спрямованій на порушення і навіть руйнування психологічного або фізичного простору іншої людини.

Ступінь опрацювання проблеми агресивності й агресії в контексті її функцій (інструментальної, захисної, експресивної, адаптаційної) був тим критерієм, що визначив підходи до її аналізу. Перший підхід об'єднує дослідження, в котрих агресія розглядається як деструктивна і дезадаптивна, навмисна поведінка, що шкодить і завдає збитку іншій людині, як прагнення до домінування над іншими. Другий розглядає агресію як конструктивну поведінку, як прояв адаптивної активності у разі самозахисту, прагнення до досягнень, як інструмент для самоствалення, самореалізації. Агресивність особистості може бути способом захисту самоствалення особистості на рівні її соціальної активності.

У психології є три різні підходи до розуміння ставлення людини до себе: розуміння самоствалення як афективного компонента самосвідомості (самоствалення у структурі самосвідомості), як риси особистості (самоствалення у структурі особистості), як компонента саморегуляції (самоствалення у системі саморегуляції).

Ми розглядаємо самоствалення як цілісну особистісну систему, що забезпечує переживання сенсу «Я» для суб'єкта. Самоствалення є центральною ланкою самосвідомості, яке, з одного боку, спирається на самопізнання, а з іншого – створює головні передумови для формування саморегуляції, самоактуалізації, саморозвитку особистості.

Проведений кореляційний аналіз виявив значимі від'ємні зв'язки між досліджуваними показниками: показник S – «глобальна самооцінка» – виявляє від'ємний зв'язок з показником «почуття провини»; показник «аутосимпатія» – з показниками «образа», «почуття провини» та «ворожість»; показник «самовпевненість» – з показником «почуття провини»; показник «саморозуміння» – з показником «фізична агресія».

Встановлено, що осіб з високим рівнем агресивності характеризує самоповага, ставлення до себе як до впевненої, самостійної, вольової і надійної людини, яка знає, що їй є за що себе поважати. Перешкоди на шляху

до досягнення мети сприймаються ними як переборні. Проблеми зачіпають неглибоко, переживаються недовго. Їм властиво приймати всі сторони свого «Я», приймати себе у всій повноті поведінкових проявів, при цьому загальний фон сприйняття себе залишається позитивним. Такі люди часто відчують симпатію до себе, до всіх якостей своєї особистості, а свої недоліки вважають продовженням гідності (достоїнств). Мають низький контроль над емоційними реакціями і переживаннями з приводу себе. Відчують себе здатними чинити опір зовнішнім впливам, опиратися долі і стихійним подіям. Виявляють тенденцію до заперечення власної провини в конфліктних ситуаціях. Захист власного «Я» здійснюється шляхом звинувачення переважно інших, перенесенням відповідальності на оточуючих за усунення бар'єрів на шляху до досягнення мети. Відчуття задоволеності собою поєднується з осудженням інших, пошуками в них джерел усіх неприємностей і проблем.

У представників низького рівня агресивності спостерігається виборче сприйняття людиною ставлення оточуючих до себе. У разі несподіваної появи труднощів упевненість у собі знижується, наростають тривога і занепокоєння. З їхньої точки зору, позитивне ставлення оточуючих поширюється лише на певні якості, на певні вчинки; інші особистісні прояви здатні викликати у них роздратування і неприйняття. Їм характерна товариськість, емоційна відкритість для взаємодії з оточуючими, легкість встановлення ділових і особистих контактів. Проявляють вибірковість у ставленні до

себе, схильні приймати не всі свої достоїнства і критикувати не всі свої недоліки. Зазначена проблема складності зв'язків самоствавлення та агресивності формується з багатоплановості і глибини відносин особистості, її соціальної активності та потребує подальшого дослідження.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / общ. ред. В.Я. Пилиповского. Прогресс, 1986. 424 с.
2. Ложкин Г.В. Практическая психология конфликта. Межрегион. акад. упр. персоналом. 2-е изд., стер. 2002. 255 с.
3. Максименко С.Д. Психологічна основа самореалізації особистості: структура і функції. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Том IX: *Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія*. 2016. Вип. 9. С. 6–13.
4. Пантеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. Изд-во МГУ, 1991. 110 с.
5. Чепелева Н.В. Дослідження самопроєктування особистості у контексті постнекласичної психології. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Том. IX: *Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія*. 2016. Випуск 9. С. 13–21.
6. Хорни К. Невроз и личностный рост. Борьба за самореализацию / под ред. М.М. Решетникова. Совместное издание Вост. Европ. Инта психоанализа и БСК, 1997. 316 с.
7. Бех І.Д. Категорія «ставлення» в контексті розвитку образу «Я» особистості. *Педагогіка і психологія*. № 3. 1997. С. 52–56.

НАВЧАЛЬНА МОТИВАЦІЯ ПІДЛІТКІВ ІЗ РІЗНИМИ СИБЛІНГОВИМИ ПОЗИЦІЯМИ В БАТЬКІВСЬКІЙ РОДИНІ

LEARNING MOTIVATION OF ADOLESCENTS WITH DIFFERENT SIBLING POSITIONS IN THE FAMILY

Статтю присвячено проблематиці вивчення навчальної мотивації підлітків у зв'язку із сиблінговою позицією у сім'ї. Досліджено, що навчальний мотив досягнення вираженіший у первістків та одинаків, зовнішні навчальні мотиви – у молодших та середніх дітей, а комунікативні навчальні мотиви більш властиві старшим та середнім дітям. Пізнавальна мотивація молодших сиблінгів підкріплюється соціальним схваленням, зокрема – батьківським, емоційною близькістю із старшим братом чи сестрою. Розвиток пізнавальної мотивації середніх дітей теж обумовлений важливістю схвалення з боку інших, а також соціальною чутливістю, конформізмом, схильністю дотримуватися групових норм. В одинаків пізнавальна мотивація пов'язана з виключно з індивідуально-психологічними характеристиками та не залежить від батьківської уваги та схвалення іншими. В єдиних дітей частіше, ніж в інших, простежується зв'язок навчальних мотивів з відчуттям внутрішнього задоволення від виконаної діяльності. Розвиток пізнавальної мотивації дітей (окрім єдиних дітей) пов'язаний із увагою, яку, на їхню думку, батьки приділяють їм. Якщо дитина не відчуває батьківської уваги, це амотивує пізнання, знижує зацікавлення навчальним процесом, соціальними очікуваннями, оскільки прямо корелює із чутливістю до емоційного стану та увагою батьків до справ дитини, а в середніх – із емоційною стійкістю, реалістичністю, адекватною оцінкою своїх можливостей, проте, з втратою безтурботності. Для ефективною та успішною навчальною діяльністю учнів доцільно розвивати навчальну мотивацію, яка базована як на вікових, так і на індивідуальних особливостях дітей, зокрема на тих, що пов'язані із сиблінговою позицією, яку займає дитина у сім'ї. Для дітей, які займають позиції «старша дитина» та «єдина дитина», бажано створювати ситуації успіху, можливостей для самостійного опрацювання завдань, а також ситуації допомоги іншим дітям. У роботі з підлітками з позиціями «молодша дитина» та «середня дитина» вчителю рекомендовано допомогти підліткам усвідомити об'єктивний зв'язок оцінки з рівнем знань і вмінь. І, таким чином, поступово підійти до мотивації, пов'язаної з бажанням мати високий рівень знань та вмінь.

Ключові слова: сиблінги, сиблінгові позиції, порядок народжуваності, навчальна моти-

вація, пізнавальний мотив, зовнішня мотивація.

It was found that the learning motivation of achievements, is more pronounced in first-born child and only child, external learning motives – in younger and middle children, and communicative learning motives are more characteristic of older and middle children. The results of the study showed that the correlations between cognitive learning motives and the need for social acceptance more typical for younger and middle siblings. In particular, the cognitive motivation of youngest siblings is supported by parental approval, approval by significant people, emotional intimacy with an older brother or sister. The development of cognitive motivation of middle children is also due to the importance of approval by others, but also by such traits as social sensitivity, conformism, the tendency to adhere to group norms. The development of children's cognitive motivation (except for the only child) is related to the attention that, in their opinion, parents pay to them. Accordingly, if the child receives enough parental attention, it stimulates the child to learn, to interest in the learning process.

Pupils, who are the only children in the family, distinguish the connections of cognitive motive with individual psychological characteristics. Only in this group, the cognitive motive is not related to the attention of parents and to the importance of approval of others. According to the results of the study, with the increase of cognitive motive of only children, they are more characterized by dominance, courage, conformism and low anxiety. The only child is more often than others motivated in learning by a sense of satisfaction with the learning process. They are also satisfied with the feeling of compliance with external requirements in teaching (teacher approval, teacher evaluation). Instead, in oldest children, external learning motivation rather compensates for the lack of internal self-control. Youngest child and middle child are more characterized by external learning motivation than other children. In the youngest children, external motivation correlates with self-control, and is supported by social expectations as it directly correlates with parents' attention to the child's affairs. In the group of middle children, external motivation correlates with emotional stability, realism, adequate assessment of their capabilities, however, with the loss of carelessness.

Key words: siblings, siblings position, birth order, educational motivation, external motivation, cognitive motivation.

УДК [37.015.3:005.32]-
053.6:[159.922:316.614.5]
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.16>

Гребінь Н.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Львівський національний університет
імені Івана Франка

Карковська Р.І.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Львівський національний університет
імені Івана Франка

Постановка проблеми. Проблематика шкільної мотивації гостро постає у наш час: відсутність в дітей бажання, інтересу до процесу та результату навчання призводить не лише до стійкої шкільної неуспішності, але й до інтелектуальної та особистісної незрілості, відхилень у поведінці дитини. Для сучасної системи освіти пріоритетним завданням

є розробка ефективних способів вироблення та підтримки позитивної навчальної мотивації в учнів, зокрема, цього вимагає сьогоденний контекст навчання, яке вимушено здійснюється в дистанційній та змішаній формі. Як зазначила А. Макреєва, позитивна мотивація учня є ключовим аспектом дистанційного навчання, оскільки більшу частину часу учневі

доводиться самостійно охоплювати навчальний матеріал. Крім того, школяру значно важче, знаходячись у домашніх умовах, насичених відволікаючими факторами, змусити себе концентруватися на завданні. В підлітковому віці відсутність мотивації призводить до прокрастинації, зниженню якості засвоєння матеріалу, неуспішності тощо [7, с. 1–2]. Для формування стійкого позитивного ставлення до навчання як до джерела особистісного розвитку необхідна внутрішня мотивація, яка базована не на зовнішньому винагородженні, а на задоволенні власне від змісту діяльності [6, с. 115]. Це, безумовно, залежить від педагогічної майстерності вчителя, вдало добраних навчальних технологій, але, також, від особистості самого учня. Особливості навчальної мотивації є однією з головних характеристик індивідуального стилю навчальної діяльності, яка залежить від їх реальної участі та активного включення в навчання, від індивідуально-психологічних особливостей, минулого досвіду тощо. Власне, для того, аби знайти індивідуальний підхід до формування та підтримки мотивації кожної дитини, слід ретельно дослідити структуру навчальної мотивації, чинники, які її формують та особливості її прояву в учнів з різними психологічними якостями [3, с. 790].

На особливості мотиваційної сфери, як і на інші сторони становлення людини впливає сімейна взаємодія. Взаємини з братами і сестрами, батьківське ставлення до дітей з огляду на їхню кількість і порядок народження – важливі аспекти такої взаємодії. Тому, при вивченні мотиваційних особливостей слід зважати на такий вагомий фактор розвитку та формування особистості як сиблінгові позиції. Врахування порядку народження як фактора навчальної мотивації може допомогти психологам і педагогам з учнями та їхніми батьками для оптимізації процесів залучення учня в навчальну діяльність.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Одним з перших звернув увагу на роль порядку народження (і пов'язаного з цим батьківського ставлення, стосунків із сиблінгами) у психологічному становленні особи А. Адлер. На його думку, старші діти в сім'ї схильні до консерватизму, лідерства, домінантності. Одиначки схильні до залежності та егоцентризму у зв'язку з тривалим перебуванням під опікою матері, можуть мати труднощі у спілкуванні з іншими. Для другої дитини властиві схильність до конкурувати та ставити надто високі цілі, а наймолодшій дитині притаманна значна спрямованість на досягнення і честолюбство [10, с. 178–180]. Н. Зирянова на основі узагальнення емпіричних досліджень, проведених в 50-60 роках минулого століття, виділила риси, які вирізняють одинаків: потреба в досягненні, проблемність поведінки, низьке праг-

нення до приєднання (за винятком стресових ситуацій). Старшим дітям властиві вищі інтелектуальні показники, більша навчальна успішність, схильність до лідерства, загалом зріліша поведінка, проте нижча стійкість до стресу та схильність підпадати під вплив авторитетів [4]. Ці характеристики частково підтверджено результатами, отриманими Козловою І. у дослідженні сімей із двома дітьми. Старші діти порівняно з молодшими більш орієнтовані на успіх, але в них виявилась нижча орієнтація на освіту. У стосунках із сиблінгом вони більш домінантні, схильні до співпраці, але також більш антагоністичні і менше прив'язані, ніж молодші. Антагоністичність (конфліктність) в сиблінгових стосунках пов'язана з батьківським неприйняттям, емоційною відстороненістю та непослідовністю. Чим позитивніші стосунки батьків із старшою дитиною, тим менше вона схильна домінувати і більше співпрацювати у відносинах із молодшою [5]. В схожий спосіб описав сиблінгове суперництво та причини агресивного реагування старшої дитини на появу в сім'ї молодшої Д. Леві. Він ствердив, що агресія пов'язана із переживанням старшою дитиною загрози для свого усталеного способу життя [8]. Виявлено відмінності за батьківським ставленням до дітей з різними сиблінговими позиціями. Показник “незгода-згода” має статистично значущі відмінності ($t=2,27$; $p \leq 0,05$), а саме описує негативний характер взаємодії між першою дитиною з батьком, водночас відображаючи частоту і міру згоди батька зі своєю другою дитиною в різних життєвих ситуаціях [13, р. 98]. З огляду на вище описані результати таке ставлення батька створює ризик конфліктності у стосунках між дітьми.

М. Боуен наголосив, що старшим дітям властиве прагнення до лідерства, а для молодших – наслідування інших. Вчений також обґрунтував вплив сиблінгової позиції на доросле життя, зокрема на її поведінку, стиль соціальної взаємодії та інші психічні вияви [11, р. 346–372]. Ф. Саллоуей шляхом аналізу емпіричних даних внутрішньо сімейних дійшов висновку, що найстарші діти в сім'ї є більш сумлінні, а молодші – більш доброзичливі та відкритіші новому досвіду. Також молодші більш екстравертовані (шукають нових вражень, веселощів, більш товариські); перші діти в сім'ї тривожніші, вразливі та схильні до депресій, більш асертивні та домінантні. Але ці ефекти можуть відрізнятися за своєю силою в позасімейних відносинах, наприклад, у стосунках із друзями чи у власному подружжі [15, п. 182–184]. Ще раніше В. Томан відзначив, що досвід спілкування із сиблінгом протилежної статі, а також порядок народження будуть значно впливати на позицію відповідно до подружнього партнера. Схожість

сиблінгових позицій з позиціями партнерів у сім'ї є фактором гармонійності подружніх взаємин [16].

У дослідженні учнів четвертих класів виявлено, що порядок народження дитини обернено пов'язаний з академічною успішністю та освітніми прагненнями батьків щодо дітей. Проте, якщо сім'я з вищим соціально-економічним статусом батьки схильні зменшувати свої очікування щодо освіти молодших, якщо їхні старші досягли освітніх успіхів, то в сім'ях з нижчим соціально-економічним статусом освітні успіхи старших дітей надихають батьків на вищі очікування щодо молодших [14, р. 339–356].

Отже, можна сказати, що сиблінгова позиція, ситуація, в якій дитина зростає у сім'ї, впливає на формування та розвиток певних особистісних рис. Останні дуже ймовірно виявлятимуться у початкових мотивації, ставленні до навчання підлітків, оскільки це їхня провідна діяльність. Саме тому варто визначити, які фактори пов'язані з сиблінговою позицією впливають на навчальні мотиви. Оскільки це дозволить більш ефективно добирати психолого-педагогічні засоби формування позитивної навчальної мотивації з урахуванням актуальних сімейних особливостей.

Постановка завдання. Мета емпіричного дослідження полягає у виявленні особливостей навчальної мотивації підлітків з різними сиблінговими позиціями у сім'ї. Для досягнення мети та виконання дослідницьких завдань було застосовано емпіричні методи (письмове опитування із застосуванням стандартизованих психодіагностичних методик, а також авторської анкети), методи математико-статистичного опрацювання результатів (порівняльний, кореляційний, факторний аналізи). Було використано наступні методики: особистісний тест-опитувальник Р. Кеттела, методика

діагностики структури навчальної мотивації, методика виявлення мотивації досягнення успіху та уникнення невдачі А. А. Реана, братсько-сестринський опитувальник С. А. Грахам-Берман, С. Е. Култер, авторська анкета. У дослідженні взяли участь 60 осіб молодшого підліткового віку (12-14 років), досліджувану групу було поділено на 4 підгрупи по 15 осіб у кожній, залежно від позиції, яку займають у сім'ї, – «старша дитина», «молодша дитина», «середня дитина» та «єдина дитина».

Виклад основного матеріалу дослідження. Під час аналізу отриманих результатів були отримані середні значення мотивів навчальної діяльності, які притаманні всім досліджуваним (рис. 1).

Так, найбільші значення з досліджених дев'яти навчальних мотивів мають: мотив досягнення успіху (7,3), комунікативні мотиви (6,8). Менш значущими є емоційні (5,7), зовнішні (5,3) та пізнавальні (5,3), і найменшим є мотив «позиція школяра» (5,1). Загалом, найпотужнішим стимулом до навчання, згідно з результатами дослідження, виступає прагнення дитини досягати успіху в навчальних ситуаціях, що дає можливість підтримувати самооцінку, сприяє позитивним емоціям, які, в свою чергу, підтримують стан активності та зацікавленості. Прагнення спілкуватися (між собою, з авторитетним дорослим, яким вчитель може виступати для учня) стимулює до навчання, зокрема, коли це прагнення знаходить реалізацію під час навчальної активності – у різних інтерактивних форматах. Найменшу значущість в якості навчального мотиву, порівняно з іншими досліджуваними мотивами, для молодших підлітків має «внутрішній образ школяра». Зріла «внутрішня позиція школяра» включає і інтерес до змісту шкільних знань, і здатність виділяти власне учбові задачі, і вміння вступати в опосеред-

ковані соціальними ролями взаємини з дорослими. Можна припустити, що зниження для школяра ваги саме цієї, специфічно шкільної мотивації, пов'язано із кризовим віковим періодом, коли шкільна ідентичність зазнає значних модифікацій – переглядається, доповнюється, ускладнюється. Для підлітка пріоритетною стає взаємодія з ровесниками, і знижується значущість ролей у формальній взаємодії.

За результатами порівняльного аналізу (метод множинних порівнянь Шеффе, $p < 0,05$) було виявлено статистично значущі відмінності у мотиваційній структурі навчальної діяльності

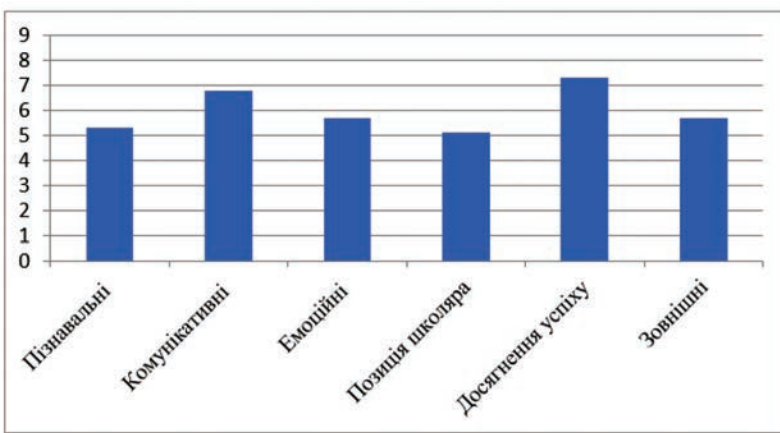


Рис. 1. Середні значення мотивів навчальної діяльності досліджуваних

Джерело: складено авторами

досліджуваних, які займають різні сиблінгові позиції у сім'ї (рис. 2).

Як можна бачити, у старших і середніх дітей більш виражений комунікативний мотив навчання, порівняно з молодшими та єдиними. Мотив досягнення майже на однаковому рівні у старших та єдиних дітей, і він значно вищий, ніж у молодших та середніх. Окрім цього, у молодших дітей мотив досягнення нижчий і порівняно з середніми. Щодо зовнішнього мотиву навчання, то у молодших та середніх дітей він має значно вищий рівень, порівняно із старшими та єдиними. Результати множинного порівняльного аналізу представлено у таблиці 1.

Отже, прагнення досягти високих результатів значно більше мотивує дітей, які є одинаками та старшими у родині. Реалізація потреби у міжособовій взаємодії в якості навчальної мотивації притаманна підліткам, які мають молодших сиблінгів (старші та середні

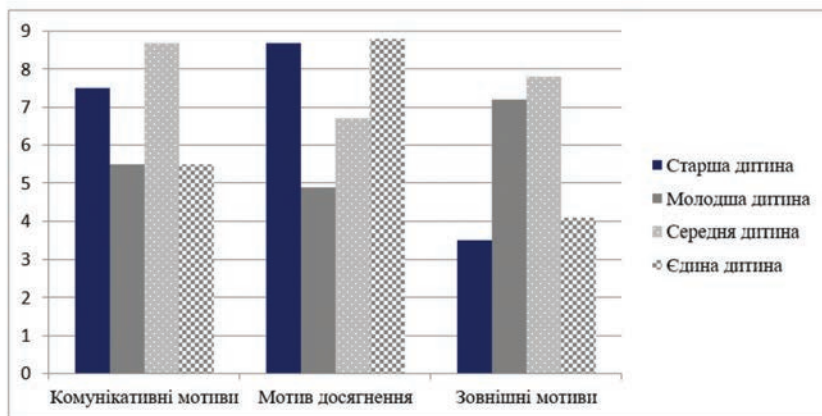


Рис. 2. Порівняльний аналіз результатів дослідження мотивації дітей, що займають різні сиблінгові позиції у родині

Джерело: складено авторами

у родині). Діти, які мають старших сиблінгів (молодші та середні у родині), в більшій мірі зовнішньо вмотивовані. Вони можуть навчатися заради отримання високої оцінки, яка для них стає інструментом для отримання батьківського схвалення, доведення своєї спроможності вчитися не гірше, ніж старші брати та сестри.

Таблиця 1

Результати порівняльного аналізу мотивів навчання в групах досліджуваних «старша», «молодша», «середня», «єдина» дитина

Тест Шеффе; Змінна: Комунікативні мотиви, $p < 0,05$				
Позиція	(1) $M=7,4667$	(2) $M=5,4667$	(3) $M=8,7333$	(4) $M=5,5333$
Старша (1)				
Молодша (2)	0,021294			
Середня (3)	0,251565	0,000043		
Єдина (4)	0,027826	0,999662	0,000061	
Тест Шеффе; Змінна: Досягнення успіху, $p < 0,05$				
Позиція	(1) $M=8,7333$	(2) $M=4,8667$	(3) $M=6,6667$	(4) $M=8,8000$
Старша (1)				
Молодша (2)	0,000000			
Середня (3)	0,002981	0,012391		
Єдина (4)	0,999441	0,000000	0,002044	
Тест Шеффе; Змінна: Зовнішні мотиви, $p < 0,05$				
Позиція	(1) $M=3,5333$	(2) $M=7,2000$	(3) $M=7,8000$	(4) $M=4,1333$
Старша (1)				
Молодша (2)	0,000000			
Середня (3)	0,000000	0,735013		
Єдина (4)	0,735013	0,000000	0,000000	

Джерело: складено авторами

Схожі результати дослідження мотиваційної структури підлітків з різними сиблінговими позиціями було отримано за даними методики визначення мотивації успіху і уникнення невдач А. А. Реана. У старших сиблінгів та дітей-одинаків значно вищий рівень мотивації успіху, ніж у молодших сиблінгів (M (єдина)=8,8; M (старша)=8,7; M (середня)=6,7; M (молодша)=4,9; $p<0,01$).

Результати анкетування свідчать, що схильність конкурувати із братами-сестрами найбільше виявили діти, що є середніми, тобто мають молодших та старших сиблінгів: 15 підлітків (100%) заявили про своє бажання все виконувати краще від своїх братів та сестер. Деяко менше підлітків (73%), які є старшими у сім'ї, висловили подібне бажання, а найменш виражене прагнення до суперництва серед досліджуваних з позицією молодша дитина (60%). Очікувано, що середні діти найбільш схильні змагатись за кращість», оскільки у сім'ї уже є старші діти, які займають лідерські позиції і є молодші, про яких найбільше піклуються. В концепціях А. Адлера, М. Боуена, В. Томана підкреслено, молодші діти можуть мати сильне прагнення до перевершення, як вияв бажання наздогнати старшого сиблінга [9, р. 150].

Результати опитування, в якому підлітки оцінювали те, скільки уваги батьки приділяють їм, скільки хотіли би, скільки їй дають іншим дітям, за шкалою від 0 (найменше значення) до 10 (найбільше значення) свідчать те, що підлітки, які є старшими дітьми, вважають, що отримують менше уваги від батьків ($M=7$) порівняно з іншими дітьми (увагу, яку отримують інші діти у сім'ї, вони оцінили на 9), і в порівнянні з тою увагою, якої потребують ($M=8$). При цьому молодші та середні діти вважають, що вони отримують стільки ж уваги, скільки і їхні брати чи сестри (середній бал по групах 7). Єдині діти вважають, що отримують від батьків більше уваги ($M=9$), ніж їм потрібно ($M=7$). Схожі співвідношення спостерігаються стосовно домашніх справ та обов'язків, які досліджувані також оцінювали за шкалою від 0 до 10. У старших дітей середнє значення по групі стосовно власного навантаження домашніми справами 6, а брати і сестри, за їх думкою, майже не мають таких обов'язків ($M=3$). Це також відображається у відповідях стосовно того, до кого звертаються батьки по допомогу. Так, всі досліджувані з групи «старша дитина» вважають, що в першу чергу просять допомогу у них. Проте молодші та середні підлітки вважають, що їм делегують таке ж навантаження щодо справ по дому, як і їхнім братам та сестрам (середнє значення по групах 6). Порівняльний аналіз особливостей сиблінгових стосунків дозволив виявити відмінності. Так, старші діти проявляють значно більше емпатії щодо до своїх братів та сестер

порівняно із середніми ($M=49,5$ та $M=39,4$ відповідно; $p<0,01$). Разом з цим їм краще вдається підтримувати межі у взаєминах із братами та сестрами, порівняно з молодшими ($p<0,01$), для яких цей показник найнижчий серед інших ($M=19,1$, $M=12,6$ відповідно). Таку позицію слід вважати доволі сприятливою для особистості дитини, коли емпатія та прихильність до менших сиблінгів поєднується із відчуттям автономії, здатністю підтримувати задовільну дистанцію.

Кореляційний аналізу даних у групі підлітків «старша дитина» виявив, що пізнавальна мотивація прямо пов'язана з фактором «супер-его» та обернено – з оцінкою необхідної батьківської уваги ($r=0,7$ та $r=-0,6$ відповідно, $p<0,05$). Задоволена потреба в батьківській увазі позитивно впливає на зростання пізнавальної мотивації. Пізнавальна мотивація збільшується із посиленням таких характеристик як рішучість, цілеспрямованість та відповідальність. Слід врахувати взаємооберненість кореляцій – посилення пізнавальної мотивації сприятиме виробленню вищезгаданих особливостей.

Встановлено прямий зв'язок між комунікативними мотивами та потребою у схваленні батьків, як фактором успішності навчання в групі старших сиблінгів ($r=0,6$; $p<0,05$). Це передбачає прагнення дітей зайняти певну позицію у відносинах з оточуючими, отримати їх схвалення, заслужити авторитет та повагу. Виявлено прямий зв'язок емоційних мотивів навчальної діяльності з деякими особистісними рисами старших дітей. Що більш представлені в структурі мотивації до навчання є емоційні мотиви, то більш вираженими є відкритість ($r=0,53$; $p<0,05$) та відповідальність ($r=0,52$; $p<0,05$). В групі старших сиблінгів простежується прямий зв'язок емоційної мотивації навчальної діяльності із тенденцією підлітків вважати, що батьки покладають на них більше хатніх обов'язків, а от молодші сиблінги отримують свободу ($r=0,59$; $r=0,62$ відповідно; $p<0,5$). Високий рівень емоційних мотивів у навчальній діяльності передбачає прагнення отримувати знання, аби почуватися важливим в соціумі, це також позначається на поведінці у сім'ї, оскільки старші сиблінги виконують значну кількість обов'язків, зокрема і по догляду за меншими. Зовнішні мотиви навчання підлітків, які є старшими дітьми, мають обернений зв'язок із здатністю до самоконтролю ($r=0,53$; $p<0,05$). Відповідно, що нижчою є здатність дитини до самоконтролю, то більше її навчальна діяльність буде мотивована зовнішньо – оцінкою, схваленням інших тощо. Окрім цього, для старших сиблінгів покарання батьків за погані оцінки та неадекватність самооцінки мають обернений зв'язок з мотивом досягнення

успіху ($r = -0,66$ та $r = -0,53$ відповідно; $p < 0,5$). Тобто, що більше підлітки мотивуються у навчанні страхом батьківського покарання, і що менш самовпевненими вони є, то нижчою буде їхня мотивація до успіху. У ситуації, коли покарання батьків є вкрай значущим чинником навчання, домінуючим буде мотив уникнення невдачі. Кореляційний аналіз у групах підліт-

ків, які займають позиції «молодша дитина», «середня дитина» та «єдина дитина» виявив децю відмінні зв'язки, які зазначені у порівняльній таблиці 2.

Що більш виражені пізнавальні мотиви в мотиваційній структурі молодших сиблінгів, то більшою є потреба у схваленні батьками та іншими людьми, важливою є увага

Таблиця 2

Результати кореляційного аналізу мотивів навчання з іншими показниками в групах досліджуваних «Старша», «Молодша», «Середня», «Єдина» дитина

Значущі кореляції ($p < 0,05$)	Група «старша дитина»	Група «молодша дитина»	Група «середня дитина»	Група «єдина дитина»
Пізнавальні мотиви	-увага батьків (0,6) -високе супер-его (0,7)	- важливість схвалення батьків (0,75) -важливість схвалення від інших людей (0,61) -увага батьків (0,58) -високе супер-его (0,62) -емпатія (0,58)	-важливість схвалення інших людей (0,55) -обговорення невдач іншими (0,56) -увага батьків (0,52) -сила «Я» (0,55) -лагідність (0,69) -нонконформізм (-0,73) -неадекватність самооцінки (-0,6)	-домінантність (0,64) -сміливість (0,72) -тривожність (-0,55) -нонконформізм (-0,52)
Комунікативні мотиви	-схвалення батьків (0,6)	-покарання батьків (-0,62) -обговорення невдач іншими (0,79) -визнання сиблінга успішнішим (0,55) -кількість домашніх обов'язків (0,53)		-увага батьків (0,6) -кількість домашніх обов'язків (0,63)
Емоційні мотиви	-кількість домашніх обов'язків (0,6) -свобода у діях братів/сестер (0,6) -відкритість (0,5) -високе супер-его (0,5)	-схвалення батьків (0,53) -матеріальна винагорода (-0,63)	-кращі результати від сиблінгів (0,54) -неадекватність самооцінки (-0,59)	- схвалення батьків (0,56) - внутрішнє задоволення (0,55) - сила «Я» (0,52) - сміливість (0,54) - розвинена увага (-0,64) - радикалізм (0,56)
Позиція школяра	-лагідність (0,6)	-високий самоконтроль (0,56)	-внутрішнє задоволення (-0,75) -матеріальна винагорода (-0,71) -домінантність (0,82)	-тривожність (0,53)
Мотиви досягнення	-покарання батьків (-0,7) -неадекватність самооцінки (-0,5)		-схвалення інших людей (0,55) -високий інтелект (0,56) -сила «Я» (0,77) -безтурботність (-0,63) -лагідність (0,78) -радикалізм (0,55) -неадекватність самооцінки (-0,6)	
Зовнішні мотиви	-високий самоконтроль (-0,5)	-зацікавленість батьків справами (0,51) -високий самоконтроль (0,63) -емпатія (0,62)	-сила «Я» (0,56) -безтурботність (-0,52) -лагідність (0,78) -неадекватність самооцінки (-0,59)	-внутрішнє задоволення (0,52)
Мотивація досягнення успіху та уникнення невдач		-свобода у діях братів/сестер (0,56)	-схвалення інших людей (0,64) -дипломатичність (0,52) -підтримання меж (-0,52)	-внутрішнє задоволення (-0,69) -домінантність (-0,52) -дипломатичність (0,65) -радикалізм (-0,69)

Джерело: складено авторами

батьків, більш емпатійними є стосунки з братами і сестрами, вищий рівень відповідальності. Потреба у схваленні батьками та іншими людьми спонукає менших дітей отримувати нові знання, вивчати щось нове, що також підтримується потребою в увазі батьків, яку вони отримують через демонстрацію власної допитливості. Емоційна дисциплінованість, цілеспрямованість, відповідальність, емпатійні взаємини з братами і сестрами, коли немає неприязні та неадекватно завищеного прагнення перевершити їх, також підтримують пізнавальні мотиви. Емпатійні стосунки з братами і сестрами, як і зацікавленість батьків справами підлітка та високий самоконтроль прямо пов'язані з зовнішніми мотивами навчання. Тобто, що більше вираженими є останні, то вищим є рівень самоконтролю, спостерігається більша емпатія у стосунках між дітьми і вищим є інтерес батьків до справ молодших дітей. Стосовно емпатійної взаємодії між сиблінгами, то можливо вона породжує більшу ідентифікацію з братом чи сестрою, і звідси бажання бути схожим та виконувати навчальні завдання так само як і вони. Високий самоконтроль допомагає добре справлятися із шкільними завданнями, а зацікавленість батьків навчанням підлітка сприяє бажанню демонструвати зовнішні результати успішного навчання (оцінки, похвала вчителів).

У досліджуваних, які є молодшими дітьми, виявлено більшу кількість зв'язків комунікативних мотивів з особливостями сімейного середовища, ніж у старших сиблінгів. Що більш вираженими є комунікативні мотиви до навчання, то більше підлітків мотивуються у навчанні страхами батьківського покарання, обговоренням іншими їхніх невдач, страхом того, що сестра чи брат виявляться більш успішнішими, матимуть менше домашніх обов'язків тощо. Відтак провідним навчальним мотивом може стати прагнення зайняти та ствердитися на певній позиції в шкільному колективі, отримати схвалення та авторитет оточуючих.

Пізнавальні мотиви навчальної діяльності підлітків з позиціями «середня дитина» мають більше зв'язків, ніж в інших групах. Виявлено, що для середніх дітей зростання значущості пізнавальної навчальної мотивації пов'язано із збільшенням таких особистісних рис, як лагідність у стосунках, відповідальність, неконформізм, адекватність самооцінки. Пізнавальна мотивація зростає із збільшенням потреби в увазі з боку батьків та у схваленні іншими. Бажання вчитися краще від брата чи сестри та збільшення адекватності самооцінки сприятимуть збільшенню емоційної мотивації, тобто прагненню ствердитися у соціумі завдяки навчанню отримувати задоволення від навчання. Зростання у середніх сиблінгів мотивації досяг-

нення успіху у навчанні пов'язано із збільшенням інтелектуальних можливостей, емоційної стійкості, розсудливості, критичності та аналітичності мислення, чуттєвості.

Згідно з проведеним аналізом з'ясовано, що зниження тривожності, неконформності, зростання домінантності, сміливості пов'язано із зростанням значущості пізнавальної навчальної мотивації у дітей-одиноків. Тривожність в підлітків-одиноків зростатиме відповідно із збільшенням прагнення відповідати рольовій позиції школяра. Тривожність посилює прагнення відповідати обов'язкам, які передбачає формальний соціальний статус. Було виявлено, що значущість мотивації досягнення успіху збільшується відповідно до зростання схильності до дипломатичності, зниження домінантності та непримиримості. Можливо, діти, котрі не мали досвіду відстоювання себе у взаємодії з сиблінгами, розвивають стратегії, які сприяли досягненню успіху у взаєминах із дорослими, в першу чергу – із батьками, зокрема, підкорення, погодження тощо.

Висновки з проведеного дослідження. Узагальнивши отримані результати, можна побачити відмінності між групами досліджуваних. Навчальний мотив досягнення яскравіше виражений у старших дітей та однаків, зовнішні навчальні мотиви – у молодших та середніх дітей, а комунікативні навчальні мотиви більш властиві старшим та середнім дітям. Для молодших та середніх сиблінгів (порівняно із старшими та єдиними) більш характерними є зв'язки між пізнавальними навчальними мотивами та потребою у соціальному схваленні. Зокрема, пізнавальна мотивація молодших сиблінгів підкріплюється батьківським схваленням, схваленням значущими людьми, емоційною близькістю із старшим братом чи сестрою. Розвиток пізнавальної мотивації середніх дітей теж обумовлений важливістю схвалення з боку інших, але також характеристиками, як соціальна чутливість, конформізм, схильність дотримуватися групових норм. Це можна пояснити тим, що молодші та середні діти із народження вступають у боротьбу зі своїми старшими сестрами/братами за батьківську увагу, прагнуть довести свою значущість через схвалення дорослих, що в подальшому стає важливим чинником навчальної мотивації. Результати дослідження співзвучні із концептуальними ідеями М. Боуен, що молодшим притаманне суперництво та схильність до наслідування [11]. На основі цього можна сказати, що важливого значення у мотиваційній структурі підлітків має контекст соціальної взаємодії. Так, Е. Дісі та Р. Раян у дійшли висновку, що людина здатна виконувати не дуже привабливі для себе дії тільки з огляду на приклад поведінки значущих інших, з якими прагнуть перебувати у соціальних взаєминах [12, р. 105–124]. Діти з більшою

готовністю приймають діяльність, яка цінується у їхній релевантній групі, коли відчують себе ефективними у цій діяльності. Звідси бажання молодших і середніх дітей бути схваленими батьками та іншими людьми, очевидно також що і молодшими та старшими сиблінгами. Також слід зазначити, що розвиток пізнавальної мотивації дітей (окрім однаків) пов'язаний із увагою, яку, на їхню думку, батьки приділяють їм. Відповідно, якщо дитина отримує достатньо батьківської уваги, це стимулює її до пізнання, до зацікавлення навчальним процесом.

Школярів, які є єдиними дітьми, вирізняють зв'язки пізнавального мотиву з індивідуально-психологічними характеристиками. Лише в цій групі пізнавальний мотив не пов'язаний ані із увагою батьків, ані з важливістю схвалення іншими. Що вищим є пізнавальний мотив в однаків, то більш властиві їм домінантність, сміливість, конформізм та низька тривожність. Загалом, вище окреслені риси, властиві дітям однакам [2]. Очевидно, що такі особистісні конструкти сприяють тому, що дитина більше акцентується власне на навчальному процесі, почувавши себе вільнішою від думки значущих людей (батьків, однокласників, сиблінгів) щодо своєї навчальної успішності. Єдиних дітей частіше, ніж в інших, простежується зв'язок навчальних мотивів з відчуттям внутрішнього задоволення від виконуваної діяльності. Такий результат можна пояснити тим, що єдині діти не мають потреби доводити комусь свою кращість від братів чи сестер.

Школярам, які є однаками, приносить задоволення відчуття відповідності зовнішнім вимогам у навчанні (похвала вчителя, виконаний оцінка). Натомість в старших дітей зовнішня навчальна мотивація радше компенсує брак внутрішнього самоконтролю (з яким обернено пов'язана). У молодших і середніх дітей зовнішня навчальна мотивація виражена значно яскравіше, ніж в інших школярів. У молодших дітей вона прямо пов'язана із самоконтролем і (так само як і пізнавальна) підкріплюється соціальними очікуваннями, оскільки прямо корелює із чутливістю до емоційного стану та увагою батьків до справ дитини, а в середніх – із емоційною стійкістю, реалістичністю, адекватною оцінкою своїх можливостей, проте із втратою безтурботності.

Для ефективної та успішної навчальної діяльності учнів необхідно розвивати та підтримувати навчальну мотивацію, яка базована як на вікових, так і на індивідуальних особливостях дітей, зокрема на тих, що пов'язані із сиблінговою позицією, яку займає дитина у сім'ї. Для дітей, які займають позиції «старша дитина» та «єдина дитина», важливим є створення ситуації успіху, можливостей для самостійного опрацювання завдань, а також ситуацій, в яких учень допомагає

іншим із розв'язком навчальної задачі (можливо, долучається до пояснення, практичних прикладів тощо). Для підлітків з позиціями «молодша дитина» та «середня дитина» власне бажання отримувати схвалення інших, отримувати зовнішню стимуляцію у вигляді оцінок. У цьому випадку вчителю необхідно допомогти підліткам усвідомити об'єктивний зв'язок оцінки з рівнем знань і вмінь. І, таким чином, поступово підійти до мотивації, пов'язаної з бажанням мати високий рівень знань та вмінь. Це також сприятиме в подальшому усвідомлюватись учнями як необхідна умова їх успішної, корисної для суспільства діяльності.

Перспективами для подальшої роботи у цьому напрямку вбачаємо у дослідженні впливу сиблінгової позиції на процес соціально-психологічної адаптації дитини до школи (у першому класі на етапі прийняття нової соціальної ролі, при переході у середню та старшу школу тощо). Важливим у цьому контексті, на наш погляд, є апробація освітніх технологій, що передбачають спільні практики для молодших та старших учнів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Адлер А. Воспитание детей: Взаимодействие полов. Ростов н Дону : Феникс, 1998. 448 с.
2. Адлер А. Наука жить. Киев : Port-Royal, 1997. 288 с. URL : <https://bookap.info/othosheniy/adler/g18.shtm> (дата звернення: 20. 03.2021).
3. Зверева, Г. Ю. Развитие у школьников мотивации к учению. *Молодой ученый*. 2015. № 22(102). С. 787–792.
4. Зырянова Н.М. Ранние сиблинговые исследования. *Психологические исследования*: 2008. № 2(2). URL : <http://psystudy.ru/index.php/num/2008n2-2/100-zyrianova2.html> (дата звернення: 19. 03.2021).
5. Козлова И.Е. Особенности сиблинговых отношений в двухдетных семьях. *Психологические исследования: электрон. науч. журн.* 2010. № 4(12). URL : <http://psystudy.ru/index.php/num/2010n4-12/345-kozlova12.html> (дата звернення: 20. 03.2021).
6. Лаврентьева Л.В., Деулина С.А., Ромашова И.А. Аспекты мотивации учебной деятельности школьников. *Проблемы современного педагогического образования*. 2019. № 2. С. 111–116.
7. Маркеева А.А. Проблема мотивации школьников в дистанционном обучении. *Школьная педагогика*. 2020. № 2(18). С. 1–4.
8. Осьодло В. Проблема сиблинговых стосунків у психології сім'ї: впорядкування наукового дискурсу. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія : Психологія*. 2017. Вип. 1. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadprn_2017_1_8 (дата звернення: 23. 03.2021).
9. Пашко Т.А. Антілова Д.В. Індивідуально-психологічні предиктори міжособистісної конкуренції в період юності. *Психологічні перспективи*. 2016. Вип. 27. С. 149–160.
10. Хьел Л., Зиглер Д. Теории личности. Санкт-Петербург : Питер. 2011. С. 178–180.

11. Bowen M. A. Family Concept of Schizophrenia. *The etiology of schizophrenia* / ed. by D.Jackson. N.Y.: Basic Books, 1960. P. 346–372.
12. Dunn, J. Siblings: The first society. A lifetime of relationships. Belmont, CA, US: Thomson Brooks/Cole Publishing Co.1996. pp. 105–124.
13. Krupnyk H. A. Comparison of the features of the relationship between children and parents according to the birth order in the family hierarchy. *Insight: the psychological dimensions of society*. 2020. 3. P. 97–108.
14. Schulze A., Preisendörfer P. Bildungserfolg von Kindern in Abhängigkeit von der Stellung in der Geschwisterreihe. *KZfSS Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie*. 2013. 65(2). P. 339–356.
15. Sulloway F. J. Born to rebel and its critics. *Politics and the Life Sciences*. 2000. Vol. 19. P. 181–202.
16. Toman W. Family Constellation. New York : Springer. 1976. 435 p.

ВПЛИВ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ НА РОЛЬОВУ АДЕКВАТНІСТЬ ПОДРУЖЖЯ З РІЗНИМ СІМЕЙНИМ СТАЖЕМ

THE ARTICLE DISCUSSED THE PROBLEM OF GENDER QUALITIES OF SPOUSES WITH DIFFERENT FAMILY EXPERIENCE ON THEIR ROLE ADEQUACY

У статті розглянута проблема впливу гендерних особливостей подружжя з різним сімейним стажем на їхню рольову адекватність. Багато вчених говорять про те, що інститут сім'ї втратив своє значення, сімейні цінності молодих людей знецінилися, а на формування шлюбно-сімейних відносин негативно впливають соціально-економічні проблеми нашої держави. Можливо, це так, але спостерігаючи за сучасним подружжям, можна відзначити, що: деякі з них, маючи чоловіка і дитину, шкодують про те, що вступили до шлюбу; інші живуть собі на втіху, забуваючи виконувати сімейні обов'язки; треті віддають перевагу альтернативним формам шлюбу; четверті обирають свободу і незалежність; останні відстоюють свої гендерні права.

На наш погляд, сімейні цінності для багатьох подружніх пар так і залишилися значущі, а ті, хто їх втратив, скористалися гендерною нерівністю, а якщо поглянути глибше, то вони, в силу своїх особистісних особливостей, не бажають приймати та виконувати сімейні ролі, іншими словами, погоджувати сімейні цінності, що, як наслідок, призводить до рольової дезорганізації в їх відносинах з партнером.

З огляду на актуальність проблеми ми поставили перед собою мету – вивчити вплив гендерних особливостей на рольову адекватність подружжя з різним сімейним стажем.

У результаті проведеного дослідження встановлено, що більшість молодих і зрілих чоловіків та жінок мають андрогенні риси. При цьому у молодого подружжя виявлена рольова неузгодженість з багатьох сфер, а у зрілих партнерів лише за деякими. Порівнюючи очікування і прагнення молодих і зрілих жінок, відзначено, що вони очікують від свого партнера більше, ніж самі можуть йому дати, особливо яскраво це виражено серед молодих дружин. Чоловіки з різним сімейним стажем менш вимогливі до своїх дружин. Як молодим, так і чоловікам зрілого віку найбільше не вистачає емоційного тепла в родині. Ми вважаємо, що рольова адекватність і узгодженість сімейних цінностей подружжя з різним сімейним стажем більше пов'язана з індивідуальними особли-

востями кожного партнера, ніж з їхніми гендерними характеристиками.

Ключові слова: рольові очікування і прагнення, сімейні ролі, рольова узгодженість, рольова структура, стать, гендер, молода і зріла сім'я.

Many scientists say that the institution of the family has declined, modern spouses have lost family values, and the formation of marriage and family relations is greatly influenced by the socio-economic problems of our state. Perhaps this is so, but observing modern spouses, it can be noted: some of them, having a spouse and a child, regret that they got married; others live for their own pleasure, forgetting to fulfill family functions; still others prefer alternative forms of marriage; the fourth choose freedom and independence; the rest are upholding their gender rights.

And the problem is only that not all spouses want to solve their everyday issues and those who succeed, throw them on the shoulders of their partner. We believe that family values have remained significant for many spouses, and those who lost them took advantage of gender inequality, and if you look deeper, they, due to their personal characteristics, do not want to accept and fulfill the family role, in other words, to reconcile family values, which leads to role disorganization in their relationship.

Given the urgency of the problem, we set ourselves the goal of studying the influence of gender characteristics on the role adequacy of spouses with different family experience.

As a result of the study, it was found that the majority of young and mature spouses are of the androgynous type. At the same time, role mismatch was revealed in young spouses in many areas, and in mature partners only in some. Comparing the expectations and aspirations of young and mature women, it was noted that they expect more from their partner than they themselves can give him, this is especially pronounced among young wives. Men are less demanding of their wives, one and the other most of all lack emotional warmth in the family. We believe that the role adequacy and consistency of family values of spouses is more related to the individual characteristics of each partner than to gender characteristics.

Key words: role expectations and aspirations, family roles, role coherence, role structure, sex, gender, young and mature family.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.17>

Денисенко А.О.

к.психол.н.,

доцент кафедри психології розвитку

і соціальних комунікацій

Південноукраїнський національний

педагогічний університет

імені К.Д. Ушинського

Постановка проблеми. Проблема шлюбу та сім'ї на сучасному етапі досі залишається актуальною. Багато вчених говорять про те, що інститут сім'ї втратив своє значення, сімейні цінності молодих людей знецінилися, а на формування шлюбно-сімейних відносин впливають соціально-економічні проблеми нашої держави. Можливо, це так, але спостерігаючи за сучасним подружжям, можна відзначити, що: деякі з них, маючи чоловіка і дитину, шкодують про те, що вступили до шлюбу; інші живуть собі на втіху, забуваючи виконувати сімейні обов'язки; треті віддають перевагу

альтернативним формам шлюбу; четверті обирають свободу і незалежність; останні відстоюють свої гендерні права. У більшості випадків це пов'язано з тим, що багато жінок і чоловіків не хочуть, не можуть і навіть не прагнуть розв'язувати побутові питання, а вони завжди існують в кожній родині.

У 90-х роках і раніше ніхто не питав молодь, хоче вона вступати до шлюбу чи ні, було слово «треба», було «кохання» і кожен мовчки виконував свої сімейні ролі: чоловік був «добувачем», а жінка – «берегинєю сімейного вогнища». Тоді суспільство не розуміло чоловіка,

який стояв біля плити та готував їжу. Зараз у багатьох сучасних сім'ях спостерігається інша тенденція: чоловік займається матеріальним забезпеченням сім'ї, а дома виконує жіночі ролі.

Ми вважаємо, що цінності шлюбу та сім'ї для багатьох подружніх пар так і залишилися значущими, а ті, хто їх втратив, скористалися гендерною нерівністю, а якщо поглянути глибше, то вони, в силу своїх особистісних особливостей, не бажають приймати і виконувати сімейної ролі, іншими словами, погоджувати сімейні цінності, що, як наслідок, призводить до рольової дезорганізації в їх відносинах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Розглядаючи великий масив публікацій, можна сказати, що з даної проблеми вивчалися такі питання: гендерні особливості рольових установок і рольової адекватності подружжя (Нечепоренко О.П., Уфімцева О.В., 2015; Сазонова О.В., 2018); гендерні відносини в українській родині (Лавриненко Н., 2010); психологічна стать особистості і її взаємозв'язок зі шлюбно-сімейними установками на різних етапах сімейних відносин (Маленова А.Ю., Королева К.В., 2015); гендерний розподіл ролей в сім'ї (Усова Л.В., Лужік А.С., 2019); гендерні особливості шлюбно-сімейних відносин молоді (Іванова А.О., 2017); нові ролі чоловіків і жінок і їх значення для сім'ї та суспільства (Ol hL., KotowskaL., RichterR., 2018). Незважаючи на численні дослідження в даній області, все ж таки залишаються відкриті питання, що вимагають свого дослідження.

Постановка завдання. Мета нашого дослідження полягає в тому, щоб визначити вплив гендерних особливостей на рольову адекватність подружжя з різним сімейним стажем. Для вирішення поставлених завдань застосовано комплексний підхід, що складається з об'єднання теоретичного аналізу наукових джерел та емпіричного дослідження. Використовувалися такі методи: спостереження, тестування і бесіда. Аналіз отриманих результатів здійснювався комплексом сучасних методів математичної статистики.

Виклад основного матеріалу дослідження. Як показує аналіз наукової літератури, основою розуміння сутності людини як родової істоти є термін «стать» (сукупність біолого-анатомічних і соціальних особливостей). Поняття «стать» і «гендер» іноді вживаються як синоніми, незважаючи на їх відмінності (Крайг Г.) [6]. У психології поняття «гендер» в широкому сенсі характеризує психологічні або поведінкові властивості, що відрізняють чоловіків від жінок, а у вузькому – позначає соціальну стать, соціально детерміновані ролі, ідентичність і сферу діяльності чоловіків/маскулінність і жінок/фемінінність, які залежать не від біологічних статевих відмінностей, а від соціальної організації суспільства

(Кон І.С) [5]. С. Бем вважає, що будь-яка людина, незалежно від її біологічної статі, може поєднувати в собі традиційно чоловічі та жіночі якості (андрогінність), що дозволяє менш жорстко дотримуватися статево-рольових норм і вільно переходити людям від традиційно жіночих занять до чоловічих і навпаки [1].

У системі гендерних відносин виділяють три рівні (Шевченко З.В.): на макрорівні – відносини виступають як гендерні ролі (модель поведінки, яка дозволяє судити про приналежність індивіда до чоловічої або жіночої статі); на мезорівні – гендерні стереотипи (визначають особливості і поведінку чоловіків й жінок); на мікрорівні – гендерні установки (зберігають власну ідентичність особистості) [13].

Під роллю Т. Шибутані розглядав нормативно схвалений спосіб поведінки, очікуваний від суб'єкта, який знаходиться на деякій позиції в структурі суспільних і міжособистісних відносин. Його дії залежать від розуміння і прийняття (вимоги до особи, щоб вона завжди представляла себе на місці іншої людини) виконуваної ролі [15].

О.А. Карабанова говорить про те, що сімейні ролі визначаються місцем і функціями індивіда в сімейній групі, мають свої правила, контроль і приписи виконання, пов'язані з успішністю функціонування сімейної структури в цілому. У зв'язку із цим рольова структура сім'ї характеризує ступінь ідентифікації з внутрішньо-сімейною роллю, співвідношення влади й контролю, відображаючи характер обов'язків, традицій, бажань і потреб подружжя. Її параметрами є: характер верховенства (влади й підпорядкування) і розподіл ролей відповідно до завдань, які вирішує сім'я на даній стадії свого життєвого циклу (зміна значущості певних функцій) [4]. З урахуванням розподілу верховенства, Л.Б. Шнейдер виділяє сім'ї традиційного типу (за подружжям відповідно до їх статі закріплені певні ролі), егалітарного типу (ролі розподіляються між подружжям порівну), авторитарного типу (управління і прийняття рішень в руках одного члена) і демократичного типу (рівноправність) [16].

Стосовно рольової адекватності (Волкова А.М.) можна сказати, що вона є однією з основних характеристик рольової поведінки подружжя (основа побудови сім'ї, формується в залежності від певних установок кожного партнера, орієнтуючи їх на різні моделі взаємин) та несе в собі узгодженість їх рольових очікувань (установка на активне виконання партнером певних обов'язків) та прагнень (особиста готовність партнера виконувати певну роль). На її формування впливають такі фактори: модель батьківської сім'ї; фантазії про майбутнього партнера; відносини в дошлюбний період; вплив соціального оточення; особистісні особливості партнерів;

розподіл влади в сім'ї; суперечливість вимог до виконання ролі; невідповідність ролі можливостям партнера; незадоволеність потреб інших членів родини [2].

Сучасні дослідження (Іванова А.О., Малєнова А.Ю., Корольова К.В., Нечепоренко О.П., Уфимцева О.В., Хабібрахманова Р.Р., Хасанова С.А., Усова Л.В., Лужик А.С.) показують, що на рольову адекватність подружжя негативно впливають: очікування від свого партнера виконання сімейних ролей, відповідно до їх гендерних характеристик [11]; стирання межі між чоловічими й жіночими ролями, що пов'язано з не розумінням за які сімейні сфери лягає відповідальність на плечі партнерів [9]; гендерно-рольовий дисонанс, тобто неузгодженість гендерних установок подружжя і їх невідповідність з виконанням сімейних ролей) та рольовий конфлікт жінки, яка не приймає традиційний уклад розподілу сімейних ролей, прагне створити демократичний тип сім'ї [3]; якщо один партнер з андрогенними рисами, а у другого переважають маскуліні чи фемініні [14]. Також визначено, що: в подружніх парах з однаковими гендерними характеристиками простежується узгодженість в рольовій поведінці [14]; сучасні чоловіки й жінки з андрогенним типом зберігають гендерні особливості, а сімейні відносини посилюють маскуліні й фемініні якості незалежно від статі партнера, що безпосередньо пов'язано з розподілом сімейних ролей [8].

Виходячи з мети нашої роботи, нами було організовано і проведено емпіричне дослідження серед 50 подружніх пар, з них 25 пар із сімейним стажем 1-5 років і 25 пар із сімейним стажем 20-25 років.

У процесі дослідження були використані такі методики: статево-рольовий опитувальник, розроблений С. Бемом (модифікований І.С. Клеціною), і методика «Рольові очікування і домагання у шлюбі», запропонована А.Н. Волковою, Т.М. Трапезніковою [1; 2].

Аналізуючи отримані результати, нами виявлено, що в молодого подружжя в основному переважає андрогенний тип (80,0% жінок і 55,0% чоловіків). Вивчаючи рольові очікування і прагнення подружжя, встановлено, що жінки очікують від свого чоловіка емоційну підтримку (65,0%), виконання батьківських обов'язків (55,0%), соціальну активність (55,0%), зовнішню привабливість (55,0%) і готові до соціальної активності (60,0%), психологічного комфорту (60,0%), виконання батьківських обов'язків (55,0%) та зовнішньої привабливості (50,0%).

Своєю чергою, чоловіки очікують від жінок: емоційне тепло (80,0%), зовнішню привабливість (75,0%), особистісну ідентифікацію (60,0%), виконання батьківських обов'язків (55,0%), соціальну активність (55,0%), а самі

прагнуть до соціальної активності (80,0%), виконання батьківських функцій (65,0%) і приділяють увагу своїй зовнішності (50,0%).

Розглядаючи гендерні особливості подружжя зрілої сім'ї, також нами відзначені змішані риси у 80,0% жінок і 75,0% чоловіків. Виявлено, що більшість жінок чекають від чоловіка виконання батьківських обов'язків (65,0%), емоційну прихильність (65,0%), соціальну активність (60,0%), особистісну ідентифікацію (55,0%), зовнішню привабливість (50,0%), а самі орієнтовані на батьківську сферу (55,0%) та емоційну підтримку (55,0%). Чоловіки більшою мірою покладають відповідальність на дружину за виховну (85,0%), психотерапевтичну (75,0%), господарсько-побутову (55,0%) сфери (55,0%) та особистісну ідентифікацію (55,0%), самі схильні до емоційної підтримки (70,0%) і соціальної активності (60,0%).

Порівнюючи очікування і прагнення молодих і зрілих жінок, виявлено, що вони очікують від свого партнера більше, ніж самі можуть йому дати, особливо яскраво це простежується серед молодих дружин. Чоловіки менш вимогливі до своїх дружин, їм, незважаючи на сімейний стаж, найбільше не вистачає емоційного тепла в родині.

Стосовно рольової адекватності подружжя з різним сімейним стажем можна відзначити, що в молодій сім'ї порушення виникають у таких сферах: емоційна підтримка, зовнішня привабливість, особистісна ідентифікація, соціальна активність, а в зрілій парі – зовнішня привабливість і господарсько-побутова сфера.

Можливо, очікування і прагнення молодого подружжя тісно пов'язані з особистісними особливостями, внутрішніми суперечностями, а також з певними етапами, які проходить молода сім'я в цей момент, зокрема адаптацією (психофізіологічна сумісність і соціокультурна спільність), трансформацією (перебудова подружньої взаємодії), і стабілізацією (емоційно-особистісна взаємодія подружжя). У зрілій сім'ї чоловіки та жінки більш керуються бажанням зберегти сім'ю і, якщо й існують якісь проблеми, то вони більш виникають на побутовому рівні, можливо, пов'язані з економічною нестабільністю.

Розглядаючи структуру кореляційних зв'язків, нами встановлено наявність в кожній обстежуваній групі кілька кореляційних плеяд, які зв'язують різні прояви. Так, кореляційний аналіз отриманих даних в групі молодого подружжя на рівнях ($p < 0,01$) і ($p < 0,05$) дозволяє виділити провідні показники. Орієнтація на особистісну ідентифікацію з партнером зафіксована в позитивному зв'язку на рівні ($p < 0,01$) з готовністю виконувати господарські ($r = 0,654$) і батьківські функції ($r = 0,439$), очікуваннями емоційної підтримки ($r = 0,605$), готовністю бути емоцій-

ним лідером ($r = 0,451$) і стежити за своєю зовнішністю ($r = 0,416$). Прагнення до господарсько-побутової сфери вступає в позитивний зв'язок на рівні ($p < 0,01$) з очікуваннями батьківських обов'язків ($r = 0,524$), емоційного тепла ($r = 0,480$), готовністю до психотерапевтичних функцій ($r = 0,489$) і прагненням до зовнішньої привабливості ($r = 0,400$).

Наступну плеяду на рівнях ($p < 0,01$) і ($p < 0,05$) утворюють показники «маскулінність» і «андроґінність», які знаходяться в позитивному та негативному зв'язках з іншими показниками. Так, маскулінність корелює з андроґінністю ($r = -0,467$), інтимно-сексуальною сферою ($r = 0,496$), орієнтацією на господарсько-побутову ($r = 0,319$) та батьківську ($r = 0,372$) сфери. А андроґінність вступає в негативний зв'язок з інтимно-сексуальною сферою ($r = -0,429$), готовністю до особистісної ідентифікації ($r = -0,338$), батьківських обов'язків ($r = -0,368$) та зовнішньої привабливості ($r = -0,415$).

Своєю чергою, фемінінність на рівнях ($p < 0,01$) і ($p < 0,05$) знаходиться у зв'язку з маскулінністю ($r = -0,511$), очікуваннями господарсько-побутових функцій ($r = -0,328$) та орієнтацією на емоційно-психотерапевтичну сферу ($r = 0,318$).

Виявлені кореляційні зв'язки у молодого подружжя свідчать про наявність провідних показників, а саме: орієнтація до особистісної ідентифікації з партнером та готовність до господарсько-побутової сфери, а також маскулінність, андроґінність і фемінінність.

Провідними показниками кореляційних зв'язків на рівнях ($p < 0,01$) і ($p < 0,05$) у подружжя, які прожили 20 років і більше в шлюбі, виступають очікування господарсько-побутової сфери й маскулінність. Отже, господарсько-побутова сфера взаємодіє з очікуваннями батьківських обов'язків ($r = 0,376$), готовністю виконувати батьківські функції ($r = 0,369$), очікуваннями емоційно-психотерапевтичних функцій ($r = 0,556$) та зовнішньої привабливості ($r = 0,586$). Тоді як, маскулінність простежується у зв'язку з андроґінністю ($r = -0,330$), очікуваннями господарсько-побутових функцій ($r = 0,338$), орієнтацією на батьківську сферу ($r = 0,524$), очікуваннями емоційного тепла ($r = 0,484$).

Другу плеяду на рівнях ($p < 0,01$) і ($p < 0,05$) також організують два показники. Готовність до особистісної ідентифікації з партнером вступає у зв'язок з орієнтацією на господарсько-побутову сферу ($r = 0,533$), очікуваннями емоційного тепла ($r = 0,369$) та зовнішньої привабливості ($r = 0,488$). А готовність до соціальної активності корелює з очікуваннями емоційної підтримки ($r = 0,500$), готовністю бути емоційним лідером ($r = 0,328$), очікуваннями зовнішньої привабливості ($r = 0,319$).

Третю позицію займають три показники, зокрема фемінінність, андроґінність і орієнтація на батьківську сферу. Фемінінність знаходиться у зв'язку на рівнях ($p < 0,01$) і ($p < 0,05$) з маскулінністю ($r = -0,425$) та готовністю до господарсько-побутової сфери ($r = 0,538$), андроґінність виявлена у зв'язку з прагненням до батьківської сфери ($r = -0,353$) та зовнішньої привабливості ($r = 0,353$), а готовність до виконання батьківських функцій корелює з орієнтацією до соціальної активності ($r = 0,351$) і очікуваннями емоційної підтримки ($r = 0,424$).

Отже, в представленій вище групі серед провідних кореляційних зв'язків виявлено показники: очікування господарсько-побутових функцій, маскулінність, орієнтація на особистісну ідентифікацію з партнером та соціальну активність, а також фемінінність, андроґінність і готовність до виконання батьківських обов'язків.

Виходячи з отриманих результатів кореляційного аналізу, ми бачимо, що для молодого і зрілого подружжя є провідними одні й ті ж показники.

Висновки з проведеного дослідження.

Проведене нами дослідження показало, що більшість чоловіків та жінок нашої вибірки мають андроґенний тип. Визначено, що жінки очікують від свого партнера більше, ніж самі можуть йому дати, особливо яскраво це простежується серед молодих дружин. Чоловіки менш вимогливі до своїх дружин, їм, не зважаючи на сімейний стаж, найбільше не вистачає емоційного тепла в родині.

Також встановлено, що для подружжя молоді сім'ї очікування одного з партнерів не відповідає прагненню іншого в таких сферах, як: емоційна підтримка, зовнішня привабливість, особистісна ідентифікація, соціальна активність, що свідчить про рольову неузгодженості в парі.

Партнери зрілої сім'ї більше орієнтовані на узгодженість в своїх діях, порушення відзначені лише в господарсько-побутовій сфері й зовнішньої привабливості, на які можуть впливати та інші фактори.

Таким чином, можна вважати, що рольова адекватність і узгодженість сімейних цінностей подружжя більше пов'язана з індивідуальними особливостями кожного партнера, ніж з їх гендерними характеристиками.

Виконане дослідження дозволило висунути ряд актуальних питань для подальшого вивчення поставленої проблеми. Наприклад, дослідити сімейні цінності та рольові установки подружжя в міжнаціональних шлюбах; вивчити сімейні цінності та їх зв'язок з гендерними особливостями партнерів цивільного шлюбу; розглянути вплив гендерних особливостей подружжя на виникнення конфліктних ситуацій; вивчити вплив гендерних особливостей на рольову поведінку партнерів, які перебувають в одностатевому шлюбі.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Бем С. Линзы гендера: Трансформация взглядов на проблему неравенства полов / Пер. с англ. Москва : Российская политическая энциклопедия (РОССПЭН), 2004. 336 с.
2. Волкова А.Н. Практикум по экспериментальной и прикладной психологии. Ленинград, 1990. 88 с.
3. Иванова А.А. Гендерные особенности брачно-семейных отношений молодежи : дис. ... канд. соц. наук : 22.00.03. Астраханский государственный университет. Астрахань, 2017. 232 с.
4. Карабанова О.А. Психология семейных отношений и основы семейного консультирования. Москва : Гардарики, 2007. 319 с.
5. Кон И.С. Ребёнок и общество. Москва : Академия, 2003. 336 с.
6. Крайг Г. Психология развития. Санкт-Петербург : Питер, 2018. 939 с.
7. Лаврененко Н. Гендерные отношения в украинской семье. *Социология: теория, методы, маркетинг*. 2010. № 1. С. 138–162.
8. Маленова А.Ю., Королева К.В. Психологический пол личности и его взаимосвязь с брачно-семейными установками на разных этапах семейных отношений. *Омский научный вестник*. 2015. № 1. С. 67–78.
9. Нечепоренко О.П., Уфимцева О.В. Гендерные особенности ролевых установок молодых супругов в парах с детьми и без детей. *Омский научный вестник*. 2015. № 1. С. 95–100.
10. Oláh L., Kotowska I., Richter R. The New Roles of Men and Women and Implications for Families and Societies. *A Demographic Perspective on Gender, Family and Health in Europe*. February, 2018. Pp. 41–64.
11. Хабибрахманова Р.Р., Хасанова С.А. Распределение ролей между супругами в зависимости от их гендерных характеристик. *Гуманитарные, социально-экономические и общественные науки*. 2014. URL : <https://cyberleninka.ru/article/n/raspredelenie-roley-mezhdu-suprugami-v-zavisimosti-ot-ih-gendernyh-harakteristik>.
12. Сазонова О.В. Сімейні цінності та рольові установки подружніх пар. *Проблеми сучасної психології*. 2018. Вип. 39. С. 272–295.
13. Словник ґендерних термінів / Укладач З.В. Шевченко. Черкаси : видавець Чабаненко Ю., 2016. 336 с.
14. Усова Л.В., Лужик А.С. Гендерное распределение ролей в семье. *Дневник науки*. 2019. № 4. URL : www.dnevniknauki.ru.
15. Шибутани Т. Социальная психология. Ростов-на-Дону : Феникс, 2002. 544 с.
16. Шнейдер Л.Б. Семейная психология : учебн. пособие. Москва : Академический Проект; Екатеринбург : Деловая книга, 2006. 768 с.

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ЯКОСТІ СНУ ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ

PECULIARITIES OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND QUALITY OF LIFE

У статті розкрита проблема якості сну та якості життя. Представлено теоретичний аналіз проблеми якості сну та якості життя. Проаналізовано, що поняття якості життя відноситься до розуміння індивідом свого способу життя в контексті соціального середовища, форм культури, в якій він живе, та їх взаємозалежності щодо досягнення своїх інтересів і бажання, що відповідає їх психічному стану. Сон – важливий етап відновлення для всіх людей, незалежно від статі, раси та віку. Порушення сну пов'язані зі зниженням когнітивних, психологічних та фізичних функцій, а також з нездатністю отримувати задоволення від роботи чи соціальної діяльності. Це може призвести до швидкого зниження якості життя з різким впливом на здатність людини функціонувати та отримувати задоволення від життя. Зазначена актуальність даної проблеми в контексті сучасних досліджень. Висвітлено результати емпіричного дослідження, які виявляють особливості взаємозв'язку якості сну та якості життя. Виявлено, що середній показник загального балу якості сну свідчить про незадовільну якість сну. Виявлено, що показники оцінки якості життя, такі як «рольове функціонування, яке зумовлене фізичним станом», «інтенсивність болю», «загальний стан здоров'я», «соціальне функціонування», знаходяться на рівні вище середнього; показник «фізичне функціонування» знаходиться на високому рівні; показники «життєва активність», «психічне здоров'я» та інтегральний показник «фізичний компонент здоров'я» знаходяться на середньому рівні; показники «рольове функціонування, яке обумовлене емоційним станом», інтегральний показник «психологічний компонент здоров'я» знаходяться на рівні нижче середнього. Виявлені взаємозв'язки між показниками якості сну та показниками якості життя проаналізовано їх особливості. У цілому ці взаємозв'язки демонструють: повна сил людина здатна до кращої якості сну та її оцінки; людина, яка відчуває себе здоровою та повною сил, здатна до швидшого засинання; людина, яка відчуває біль, перенапружена фізичними навантаженнями та соціальними контактами, схильна до порушень сну; людина, яка не відчуває себе здоровою та відчуває біль, вірогідніше буде використовувати ліки, в тому числі снодійні. Отримані результати спонукають до подальших досліджень, таких як: більш детального та об'ємного вивчення якості сну, яке буде включати більшу кількість методик та концепцій; поглиблення дослідження особливостей

взаємозв'язку якості життя з якістю сну на різних вибірках.

Ключові слова: сон, якість сну, суб'єктивна якість сну, порушення сну, якість життя, психологічне благополуччя.

The article reveals the problem of sleep quality and quality of life. Theoretical analysis of the problem of sleep quality and quality of life is presented. It is analyzed that the concept of quality of life refers to an individual's understanding of their way of life in the context of social environment, forms of culture in which he lives, and their interdependence to achieve their interests and desires, which corresponds to their mental state. Sleep is an important stage of recovery for all people, regardless of gender, race, and age. Sleep disorders are associated with decreased cognitive, psychological, and physical functions, as well as the inability to enjoy work or social activities. This can lead to a rapid decline in quality of life with a drastic impact on a person's ability to function and enjoy life. The urgency of this problem in the context of modern research is noted. The results of an empirical study that reveal the features of the relationship between sleep quality and quality of life are highlighted. It was found that the average score of sleep quality indicates unsatisfactory sleep quality. Quality of life indicators such as role functioning due to physical condition, pain intensity, general health, social functioning were found to be above average; the indicator of physical functioning is at a high level; indicators vital activity, mental health and the integrated indicator physical component of health are at the average level; indicators role functioning, which is due to emotional state, the integrated indicator psychological component of health are below average. The relationships between sleep quality indicators and quality of life indicators have been identified, and their features have been analyzed. In general, these relationships demonstrate: a person full of energy is able to improve the quality of sleep and its evaluation; a person who feels healthy and full of energy, able to fall asleep faster; a person who feels pain, overworked and social contacts, prone to sleep disorders; a person who does not feel healthy and in pain is more likely to use medications, including sleeping pills. The results encourage further research such as: a more detailed and comprehensive study of sleep quality, which will include more techniques and concepts; deepening the study of the relationship between quality of life and sleep quality in different samples.

Key words: sleep, sleep quality, subjective sleep quality, sleep disturbance, quality of life, psychological well-being.

УДК 159.963.2

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.18>

Денісієвська А.Є.

аспірант кафедри психодіагностики та клінічної психології
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Постановка проблеми. Тема якості життя залишається предметом уваги великої кількості дослідників протягом багатьох років. Актуальність у цю тему додають сучасні умови життя, пандемії, економічні та суспільні негаразди. Існує різноманіття підходів та інтер-

претацій щодо концепції якості життя. Загалом, можна сказати, що поняття якості життя відноситься до розуміння індивідом свого способу життя в контексті соціального середовища, форм культури, в якій він живе, та їх взаємозалежності щодо досягнення

своїх інтересів і бажання, що відповідає їх психічному стану.

Важливість значення якості життя полягає в тому, що воно робить життя гідним і захищає людину від хвороб, а також має значення для психологічного благополуччя та психологічного задоволення.

Не має бути відкриттям, що існує взаємозв'язок між якісним сном і сприйняттям якості життя. Люди, у яких все добре у справах, у роботі, у сімейному житті, як правило, мають хороший сон. Вони не повідомляють про проблеми зі сном. У людей, у яких зі справами повсякденного життя є проблеми, вірогідніше будуть скаржитися на сон.

Відновлювальний сон важливий для всіх людей, незалежно від статі, раси та віку. Порушення сну пов'язані зі зниженням когнітивних, психологічних та фізичних функцій, а також з нездатністю отримувати задоволення від роботи чи соціальної діяльності. Це може призвести до швидкого зниження якості життя з різким впливом на здатність людини функціонувати та отримувати задоволення від життя [1].

Якість сну важко визначити та виміряти об'єктивно [2], і воно безпосередньо не пов'язане з кількістю сну. Найкраща оцінка якості сну включає як суб'єктивні, так і об'єктивні показники [5]. Полісомнографія є золотим стандартом об'єктивного показника сну [4], а опитувальники, наприклад, Пітсбурзький індекс якості сну – застосовуються для визначення суб'єктивного показника сну [2]. Суб'єктивна оцінка може не корелювати з об'єктивною оцінкою [8]. З якістю сну пов'язано безліч

факторів, включаючи спосіб життя, фізичну активність, шкідливі звички [11], симптоми депресії [12]. Серед численних факторів, що стосуються якості сну, останні дослідження почали зосереджувати увагу на фізичній активності та фізичній підготовці [9; 10].

Сон важливий для фізичного та психологічного здоров'я. Проведені дослідження підтвердили, що порушення сну пов'язане з нижчим рівнем фізичної підготовленості, зниженням якості життя, пов'язаного зі здоров'ям [7], поганим функціональним статусом [13]. Наприклад, молоді жінки дорослого віку, які скаржаться на погану якість сну, частіше мають нижчий рівень фізичної активності (м'язова витривалість, гнучкість) [6]. Дослідження виявили переваги фізичної активності та регулярних фізичних вправ для покращення якості сну та зменшення частоти порушень сну [3].

У світлі вищесказаного ми зосередимо свою увагу на взаємозв'язку якості життя та якості сну.

Постановка завдання. Мета статті – визначити та проаналізувати особливості взаємозв'язку суб'єктивної якості сну та якості життя.

Виклад основного матеріалу дослідження. У дослідженні взяли участь 78 осіб, які є представниками різних сфер діяльності. Вік досліджуваних – 18-47 років. У якості діагностичного інструментарію було використано такі методики: якість сну вимірювалась за допомогою Пітсбургського опитувальника якості сну (PSQI), якість життя вимірювалась за допомогою опитувальника оцінки якості життя SF-36. Для статистичної обробки даних було викори-

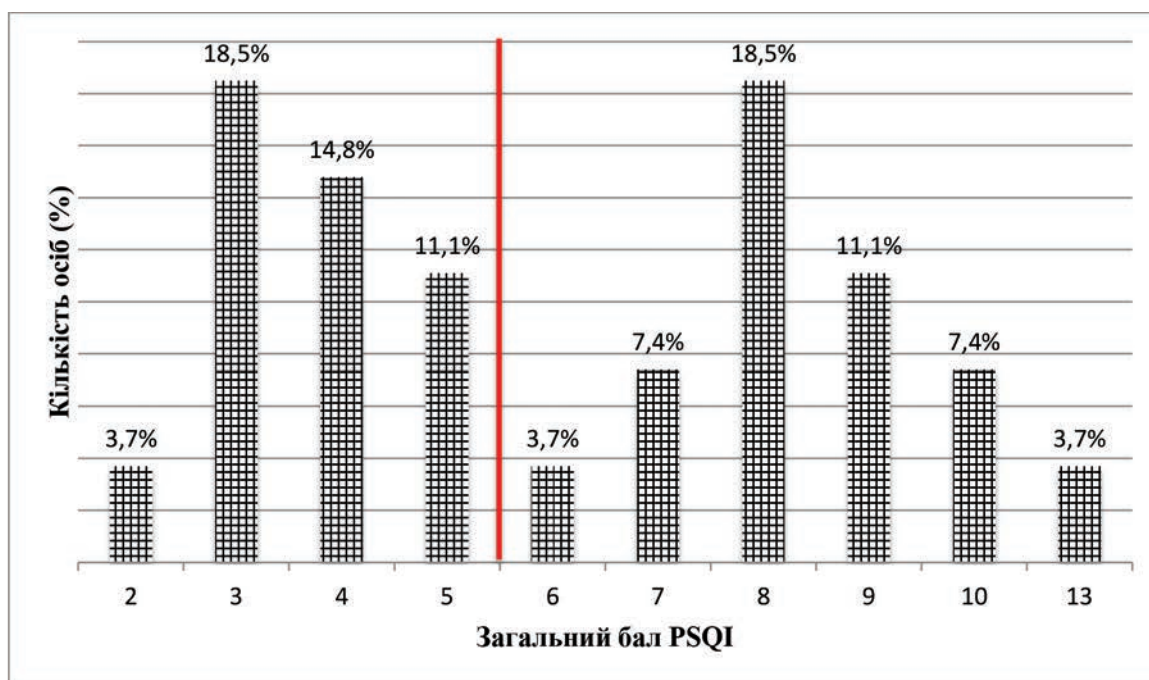


Рис. 1. Загальний бал якості сну

станом методи описової статистики та кореляційний аналіз (коефіцієнт кореляції Спірмена).

Опитувальник PSQI, використаний в поточному дослідженні, призначений для вимірювання 7 компонентів, які називаються компонентними показниками: суб'єктивна якість сну, латентність сну, тривалість сну, ефективність сну, порушення сну, виживання снодійних та денна дисфункція. Оцінки компонентів варіюються від 0 (без утруднень) до 3 (важкі ускладнення) і в підсумку дають загальну оцінку в діапазоні від 0 до 21. Загальний бал > 5 вказує на незадовільну якість сну, бал ≤ 5 вказує на хорошу якість сну.

Середній показник загального балу якості сну серед наших респондентів дорівнює 6,2. Далі ми детальніше розберемо компоненти загальної якості сну. За допомогою описової статистики частоти (frequency) бачимо розподіл загального балу якості сну серед нашої вибірки (рис. 1).

Більша частина вибірки знаходиться за межею незадовільної якості сну – 51,8%. Найменший та найвищий бал серед вибірки демонструють 3,7% досліджуваних.

Для кращого розуміння значення всіх компонентів опитувальника представлено таблицю з варіантами відповідей та відсотковим співвідношенням кількості осіб на кожний варіант (таблиця 1).

За опитувальником оцінки якості життя SF-36 ми отримали (рис.2.) наступні результати:

– показник «фізичне функціонування» знаходиться на високому рівні (92,6). Це означає, що фізичний стан не обмежує виконання фізичних навантажень, а фізична активність пацієнта не обмежується станом здоров'я;

– показник «рольове функціонування, яке обумовлене фізичним станом» знаходиться на рівні вище середнього (60). Це означає, що повсякденна діяльність не обмежена фізичним станом;

– показник «інтенсивність болю» знаходиться на рівні вище середнього (77,2). Це свідчить про те, що біль не обмежує активність людини;

– показник «загальний стан здоров'я» знаходиться на рівні вище середнього (73,8). Цей показник демонструє, що люди високо оцінюють стан свого здоров'я;

– показник «життєва активність» знаходиться на середньому рівні (52,6). Це означає, що люди не повні сил, але і не знесилені, тобто життєва активність у деякій мірі знижена;

– показник «соціальне функціонування» знаходиться на рівні вище середнього (71,8). Це свідчить про те, що фізичний або емоційний стан не обмежує соціальну активність та соціальні контакти;

– показник «рольове функціонування, яке обумовлене емоційним станом» знаходиться

на рівні нижче середнього (40,7). Це означає, що емоційний стан у деякій мірі заважає виконанню роботи або іншої повсякденної діяльності;

– показник «психічне здоров'я» знаходиться на середньому рівні (58,4). Це свідчить про відсутність явних депресивних, тривожних переживань та психічне благополуччя;

– інтегральний показник «фізичний компонент здоров'я» знаходиться на середньому рівні (53,9);

– інтегральний показник «психологічний компонент здоров'я» знаходиться на рівні нижче середнього (37,8).

Таблиця 1

Якість сну та оцінка його компонентів

Компоненти	Відповіді	Досліджувані (%)
Суб'єктивна якість сну	Дуже добре	0
	Досить добре	66,7
	Скоріше погано	22,2
	Дуже погано	11,1
Латентність сну	0	22,2
	1	44,4
	2	25,9
Тривалість сну	3	7,4
	> 7 годин	55,6
	6-7 годин	37
	5-6 годин	3,7
Ефективність сну	< 5 годин	3,7
	> 85%	81,5
	75-84%	14,8
	65-74%	3,7
Порушення сну	< 65%	0
	0	18,5
	1	66,7
	2	14,8
Вживання снодійних	3	0
	Жодного разу протягом останнього місяця	77,8
	Менше, ніж один раз на тиждень	11,1
	Один або два рази на тиждень	3,7
Денна дисфункція	Три або більше разів на тиждень	7,4
	0	7,4
	1	51,9
	2	29,6
	3	11,1

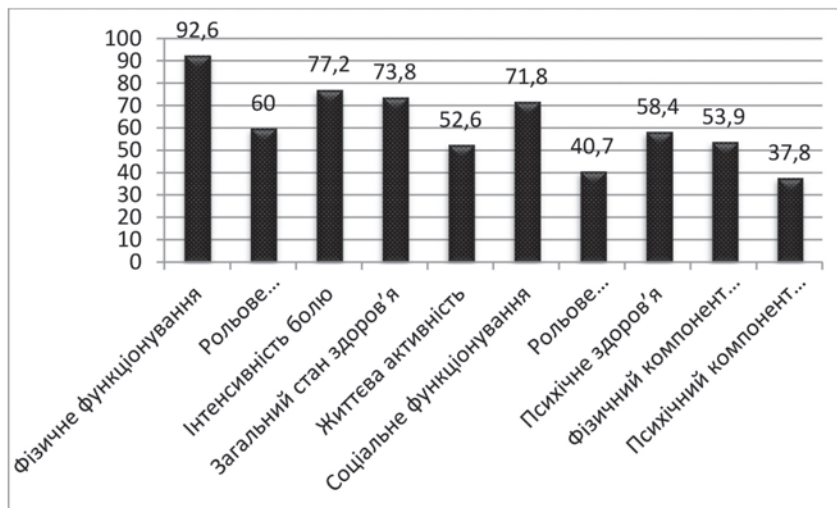


Рис. 2. Показники якості життя

Для того, щоб виявити взаємозв'язок між показниками двох методик, використаємо кореляційний аналіз (коефіцієнт кореляції Спірмена). Результати кореляційного аналізу наведені у таблиці 2.

У процесі кореляційного аналізу було виявлено такі статистично значущі взаємозв'язки:

Помірну негативну кореляцію між змінними «суб'єктивна якість сну» та «життєва активність» (-0.419*, p=0.03). Тобто чим вищий рівень життєвої активності, тим вищий рівень суб'єктивної якості сну та навпаки. Це пояснюється тим, що повна сил людина здатна до кращої якості сну та її оцінки.

Помірні негативні кореляції між змінними «латентність сну» та «інтенсивність болю» (-0.451*, p=0.018), «загальний стан здоров'я» (-0.452*, p=0.018), «життєва активність» (-0.408*, p=0.035), «психічне здоров'я» (-0.463*, p=0.015), «психологічний компонент здоров'я» (-0.413*, p=0.032). Тобто чим вищий рівень вище перелічених показників оцінки якості життя, тим вищий рівень латентності сну та навпаки. Це пояснюється тим, що людина, яка відчуває себе здоровою та повною сил, здатна до швидшого засинання.

Помірні негативні кореляції між змінними «порушення сну» та «фізичне функціонування» (-0.394*, p=0.042), «рольове функціонування, яке обумовлене фізичним станом» (-0.454*, p=0.017), «інтенсивність болю» (-0.530**, p=0.004), «соціальне функціонування» (-0.453*, p=0.018), «фізичний компонент здоров'я» (-0.473*, p=0.013). Тобто чим вищий рівень вище перелічених показників оцінки якості життя, тим вищий рівень порушення сну та навпаки. Це пояснюється тим, що людина, яка відчуває біль, перенапружена фізичними навантаженнями та соціальними контактами, схильна до порушень сну.

Помірні негативні кореляції між змінними «вживання снодійних» та «інтенсивність болю»

(-0.436*, p=0.023), «загальний стан здоров'я» (-0.383*, p=0.049). Тобто чим вищий рівень вище перелічених показників оцінки якості життя, тим більша потреба у вживанні снодійних та навпаки. Це пояснюється тим, що людина, яка не відчуває себе здоровою та відчуває біль, вірогідніше буде використовувати ліки, в тому числі снодійні.

Висновки з проведеного дослідження. Визначено та проаналізовано особливості взаємозв'язку якості сну та якості життя.

Середній показник загального балу якості сну свідчить про незадовільну якість сну.

Показники оцінки якості життя, такі як «рольове функціонування, яке обумовлене фізичним станом», «інтенсивність болю», «загальний стан здоров'я», «соціальне функціонування», знаходяться на рівні вище середнього; показник «фізичне функціонування» знаходиться на високому рівні; показники «життєва активність», «психічне здоров'я», інтегральні показники «фізичний компонент здоров'я» знаходяться на середньому рівні; показники «рольове функціонування, яке обумовлене емоційним станом», інтегральний показник «психологічний компонент здоров'я» знаходяться на рівні нижче середнього.

Виявлені взаємозв'язки між показниками якості сну та показниками якості життя, проаналізовано їх особливості. У цілому ці взаємозв'язки демонструють: повна сил людина здатна до кращої якості сну та її оцінки; людина, яка відчуває себе здоровою та повною сил, здатна до швидшого засинання; людина, яка відчуває біль, перенапружена фізичними навантаженнями та соціальними контактами, схильна до порушень сну; людина, яка не відчуває себе здоровою та відчуває біль, вірогідніше буде використовувати ліки, в тому числі снодійні.

Базуючись на результатах емпіричного дослідження вивченні теоретичного матеріалу,

Таблиця 2

Кореляційний аналіз (коефіцієнт кореляції Спірмена)

	Фізичне функціонування	Рольове функціонування (фізичне)	Інтенсивність болю	Загальний стан здоров'я	Життєва активність	Соціальне функціонування	Рольове функціонування (емоційне)	Психічне здоров'я	Фізичний компонент здоров'я	Психологічний компонент здоров'я
Суб'єктивна якість сну					-0.419*					
Латентність сну			-0.451*	-0.452*	-0.408*			-0.463*		-0.413*
Порушення сну	-0.394*	-0.454*	-0.530**			-0.453*			-0.473*	
Вживання снодійних			-0.436*	-0.383*						

* Кореляція є значущою на рівні 0,05.

** Кореляція є значущою на рівні 0,01.

виявлені особливості взаємозв'язку якості життя з якістю сну. Перспективи подальших досліджень вбачаємо в такому: 1) більш детальному та об'ємному дослідженні якості сну, яке буде включати більшу кількість методик та концепцій; 2) поглибленні дослідження особливостей взаємозв'язку якості життя з якістю сну на різних вибірках.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Beck S. L., Schwartz A. L., Towsley G., Uddley W., Barsevick A. Psychometric evaluation of the Pittsburgh Sleep Quality Index in cancer patients. *Pain Symptom Manage.* 2004. Vol.27. P. 140–8.
2. Buysse D. J., Reynolds C. F., Monk T. H., Berman S. R., Kupfer D. J. The Pittsburgh sleep quality index: a new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Res.* 1989. Vol. 28(2). P. 193–213.
3. Kline C. E. The bidirectional relationship between exercise and sleep: implications for exercise adherence and sleep improvement. *Lifestyle Med.* 2014. Vol. 8(6). P. 375–9.
4. Kushida C. A., Littner M. R., Morgenthaler T., Alessi C. A., Bailey D., Coleman J. Jr., et al. Practice parameters for the indications for polysomnography and related procedures: an update for 2005. *Sleep.* 2005. Vol. 28(4). P. 499–521.
5. Landry G. J., Best J. R., Liu-Ambrose T. Measuring sleep quality in older adults: a comparison

using subjective and objective methods. *Front Aging Neurosci.* 2015. Vol. 7. P.166.

6. Lee A. J., Lin W. H. Association between sleep quality and physical fitness in female young adults. *Sports Med Phys Fitness.* 2007. Vol. 47(4). P. 462–7.

7. Moreno-Vecino B., Arija-Blazquez A., Pedrero-Chamizo R., Gomez-Cabello A., Alegre L. M., Perez-Lopez F. R., et al. Sleep disturbance, obesity, physical fitness and quality of life in older women: EXERNET study group. *Climacteric.* 2017. Vol. 20(1). P. 72–9.

8. Moul D. E., Nofzinger E. A., Pilkonis P. A., Houck P. R., Miewald J. M., Buysse D. J. Symptom reports in severe chronic insomnia. *Sleep.* 2002. Vol.25(5). P. 553–63.

9. Park Y. H. Physical activity and sleep patterns in elderly who visited a community senior center. *Taehan Kanho Hakhoe chi.* 2007. Vol. 37(1). P. 5–13.

10. Sherrill D. L., Kotchou K., Quan S. F. Association of physical activity and human sleep disorders. *Arch Intern Med.* 1998. Vol. 158(17). P.1894–8.

11. Takamatsu S., Sekine M., Tatsuse T., Kagamimori S. Alcohol drinking patterns and sleep quality of Japanese civil servants. *Sangyo eiseigaku zasshi.* 2010. Vol. 52(1). P. 1–11.

12. Wu C. Y., Su T. P., Fang C. L., Yeh C. M. Sleep quality among community-dwelling elderly people and its demographic, mental, and physical correlates. *Chin Med Assoc.* 2012. Vol. 75(2). P. 75–80.

13. Yang C. Y., Chiou A. F. Predictors of sleep quality in community-dwelling older adults in northern Taiwan. *Nurs Res.* 2012. Vol. 20(4). P. 249–260.

ОСОБИСТІСНІ РЕАКЦІЇ ЛЮДИНИ НА СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ НЕГАРАЗДИ

PERSONALIZED REACTIONS OF A PERSON TO SOCIO-ECONOMIC DISORDERS

Соціально-економічні негаразди, зокрема пандемія «COVID-19» та її наслідки, розвивають кризові ситуації в різних сферах життя людини та галузях країни. Стан цих змін погіршується ще через інформаційний супровід, що часто не є якісним, тим самим підвищується емоційне навантаження, створюються додаткові джерела хвилювання і паніки серед людей. У статті представлено результати дослідження особистісних реакцій жителів Донецького регіону з метою визначення актуального психоемоційного стану серед населення на економічну ситуацію в період пандемії COVID-19. У дослідженні прийняли участь 200 осіб у віці від 18 до 76 років. Встановлено, що 68% респондентів вважають економіку держави незадовільною; 30,5% не вірять у зміну економічної ситуації у кращий бік (зміни відсутні і вряд чи будуть); 22,5% мають надію на зміни, що настануть не раніше ніж через 10 років; 24% взагалі не розуміють актуальну соціально-економічну ситуацію; 25,5% не довіряють ні одному з видів джерел інформації щодо актуального економічного стану. Ці цифри стають суттєвими ризиками щодо забезпечення економічної та психологічної безпеки особистості в державі. Переважними емоціями по відношенню до економічного стану держави стали тривога (62,5%), роздратування (61%), страх (60,5%), відчай (53%). Емоційні прояви відносно особистісного економічного благополуччя: також тривога (58%), страх (52%), роздратування (47%) і відчай (41,5%). Економіко-інформаційні потрясіння сприяють формуванню негативної соціально-психологічної атмосфери, тим самим провокуючи розвиток психічної патології серед останніх і наносячи економічні збитки. Механізм розвитку даного процесу чітко представляється в моделі соціально-психологічних наслідків соціально-економічних негараздів.

Ключові слова: особистість, емоції, інформаційне середовище, якість життя, національний добробут.

Socio-economic problems, in particular the COVID-19 pandemic and its consequences, are developing crisis situations in various spheres of human life and industries of the country. The conditions of these changes is declined by the information support, which is often not of high quality, thereby increasing the emotional load, creating additional sources of excitement and panic among people. The article presents the results of a study of personalized reactions of residents of the Donetsk region in order to determine the current psycho-emotional state among the population to the economic situation during the pandemic COVID-19. The study involved 200 people aged from 18 to 76 years. It was found that 68% of respondents consider the state economy as unsatisfactory one; 30.5% do not believe in a change in the economic situation for the better (changes are absent and unlikely they will take place); 22.5% hope for changes that will occur no earlier than in 10 years; 24% do not understand the current socio-economic situation at all; 25.5% do not trust any of the types of information sources dealing with the current economic situation. These figures become significant risks to ensure the economic and psychological security of the individual in the state. The predominant emotions in relation to the economic condition of the state were anxiety (62.5%), irritation (61%), fear (60.5%) and despair (53%). Emotional manifestations of personal economic well-being were also anxiety (58%), fear (52%), irritation (47%) and despair (41.5%). Economic and information shocks contribute to the formation of a negative socio-psychological atmosphere, thereby provoking the development of mental pathology among the latter and causing economic damage. The mechanism of this process development is clearly represented in the model of socio-psychological consequences of socio-economic disorders.

Key words: a personality, emotions, an information environment, quality of life, national welfare.

УДК 159.9.072.433
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.19>

Кабанцева А.В.
к.психол.н.,
доцент кафедри психіатрії,
психотерапії, наркології
і медичної психології
Донецький національний
медичний університет

Постановка проблеми. Інтенсивне збільшення потенційних небезпек (психологічні, біологічні, соціальні, економічні, фінансові, інформаційні, технологічні та інші), викликаних пандемією «COVID-19», значно провокує розвиток погіршення психічного здоров'я. Задля попередження останнього та вироблення дієвих пропозицій щодо зміцнення психологічного благополуччя населення важливо розуміти характер особистісного реагування людини на соціально-економічні негаразди.

Аналіз публікацій за проблематикою. Соціально-економічні негаразди, зокрема пандемія «COVID-19» та її наслідки, розвивають кризові ситуації в різних сферах життя людини та галузях країни. Стан цих змін погір-

шується ще через інформаційний супровід, що часто не є якісним.

Через великий об'єм сприймання, переоброблення і відображення інформації, зокрема негативного контенту, підвищується емоційне навантаження, створюються додаткові джерела хвилювання і паніки серед людей [1].

Зокрема, проблема вивчення особистості в кризових ситуаціях стала предметом різних наукових досліджень, серед яких є такі: трансформація особистості в період глобальної соціально-економічної кризи [2], вивчення особистості в економічній та інформаційній небезпеці [3; 4], типологія життєвих криз та ініціальних тенденцій трансформації людини на основі багатовимірної теорії особистості [5],

оцінка особистісних ресурсів щодо подолання складних життєвих ситуацій (безробіття) [6]. Проте динамізм та масштабність суспільних криз ставлять нові виклики для наукового товариства і людства взагалі, а отже, актуальною стає проблема поглибленого вивчення особистісних реакцій людини на ситуацію, що характеризується економічною нестабільністю, інформаційними фейками та значним емоційним напруженням.

Мета дослідження – дослідити особистісні реакції людини в період пандемії «COVID-19» та розробити модель соціально-психологічних наслідків, що виникають від соціально-економічних негараздів.

Виклад основного матеріалу дослідження. На базі ДЗ «Науково-практичний медичний реабілітаційний центр Міністерства охорони здоров'я України» та в рамках НДР «Розробка системи реабілітації медико-психологічного спрямування особам в умовах інформаційно-психологічної війни» (термін виконання 2020–2022 рр., номер держреєстрації – 0120U101304) проведено дослідження особистісних реакцій жителів Донецького регіону з метою визначення актуального психоемоційного стану серед населення на економічну ситуацію в період пандемії COVID-19. У дослідженні взяли участь 200 осіб у віці від 18 до 76 років. За статевим показником, групу респондентів склали 143 жінки (71,5%) та 57 чоловіків (28,5%). За розподілом освіченості вищу освіту мали 53 респонденти (26,5%); середньо-технічну – 37 (18,5%), середню спеціальну – 61 (30,5%); середню – 53 (26,5%). На час проведення дослідження 106 осіб (53%) мали постійне місце праці; 57 (28,5%) – безробітні; 32 (16%) – пенсіонери, 5 (2,5%) – студенти.

Із метою проведення ґрунтового дослідження було розроблено авторську анкету, запровадження якої надало змогу дослідити відношення населення до економічної ситуації в Україні, потребу в актуальній інформації щодо останнього, переважне використання джерел для отримання нової інформації, емоційні відчуття відносно соціально-економічної ситуації в державі та власній сім'ї.

За результатами дослідження встановлено, що 68% респондентів (136 осіб) оцінили економіку держави як незадовільну. Тобто ситуація суспільного виробництва, розподілу, обміну та споживання благ країни, а також виробничих відносин, які виникають між людьми у цих процесах, сприймається як майже відсутньою або зі значними коливаннями в бік хиткості та корумпованості.

На питання, чи вірите Ви в те, що зміни в економічному плані в нашій країні відбудуться, лише 3 респонденти (1,5%) відповіли – так, позитивні зміни вже відбуваються; 13 респон-

дентів (6,5%) зазначили, що позитивні зміни відбудуться найближчим часом. Задля покращення економічної ситуації потрібно не менше 5 років і з такою думкою погодилися 15% учасників дослідження (30 осіб). Соціальний песимізм встановлено у 61 особи (30,5%), тобто ці люди не вірять у зміну економічної ситуації в кращий бік (зміни відсутні і вряд чи будуть). Серед 22,5% опитаних (45 осіб) існує надія на зміни, але вони настануть не раніше ніж через 10 років. Через різну і часто протилежну інформацію в засобах масової інформації 48 особам (24%) було складно надати відповідь на дане запитання, бо існувало нерозуміння актуальної соціально-економічної ситуації. Це викликало складність у формулюванні власної думки.

Інформаційне середовище безумовно впливає на психічний стан і психологічне благополуччя населення. На людину впливає не тільки постійний інформаційний контакт із навколишнім соціальним середовищем (або його відсутність), а й кількість, обсяг, зміст і структура інформації, що надходить і переробляється. Інформація може викликати фізіологічну дезадаптацію, що приводить до психічних розладів. Причиною загострення масового деструктивного впливу стають несформованість механізмів соціально-психологічної регуляції в умовах цифрового суспільства. Масштабність та потужність впливу інформаційного середовища показує, що інформаційний простір всередині країни має хитку структуру змістовності, який створює додаткові причини для виникнення хвилі хвилювання і паніки серед людей. У зв'язку із цим одним із завдань дослідження було виявлення ставлення досліджуваних до інформаційного простору, в якому вони знаходяться, а також оцінка якості інформації і потреби в її отриманні.

У порівнянні з періодом бойових дій на сході України як однієї із кризових ситуацій потреба в отриманні інформації щодо стану розповсюдженості пандемії і її економічних наслідків різко збільшилась (рис. 1). Було встановлено, що чверть опитаних (25,5%) не довіряли ні одному з видів джерел інформації.

Встановлено, що найбільшу довіру серед джерел задоволення інформаційних потреб людина відчуває до сайтів новин Інтернет мережі, і такому вибору надали перевагу 36% респондентів. Другу і третю позицію зайняли аналітичні програми «Новини» (19% респондентів) і соціальні мережі (13%). Низьку останніх позицій склали ток-шоу різних телевізійних каналів (9,5%) та інше (6,5%).

У ході дослідження свою економічну незалежність (заробіток відносно прибутків і витрат) оцінили як високий (прибутку значно більше, ніж основних соціальних витрат) лише 6 опитуваних (3%); як достатній (прибутку достатньо, щоб покрити соціальні витрати

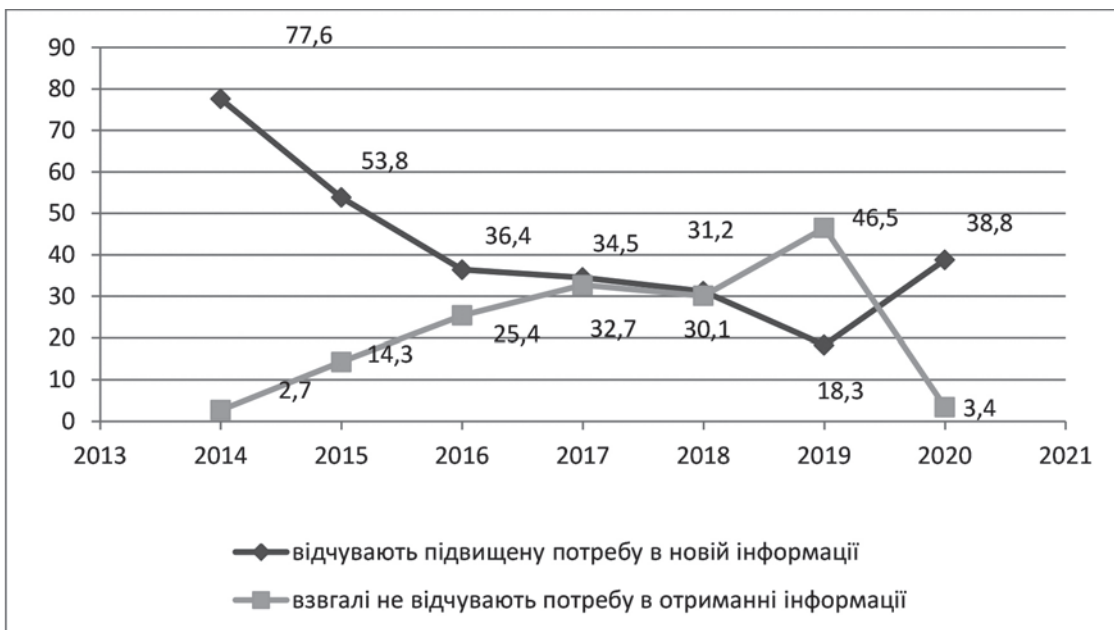


Рис. 1. Результати дослідження сприйняття актуальної економічної, соціальної, політичної інформації населенням за різні роки (%)

і певна сума ще залишається) – 13 осіб (6,5%); як середній (прибуток дорівнює витратам) – 106 осіб (53%); як низький (витрат більше ніж прибутку, є борги, позики, кредити для задоволення самого необхідного (їжа, побутові речі, інше) – 75 осіб (37,5%).

Поряд із цим надійний, довготривалий заробіток визначено лише у 18 осіб, що склало 9% респондентів; 79 осіб (39,5%) мали постійний заробіток, але не впевнені в його тривалості відносно майбутнього; 35 осіб (17,5%) оцінили свій заробіток як тимчасовий. Понад чверті вибірки (28%) мали матеріальне забезпечення тільки за рахунок соціальних виплат держави (допомога по безробіттю, на дитину; пенсія за віком, інвалідністю і т.ін.), і 12 осіб (6%) зазначили, що власний заробіток відсутній, задоволення власних потреб відбувається за рахунок прибутку інших людей (чоловіка або жінки, батьків, співмешканців). Лише 21,5% вибірки мали повний соціальний захист (покриття лікарняних, відпустки, преміальних, матеріальної допомоги, пенсії, оздоровчих заощаджень), частковий соціальний пакет у 50 осіб (25%). У 20% (40 осіб) соціальний пакет майже відсутній і 33,5% респондентів констатували, що соціальний пакет повністю відсутній. Відсутність економічної незалежності підвищує психоемоційну напругу щодо задоволення базових фізіологічних та соціальних потреб.

За результати досліджень встановлено, що внаслідок карантинних заходів та введених обмежень 91 особа (45,5%) зазнала матеріальних і моральних збитків. Постраждали тільки морально – 56 (28%) осіб, матеріально –

35 осіб (17,5%), не відчули змін 18 осіб (9%). Отже, більшість людей зазнали фінансових потрясінь, наявність негативних думок, почуттів та емоцій.

Останнім часом емоції все частіше стають об'єктом аналізу не тільки як прояви психічної активності індивіда, але і як соціально-культурний феномен, оскільки емоції являють собою суб'єктивні переживання, які сигналізують про сприятливий або несприятливий стан організму та психіки. Емоційне напруження активізує каскад негативних емоцій: тривогу, страх, агресію та інші. Із цією метою респондентам пропонувалося оцінити своє емоційне відношення щодо економічної ситуації в державі та економічної ситуації у їхніх власних сім'ях (рис. 2).

Із рисунку 1 видно, що особистісне реагування на економічну нестабільність як у країні, так і в сім'ї, є майже однаковим. Переважними емоціями по відношенню до економічного стану держави стали тривога (62,5%), роздратування (61%), страх (60,5%), відчай (53%). Емоційні прояви відносно особистісного економічного благополуччя мали – тривога (58%), страх (52%), роздратування (47%), відчай (41,5%).

Емоційні явища багато в чому зумовлені процесами, що відбуваються в суспільстві, а також переважаючими цінностями. У ситуації небезпеки особистість реагує відчуттям невизначеності, очікуванням негативних подій, відволіканням від свого свідомого мислення. Через наявні перешкоди задля реалізації поставленої мети або задоволення особистих потреб наведені прояви переходять у розчарування та гнів. Втрачається критичність мис-

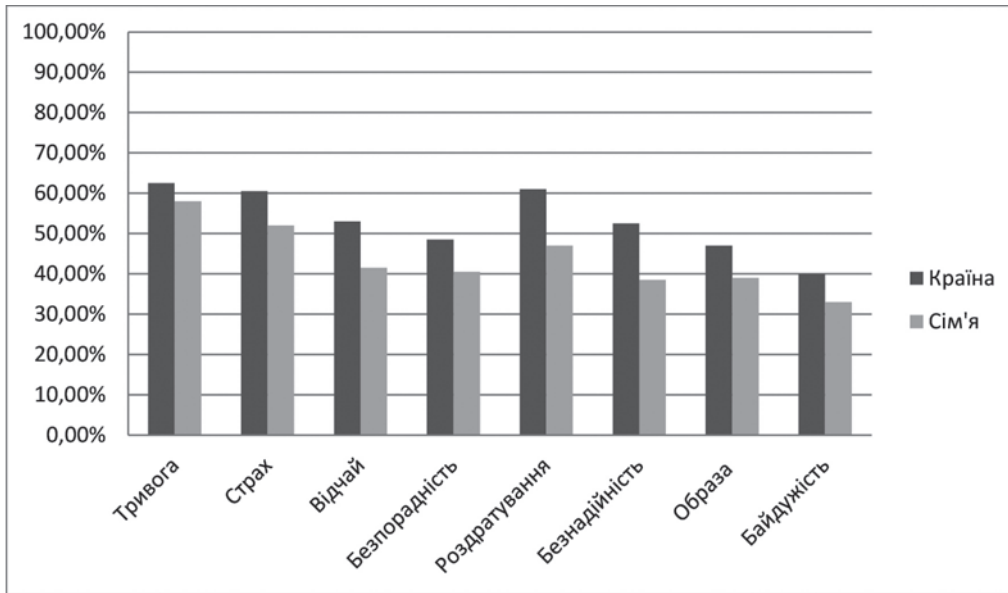


Рис. 2. Порівняння емоційних переваг по відношенню до економічного стану країни і власної сім'ї

лення, бо останнє потрапляє в інформаційний вихор, що супроводжується соціально-економічним хаосом.

Поряд із економічними негараздами, що і так зазнає кожна людина, негативні відчуття і емоції значно примножуються засобами масової комунікації. Можна вибудувати певний ситуаційний ланцюжок економічної і психологічної небезпеки, що зазнає особистість у соціумі (рис. 3).



Рис. 3. Модель соціально-психологічних наслідків соціально-економічних негараздів

Модель соціально-психологічних наслідків соціально-економічних негараздів показує

взаємозв'язок структурних компонентів системи «особистість-економіка-держава». Соціально-економічні кризи знижують економічну незалежність людини, що призводить до незадоволення її особистісних потреб. Останнє проковує розростання роздратування на інші події, ситуації, будь-то що інше.

Незадоволення потреб і негативний інформаційний контент примножує розвиток нервово-психічної напруги. Сприйняття інформації і інтенсивність її наслідків залежить від індивідуальної реакції людини, що формується від наявного типу нервової системи, індивідуально-психологічних якостей, життєвого досвіду та пережитих травматичних подій. Тобто чим більше внутрішніх тригерних чинників для розвитку нервово-психічної напруги, тим вище її рівень.

У свою чергу, постійне (довготривале), високого рівня нервово-психічна напруга проковує порушення адаптації (наявність емоційних порушень, зниження настрою, недостатність мотивації, втрата життєвої енергії, пригнічення когнітивно-пізнавальних процесів, поява відчуття безнадії поведінкових розладів та інше). Відносно зазначеного в особистості зростає зниження соціальної активності (зменшується загальний показник працездатності, якість та об'єм виконаної роботи, невиконання встановленого виробничого плану, збільшення внутрішньо особистісних, міжособистісних конфліктів, погіршення психологічного клімату в середині колективу), що в подальшому розпоршується на всі сфери життя і з часом трансформуються в соматичні нездужання (психосоматичні хвороби). Останнє потребує додаткових фінансових

затрат як із боку людини, так і з боку держави, тим самим наносячи додаткове економічне навантаження.

Соціально-економічні негаразди є особистісною загрозою для людини. У свою чергу, стабільна економіка формує міцний господарський потенціал із надійним кадровим забезпеченням. Задля реалізації останнього має бути системність забезпечення економічної безпеки людини та протидії негативному впливу загроз, що їй можуть зашкодити, шляхом удосконалення та впровадження новітніх інтегрованих заходів в державі.

Висновки з проведеного дослідження.

Соціально-економічна нестабільність, викликана вірусною пандемією COVID-19, вимушеною ізоляцією, військовим конфліктом, істотно позначається на психічному і соматичному здоров'ї особистості. Такі процеси особливо сильно детермінують емоційно-стресову реакцію людини, що є основою формування патологічних процесів і особливо хворобливих наслідків.

Інформаційне поле вносить свої зміни у сприйняття соціальних подій. Медійне нагнітання ситуації призводить до недовіри до мас-медіа, збільшення рівня тривоги і паніки. Тому постає питання державного рівня в створенні якісної державної інформаційної політики щодо забезпечення населення своєчасною, правдивою, об'єктивною і позитивною інформацією.

Економіко-інформаційні потрясіння сприяють формуванню негативної соціально-психологічної атмосфери серед населення, тим самим провокуючи розвиток психічної патології серед останніх і наносячи економічні збитки. Механізм розвитку даного процесу чітко представляється в моделі соціально-психологічних наслідків соціально-економічних негараздів.

Наявність економіко-соціальних криз впливає на психологічну безпеку особистості, знижують її соціальну активність, зменшують якість виконання професійних обов'язків, тим самим збільшуючи соціально-економічне навантаження на державу. Тому обов'язковою є реалізація конкретних державних програм, спрямованих на підтримку здоров'я громадян, на зміцнення стресостійкості та підвищення якості життєдіяльності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Панченко О.А., Антонов В.Г. Турбулентність і суспільні метаморфози як фактори ризиків державного управління. *Збірник наукових праць: Ефективність державного управління*. 2020. Випуск 2 (63). С. 170–182. DOI: 10.33990/2070-4011.63.2020.212674.
2. Бочелюк В.Й. Трансформація особистості в період глобальної соціально-економічної кризи. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2019. Випуск 3. С. 114–121.
3. Гнатенко В.С., Кабанцева А.В. Особистість в економічній небезпеці. *Наукові перспективи*. 2020. № 6(6). С. 21–31.
4. Панченко О.А., Кабанцева А.В. Людська психіка в інформаційній небезпеці. «Вчені записки» Таврійського національного університету ім. Вернадського. Серія: «Державне управління». 2020. Том 31(70). № 3. С. 226–233.
5. Заїка В.М., Моргун В.Ф. Типологія життєвих криз та ініціальних тенденцій трансформації людини на основі багатовимірної теорії особистості. *Психологія і особистість*. 2016. № 2(10) Ч. 2. С. 29–44.
6. Кас'янова С.Б. Особистісні ресурси подолання складних життєвих ситуацій (безробіття). *Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя*: матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції (22-23 лютого 2018 року, м. Суми) / Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2018. С. 52–53.

САМОСТАВЛЕННЯ ЯК ЧИННИК ДИНАМІКИ НАВЧАЛЬНИХ МОТИВІВ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

SELF-ATTITUDE AS A FACTOR OF DYNAMICS OF LEARNING MOTIVATIONS OF STUDENTS-PSYCHOLOGISTS

У статті розглянуто динаміку навчальних мотивів студентів-психологів та самоствавлення як її чинника. Завдяки лонгітюдному дослідженню виявлено, що самоствавлення відіграє ключову роль у формуванні пізнавальних та комунікативних мотивів навчальної діяльності. Зауважено, що з часом самоефективність студентів починає ставати фактором мотивації на успіх. Виявлено, що сприятливим у динаміці навчальних мотивів є посилення прагнення до взаємодії під час навчання, підкріплене очікуванням позитивного ставлення від оточуючих.

Доведено, що підвищення показників таких компонентів самоствавлення, як самоінтерес, самоприйняття, ставлення інших, а також показника самоефективності особистості, сприяє зростанню мотиву досягнення у навчальному процесі, що є властивим як для студентів другого, так і третього курсу. Показано, що зростання показників емоційних мотивів у навчанні знижує здатність особистості до самокерівництва на другому курсі. Самоповага особистості у студентів третього курсу знижується при зростанні як емоційних мотивів, так і зовнішніх та комунікативних. Чим нижче повага до власної особистості, тим вище особа підлягає впливу емоційної атмосфери у колективі, тим вищими є потреба у спілкуванні, бажання отримати схвалення від інших та очікування зовнішніх стимулів з оточуючого середовища.

Результати кореляційного аналізу засвідчили наявність взаємозв'язків між мотивами та статево-віковими характеристиками досліджуваних другого курсу. Чим молодші по віку досліджувані, тим вищим є бажання досягнути певних результатів, бути активним та цілеспрямованим. Опитувані жіночої статі мають вищу зацікавленість у досягненні та успіху, вони активно включаються у процес постановки цілі та її реалізації.

Доведено важливість для студентів-психологів позитивного самоствавлення та високої оцінки своєї опанувальної поведінки на розвиток навчальних мотивів, серед яких зустрічаються як внутрішні, так і зовнішні їх різновиди.

Ключові слова: самоствавлення, самоінтерес, самоефективність, навчальні мотиви, динаміка навчальних мотивів, пізнавальні

мотиви, комунікативні мотиви, мотивація на успіх, студенти-психологи.

The article considers the dynamics of educational motives of students-psychologists and self-attitude as its factor. Thanks to longitudinal research, it was found that self-attitude plays a key role in the formation of cognitive and communicative motives for learning. It is noted that over time, the self-efficiency of students begins to become a motivating factor for success. It was found that favorable in the dynamics of learning motives is the strengthening of the desire to interact during learning, supported by the expectation of a positive attitude from others.

It is proved that increasing the indicators of such components of self-attitude as self-interest, self-acceptance, attitude of others, as well as the self-efficiency of the individual contributes to the growth of motivation to achieve in the learning process, which is characteristic of both second and third year students. It is shown that the growth of indicators of emotional motives in learning reduces the ability of the individual to self-management in the second year. The self-esteem of the individual in third-year students decreases with the growth of both emotional motives and external and communicative. The lower the respect for one's own personality, the higher the person is influenced by the emotional atmosphere in the team, the higher the need to communicate, the desire to get approval from others and expectations of external stimulus from the environment.

The results of the correlation analysis showed the relation between motives and sex, age characteristics of the second-year subjects. The younger the subjects, the higher the desire to achieve certain results, to be active and focused. Women have a higher interest in achieving and succeeding, they are actively involved in the process of goal setting and its implementation.

It is proved importance for students-psychologists of positive self-attitude and high attitude of their mastering behavior for the development of educational motives, among which there are both internal and external varieties.

Key words: self-attitude, self-interest, self-efficiency, educational motives, dynamics of educational motives, cognitive motives, communicative motives, motivation for success, students-psychologists.

УДК 159.947.5+159.923.2
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.20>

Левус Н.І.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Львівський національний університет
імені Івана Франка

Волошок О.В.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Львівський національний університет
імені Івана Франка

Актуальність дослідження. Навчальна мотивація студентів завжди була ключовим фактором їхньої успішності в отриманні нових знань, вмінь та навичок. Не секрет, що завдяки сформованій позитивній навчальній мотивації, яка базується на пізнавальному інтересі, процес навчання у ЗВО значно цікавіший, наповненіший та якісніший. Разом із тим викладачі зауважують зниження такого інтересу залежно від року навчання. Одним із чинників діяльності та. Зокрема, її мотиваційної частини є самоствавлення як відображене почуття «за»

чи «проти» самого себе, віра у свої сили, розуміння самого себе. Це й зумовило актуальність даного дослідження.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Сучасні дослідження українських науковців зосереджені в основному на з'ясуванні спрямованості мотивації, вираженості її негативного чи позитивного полюсу, переважанні внутрішніх чи зовнішніх мотивів.

Дослідження О.В. Буснюк зосереджено на виявленні провідних мотивів на різних етапах навчання у студентів-психологів [1].

У досліджуваних студентів всіх курсів виявлено переважаючі соціальні мотиви досягнення в порівнянні із пізнавальними мотивами та соціальними мотивами ідентичності. Ці мотиви підкріплюються також прагненням студентів отримати глибокі та міцні знання.

Н.В. Мишина, С.І. Ільченко, А.О. Єфанова присвятили своє дослідження динаміці навчальної мотивації на різних етапах навчання залежно від її позитивного чи негативного полюсу [5]. Більшість студентів різних курсів демонструють позитивну мотивацію навчальної діяльності. Порівняння студентів третього та випускних курсів показало, що у відсотковому співвідношенні серед випускників спостерігається більше тих, хто має високий рівень цієї позитивної мотивації. Окрім того, до структури цієї мотивації входить переважна більшість внутрішніх, пізнавальних мотивів. Разом із тим переважаючі мотиви навчання дещо змінюються залежно від курсу, на якому навчаються студенти. Такі зміни автори дослідження пояснюють через формування інтересу до навчання, розуміння студентами його важливості для їх подальшого життя.

Дещо іншими є результати дослідження, проведеного С.Ю. Діхтяренко, що стосувалося виявлення у навчальній діяльності студентів-психологів різних курсів мотивів досягнення успіху та уникнення невдач [3]. Практично на всіх курсах навчання було виявлено негативну навчальну мотивацію, що зорієнтована на уникнення невдач. Високим є відсоток студентів, які навчаються через зовнішні мотиви та демонструють несамоствійність у навчанні. Їхня мотиваційна сфера загалом є несформованою та супроводжується неадекватною самооцінкою і високим рівнем тривожності. Серед студентів виявлено і тих, хто демонструє негативну навчальну мотивацію із переважаючим негативним ставленням до навчання. На підставі цього зроблено висновок про необхідність посилення психолого-педагогічних заходів щодо формування у студентів стійкої, позитивної, внутрішньої мотивації до учіння.

Динаміку змісту особистісно-мотиваційної сфери студентів під час навчання у ЗВО досліджували О.Г. Ставицька, Д.О. Ставицький [8]. За результатами цього дослідження було з'ясовано, що у студентів-психологів в перші роки навчання домінує внутрішня мотивація навчальної діяльності, що пов'язана із прагненням здобути професію, дізнатися більше про внутрішній світ людини. Натомість студенти старших курсів демонструють зовнішню позитивну мотивацію, що пов'язана із прагненням отримати диплом та підвищити таким чином свій статус серед оточуючих. У цієї категорії студентів виявлено і негативну зовнішню мотивацію, яка пов'язана із прагненням уник-

нути проблем під час сесії та уникнути невдоволення батьків.

О.Г. Ставицька, Д.О. Ставицький з'ясували, що протягом професійної підготовки студентів відбувається інтеграція параметрів мотиваційної готовності з смисложиттєвими орієнтаціями [8]. Причому інтенсивність та міцність цих зв'язків зростає на початку навчання, потім дещо знижується залежно від року навчання та набуває максимального рівня інтегровано-сті до часу завершення освіти.

О.А. Мірошниченко, О.П. Гуцуляк досліджували психолого-типологічні особливості студентів як чинник мотивації навчання в магістратурі [6]. Як було виявлено в ході цього дослідження, найбільший відсоток має матеріальна (базова) мотивація, що стосується теперішніх чи майбутніх благ, які магістранти сподіваються отримати після завершення навчання. Друге місце зайняла соціальна мотивація, яку автори дослідження пов'язують із майбутньою професійною діяльністю магістрантів, зокрема зі сферою спілкування та комунікативними вміннями. Разом із тим професійно-результативна мотивація опинилася на останньому місці у виборах магістрантами своїх мотивів до навчання. Пояснюється це тим, що досліджувані не мають чіткого бачення майбутніх професійних результатів.

О.А. Мірошниченко, О.П. Гуцуляк також згрупували за певними критеріями причини, які спонукають студентів навчатися [6]. Перша група причин пов'язана із суспільною установкою на працю, із прагненням приносити користь суспільству та допомагати іншим. Друга група причин стосується очікування певних матеріальних благ для задоволення своїх потреб та потреб своїх близьких. Третя група причин пов'язана із прагненням до самореалізації, до творчого самовираження, а також із потребою в суспільному визнанні, у повазі від оточуючих. До цих груп можна ще додати згадану у дослідженні О.Г. Ставицької та Д.О. Ставицького зовнішню позитивну мотивацію орієнтовану на отримання диплома та підвищення свого соціального статусу [8]. Таким чином, більшість досліджень підтверджують зростання у студентів в процесі навчання позитивної внутрішньої навчальної мотивації. Відсоток тих, хто демонструє негативну зовнішню мотивацію, є невисоким та пояснюється несамоствійністю студентів під час навчання.

Серед українських дослідників варто виділити декілька науковців, які активно вивчають феномен самоствавлення. Зокрема, у працях Яворської-Ветрової І.В. висвітлені особливості взаємозв'язку між показниками самоствавлення та цінностей, сенсожиттєвих орієнтацій у студентської молоді. Інтегральний показник самоствавлення, а також більшість

його компонентів, крім самозвинувачення, мають прямі взаємозв'язки з цілями в житті, процесом життя та його результативністю. Тобто чим вище позитивна оцінка власної особистості, тим більш визначеними є цілі в житті, осмисленість та часова перспектива у досліджуваних студентів. Процес життя такі опитувані сприймають як цікавий та емоційно насичений, а пройдений відрізок життя оцінюють як продуктивний та сповнений сенсу. Показники самоствалення прямо пов'язані з факторами теперішнього (насиченість життя), минулого (задоволеність самореалізацією) та майбутнього (цілі життя). При зростанні загальної осмисленості життям підвищується рівень самоствалення, а також таких його складових, як самовпевненість, самоповага, самоприйняття та аутосимпатія. Також подальші дослідження автора засвідчили, що самоствалення практично не пов'язане з факторами локусу-контролю у студентів [10].

Дослідження, які провів Тарасюк О. В. під керівництвом Найчук В.В., засвідчили адекватний рівень уявлень студентської молоді про себе, сприймання себе як активної, вольової та енергійної людини, середній рівень емоційної самооцінки, дружнє ставлення до себе, схвалення своїх планів та самоприйняття. Для студентів властивий помірний рівень аутосимпатії та схильності до самозвинувачення, готовності змінюватись на фоні позитивного самоствалення. Також досліджуваним властива висока рефлексія, усвідомлення власних труднощів та глибоке самопроникнення у внутрішній світ. Загалом для більшості досліджуваних властиві середні показники компонентів самоствалення [9].

Результати дослідження Емішянця О.Б. вказують, що у студентів з високим рівнем впевненості, як і з низьким рівнем віри у власні сили, самоствалення виступає чинником вибору опанувальної поведінки і виконує адаптивну функцію. Копінг-стратегії, які обирають студенти з позитивним самостваленням – позитивна переоцінка, пошук соціальної підтримки та прийняття відповідальності. У студентів з негативним ставленням до себе копінг-стратегіями є конфронтація та уникання життєвих труднощів [4].

Найбільш значний внесок у дослідження компонентів самоствалення у контексті вивчення динаміки «Я-концепції» студентської молоді зробила Панфілова Г.Б. Вона досліджувала зміну складових «Я-концепції» в залежності від етапу ускладненої життєвої ситуації, на прикладі екзаменаційної сесії у студентської молоді. Заміри відбувались у 4 підходи: на першому етапі – заздалегідь до екзаменаційної сесії, у звичайних умовах; на другому етапі – безпосередньо перед

першим іспитом екзаменаційної сесії; на третьому – одразу після останнього іспиту; на четвертому – у повсякденних умовах початку наступного навчального семестру. Результати емпіричного дослідження засвідчили, що у самостваленні на другому і третьому етапах зростають показники відкритості, самовпевненості, самокерування, відображеного самоствалення, самоцінності. Внутрішня конфліктність, як компонент самоствалення, знижується на всіх етапах, особливо на другому і третьому, самозвинувачення знижується на другому етапі і поступово зростає на третьому, а потім знову знижується [7].

Крім того, Панфілова Г.Б. виявила, що динаміка «Я-концепції» змінюється в залежності від статі, курсу та успішності навчання. Юнаки мають більш позитивне самоствалення, зокрема, за показниками відкритості, самовпевненості, самокерування, самоприв'язаності, вважають себе більш оптимістичними, порівняно з дівчатами. Останні очікують позитивної оцінки зі сторони інших осіб, схвалення та підтримки, що було виявлено у вищих показниках відображеного самоствалення, а також є більш внутрішньо конфліктними порівняно з хлопцями.

Студенти 4 курсу мають вищі показники самооцінки, ніж першокурсники на всіх етапах ускладненої життєвої ситуації. Не дивлячись на це, студенти 1 курсу вважають себе впевненими, відкритими, але водночас схильні до самозвинувачення та внутрішніх конфліктів. Успішні студенти вище оцінюють впевненість у своїх силах, самоцінність на 1-3 етапах дослідження, є більш оптимістичними та продуктивними в оцінці свого життя порівняно з неуспішними студентами [7].

Таким чином, самоствалення як позитивна оцінка себе та своїх вчинків має вплив на навчальну діяльність студентів, на формування їхньої навчальної мотивації. Проте серед згаданих дослідників не приділялася увага саме вивченню взаємозв'язків самоствалення та навчальної мотивації, зокрема впливу самоствалення на динаміку навчальних мотивів залежно від року навчання. Саме це є підставою для актуальності даного дослідження та виступило його метою.

Виклад основного матеріалу дослідження. Мета дослідження полягала у виявленні механізмів впливу самоствалення на динаміку навчальних мотивів студентів впродовж навчання на другому і третьому курсі. Важливою засадою дослідження став лонгitudний підхід, який дав змогу простежити зміни в мотивації одних і тих самих досліджуваних впродовж двох навчальних років.

У ході дослідження було обстежено 50 студентів-психологів другого курсу та 40 тих же студентів на третьому курсі. Це дало змогу

порівняти результати одних і тих же досліджуваних на різних етапах навчання (лонгітюдний метод). Методики, використані в дослідженні: Діагностика структури навчальної мотивації М. В. Матюхіної, Діагностика мотивації успіху та страху невдачі А. Реана, Шкала загальної самоефективності Р. Шварцера і М. Єрусалема (в адаптації І. І. Галецької), Тест-опитувальник самоствавлення В. В. Століна. Для опрацювання отриманих результатів застосовано кореляційний аналіз за критерієм Пірсона та багатофакторний аналіз.

Згідно з результатами кореляційного аналізу у 1 замірі (50 осіб) та у 2 замірі (40 осіб), виявлений прямий взаємозв'язок між самоефективністю та навчальними мотивами, зокрема, мотивом саморозвитку і мотивом досягнення (табл. 1). Тобто студент, який проявляє інтерес до процесу і результату діяльності, прагне саморозвитку і виявляє активність до процесу вирішення задачі, буде виявляти вищі показники самоефективності. Аналогічно спрямованість студента на досягнення успіху, коли він ставить перед собою позитивну мету, активно включається в її реалізацію, вибирає засоби, спрямовані на досягнення цієї мети, прямо пов'язана з високою оцінкою власної ефективності у навчанні.

Таблиця 1

Коефіцієнти кореляції між показниками самоефективності та навчальними мотивами у досліджуваній групі (1 і 2 заміри) при $p\text{-level} < 0,05$

Навчальні мотиви	Самоефективність
Мотив саморозвитку	0,37 (1 і 2 зріз)
Мотив досягнення	0,34 (1 зріз) 0,46 (2 зріз)

Прямі кореляційні зв'язки були виявлені між шкалами методики «Самоствавлення» В.В. Століна, і шкалою «мотив досягнення» опитувальника «Діагностика структури навчальної мотивації» М.В. Матюхіної. Зокрема, такі шкали, як «Самоінтерес», «Самоприйняття» та «Ставлення інших» прямо корелюють з таким навчальним мотивом, як мотив досягнення у досліджуваній групі 1 заміру (табл. 2). Тобто чим вище є інтерес до власних думок і почуттів, готовність спілкуватися з собою «на рівних», дружнього ставлення до себе, згоди з самим собою, схвалення своїх планів та бажань, безумовного прийняття себе таким, який ти є, уявлення про те, що власна особистість, характер та діяльність здатні викликати у інших повагу, схвалення та розуміння, впевненості у своїй цікавості для інших, тим вище є бажання і віра досягнути успіху, активно включитись у процес навчання для досягнення певної мети.

Таблиця 2

Коефіцієнти кореляції між показниками компонентів самоствавлення і мотивами у досліджуваній групі (1 замір) при $p\text{-level} < 0,05$

Компоненти самоствавлення	Мотив досягнення	Мотивація на успіх
Самоінтерес	0,34	0,34
Самоприйняття	0,33	-
Ставлення інших	0,36	-

Також інтегральна шкала «Самоінтерес» ($r=0,34$) методики В. Століна має прямий взаємозв'язок із шкалою «Мотивація на успіх» опитувальника «Діагностика мотивації успіху та страху невдачі» у досліджуваних групі 1 заміру. Тобто людина зацікавлена у власному пізнанні, інтересі до себе, своїх думок, емоцій та намірів має вищі показники у прагненні досягнути конструктивних результатів. Така особа має надію на успіх і потребу в його досягненні. Чим вищий рівень позитивного ставлення до себе, схвалення своїх планів, тим вища віра у досягненні успіху та наполегливість.

Якщо розглянути результати кореляційного аналізу у досліджуваній групі 2 заміру, то теж можна побачити наявність прямого взаємозв'язку, але між шкалами «Ставлення інших», «Самоповага», інтегральним показником «Самоствавлення» та шкалою «Мотивація на успіх» (табл. 3).

Таблиця 3

Коефіцієнти кореляції між показниками компонентів самоствавлення та показниками мотивації на успіх у досліджуваній групі (2 замір) при $p\text{-level} < 0,05$

Компоненти самоствавлення	Мотивація на успіх
Ставлення інших	0,37
Самоповага	0,57
Самоствавлення	0,39

Тобто студенти, які мають уявлення, що інші люди позитивно оцінюють їх характер, діяльність, особистість в цілому, які вірять у власні сили та здібності, поважають і цінують себе, гідно оцінюють свої можливості контролю над власним життям і вважають себе послідовними є спрямовані на досягнення успіху, сподіваються на позитивний результат, наполегливі у реалізації цілей своєї життєдіяльності.

Виявлено обернений взаємозв'язок між самокерівництвом та емоційними мотивами у навчанні ($r=-0,33$) у групі досліджуваних 1 зрізу. Низькі показники за шкалою самокерівництва означають, що людина підлягає впливу часових та зовнішніх обставин, про

нездатність протистояти долі, низьку само-регуляцію, розмитий локус «Я», відсутність пошуку причин вчинків та результатів у собі самому. При цьому ми спостерігаємо високі бали щодо емоційного ставлення до викладача та емоційною атмосферою, яка панує на занятті. Тобто можемо сказати, що студент, який слабо керує своїм життям, діяльністю та поведінкою, має більшу схильність до емоційного впливу ззовні, може підлягати впливу емоційного зараження.

Результати кореляційного аналізу групи 2 заміру засвідчили наявність прямих взаємозв'язків між емоційними мотивами у навчанні та комунікативними ($r=0,45$) і зовнішніми мотивами ($r=0,47$), а також обернений зв'язок зі шкалою «Самоповага» ($r=-0,34$). Тобто чим вище налаштованість на емоційну атмосферу у колективі, бажання отримати яскраві емоції, тим вищими є потреба у спілкуванні, бажання отримати схвалення та позитивну оцінку від інших та очікування зовнішніх стимулів з оточуючого середовища, і тим нижчою є повага до власної особистості та самоцінність.

Цікавими виявились результати кореляційного аналізу щодо навчальних мотивів та статево-віковими показниками досліджуваних групи 1 зрізу. Так, зокрема, такий навчальний мотив, як мотив досягнення, обернено корелює з віком, та має прямий взаємозв'язок із статтю. Тобто чим молодші досліджувані, тим вище є бажання досягнути певних результатів, бути активним та цілеспрямованим. І навпаки, чим старшими за віком є опитані студенти, тим менше у них є вираженою потреба у досягненні. Опитувані жіночої статі мають вищу зацікавленість активно включається у процес постановки цілі, її реалізації, вибирають засоби, спрямовані на досягнення власної мети.

Також мотив досягнення має прямі кореляційні взаємозв'язки з іншими навчальними мотивами у даній групі: пізнавальними мотивами ($r=0,39$), мотивом саморозвитку ($r=0,41$) та позицією студента ($r=0,48$). Студенти, які прагнуть досягнути вагомого результату у навчанні, також спрямовані на оволодіння новими знаннями, навчальними навичками, виявляють зацікавлення істотними властивостями явищ, закономірностями у навчальному матеріалі, теоретичними принципами, ключовими ідеями. Також такі студенти мають інтерес до процесу і результату діяльності, прагнуть саморозвитку, формуванню певних якостей та здібностей. Крім того, такі досліджувані виявляють активність до процесу навчання та його результату, прагнуть здобувати знання, щоб потім реалізувати їх у професії, бути корисним іншим людям, розумінні необхідності вчитися, для того, щоб стати високоосвіченою людиною, яка може передавати свій досвід іншим людям і власним нащадкам.

Пізнавальні мотиви мають прямий взаємозв'язок з мотивом саморозвитку у групі досліджуваних 2 зрізу ($r=0,43$). Чим вище спрямованість студентів в оволодінні новими знаннями, навчальними вміннями та навичками, інтерес до процесу і результату діяльності, тим вище прагнення до саморозвитку, формуванню власних якостей та здібностей.

Мотивація на успіх має прямий взаємозв'язок із статтю ($r=0,33$), а також з мотивом досягнення ($r=0,31$) та обернений з емоційними мотивами ($r=0,32$) у досліджуваних групи 1 зрізу. Дівчата-студентки більше орієнтовані на досягнення успіху, є ініціативними та наполегливими. Крім того, чим більше студент проявляє активності у досягненні мети, тим вище у нього надія на успіх і потреба в досягненні успіху. Коли людина орієнтована на досягнення конструктивного результату, тим менше у неї є виражена спрямованість на емоційні подразники та атмосферу у колективі.

Факторний аналіз результатів дав змогу прослідкувати динаміку навчальних мотивів студентів, які під час першого заміру навчалися на другому курсі, і тих же студентів на третьому курсу під час другого заміру (рис. 1).

Перший замір. Розглянемо факторну структуру навчальних мотивів студентів під час першого заміру. Методом Кайзера було виділено 7 факторів, що описують 73,9% загальної дисперсії.

Перший фактор охоплює 27,99% загальної дисперсії. До нього увійшли сім шкал самоставлення: інтегральні шкали самоставлення (0,722), самоповаги (0,838) і аутосимпатії (0,850), а також додаткові шкали самовпевненості (0,627), самокерівництва (0,591), самозвинувачення (-0,822) та саморозуміння (0,765). На підставі аналізу цих шкал умовною назвою для цього фактора обрано «Самоставлення». Отже, перші позиції для студентів на другому курсі займають віра в свої сили, здібності, енергію, самостійність, можливості контролювати власне життя і бути самопослідовним, розуміння самого себе, схвалення себе в цілому і в істотних деталях, довіра до себе і позитивна самооцінка.

Другий фактор, який описує 14,68% дисперсії, містить два види навчальних мотивів. Це мотив саморозвитку (0,631) та мотивація навчання з позиції студента (0,823), яка полягає в прагненні здобувати знання, щоб бути корисним суспільству, бажанні виконати свій обов'язок, розумінні необхідності вчитися, високому почутті відповідальності. Тут студент усвідомлює соціальну необхідність навчання. Саме тому умовна назва другого фактора – «Саморозвиток на позиції студента».

До **третього фактора** (9,22% загальної дисперсії) увійшло ще два навчальних мотиви: комунікативний (-0,671) та емоційний (-0,850).

На підставі обернених взаємозв'язків мотивів з цим фактором, умовною назвою для нього є «Знижене прагнення до взаємодії під час навчання». Комунікативні мотиви, які проявляються в прагненні зайняти певну позицію, місце у стосунках з оточуючими, отримати їхнє схвалення, заслужити у них авторитет, для студентів на момент першого заміру були менш вагомими. Так само, як і емоційні мотиви, які пов'язані із емоційним ставленням до викладача та емоційною атмосферою, що панує на занятті.

Четвертий фактор (6,74%) – «Демографічні чинники мотивації на успіх» – об'єднав демографічні показники віку (-0,623), статі (0,778) та шкалу мотивації на успіх (0,661). Як бачимо, на успіх мотивовані молодші студенти, серед яких переважають дівчата. В основі їх активності лежить надія на успіх і потреба в досягненні успіху. Зазвичай вони впевнені в собі, у своїх силах, відповідальні, ініціативні й активні. Їх відрізняє наполегливість у досягненні мети і цілеспрямованість.

П'ятий фактор (5,51%) – «Очікуване позитивне ставлення від інших» – містить у своїй структурі п'ять шкал самоставлення: дві інтегральні шкали – самоставлення (0,531) та очікуваного позитивного ставлення від інших (0,846), а також три додаткові шкали – ставлення інших (0,900), самоприйняття (0,539)

та самоінтерес (0,643). Оскільки найвищі показники стосуються саме шкал, що висвітлюють уявлення людини про те, що її особистість, характер і діяльність здатні викликати в інших людей повагу, симпатію, схвалення і розуміння, тобто очікуване, позитивне ставлення до себе, то цей фактор отримав свою назву за ними.

Наступні два фактори виявилися важливими в руслі тематики нашого дослідження, оскільки навчальні мотиви об'єдналися у них з шкалами самоефективності та самоінтересу.

Шостий фактор (5,12%) об'єднав у собі пізнавальні мотиви (0,511) із самоефективністю (0,814). На підставі цього він отримав умовну назву «Пізнавальні мотиви на фоні самоефективності». Отже, пізнавальні мотиви, як прагнення оволодіти новими знаннями, навчальними навичками, орієнтація на засвоєння способів здобуття знань, пошук способів саморегуляції навчальної роботи, раціональної організації своєї навчальної праці, пов'язані у студентів із самоефективністю. Самоефективність визначалася Р. Шварцером як особиста компетентність для ефективного подолання мінливості й стресовості обставин, загальне переконання щодо власної спроможності відповідати будь-яким вимогам обставин чи подолати непередбачуваність нової ситуації [2].

• ПЕРШИЙ ЗАМІР

• ДРУГИЙ ЗАМІР



Рис. 1. Факторна структура навчальних мотивів студентів у першому та другому замірі

До **сьомого фактора** (4,64%) увійшли зовнішні мотиви навчання (0,626) та інтегральна шкала самоінтересу (0,585). Умовно це фактор можна назвати «Підкріплена самоінтересом зовнішня мотивація навчання». Зовнішні мотиви проявляються тоді, коли навчання здійснюється через обов'язок, заради досягнення певного статусу серед одногрупників та іншого оточення, через тиск батьків та викладачів. Студент виконує завдання, щоб отримати хорошу оцінку, показати товаришам своє вміння вирішувати завдання, добитися похвали оточуючих. Шкала самоінтересу містить у собі зокрема і впевненість у своїй цікавості для інших. Тому цілком закономірно, що зовнішня мотивація навчання може супроводжуватися такою впевненістю.

Другий замір. Розглянемо факторну структуру навчальних мотивів студентів під час другого заміру. Методом Кайзера було виділено 7 факторів, що описують 72,39% загальної дисперсії.

Перший фактор – «Самоставлення» – описує 27,11% загальної дисперсії. До нього, як і в першому замірі, увійшло 8 шкал самоставлення, сім з яких такі ж, а також додалася восьма – самоприйняття (0,892). Як бачимо, рівень кореляції цієї шкали із першим фактором досить високий, отже, вона відіграє ключову роль у цьому факторі. Самоприйняття як своїх позитивних сторін, так і негативних, відсутність внутрішніх конфліктів щодо внутрішньої мотивації виявився вагомим чинником для студентів на етапі другого заміру.

Другий фактор – «Зовнішня мотивація навчання на позиції студента» – відображає 11,3% дисперсії та об'єднує як мотивацію з позиції студента (0,863), так і зовнішню мотивацію (0,600). У першому замірі мотивація з позиції студента, яка свідчить про усвідомлення соціальної необхідності навчання спонукалася мотивом саморозвитку. Натомість у другому замірі позиція студента супроводжується прагненням отримати схвалення від оточуючих чи досягти вищого статусу в групі.

Третій фактор (8,55%) об'єднав пізнавальні мотиви (0,802) з самоефективністю (0,524) та самозвинуваченням (0,548). Отже, умовно його можна назвати «Пізнавальні мотиви на фоні самоефективності». Схожий фактор був і у першому замірі, але він займав шосту позицію, окрім того, до нього не входило самозвинувачення. Отже, прагнення отримати нові знання та вироблення нових способів оволодіння цими знаннями супроводжується у студентів не лише вмінням конструктивно долати мінливі та стресові обставини, а й подекуди готовність поставити собі в провину свої ж промахи та невдачі.

Четвертий фактор (7,98%) – «Самоінтерес» – об'єднав дві інтегральні шкали: самоін-

терес як основна (0,787) та додаткова шкала (0,769), а також очікуване позитивне ставлення від інших (0,688). Отже, в ході навчання у студентів зростає почуття близькості до самого себе, зокрема інтерес до власних думок і почуттів, готовність спілкуватися з собою «на рівних», впевненість у своїй цікавості для інших. Можливо, це пов'язано не лише з процесом дорослішання та переходом на старший курс, а й з тим, що дані студенти опановують спеціальність психологія, яка сприяє виробленню таких навичок.

П'ятий фактор (6,63%), умовно названий «Прагнення до взаємодії під час навчання», охопив наступні шкали: показник віку (0,699), комунікативні мотиви (0,567), ставлення інших (0,542). У першому замірі це прагнення було зниженим, окрім того, воно не взаємодіяло із важливістю для студентів ставлення інших. Таким чином, з віком для студентів більш важливими стають такі навчальні мотиви, що допомагають налагодити стосунки з іншими, отримати їх схвалення, досягти авторитету як в очах одногрупників, так і в очах викладачів. Це підкріплюється уявленнями студентів про те, що їхня особистість, характер і діяльність здатні викликати в інших людей повагу, симпатію, схвалення і розуміння.

До **шостого фактора** (6,04%) під назвою «Самоефективність як чинник мотивації на успіх в навчанні» увійшли мотиви досягнення (0,858), мотивація на успіх (0,565) та самоефективність (0,586). Отже, якщо у першому замірі мотивація на успіх пов'язувалася із віком та статтю, то тут вона об'єдналася із самоефективністю. Отже, студенти на третьому курсі виробили більше способів долаючої поведінки під час навчання, що допомогло їм бути мотивованими на досягнення успіху, виробило вміння ставити перед собою позитивну мету, активно включатися в її реалізацію, а також вибирати оптимальні засоби, спрямовані на досягнення цієї мети.

Сьомий фактор (4,78%) – «Зниження емоційних мотивів у навчанні» – містить показник емоційних мотивів (-0,879). Оскільки цей показник має обернений зв'язок із фактором, то можемо твердити, що емоційне ставлення до навчання, як мотив, почало відходити на задній план і стало менш важливим для третьокурсників у другому замірі.

Висновки з проведеного дослідження. Таким чином, у лонгітудному дослідженні було підтверджено вплив самоставлення на позитивну динаміку навчальних мотивів. Кореляційний аналіз засвідчив наявність прямих взаємозв'язків між компонентами самоставлення, зокрема самоінтересу, самоприйняття, ставлення інших та навчальним мотивом досягнення у студентів 2 курсу. Було доведено, що інтегральний показник самоставлення,

а також самоповага і відображене ставлення інших прямо пов'язані з мотивом успіху. Виявлено, що статево-вікові чинники впливають на спрямованість мотивації у студентів даної групи (1 зріз). Результати кореляційного аналізу показали також спільні риси властиві як для студентів 2, так і 3 курсів. Так, зокрема, самоефективність має прями взаємозв'язки з такими навчальними мотивами, як мотив саморозвитку і мотив досягнення у студентів. Зниження рівня самокерівництва та самоповаги відбувається у випадку підвищення показників емоційних мотивів у навчанні у студентів обох курсів відповідно.

Факторний аналіз показав вагомість фактору самоставлення для студентів на різних етапах навчання. Також важливим виявився самоінтерес як зацікавлення у своїй особистості, своїх діях та вчинках. Поряд із цим до навчальної мотивації долучилася самоефективність, завдяки якій пізнавальні мотиви навчання стали більш вагомими. Самоефективність виявилася також чинником мотивації на успіх в навчанні студентів третього курсу, в порівнянні з другим курсом, де таким чинником були демографічні фактори.

Сприятливим у динаміці навчальних мотивів стало посилення прагнення до взаємодії під час навчання, підкріплене очікуванням позитивного ставлення від оточуючих. Поряд із цим емоційні мотиви навчальної діяльності поступилися місцем пізнавальним мотивам.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Буснюк О.В. Динаміка мотивів навчальної діяльності студентів-психологів. *Перспективи розвитку сучасної психології*. Випуск 6. 2020. С. 12–20.
2. Галецька І.І. Самоефективність у структурі соціально-психологічної адаптації. *Вісник Львівського університету. Серія: Філософські науки*. 2003. Вип. 5. 2003. Львів : Вид-во ЛНУ імені Івана Франка. С. 433–442.
3. Діхтяренко С.Ю. Мотиви досягнення успіху та уникнення невдач у навчальній діяльності студентів-психологів. *Вісник Національного університету оборони України* : зб. наук. пр. / Нац. ун-т оборони України. Київ: Вид-во НУОУ, 2018. Випуск 1(49). С. 32–37.
- URL : <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2018-49-1-32-37> (дата звернення: 16.03.2021).
4. Емішянц О.Б. Особливості самоставлення особистості. *Virtus: Scientific Journal / Editor-in-Chief M.A. Zhurba*. 2019. № 34. Р. 49-53. URL : <http://conference-ukraine.com.ua/ua/virtus/archive/> (Last accessed: 19.03.2021).
5. Мишина Н.В., Ільченко С.І., Єфанова А.О. Динаміка показників навчальної мотивації студентів медичного ВНЗ на різних етапах навчання. *Здоров'є ребенка*. 2019. 14(2). С. 96–102. URL : <https://doi.org/10.22141/2224-0551.14.2.2019.165545> (дата звернення: 16.03.2021).
6. Мірошніченко О.А., Гуцуляк О.П. Психолого-типологічні особливості студентів як чинник мотивації навчання в магістратурі. *Особистісне зростання в умовах трансформації сучасного суспільства*: монографія / Ред. колегія: Т.В. Коломієць, Т.Ю. Кулаковський, Г.В. Пирог ; за науковою редакцією професора Л.П. Журавльової. Житомир: Вид. О.О. Євенок, 2020. С. 201–215.
7. Панфілова Г.Б. Динаміка Я-концепції студентів в ускладнених життєвих ситуаціях : автореф. дис. на здобуття ступеня канд. психол. наук : 19.00.01. Харків, 2012. 19 с. URL : http://biblio.umsf.dp.ua/jspui/bitstream/123456789/2337/1/Panfilova_Avtoref..PDF (дата звернення: 19.03.2021).
8. Ставицька О.Г., Ставицький Д.О. Динаміка змісту особистісно-мотиваційної сфери студентів за час навчання у ВУЗі. *Психологія: реальність і перспективи* : зб. наук. праць Рівненського державного гуманітарного університету. Вип. 8 / упоряд. Р.В. Павелків, Н.В. Корчакова; ред. кол.: Р.В. Павелків, В.І. Безлюдна, Н.В. Корчакова. Рівне : РДГУ, 2017. С. 254–259. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp_2017_8_58 (дата звернення: 16.03.2021)
9. Тарасюк О.В., Найчук В.В. Особливості самоставлення студентів у процесі навчання у закладі вищої освіти. *Подільський науковий вісник*. 2018. № 1. С. 103–108. URL : https://pnv.in.ua/images/Magazine/1_2018.pdf (дата звернення: 19.03.2021).
10. Яворська-Ветрова І.В. Самоставлення та сенсожиттєві орієнтації студентської молоді: аналіз емпіричного дослідження. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України. 2018. Вип. 11, т. 9. С. 239–246. URL : <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v9/i11/24.pdf> (дата звернення: 19.03.2021).

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ, ЯКІ ВПЛИВАЮТЬ НА САМОТНІСТЬ РЕЛІГІЙНИХ ЖІНОК

PSYCHOLOGICAL FACTORS AFFECTING ON THE LONELINESS OF RELIGIOUS WOMEN

У статті наведено результати дослідження особливостей переживання самотності релігійними жінками.

Виявлено, що в релігійних жінок найвищий рівень самотності спостерігається у взаємодії із соціумом, у сімейних сосунках, а також у стосунках із партнером. Отриманий низький рівень загального показника самотності обґрунтовано почуттям приналежності до стійкої соціальної групи релігійних осіб, що виступає ресурсом психологічної захищеності особистості жінки, де вона отримує розраду, душевний комфорт, долає свої негативні переживання, стреси, життєві кризи й втрату сенсу життя, тим самим наділяє цінністю релігійну спільку.

Показано на рівні тенденції, що на самотність релігійних жінок впливає формування спільності «Ми – Вони», яка виступає чинником від'єднання та відокремлення себе від загального середовища з прагненням до духовності, високої моральності й любові в єднанні з Богом.

Установлено, що самотність у соціумі, сім'ї, з партнером зумовлена зв'язком із недостатністю взаємостосунків через порушення емоційної інтеріоризації жіночо-чоловічої гендерної ролі, яка є наслідком негативної оцінки свого образу й відмови від своєї явно вираженої гендерної ідентичності. Показано на рівні тенденції, що на Я-концепцію релігійних жінок впливають принципи й духовно-моральні цінності в релігійних спільнотах.

Установлено, що на суб'єктивний чинник «страх залишитися самій» впливає об'єктивний чинник – страх втрати доміную в соціальному оточенні групи релігійно налаштованих людей (захист і підтримку).

Виявлено індивідуально-особистісні риси жіночої групи, які мають зв'язок із почуттям самотності. Переживання самотності зумовлене відчуттям некімливості, недружності, відчаєм і роззубленістю, які є наслідком їхньої закритості й усамітнення в соціальному середовищі.

Наведені незадоволені потреби в жіночій групі, які мають безпосередній зв'язок із самотністю, де потреба в безпеці, в повазі з боку інших і в умінні співвідносити свої бажання, можливості й прагнення до здійснення мети задовольняються ані в соціумі, ані з партнером, а саме в спільноті релігійних осіб.

Показаний взаємозв'язок між самотністю та причинами й установками, де страх і тривога є наслідками бар'єра в спілкуванні, саморозкритті, взаєморозумінні, в повазі, емоційних контактах, у відкритості – можливості зрозуміти й прийняти їх іншими особами. А пригніченість і нереалізованість потреб блокує особистісне зростання та становлення самосвідомості, ідентифікацію особистості, об'єктивізацію самооцінки, спричиняючи виникнення таких психологічних проблем, як депресія, відчай, бажання ізолюватись від оточення.

Ключові слова: самотність, релігійні жінки, психологічні чинники, індивідуально-особи-

стісні властивості, мотиви, потреби, взаємостосунки, суб'єктивні причини.

The article presents the results of a study of the peculiarities of experiencing loneliness by religious women.

It was found that religious women have the highest level of loneliness in interaction with society, in family relationships, as well as in relationships with a partner. The obtained low level of the general indicator of loneliness is substantiated by the feeling of belonging to a stable social group of religious persons, which serves as a resource of psychological protection of a woman's personality, where she receives consolation, emotional comfort, overcomes her negative experiences, stress, life crises and loss of meaning, the value of a religious union.

It is shown at the level of the tendency that the loneliness of religious women is influenced by the formation of the community "We-They", which is a factor of separation, and separation from the general environment with a desire for spirituality, high morality and love in union with God.

It is established that loneliness in society, family, with a partner is due to the lack of interpersonal relationships, due to the violation of the emotional internalization of female-male gender role, which is a consequence of negative evaluation of their image and rejection of their explicit gender identity. It is shown that at the level of the tendency that the self-concept of religious women is influenced by the principles and spiritual and moral values in religious communities.

It has been established that the subjective factor "fear of being alone" is influenced by an objective factor – the fear of losing the dominant group of religiously-minded people in the social environment (protection and support).

Individual-personal features of the female group, which are connected with the feeling of loneliness, are revealed. The experience of loneliness is caused by feelings of ignorance, hostility, despair and confusion, which are a consequence of their secrecy and solitude in the social environment.

The unmet needs of the female group, which are directly related to loneliness, are listed. Where the need for security, respect from others and the ability to balance their desires, opportunities and aspirations to achieve the goal, are met neither in society nor with a partner, namely in the union of religious persons.

The relationship between loneliness and causes and attitudes is shown, where fear and anxiety are the consequences of a barrier in communication, self-disclosure, mutual understanding, respect, emotional contact, openness – the ability for others to understand and accept them. And the depression and unrealized of these needs blocks personal growth and the formation of self-awareness, personal identification, objectification of self-esteem, causing psychological problems such as depression, despair, the desire to isolate themselves from others.

Key words: loneliness, religious women, psychological factors, individual and personal characteristics, motives, needs, interpersonal relationships, subjective reasons.

УДК 159.907

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.21>

Леонова І.М.

ORCID ID: 0000-0002-9798-9737

к.психол.н.,

докторант факультету психології

Київський національний університет

імені Тараса Шевченка

Постановка проблеми. Почуття самотності є важливою складовою частиною людського життя. Нині проблема самотності актуальна через постіндустріальну епоху, коли відбувалися корінні зміни в соціальних інститутах, інститутах сім'ї, індивідуалізації суспільства, в баченні світу й зростанні економічного добробуту в розвинених країнах. Спираючись на результати опитування, проведеного Ю.М. Швалб та О.В. Данчевою, серед різних людей за статтю, віком, освітою та соціальним становищем, було виявлено, що впродовж останніх років словами-символами у 83% осіб опитуваних були «самотність», «відчуження», «особистість» [10].

Як обґрунтовано стверджує радянський філософ А.І. Титаренко, «<...> проблема самотності у ХХ столітті набула небувалого за значенням філософсько-етичного статусу, побачивши в ній фатальне джерело не тільки трагічної безнадійності існування людини, а й ходу всієї історії людства» [8, с. 21].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз численних досліджень дозволяє говорити про те, що самотність розглядається у двох аспектах: як психологічний стан людини (внутрішнє емоційне переживання) та як характеристика її фізичних відносин з іншими людьми, зовнішнє відчуження від суспільства (В.І. Сіляєва, Н.Є. Харламенкова, І.В. Бабанова, 1999 рік) [6, с. 33–35; 9, с. 21–28].

Дослідники Ю.М. Швалб та О.В. Данчева [10] виокремлюють три основні форми самотності: 1. Обряди, ритуали, випробування, виховання самотністю, які відбувалися практично у всіх племен і народів; 2. Покарання самотністю, що виражалось у вигнанні з роду й прирікало покараного майже на вірну смерть; 3. Добровільне усамітнення окремих індивідів, відлюдництво (духовне збагачення, вихід від мирських справ).

У своєму дослідженні болгарський психолог Л. Сімеонова [7, с. 11] зробила спробу згрупувати типи поведінки людей, схильних до самотності: 1) ненаситна потреба людини в самоствердженні (центр уваги – власний успіх); 2) одноманітність у поведінці (наприклад, обрана соціальна роль); 3) зосередженість людини на своїх відчуттях (недовірлива, сповнена похмурих передчуттів, полонена панічним страхом за своє здоров'я тощо); 4) нестандартність поведінки, коли світосприйняття та вчинки не відповідають встановленим у групі правилам і нормам (своєрідність бачення світу або небажання рахуватися з іншими); 5) недооцінка себе як особистості (нецікавий іншим).

Численні дослідження говорять про те, що релігія відбивається в психіці людини, яка її прийняла, як релігійність – соціально-психологічна властивість особистості, суб'єктивне відбиття, ступінь прийняття елементів релі-

гії, які проявляються у свідомості й поведінці особистості (Е.А. Колякіна, Ю.Ф. Борунков, І.М. Яблоков, Р.А. Emmons, R.F. Paloutzian, M. Argyle) [3; 1; 13; 12]. Релігійність, як стверджують дослідники Е.А. Ходжаєва, Е.А. Шумилова [4], містить у собі 5 компонентів: когнітивний (знання, вірування, переконання); емоційний (почуття та емоції, пов'язані з вірою); поведінковий (культура поведінки: обряди, ритуали); ідентифікаційний (усвідомлення людиною своєї приналежності до певної конфесії та віри) й нормативно-ціннісний.

Виділяючи в релігії соціальні й психологічні функції, які пов'язані з безпекою особистості, спираючись на те, як релігія діє на особистість, а не яке має значення для неї, дослідники Д.В. Ольшанський, Ю.Ф. Борунков, І.М. Яблоков, Е.С. Широкалова, Peterson, Seligman вказують на компенсаторну функцію релігії, яка виражається в підтримці й надії на допомогу Бога особистості в складних життєвих ситуаціях [5; 1; 11; 14].

Дослідник О.І. Донцов [2, с. 187–196], який присвятив свої роботи психологічним особливостям православної сім'ї, виділив такі компоненти: 1. Для людини уцерковленої в сімейних відносинах пріоритетом виступає емоційно-чуттєва сфера, а не комунікативна, як в інших людей; 2. Мотиваційна і ціннісно-моральна сфери в релігійній сім'ї значною мірою розвиваються відповідно до орієнтирів, що задаються релігійним світосприйняттям – прагненням до духовності та єднання з Божественним, високою моральністю та любов'ю, в той час, як для інших людей пріоритетами є саморозвиток, цілеспрямованість, особисті досягнення та здоров'я.

Релігійність формує специфічну конфесію ціннісно-нормативної системи особистості, особливості мислення, поведінки, стратегії адаптації, відокремлення та усамітнення в соціумі, стилю життя в цілому. З боку духовно-моральних ідеалів принцип індивідуалізації розуміється як те, що містить у собі загрозу відходу особистості в егоїзм, що в релігії не припустимо й сприймається як гріх (M. Argyle, 2000 рік; О.І. Донцов, 2010 рік) [12; 2].

Зважаючи на нинішній стан розробленості проблеми щодо того, як впливає релігія на особистість, слід зазначити, що відкритим залишається питання стосовно того, наскільки релігійна людина почуває себе самотньою в соціумі та які чинники приводять до виникнення в неї почуття самотності.

Постановка завдання. Мета статті полягає у виявленні психологічних чинників, які впливають на виникнення почуття самотності в релігійних жінок.

Виклад основного матеріалу дослідження. У ході емпіричного дослідження використовувався такий психодіагностичний

інструментарій: Фрайбурзький особистісний опитувальник F P I (форма B) А.О. Крилова й Т.І. Ронгінської (Вансовская, Гайда, Гербачевский, 1997 рік); особистісний опитувальник емоційного ставлення А.Т. Джерсайлда (Колесникова, 2019 рік); методика діагностики комунікативної соціальної компетентності (далі – КСК) М.П. Фетіскіна, В.В. Козлова, Г.М. Мануйлова (Фетискин, Козлов, Мануйлов, 2002 рік); методика актуальності основних потреб у модифікації І.О. Акіндінової (Пугачев, 2003 рік); тест сенсожиттєвих орієнтацій (далі – СЖО) Д.О. Леонтьєва (Леонтьев, 2000 рік); DLS (Differential Loneliness Scale) (Тихонов, 2006 рік); SELSA (Di Tommaso, Spinner, 1993 рік); методика суб'єктивної оцінки взаємостосунків COMO С.В. Духновського (Духновский, 2006 рік); методика С. Бем маскулинність – фемінність (Практикум по гендерной психологии, 2003 рік); шкала інтимності Бернса (Тихонов, 2006 рік) і методика індексу якості життя Р.С. Еліота (Практикум по психологии здоровья, 2005 рік).

Вибірка: в дослідженні взяли участь 48 релігійних жінок. Основними критеріями уцерковленості жінок були: 1. Частота відвідувань – не менше 1 разу на тиждень; 2. Регулярне виконання церковних обрядів. Вік досліджуваних жінок складає від 25 до 45 років.

Для статистичної обробки даних використовувались описові статистики, U-критерій Манна-Уїтні, t-критерій Стьюдента, кореляційний аналіз. Обробка емпіричних даних здійснювалося за допомогою комп'ютерної програми SPSS 21.0 for Windows.

Результати й дискусія. На підставі аналізу даних: за опитувальником SELSA (Di Tommaso, Spinner, 1993 рік), особистісного опитувальника емоційного ставлення А.Т. Джерсайлда (Колесникова, 2019 рік) і шкали інтимності Бернса (Тихонов, 2006 рік) було виявлено рівень самотності в релігійних жінок (таблиця 1).

Таблиця 1

Показники самотності релігійних жінок

	Середнє значення (n=48)	Стандартне відхилення
Соціальна самотність	41,1	18,8
Сімейна самотність	35,3	22,0
Романтична самотність	45,2	15,3
Самотність	1,4	1,5
Страх бути самій	5,0	2,9

Аналіз отриманих даних таблиці 1 показав, що в релігійних жінок, найвище середнє значення спостерігається за шкалою «соціальна самотність», а найнижче – за загальним показником «самотність». Отримані середні значення шкал можна ранжувати таким чином:

соціальна самотність (M=41,1), сімейна самотність (M=35,3), романтична самотність (M=45,2), страх бути самій (M=5,0), самотність (M=1,4). Отримані значення за шкалами соціальною й сімейною самотністю знаходяться на високому рівні (самотні), романтична самотність знаходиться на межі між помірно вираженим рівнем і високим рівнем, показники шкали страх бути самій перебуває на середньому рівні, а загальний показник самотності – на слабо вираженому рівні.

Отже, можна говорити про те, що загальний показник самотності перебуває на слабо вираженому рівні, який обґрунтовується почуттям приналежності до стійкої соціальної групи релігійних осіб, що виступає ресурсом психологічної захищеності особистості. Але, спираючись на отримані показники, релігійні жінки відчувають самотність у соціумі, в сім'ї та навіть у партнерських стосунках. Це, з одного боку, може бути обумовлено тим, що домінівним орієнтиром виступає психологічна дихотомія в основі формування спільності «Ми – Вони», яка є чинником від'єднання та відокремлення себе від загального середовища й прагненням до духовності, високої моральності й любові в єднанні з Богом. Або засобом демонстрування своєї соціальної респектабельності, лояльності щодо загальноприйнятого способу життя. З іншого боку, самотність можна пояснити неможливістю знайти підтримку в оточенні в складних життєвих ситуаціях, що є підґрунтям вступу людини в релігійну спільку, де вона отримує розраду, душевний комфорт і долає свої негативні переживання, стреси, життєві кризи й втрату сенсу життя, тим самим наділяє цінністю релігійну громаду. А така цінність своєю чергою пояснює отриманий середній рівень страху залишитися самій, який обґрунтовується страхом втрати цієї спільноти.

Аналіз кореляційних зв'язків самотності з показниками взаємостосунків з індивідуально-особистісними рисами, з мотивами й потребами, причинами й установками показав наявність таких зв'язків (таблиця 2).

Отримані дані (таблиця 2) свідчать про те, що в групі релігійних жінок спостерігається зв'язок між самотністю та показниками взаємовідносин.

Де сімейна самотність має позитивний кореляційний зв'язок із романтичною (партнером) самотністю, загальний показник самотності позитивно корелює із соціальною самотністю та негативно – з фемінністю та маскулінністю, страх залишитися самій має негативний кореляційний зв'язок із напруженістю в стосунках. Отже, можна говорити про те, що в релігійних жінок соціальна, сімейна, романтична самотність пов'язана з недостатністю взаємостосунків як у соціумі, так

і з партнером. Також виявлено, що переживання самотності в соціумі має зв'язок із гендерною роллю «Я-концепція». Отриманий кореляційний взаємозв'язок узгоджується з припущенням про тенденції до «поляризації» образів чоловіка й жінки, яка зумовлена принципами й духовно-моральними цінностями про те, що індивідуалізм – це егоїзм, який є гріхом. Також це говорить про порушення емоційної інтеріоризації жіночо-чоловічої гендерної ролі, що є наслідком негативної оцінки свого образу й відмови від своєї явно вираженої гендерної ідентичності. Їх суб'єктивний чинник, страх залишитися самій зумовлений об'єктивним чинником соціальних умов, а саме соціокультурною детермінацією – моральністю. У становленні релігії вирішальним етапом є поява зобов'язувальної вимоги «ти повинен» як «етичного чинника». Тому віра людини містить «етос»: поряд із чисто ритуальними вона надає руху етичних регуляторів поведінки, тим

самим формуючи соціально пасивну, схильну до конформізму, «Богоугодну» поведінку. Також вона підкріплює страх у релігійної жінки залишитися самій і втратити доміную в соціальному оточенні групу релігійно налаштованих людей через не виконання установлених правил поведінки – моральності.

Аналізуючи зв'язки між самотністю та показниками індивідуально-особистісних рис, можна говорити про те, що переживання самотності релігійних жінок насамперед пов'язане з такими індивідуально-особистісними рисами, як некітливність, недружність, розчарування, відчай і розгубленість, які є наслідком їх закритості й усамітнення в соціальному середовищі.

Аналіз кореляційного зв'язку виявив негативний зв'язок між соціальною самотністю та потребою в безпеці, а також позитивний зв'язок із гармонійністю реалізації базових прагнень Б, також виявлено негативний

Таблиця 2

Взаємозв'язок значень коефіцієнтів кореляції самотності й досліджуваними показниками групи

Показники	Соціальна самотність	Сімейна самотність	Романтична самотність	Самотність	Страх залишитись самою
Показники взаємостосунків					
Сімейна самотність			0,40*		
Романтична самотність		0,40*			
Напруженість у стосунках					-0,40*
Соціальна самотність				0,38*	
Маскулінність і фемінність				-0,40*	
Індивідуально-особистісні риси					
Самотність	0,38*				
Кмітливий із розвитком логічного мислення (VIII В)			-0,40*		
Комунікативність			-0,51*		
Безнадія	0,44*				
Причини й установки					
Відчай		0,37*			
Боязкість і соціальна тривога		0,37*			
Страх саморозкриття			0,38		
Депресія					0,60**
Відчуженість та ізолюваність				0,42*	
Мотиви й потреби					
Потреба в безпеці	-0,47**				
Гармонійність реалізації базових прагнень Б	0,43*				
Потреба в повазі з боку інших (ої)			-0,47**		
Процес					0,38*

Note: * p < 0,05; ** p < 0,01

зв'язок між романтичною самотністю та повагою з боку інших. Це свідчить про те, що виявлені потреби й мотиви жінок-вірян, а також уміння співвідносити свої бажання, можливості й прагнення до здійснення мети приводять до задоволення ні в соціумі, ні з партнером, а саме в спілці релігійних осіб, де релігія забезпечує безпеку вірянину, компенсуючи отримання поваги й своєї цінності істинною вірою, сприяючи суб'єктивному сприйманню власного добробуту.

Аналізуючи кореляційний зв'язок між самотністю та причинами й установками, був виявлений позитивний зв'язок між сімейною самотністю та відчаєм, боязкістю та соціальною тривогою, між романтичною самотністю та страхом розкриття, між самотністю та відчуженням, ізолюваністю, а також між страхом залишитись самій і депресією. Це свідчить про те, що самотність у сімейних взаємовідносинах і стосунках між подружжям (партнером) обґрунтовано наявністю в релігійних жінок страху й тривоги, які виступають бар'єром у спілкуванні, саморозкритті, взаєморозумінні, прийнятті іншими, в повазі, емоціях та емоційних контактах, відкритості – можливості іншим зрозуміти їх. У разі пригніченості й нереалізованості потреб особистісне зростання та становлення самосвідомості, ідентифікація особистості, об'єктивізація самооцінки в релігійних жінок блокується, спричиняючи виникнення психологічних проблем, таких як депресія, відчай, бажання ізолюватись від оточення.

Висновки з проведеного дослідження.

Таким чином, можна зробити висновки, що релігійним жінкам притаманна самотність. Виявлено, що найвищий рівень самотності релігійні жінки відчувають у соціумі, сім'ї та навіть у партнерських стосунках, що зумовлено страхом саморозкриття, бар'єрами в спілкуванні, неможливістю знайти підтримку в оточенні в складних життєвих ситуаціях.

Установлений низький рівень за загальним показником самотності обґрунтовується почуттям приналежності до стійкої соціальної групи релігійних осіб, що виступає ресурсом психологічної захищеності особистості жінки, де вона отримує розраду, душевний комфорт і долає свої негативні переживання, стреси, життєві кризи й втрату сенсу життя, тим самим наділяючи цінністю релігійну спілку.

Показано на рівні тенденції, що на переживання почуття соціальної та сімейної самотності релігійними жінками впливає формування спільності «Ми – Вони», яка виступає чинником від'єднання та відокремлення себе від загального середовища з прагненням до духовності, високої моральності й любові в єднанні з Богом.

Виявлено, що самотність має зв'язок із показниками взаємостосунків як у соціумі, так і із сім'єю та партнером (подружжям), які

зумовлені недостатністю взаємостосунків унаслідок порушення емоційної інтеріоризації жіночо-чоловічої гендерної ролі через негативну оцінку свого образу й відмову від своєї явно вираженої гендерної ідентичності. Також показано на рівні тенденції, що на Я-концепію релігійних жінок впливають принципи й духовно-моральні цінності в релігійних спільнотах, де індивідуалізм – це егоїзм, який є гріхом.

Установлено, що на суб'єктивний чинник «страх залишитись самій» впливає об'єктивний чинник – втратити доміную в соціальному оточенні групу релігійно налаштованих людей через не виконання установлених правил поведінки – моральності, яка зобов'язує вимоги «ти повинен» як «етичного чинника», являючись регулятором поведінки, формуючи соціально пасивну, схильну до конформізму, «Богоугодну» поведінку особистості.

Також виявлений зв'язок між самотністю та індивідуально-особистісними рисами релігійних жінок, а саме з некітливістю, недружністю, відчаєм і розгубленістю, які є наслідком їхньої закритості й усамітнення в соціальному середовищі.

Розглянуто, що потреби й мотиви жінок-вірян у безпеці, в повазі з боку інших і в умінні співвідносити свої бажання, можливості й прагнення до здійснення мети задовольняються ні в соціумі, ні з партнером, а саме в спілці релігійних осіб, де релігія забезпечує безпеку вірянину, компенсуючи отримання поваги й своєї цінності істинною вірою, сприяючи суб'єктивному сприйманню власного добробуту.

Установлено, що самотність (сімейна, романтична) і страх залишитись самій пов'язані з особистісними причинами й установками страху й тривоги, які виступають бар'єром у спілкуванні, саморозкритті, взаєморозумінні, в повазі, емоційних контактах, у відкритості – можливості іншим зрозуміти й прийняти їх. Отже, через пригніченість і нереалізованість цих потреб особистісне зростання та становлення самосвідомості, ідентифікація особистості, об'єктивізація самооцінки в релігійних жінок блокується, спричиняючи виникнення психологічних проблем, таких як депресія, відчай, бажання ізолюватись від оточення.

Компенсаторною функцією починає виступати релігія, де, підпорядковуючись загальним нормам і вимогам моральності, присвячуючи своє життя Богу, жінка втрачає саму себе, свою унікальність, тим самим отримуючи від спілки релігійних людей підтримку й розуміння, знижуючи переживання страху, тривоги, депресії тощо.

Таким чином, результати кореляційного аналізу показників самотності виявили, що не тільки суб'єктивні чинники впливають на самотність релігійних жінок, а й об'єктивні

(соціальні) чинники – спілка релігійних людей із встановленими нормами, установками, духовно-моральними ідеалами моральності.

Перспективами подальших досліджень може бути прогнозування та виявлення прихованих взаємозв'язків у змінних, які впливають на підвищення або пониження рівня самотності релігійних жінок, за допомогою регресійного й дисперсійного аналізу, а також порівняння переживання почуття самотності жінками з інших соціальних груп.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Борунков Ю.Ф., Яблоков И.Н., Никифоров К.И. Основы религиоведения : Учебник. 3-е изд. Москва : Высшая школа, 2001. 480 с.
2. Донцов А.И. Особенности влияния религиозных институтов на формирование ценностно-нравственной сферы и семейных установок личности. *Поддержка семьи в условиях кризиса* : материалы IX Всерос. науч. конф. Новосибирск, 2010. С. 187–196.
3. Колякина Е.А. Определение сущности понятия религиозность. *Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Сер. Гуманитарные науки: Педагогика. Психология. Социальная работа. Акмеология. Ювенология. Социокинетика*. 2007. № 3. Том 13. С. 51–55.
4. Кржевов В.С. Проблема культуры толерантности поведения в условиях глобальной трансформации. *Толерантность в обществе различий* : коллективная монография / под редакцией

В.Е. Кемерова, Т.Х. Керимова, А.Ю. Зенковой. Екатеринбург : Полиграфист, 2005. Вып. 15. С. 41–55.

5. Ольшанский Д.В. Психология масс. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 368 с.

6. Сіляєва В.І. Жіноча самотність як психологічна проблема. *Практична психологія та соціальна робота*. 2000. № 4. С. 33–35.

7. Симеонова Л. Человек рядом. Москва, 1989. С. 11.

8. Титаренко А.И. Анти идеи: Опыт социально-этического анализа. Москва, 1984. С. 21.

9. Харламенкова Н.Е., Бабанова И.В. Стратегии самоутверждения и ценностные предпочтения одинокого человека. *Психологический журнал*. 1999. Т. 20. № 2. С. 21–28.

10. Швалб Ю.М., Данчева О.В. Одиночество: социально-психологические проблемы. Киев : Изд-во «Україна», 1991. 270 с.

11. Широкалова Г.С. Сравнительные характеристики верующих и неверующих нижегородцев. *Социологическое исследование*. Москва, 2001. № 7. С. 80–88.

12. Argyle M. Psychology and religion an introduction: *Library of Congress Cataloging in Publication Data*. USA, Canada : Routledge, 2000. 233 p.

13. Emmons R.A., Paloutzian R.F. The Psychology of Religion. *Annual Review of Psychology*. 2003. Vol. 54 P. 377–402. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145024>.

14. Peterson C., Seligman M.E.P. The VIA Taxonomy of Human Strengths and Virtues. Washington, DC : Am. Psychol. Assoc, 2002.

БІОЛОГО-ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОЯВИ СТРЕСУ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ

BIOLOGICAL-PSYCHOPHYSIOLOGICAL AND PSYCHOLOGICAL MANIFESTATIONS OF STRESS IN A PANDEMIC CONDITION

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю вивчення впливу нових реалій життя та нових стресових чинників, до яких людям доводиться пристосовуватися в умовах карантину. Теоретико-емпіричне дослідження проведено з метою вивчення впливу стресових чинників на психофізіологічне самопочуття та психологічне щастя особистості під час пандемії. Для пошуку співвідношення показників стресу з показниками психологічного щастя застосовано «Тест на стрес і депресію Ч.Д. Спілберґера» й методику «Шкала психологічного щастя» К. Ріффа. Емпірично встановлено, що сприятимуть психологічному добробуту особистості під час пандемії інтенсивність і частота зацікавленості (допитливість). Заважатимуть – інтенсивність і частота депресії та тривоги, стресонестійкість. Емпірично доведено, що особистості з максимальним вираженням стресу під час пандемії характеризуються: незадоволеністю собою та життям, відчуттям власного безсилля та нездатності долати життєві труднощі й перешкоди, набувати нові вміння та навички, занепокоєнням подіями свого минулого, не усвідомлення певних переживань у собі, труднощами в організації повсякденної діяльності, ігноруванням життєвих можливостей, відсутністю почуття контролю над подіями, схильністю до міжособистісної ізоляції та фрустрації, не бажанням іти на компроміси, відчуттям не осмисленості свого життя. Особистості з мінімальним вираженням стресу під час пандемії характеризуються: відчуттям саморозвитку, «зростання», відкритістю новому досвіду, високою здатністю засвоювати нову інформацію, схильністю до самозмінювання та самореалізації, позитивним самоставленням, самоприйняттям, контактністю, впевненістю в собі й своїх силах, компетентністю в управлінні повсякденними справами й оточенням, задоволеністю, осмисленістю життя, природності переживань, прийняттям своїх недоліків, оптимістичністю, здатністю ефективно

використовувати можливості для реалізації особистих потреб і цілей.

Ключові слова: стрес, агресивність, депресивність, зацікавленість, психологічне щастя, особистість.

The relevance of the study is due to the need to study the impact of new realities of life and new stressors to which people have to adapt in quarantine. Theoretical and empirical research was conducted to study the impact of stressors on psychophysiological well-being and psychological well-being of the individual during a pandemic. To find the ratio of stress indicators with indicators of psychological well-being was used: "Test for stress and depression" Ch.D. Spielberger and the method of "Scale of psychological well-being" K. Riff. It is empirically established that the intensity and frequency of interest (curiosity) will contribute to the psychological well-being of the individual during a pandemic. Will interfere – the intensity and frequency of depression and anxiety, stress instability. It is empirically proven that individuals with the maximum expression of stress during a pandemic are characterized by: dissatisfaction with themselves and life, feelings of helplessness and inability to overcome life's difficulties and obstacles, acquire new skills, anxiety about past events, not aware of certain experiences, difficulties organization of daily activities, ignoring life opportunities, lack of sense of control over events, prone to interpersonal isolation and frustration, unwillingness to compromise, a sense of meaninglessness of their lives. Individuals with minimal stress during a pandemic are characterized by: a sense of self-development, "growth", openness to new experiences, high ability to absorb new information, a tendency to self-change and self-realization, positive self-esteem, self-acceptance, contact, self-confidence, competence in competence. everyday affairs and the environment, life satisfaction, meaningfulness, naturalness of experiences, acceptance of their shortcomings, optimism, the ability to effectively use opportunities to meet personal needs and goals.

Key words: stress, aggression, depression, interest, psychological well-being, personality.

УДК 159.96+612.8+57.02
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.22>

Лісовенко А.Ф.
ORCID ID: 0000-0003-1794-270X
к.психол.н.,
старший викладач кафедри психології
Національний університет
«Одеська юридична академія»

Крюкова М.А.
ORCID ID: 0000-0002-7447-196X
к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Національний університет
«Одеська юридична академія»

Постановка проблеми. Карантин створює нові реалії життя та нові стресові чинники, до яких людині доводиться пристосовуватися: необхідність дотримання тимчасової самоізоляції, обмеження свободи дій і пересування, перенесення основних сфер життя в онлайн-режим, малорухомих спосіб життя, економічна нестабільність, фінансові труднощі, безробіття, невпевненість у завтрашньому дні тощо. Підвищений рівень стресу пов'язаний із вимушеним соціальним дистанціюванням, обмеженням контактів, з інформаційним перевантаженням через постійний перегляд новин щодо пандемії. Загострення тривожності зумовлюється страхом за власне життя та за здоров'я близьких, браком лікарських препаратів і засобів

індивідуального захисту, а також загальним нерозумінням стратегії лікування нового вірусу. Крім того, найактуальнішими психологічними проблемами наразі стали: загальна дезорганізація та невизначеність, зниження працездатності й втрата мотивації, дратівливість і часті зміни настрою, пригніченість, соціальна й сенсорна депривація, погіршення фізичного самопочуття [6].

Постановка завдання. Мета дослідження – розглянути біолого-психофізіологічні й психологічні прояви стресу в умовах пандемії.

Виклад основного матеріалу дослідження. Природними реакціями організму на стресові обставини є тривога, хвилювання, роздратування. Однак, якщо людина перебуває

в таких умовах тривалий час або хронічно, збільшується ризик втрати самовладання та контролю над своїми емоціями й почуттями. Дослідження впливу епідемій на здоров'я людей [19] вказують на те, що тривала ізоляція здатна призвести до підвищення рівня тривожності, безсоння, посттравматичного синдрому, панічних атак, депресії та суїцидальних настроїв. Згідно з дослідженнями [1] можливі такі захисні реакції під час зараження на коронавірус: заперечення факту захворювання; агресія щодо ізоляції; уникнення контактів, байдужість до всього; підозра щодо умисного зараження чи подробиць результатів аналізів. Водночас гостра стрес-реакція може супроводжуватись як психомоторним збудженням, так і уповільненням психічних і рухових процесів.

Під особливим стресовим напруженням перебувають люди, що зазнали фінансових проблем унаслідок пандемії або втратили роботу, люди з проблемами в особистих стосунках і літні люди, котрі відчувають себе тягарем для близьких, скаржаться на постійне відчуття безвиході [1; 8; 11]. У таких людей в умовах пандемії можуть загостритися хронічні соматичні, неврологічні й психічні захворювання, емоційні й інтелектуальні розлади, порушується сон, розвиваються психотичні стани. Це пов'язано з інтоксикацією та гіпоксією, що викликані інфекцією, та зі змінами у звичному укладі: необхідністю ізоляції, госпіталізації [8; 11].

В останні роки значно зросла кількість публікацій із прикладних аспектів вивчення стресу; водночас дотепер не досягнуто не тільки концептуальної, але навіть термінологічної єдності. Трактують стрес настільки різноманітні (біологічний, емоційний, психологічний, фізіологічний), що це створює плутанину визначень та ускладнює міждисциплінарну інтеграцію знань медицини, біології, фізіології та психології в дослідженні стресу. Біологічний стрес – складний функціональний стан організму, що характеризується зсувами в діяльності нейрофізіологічних систем всіх рівнів: від психічних процесів до гормональної секреції. Поняття «емоційний стрес» вводить Р. Лазарус і пов'язує його з активізацією пізнавальної діяльності, за допомогою якої людина визначає для себе ступінь загрози й зіставляє виниклі труднощі з власними можливостями їх подолання [5]. Наразі під «емоційним стресом» розуміють широке коло змін психічних проявів, що супроводжуються вираженими неспецифічними змінами біохімічних, електрофізіологічних та інших корелятивів стресу [13]. Психологічний стрес належить до психологічних явищ, які називають психічними станами й під якими розуміють цілісну своєрідність всіх процесів, що відбуваються в психіці людини натеper або за певний проміжок часу [12, с. 75]. На

думку О.М. Столяренка, й на нашу думку теж, не можна зводити психологічний стрес тільки до емоційної реакції, оскільки емоція є лише однією з характеристик психічної діяльності, має завжди цілісний характер і містить мотиваційні, пізнавальні, вольові й психомоторні компоненти. Звідси випливає, що терміни «емоційний стрес» і «психологічний стрес» не коректно ототожнювати, оскільки психологічний стрес – це системна психологічна реакція на ситуацію [12, с. 75].

Індивідуальна вираженість стресу, зокрема його несприятливих проявів, суттєво залежить від усвідомлення відповідальності за себе, оточення, за все, що відбувається в екстремальних умовах, від психологічної установки на ту чи іншу роль [2, с. 37–38]. На думку Л.О. Китаєва-Смика, виділяється три типи самоставлення особистості під час стресу. Перший – ставлення людини до себе як до «жертви» екстремальної ситуації – посилює дистрес; другий тип поєднує ставлення до себе як до «жертви» зі ставленням до себе як до «цінності» (в досвідчених працівників екстремальних професій, спортсменів високого класу й в осіб зрілого віку); третій тип – ставлення до себе як до одного з ряду людей: у відповідальних за себе осіб знижується дистрес, у низько відповідальних осіб вид страждання навколишніх людей або їхні панічні дії можуть посилити аналогічні прояви [2, с. 37–38].

Традиційно склалося об'єднання в один феномен стресу трьох його сторін: фізіологічних, поведінкових і суб'єктивних реакцій. Так, встановлено, що вміст катехоламінів у крові з високою ймовірністю корелює з виразністю емоційних переживань та особистісною схильністю до них. Переважання адреналіну в порівнянні з норадреналіном пов'язують із виникненням реакції тривоги, страху. Навпаки, переважання норадреналіну зумовлює почуття рішучості або гніву. Вміст у крові норадреналіну зростає в ситуаціях неприємних, але знайомих, що відрізняються стереотипністю [14; 16].

Було відзначено, що до стресу можуть бути схильніші особи з «сильною» нервовою системою, особливо у випадках, коли стресором є тривале повторення монотонних, одноманітних сигналів. В осіб зі «слабкою» нервовою системою стрес монотонії виникає із меншою ймовірністю [7]. Низка вчених вважає, що «слабкій» нервовій системі, на відміну від «сильної», не досить власних внутрішніх енергетичних ресурсів для підтримки функціонального тону [3]. Важка фізична праця або монотонна діяльність викликали збільшення в електроенцефалографії (далі – ЕЕГ) повільних ритмів. Уважають, що зміщення частотного спектра ЕЕГ у сторону нижчих частот вказує на зниження функціонального стану мозку

й деяких показників психічних можливостей [4]. Є дані про індивідуальну схильність до тих чи інших емоційних станів залежно від міжпівкулевої асиметрії «коркового гальмування», яка визначається показниками електроенцефалограми. Переважання «гальмування» альфа-ритму в правій півкулі характерно для осіб, схильних до депресивних реакцій [4].

Дослідження стресу в реальних умовах показали, що не стільки фізіологічний, скільки психологічний рівень адаптації є найточнішим індикатором фізичного й психічного стану людей [2; 4; 5; 6]. Стресові чинники в умовах карантину загострюють негативні почуття тривоги, страху, депресії, збільшуючи тенденцію повернення до пошуку безпеки й захисту, способів задоволення базових потреб. На перше місце постають потреби енергетичної та фізичної обмінної функції організму. Вони пов'язані із забезпеченням сталості внутрішнього середовища (гомеостазу) за поживними речовинами, необхідною температурою тіла, наявності кисню та виведенням надлишку вуглекислоти. Постійне носіння маски ускладнює постачання кисню в організм, а це своєю чергою обмежує здатність клітин продукувати енергію. Крім того, в умовах пандемії та соціальної ізоляції люди можуть знаходитись у стані сенсорної депривації, коли не вистачає різноманіття зовнішніх відчуттів (зорових, слухових, смакових, дотикових тощо), звичних сенсорних вражень (елементарних об'ємів, що стимулювали б виділення окситоцину).

Установлено, що специфіка емоційних реакцій під час стресу опосередкована не тільки гормональними, а й багатьма іншими фізіологічними реакціями організму, зокрема нервової системи [13]. Виявлено, що під час гніву в людини активізувалися деякі симпатичні реакції, під час страху – парасимпатичні, а в процесі впливів, що викликають почуття огиди, – ті й інші [20]. Уважають, що особам із домінуванням симпатичних реакцій – «симпатикотонікам» – під час емоційного стресу більш властива стенічна, агресивна поведінка, тоді як люди з переважанням парасимпатичних реакцій – «ваготоніки» – водночас більш схильні до депресії [15].

У когнітивній моделі психологічного стресу Р. Лазаруса фокус інтересів зсувається від гомеостатичних моделей регуляції до процесуального аналізу індивідуально-психологічних чинників, що зумовлюють динаміку стресу. Центральне місце в аналізі займають індивідуальна значущість і суб'єктивна (когнітивна) оцінка ситуації, в якій у людини виникають проблеми, а також ті способи (копінг-стратегії), за допомогою яких вона намагається подолати труднощі. За Р. Лазарусом, копінг-стратегії визначаються як стратегії опанування та врегулювання взаємовідносин із навколи-

шнім середовищем; когнітивні й поведінкові спроби впоратися зі специфічними зовнішніми й внутрішніми вимогами, котрі оцінюються як надмірні або такі, що перевищують ресурси людини [5]. Важливо відзначити, що копінг-стратегії за своєю суттю можуть бути як продуктивними, функціональними, так і непродуктивними, дисфункціональними.

Критерієм ефективності опановуваної поведінки є психологічний добробут суб'єкта та його задоволення соціальними стосунками [5]; психологічний добробут як базовий суб'єктивний конструкт, що відбиває сприйняття та оцінку свого функціонування з боку вершини потенційних можливостей [18]. Суголосно ідеям К. Ріфф, П.П. Фесенко й Т.Д. Шевеленкова запропонували розглядати психологічний добробут особистості як складне переживання людиною задоволення власним життям, що відбиває одночасно як актуальні, так і потенційні аспекти її життя (пов'язані з базовими людськими цінностями й потребами) [17].

З метою вивчення впливу стресових чинників на психологічне щастя особистості було проведено емпіричне дослідження. Завданнями дослідження є: 1) виявлення та обґрунтування кореляційних зв'язків між показниками стресу й психологічного щастя; 2) опис типів стресостійкості в умовах пандемії.

Для обробки емпіричних даних застосовувався кількісний аналіз (кореляційний за Спірменом із використанням програми статистичної обробки даних SPSS 19.0 for Windows) та якісний аналіз (метод «асів» і «профілів» [10]). Для діагностики характерної поведінкової реакції та емоційних станів особистості під час стресу був застосований «Тест на стрес і депресію Ч.Д. Спілбергера» (в адаптації О.М. Радюка) [9]. Задля діагностики вираження основних складових частин актуального психологічного добробуту в умовах пандемії була застосована методика «Шкала психологічного добробуту» К. Ріфф в адаптації П.П. Фесенко, Т.Д. Шевеленкової [17 с. 95–130]. Дослідження проводилося на базі Національного університету «Одеська юридична академія». У ньому брали участь здобувачі вищої освіти денної та заочної форм навчання факультету психології, політології та соціології. Загальна кількість – 230 осіб; вік досліджуваних – від 17 до 45 років.

Кількісний аналіз показує значущі від'ємні зв'язки (на рівні $p \leq 0,01$) між шкалою «індекс психологічного щастя» та показниками: «інтенсивність депресії» (-342**), «частота депресії» (-313**), «інтенсивність тривоги» (-293**), «частота тривоги» (-273**), «наявність загального стресу» (-273**), а також (на рівні $p \leq 0,05$) «інтенсивність агресії» (-162*), «частота агресії» (-142*). Констатуємо наявність переважно

від'ємних значущих кореляційних зв'язків між майже всіма показниками стресу й майже всіма показниками психологічного добробуту. Це означає, що зі зростанням стресу знижуються показники психологічного щастя: позитивні стосунки, самоприйняття, керування середовищем, автономія, особистісне зростання, відкритість, цілі в житті, осмисленість життя. І навпаки, зі зменшенням рівня вираження складових частин психологічного щастя підвищуються показники стресонестійкості.

Щодо депресивних станів, вони відрізняються таким: високий поріг сприйняття приємних подій у поєднанні з низьким порогом сприйняття неприємних ситуацій; загальне зниження емоційного фону у вигляді байдужості, зневіри, суму й печалі. Зазначені особливості проявляються в схильності все сприймати болісно й загострено, що, дійсно, не сприятиме психологічному щастю. Тривожні стани загалом характеризуються емоційною неврівноваженістю, напруженістю, внутрішнім неспокоєм, занепокоєнням, схильністю до сприйняття широкого кола ситуацій як загрозливих своїй самооцінці, самоповазі або життєдіяльності, чутливістю щодо тих негативних подій або невдач, які можуть трапитися або статися. Усе це вказує на те, що тривалий стрес з інтенсивними й частими депресіями й тривогами призводить до зниження психологічного добробуту особистості, оскільки копінг-стратегії втрачають свою адаптивність і переходять у психологічні захисні механізми дезадаптивного характеру. І навпаки, підвищення психологічного добробуту особистості супроводжується зменшенням депресивних і тривожних проявів.

Слід також звернути увагу на шкали «інтенсивність зацікавленості» (299**) та «час-

тота зацікавленості (допитливість)» (337**), кореляція з якими виявила додатні значущі зв'язки ($p \leq 0,01$). Значить, чим більше інтерес до навколишнього світу, до отримання нових знань, захопленість від життя, прагнення до розумової діяльності й рухливості мислення, тим більш психологічно щаслива особистість, навіть незважаючи на наявні стреси.

Установлений факт стресогенності «карантинних» умов життя означає, що в таких реаліях життя дійсно активізуються різноманітні захисні й компенсаторні механізми, а також механізми стрес-подоланої поведінки.

Перейдемо до якісного аналізу результатів (за методом «асів» і «профілів» [10]) показників психологічного щастя особистості (за методикою «Шкала психологічного добробуту» К. Ріфф) із максимальним (67 осіб) і мінімальним (38 осіб) вираженням стресу під час пандемії. Аналіз профілів (графіків) полягає у визначенні більш значущих характеристик у його індивідуальній структурі. На профілі вони виявляються параметрами (точками на графіку), значення яких має найбільше відхилення від середньої лінії ряду (50 процентиль) у напрямку від'ємного чи додатного полюса. Для упорядкування домінуючих показників кожної групи було проведено ранжування найбільш виражених показників кожного профілю за їх відхиленням від середньої лінії ряду зі зменшенням значень.

Отже, спираючись на рис. 1, результати ранжування та опис показників за методикою «Шкала психологічного добробуту» К. Ріфф [18], можна надати психологічну характеристику представників виявлених груп:

1. Групі осіб із максимальним вираженням стресу під час пандемії (Стрес макс., $n=67$)

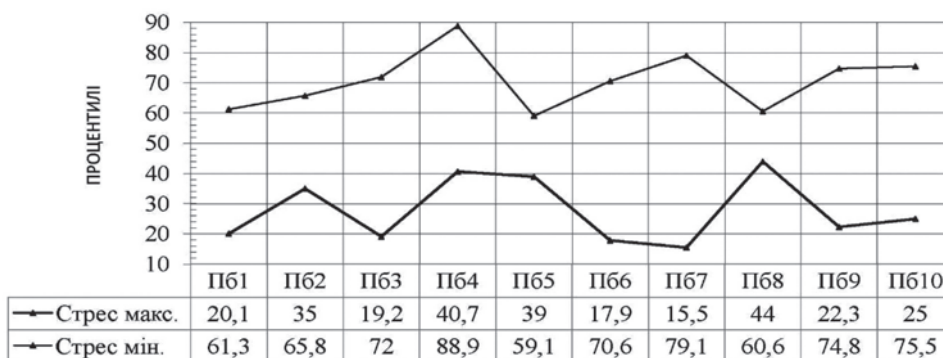


Рис. 1. Показники психологічного добробуту особистості груп осіб, що розрізняються за типом вираження стресу

Примітка: 1) Стрес макс. – група осіб із максимальним вираженням стресу під час пандемії ($n=67$); Стрес мін. – група осіб із мінімальним вираженням стресу під час пандемії ($n=38$); 2) позначення шкал психологічного добробуту: Пб1 – позитивні стосунки, Пб2 – автономія, Пб3 – керування середовищем, Пб4 – особистісне зростання, Пб5 – цілі в житті, Пб6 – самоприйняття, Пб7 – баланс афекту, Пб8 – осмисленість життя, Пб9 – людина як відкрита система, Пб10 – індекс психологічного добробуту

властиві: 1) негативна самооцінка, незадоволеність обставинами власного життя, відчуття власної нікчемності й безсилля, недостатня здатність підтримувати позитивні відносини з оточенням, невіра у власні сили, недооцінка власних здібностей долати життєві перешкоди, засвоювати нові вміння та навички (Пб7-); 2) незадоволення собою, розчарування подіями свого минулого, відчуття занепокоєння та засудження з приводу деяких особистих якостей, не усвідомлення або пригнічення певних переживань у собі, бажання бути не тим, ким вони є насправді (Пбб-); 3) труднощі в організації повсякденної діяльності, відчуття нездатності змінити або поліпшити навколишні обставини, нерозважливе ставлення до життєвих можливостей, відсутність почуття контролю над подіями, що навколо (Пб3-); 4) обмежена кількість довірчих стосунків з оточенням, складність прояву відкритості, теплоти й піклування про інших, схильність до міжособистісної ізоляції та фрустрації, не бажання йти на компроміси для підтримки важливих зв'язків з оточенням (Пб1-); 5) нездатність інтегрувати окремі аспекти свого життєвого досвіду, фрагментарність, нереалістичність сприйняття різних аспектів життя (Пб9-); 6) низький рівень психологічного добробуту – суб'єктивного відчуття цілісності й осмисленості свого життя (Пб10-).

2. Групі осіб із мінімальним вираженням стресу під час пандемії (Стрес мін., n=38) властиві: 1) відчуття неперервного розвитку, сприйняття себе «зростаючим», відкритість новому досвіду, відчуття реалізації свого потенціалу, можливість помітити поліпшення в собі й своїх діях із плином часу, схильність до самозмінювання та самореалізації (Пб4); 2) переважання позитивної самооцінки, прийняття себе з усіма перевагами й недоліками, здатність набувати й підтримувати контакти з оточенням, впевненість у собі, власних силах і можливостях, почуття компетентності в управлінні повсякденними справами, загальна задоволеність власним життям (Пб7+); 3) високий рівень актуального психологічного щастя – суб'єктивного відчуття цілісності й осмисленості свого життя (Пб10+); 4) висока здатність засвоювати нову інформацію, цілісний, реалістичний погляд на життя, відкритість новому досвіду, безпосередність і природність переживань (Пб9+); 5) позитивне ставлення до себе, знання та прийняття різних сторін свого Я, включаючи хороші й погані якості, позитивна оцінка свого минулого й оптимістичний погляд на майбутнє (Пбб+); 6) компетентність в управлінні оточенням, здатність контролювати зовнішню діяльність, ефективно використовувати можливості, здатність вловлювати або створювати умови й обставини, що сприяють задоволенню особистих потреб і досягненню цілей (Пб3+).

Отже, для підвищення психологічного добробуту, стресостійкості й реалізації своїх потенційних можливостей в умовах пандемії важливо вміти аналізувати й регулювати свої психічні стани, розвиватися особистісно та адаптуватися до різних ситуацій, підвищувати самооцінку й самоприйняття. Необхідно цілеспрямоване навчання методам саморегуляції в діяльності, корекції неоптимальних функціональних станів, вмінню виходити з психологічних криз.

Висновки з проведеного дослідження. Теоретично встановлено, що психологічний стрес – особливий психічний стан, який характеризується неспецифічними системними змінами активності психіки людини, що виражають її організацію та мобілізацію у зв'язку з виниклими підвищеними вимогами нової ситуації. Психологічний стрес не може бути ідентичним до фізіологічного, оскільки має свої психологічні особливості: він може виникати самостійно, а також ініціювати й змінювати біологічний стрес.

Виявлено значущі кореляційні взаємозв'язки від'ємного знаку між майже всіма показниками стресу й майже усіма показниками психологічного щастя. Обґрунтовано, що сприятимуть психологічному щастю особистості під час пандемії інтенсивність і частота зацікавленості (допитливості). Заважатимуть психологічному добробуту інтенсивність і частота депресії та тривоги, стресонестійкість, інтенсивність і частота агресії.

Проаналізовано профілі психологічного щастя в групах досліджуваних із максимальними й мінімальними значеннями загального показника стресу, на основі чого надані «психологічні портрети» найбільш і найменш стресостійких особистостей під час пандемії.

Подальшої наукової розробки потребують напрями психокорекції тривожності й депресивності в умовах карантину й розвитку стресостійкості особистості під час пандемії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Психические реакции и нарушения поведения у лиц с COVID-19 : методические указания / И.Н. Агамагомедова, Г.С. Банников и др. Москва : НМИЦ психиатрии и наркологии им. В.П. Сербского, 2020. 9 с.
2. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. Москва : Наука, 1983. 356 с.
3. Конопкин О.А., Страхов Г.А. Вероятность прогнозирования как детерминанта скорости реакции на альтернативные сигналы. *Вопр. психол.* 1971. № 3. С. 46–56.
4. Короленко Ц.П. Психология человека в экстремальных условиях. Ленинград : Наука, 1978. 345 с.
5. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования. *Эмоциональный стресс* / Под ред. Л. Леви. Ленинград : Медицина, 1970. С. 178–209.
6. Лісовенко А.Ф., Алещенко О.С. Медико-психологічні проблеми адаптації населення

в умовах пандемії COVID-19. *The II International Science Conference on Science and practical Technologies*, Luxembourg, January 26–29, 2021. Luxembourg, 2021. P. 475–480. DOI: 10.46299/ISG.2021.I.II.

7. Мерлин В.С. Системный подход к онтогенезу интегральной индивидуальности. *Психология формирования и развития личности* / Отв. ред. Л.И. Анцыферова. Москва : Наука, 1981. С. 87–106.

8. Осколкова С.Н. Амбулаторные случаи психических нарушений в период коронавирусной пандемии COVID-19 *Психиатрия*. 2020. № 18 (3). С. 49–57. DOI: 10.30629/2618-6667-2020-18-3-49-57.

9. Радюк О.М. Восьмифакторный личностный опросник Спилбергера-Радюка. Минск : РИВШ, 2009. 96 с.

10. Санникова О.П. Эмоциональность в структуре личности. Одесса : Хорс, 1995. 364 с.

11. Сидячева Н.В., Зотова Л.Э. Ситуация вынужденной самоизоляции в период пандемии: психологический и академический аспекты *Современные наукоемкие технологии*. 2020. № 5. С. 218–225.

12. Столяренко А.М. Экстремальная психопедагогика. Москва : ЮНИТИ ДАНА, 2002. 607 с.

13. Суворова В.В. Психофизиология стресса. Москва : Педагогика, 1975. 318 с.

14. Томашевская Л.И. Реакция сердечно-сосудистой и симпатико-адреналовой систем на

умственную деятельность с эмоциональным напряжением. *Очерки психологии труда операторов* / Под ред. Е.А. Милеряна. Москва : Медицина, 1974. С. 276–289.

15. Туровская З.Г. О соотношении типологических особенностей высшей нервной деятельности с некоторыми характеристиками вегетативного реагирования. *Проблемы дифференциальной психофизиологии*. Москва : Педагогика, 1974. С. 228–242.

16. Франкенхойзер М. Эмоциональный стресс. Москва : Медицина, 1970. 365 с.

17. Шевеленкова Т.Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования). *Психологическая диагностика*. Обнинск : Психол. институт РАО, 2005. № 3. С. 95–129.

18. Ryff C. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. № 69. P. 719–727.

19. Webster R., Smith L., etc. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*. 2020. March 14. No. 395 (10227). P. 912–920. DOI: 10.1016/S0140-6736(20)30460-8.

20. Wolt S. Emotion and the autonomic nervous system. *Arch. Intern. Med.* 1970. V. 126. No. 6. P. 1020–1024.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ НЕЗАДОВОЛЕННЯ ДІВЧАТ СВОЇМ ТІЛОМ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF BODY DISSATISFACTION OF GIRLS AT ADOLESCENCE

Стаття присвячена дослідженню особливостей ставлення дівчат юнацького віку до себе й свого тіла. Розглянуто теоретичні питання незадоволення своїм тілом дівчат юнацького віку. Проаналізовано причини незадоволення дівчат своїм тілом. Акцентовано на тому, що неприйняття як феномен найбільш виразно проявляється в юнацькому віці завдяки віковим особливостям. Виявлено, що одним із головних «недоліків», що є причиною неприйняття себе, про який говорять жінки, є проблема зайвої ваги, котра пояснюється тваринним інстинктом і має велике значення, бо саме їжа заміщує задоволення, а саме в переживаннях немовляти залишаються нероздільними почуття ситості, захищеності й любові, тому їжа у свідомості асоціюється з комфортом і захистом. У статті представлені психологічні механізми й тенденції в ставленні до свого тіла. Досліджено особливості вербалізації тілесного «Я» дівчат юнацького віку, які незадоволені своїм тілом, серед студенток факультетів психології Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди й Національного аерокосмічного університету імені М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут». Представлено результати практичного дослідження психологічних особливостей дівчат, які не приймають власне тіло, а саме уявлення про образ власного тіла й рівнів вербалізації тілесного «Я». Автором доведено, що судження щодо великої кількості осіб жіночої статі юнацького віку, які незадоволені собою, не є надуманим стереотипом. Описано зв'язок між незадоволенням своїм тілом, особливостями вербалізації тілесного «Я» та індексом маси тіла. Виявлено, що надмірне прагнення до здорового способу життя теж є показником невротичної поведінки. Надано рекомендації щодо роботи з корекції та профілактики ставлення до власного тілесного образу.

Ключові слова: юнацький вік, сприйняття себе, ставлення до себе, самооцінка, соці-

альні стереотипи, відраза до власного тіла, незадоволення тілом, вербалізація «Я».

This article is devoted to the research of the peculiarities of the attitude of young girls to themselves and their bodies. Theoretical issues of dissatisfaction with the body of young girls were considered. The reasons for girls' dissatisfaction with their bodies are analyzed. Emphasis on the fact that rejection as a phenomenon is most pronounced in adolescence, due to age peculiarities. It was found that one of the main "disadvantages" that cause self-rejection, which women talk about, is the problem of overweight, which is explained by animal instinct and has great importance, because, in their opinion, food replaces pleasure, and in the baby's minds remain inseparable feelings of satiety, security and love, so food is associated with comfort and protection. The article provides the psychological mechanisms and trends in relation to body. Peculiarities of verbalization of the bodily "I" of young girls who are dissatisfied with their bodies, among students of psychology faculties of H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University and the National Aerospace University "Kharkiv Aviation Institute". The results of a practical research of the psychological features of girls who does not accept their own body are presented, namely the idea of their own body image and levels of verbalization of the bodily "I". The author proved that judgments that a large number of young women are dissatisfied with themselves – not a contrived stereotype. Was described the connection between dissatisfaction with their body, the peculiarities of verbalization of the bodily "I" and BMI. It was found that excessive desire for a healthy lifestyle - is also an indicator of neurotic behavior. Recommendations for work on the correction of attitudes towards one's own body image are given.

Key words: adolescence, self-perception, self-esteem, social stereotypes, disgust with one's body, body dissatisfaction, verbalization of bodily "I".

УДК 159.99
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.23>

Лугова М.С.
ORCID ID: 0000-0003-2687-9239
магістр психологічних наук,
випускник кафедри психології
Харківський національний педагогічний
університет імені Г.С. Сковороди

Постановка проблеми. «Тіло – це спосіб пересування в житті, з першого до останнього дня. До тих пір, поки ми тут – живимо в ньому. Важливо любити, шанувати й поважати його, коли б до нього з добром, і воно відповість тим же». – кажуть психологи [11]. Але потреба обговорювати ці теми досить болюча для багатьох.

Чи не з дитинства нас вчать порівнювати себе з іншими. Рідко хто в дитинстві говорить дітям про те, що їх тіло – красиве й бездоганне, навпаки, частіше дитина чує про свої недоліки. Цю критику заведено вважати виховною мірою, щоб навчити дитину в чомусь стежити за собою. Можливо, на емоціях страху й бажанні заслужити схвалення

батьків дитина дійсно починає розвиватись у такому сенсі, але частіше за все із часом переймається відразою до себе самої. Хитка нервова система піддається впливу думки оточення, додаючи до цього самонавіювання, та врешті на прийом до психолога потрапляє особа з яскраво вираженим незадоволенням своїм тілом і низькою самооцінкою [14]. А заголовки новин часто «прикрашають» історії людей, що намагаються вкоротити собі віку через зайву вагу. Усе частіше психіатри ставлять діагноз дисморфобія – психічний розлад, що характеризується відразою до свого тіла, перебільшеним занепокоєнням його виглядом, тому тема досить актуальна в нашому сьогоденні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Теоретико-методологічну основу дослідження склали концепції вітчизняних і закордонних вчених щодо проблеми ставлення до власного тіла (М.В. Коркіна [4], О.В. Лаврова [6], Т.С. Леві [7], И.Г. Малкіна-Пих [8], Р.В. Моляко [9], В.В. Нікітін [10], Т.Б. Хомуленко [16]). Для розкриття теми в статті використовуються такі поняття, як незадоволення власним тілом, дисморфофобія, розлади харчової поведінки, юнацький вік, самооцінка, анорексія, булімія, індекс маси тіла (далі – ІМТ) тощо.

Неприйняття свого тіла в тій чи іншій формі притаманне кожному з нас, особливо це стосується представниць жіночої статі. Проблеми виникають, коли претензії до себе переростають у ненависть і бажання будь-якими способами виправити становище. Найчастіше модифікації тіла починаються з макіяжу (в жінок) і тренажерного залу, а закінчується візитом до пластичного хірурга (в дорослих жінок) або голодуванням, прийняттям пігулок, викликанням нудоти тощо.

Найуразливішими до цих процесів є особи юнацького віку. Труднощі виникають переважно в дівчаток, в яких відзначається порушення ідентифікації або депресія пубертатного періоду.

Юнацький вік один із відповідальних періодів формування особистості. До таких формувань відносять: саморефлексію, усвідомлення власної індивідуальності, появу життєвих планів, готовність до самовизначення, установку на свідоме побудування власного життя. Серед таких формувань важливе місце посідає й самооцінка. Самооцінка належить до фундаментальних утворень особистості. Вона значною мірою визначає її активність, ставлення до себе й інших людей. Вирішальний вплив на формування самооцінки мають два фактори: ставлення оточення та усвідомлення власних особливостей своєї діяльності, ходу й результатів. Для дівчат юнацького віку важливе саме ставлення оточення, їхньої референтної групи й ті соціальні «норми», стереотипи, які існують натепер. Порівняння себе з оточенням, з еталонами, що демонструється медіапростором, викликає незадоволення власним тілом, що призводить до зниження самооцінки, незадоволення собою, до психічних розладів, розладів харчової поведінки. І ці проблеми досить швидко поширюються.

Постановка завдання. Метою статті є виявлення особливостей незадоволення своїм тілом у дівчат юнацького віку.

Відповідно до мети було сформовано **завдання** роботи:

1. Розглянути теоретичні питання незадоволення своїм тілом дівчат юнацького віку.

2. Дослідити особливості вербалізації тілесного «Я» дівчат юнацького віку, які незадоволені своїм тілом.

3. Описати зв'язок між незадоволенням своїм тілом, особливостями вербалізації тілесного «Я» та ІМТ.

4. Запропонувати практичні методи роботи над собою для прийняття себе, свого тіла й тілесності інших людей

Виклад основного матеріалу дослідження. Ставлення до свого тіла – це емоційний відгук про самого себе, що виникає в людини внаслідок самоаналізу, інтроспекції, під впливом внутрішніх і зовнішніх факторів, наприклад моди.

Незадоволення власним тілом – це негативний емоційний відгук, негативне сприйняття «я-образу» особистості, що беззаперечно пов'язано із самооцінкою особистості, а саме її рівнем.

Неприйняття та тривожність із приводу власного тіла зустрічається приблизно у 2% всіх людей у популяції. Переважна більшість – особи юнацького віку. Це відносно небагато, адже далеко не в кожній людині є схильність до цього [9], але це гостро стосується окремих груп населення.

Юнацький вік є важливим періодом, бо саме він є останньою межею між дитинством і дорослістю. Цей вік розпочинається в період з 15–17 і триває приблизно до 23 років. Такий період поділяється на два етапи: рання юність (15–18 років) і безпосередньо юність (18–23 роки). Це етап формування самосвідомості й власного світогляду, прийняття відповідальних рішень, людської близькості, коли цінності дружби, любові можуть бути першорядними. Дівчата найбільше прислухаються до подруг, їх думок із приводу будь-якого питання, особливо з приводу зовнішності. Вони постійно прагнуть порівнювати себе з оточенням, намагаються відповідати модним тенденціям [1]. Також важливим для дівчат є факт звертання на них уваги осіб протилежної статі. Тут можуть з'являтися перші любовні почуття, але якщо вони не є взаємними – самооцінка дівчини різко падає. Вона починає шукати недоліки в собі, здійснює спроби їх виправити, але засоби можуть бути не досить розумні. На це безпосередньо впливає самооцінка. Далі буде розглянута проблема розладів харчової поведінки як один із наслідків неприйняття власного тіла. Якщо на такому етапі не надати допомогу, не звернути увагу – хитка психіка, робота якої зумовлена впливом гормонів, може відплатити трагічними наслідками.

Неприйняття власної особистості (починаючи із зовнішності) – головна причина всіх неврозів, депресій і фобій. Через нього людина відчуває емоційну пригніченість. Вона не може повністю розкрити свій творчий хист. Її постійними супутниками стають недовіра до себе й невпевненість у власних силах.

Одним із головних «недоліків», який є причиною неприйняття себе, про який говорять жінки, є проблема зайвої ваги. Досить часто в юнацькому віці дівчат турбує ця проблема, навіть якщо власне вага знаходиться в межах норми. Але в окремих випадках проблема дійсно існує. Часто зайва вага, ожиріння теж має психосоматичні корені. Стиль харчування є відбиттям емоційних потреб і душевного стану людини. У перший час нашого існування прийом їжі – основна життєва функція. Із задоволенням голоду виникає відчуття захищеності й гарного самопочуття. Під час годування дитина відчуває втіху. Шкірний контакт із теплим, м'яким материнським тілом під час харчування дарує немовляті відчуття того, що його люблять. Смоктанням великого пальця руки дитина намагається пізніше повторити цей приємний досвід. Таким чином, у переживаннях немовляти залишаються нероздільними почуття ситості, захищеності й любові. Тож їжа у свідомості асоціюється з комфортом і захистом. Ситуації, що вимагають посиленої діяльності й підвищеної напруги (наприклад, підготовка до іспитів, професійні перевантаження), пробуджують у багатьох людей підвищені оральні потреби, які призводять до посиленого прийому їжі або паління [8].

У всіх цих ситуаціях їжа має велике значення, вона заміщає задоволення. Вона служить для зміцнення зв'язків, безпеки, послаблює біль, відчуття втрати, розчарування, як у дитини, яка з дитинства запам'ятала, що в разі болю, під час хвороби або втрати їй давали солодощі для втіхи. Багато з тих, хто страждають ожирінням, – у дитинстві мали подібний досвід, який привів їх до неусвідомлених форм психосоматичних реакцій [5]. Часто проблеми незадоволення тілом розв'язуються не спортом і вправами, а заборонаю на їжу. Так виникають розлади харчової поведінки.

Тілесна дисморфія (дисморфофобія) – психічний розлад, який поряд з анорексією та булімією відносять до категорії «хвороби глянцевої». Тут людина надмірно стурбована навіть незначними дефектами власного тіла й, що ще більш небезпечно, – шукає ці дефекти там, де їх немає. Емоційна нестабільність, імпульсивність зі страхом втрати контролю, низька фрустраційна толерантність і високий потенціал внутрішньої потреби в зловживанні визначають психодинаміку порушення [4]. Людині, що страждає на цю проблему, часто не вдається диференційовано сприйняти свій внутрішній стан та усвідомити його, що призводить до дифузного почуття внутрішньої загрози, це відчуття повністю опановує над цією людиною – все це є типовими елементами психологічного портрета особи, що страждає на розлади харчової поведінки. Такі проблеми частіше турбують людей зі зниженим рівнем дофаміну й серотоніну – нейромедіато-

рів, що відповідають за гарний настрій і самопочуття. Істотну роль у розвитку негативного ставлення до свого тіла грає медіасередовище. У молодих людей та юнаків проблема часто розвивається через невідповідність глянцевою стандартам краси [12].

Узагальнюючи, можна сказати, що до причини відрази до свого тіла відносять:

1. Особливості характеру. Як правило, неприйняття тіла з'являється в людей недовірливих, сором'язливих та емоційно лабільних. Люди, які страждають соціальними фобіями, не задоволені своєю зовнішністю набагато частіше здорових: у них розлад зустрічається в 10–40% випадків [11].

2. Неправильне виховання та емоційний тиск. Особи, які страждають дисморфофобією, виховувались без належної уваги й любові з боку батьків. Розлад нерідко розвивається через необґрунтовану критику й насмішки оточення. Через емоційний тиск вдома й у школі в жертв дисморфофобії порушується робота нейронних мереж. Через це нормальна й здорова людина починає сприймати себе як товсту й непривабливу [16].

3. Спадковість. У 8% пацієнтів із дисморфофобією або розладами харчової поведінки є член сім'ї з подібним захворюванням. У сім'ях, де хтось уже страждає дисморфофобією, розлад зустрічається в 4 рази частіше, ніж у сім'ях, де всі задоволені власною зовнішністю [15].

4. Низький рівень гормонів настрою. Такі проблеми частіше турбують людей зі зниженим рівнем дофаміну й серотоніну – нейромедіаторів, що відповідають за гарний настрій і самопочуття [3].

5. Соціальні уявлення про красу. Істотну роль у розвитку поганого відношення до свого тіла грає медіасередовище. У молодих людей та юнаків проблема часто розвивається через невідповідність глянцевою стандартам краси. І в сучасному світі ця причина фактично домінує!

Останнім часом набирають популярності моделі plus size, тенденції змінюються. Тож мода мінлива, а важливість здоров'я зберігається в будь-якому віці, за будь-яких тенденцій. Відретушовані фотографії фотомоделей, попзірок і світських левиць виглядають куди більш вирашно, ніж особа звичайної дівчини. Через це в них з'являється привід для «копання» в собі й пошуку все нових і нових недоліків зовнішності. Ця тенденція актуалізує тему дослідження на вищому рівні [7].

Отже, юнацький вік є важливим періодом, бо саме він є часом формування багатьох важливих структур, у тому числі самооцінки. Цей період є досить чутливим, тому особистість легко піддається впливу зовнішнього середовища, думкам оточення, стереотипам і моді. Найбільш вразливими в таких умовах є особи жіночої статі. Для них важливе саме ставлення

до них оточення, як їх сприймають. Порівняння себе з оточенням, з еталонами, що демонструється медіапростором, викликає незадоволення власним тілом, відразу до самої себе. Неприйняття власної особистості (починаючи з зовнішності) – головна причина всіх неврозів, депресій і фобій, тому так важливо розглянути її сучасному психологу.

Практична частина дослідження. Дослідивши теоретичні причини незадоволення своїм тілом, важливо вивчати особливості психосоматичної компетентності людей, що незадоволені своїм тілом, і зіставити результати з реальними причинами. Дослідження проводилось у Харківському національному педагогічному університеті імені Г.С. Сковороди й Національному аерокосмічному університеті імені М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут» упродовж 2019 календарного року. У дослідженні взяло участь 100 осіб юнацького віку жіночої статі. У ході дослідження було застосовано методики «Опитувальник образу власного тіла» (Розроблено О.А. Скугаревським і С.В. Сивухою [13]), «Вербалізація тілесного Я» (автор Т.Б. Хомуленко [16]).

На першому практичному етапі дослідження було застосовано методику «Опитувальник образу власного тіла». Методика спрямована на діагностику невдоволення власним тілом в осіб [13]. У рамках когнітивної теорії психіки незадоволеність власним тілом має два компоненти: оцінний (заснований на мисленні) й перцептивний (заснований на сприйнятті). Методика вивчає саме перший компонент. На думку авторів методики, оцінний компонент ставлення до тіла відбиває:

- глобальну оцінку тіла (задоволеність або незадоволеність вагою, формою тіла, специфічними його частинами);
- емоції та почуття з приводу зовнішності;
- когнітивний аспект (переконання щодо зовнішності, схеми тіла);
- певну поведінку (наприклад, уникнення дивитися на себе в дзеркало, зважуватися, відвідувати тренажерні зали).

Ці компоненти дозволяють відокремити в дослідженні «групу ризику» осіб, що незадоволені власним тілом, для проведення подальших досліджень і корекції.

У цьому етапі взяло участь 100 студенток факультетів психології Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди й Національного аерокосмічного університету імені М.Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут». Дослідження виявило такі результати (див. таблицю 1):

Можна зробити такі висновки з отриманих результатів:

- третина досліджених дівчат незадоволена власним тілом (37 осіб) – 37%, це і є група ризику;

– більшість дівчат задоволені своїм тілом (63 особи) – 63%, бо це один із суб'єктивних показників психологічного здоров'я [11]. Досліджувані приймають себе такими, якими вони є на тепер.

Таблиця 1

Рівень задоволеності своїм тілом серед дівчат юнацького віку

Показники	Особи, що задоволені своїм тілом	Особи, що не задоволені своїм тілом
Кількість	63	37
Відсоткове значення	63%	37%

Отже, представлені результати дослідження вказують на те, що судження про інформацію щодо великої кількості осіб жіночої статі юнацького віку, які незадоволені собою, – не є надуманим стереотипом. Більше третини дівчат не приймають власне тіло, можливо, це зумовлено мінливою модою та віковими особливостями. Навіть ті, в яких рівень прийняття власного тіла позитивний, знаходяться в зоні ризику, адже, як зазначено вище, найбільш схильні до таких тенденцій жінки юнацького віку.

На другому практичному етапі дослідження було застосовано методику «Вербалізація тілесного Я» (Автор Т.Б. Хомуленко) – методику незакінчених речень як самостійний інструмент для вивчення ознак психосоматичної компетентності особистості, що незадоволена власним тілом [16]. У структурі запропонованої методики визначені такі ознаки психосоматичної компетентності: обізнаність, прийняття, інтрацептивність, метафоричність, каузальність, діалогічність, суб'єктивність, інтегративність.

Застосувавши методику на 37 особах, що незадоволені своїм тілом, 63 особах, що задоволені своїм тілом, ми отримали такі результати й виявили закономірності.

Результати проведення методики «Вербалізація тілесного я» представлені в таблиці 2.

Порівнявши результати двох методик, виявили такі закономірності:

- Загальний рівень вербалізації тілесного «я» набагато вищий в осіб, що незадоволені своїм тілом; це свідчить про те, що ця категорія осіб звертає більше уваги на своє тіло, ніж особи, що ним задоволені.

– Негативна валентність ставлення загалом більша в людей, що незадоволені своїм тілом; це свідчить про надмірно негативне забарвлене емоційне ставлення до власного тіла.

– Каузальність як показник найменше відрізняється в осіб, що задоволені й не задоволені своїм тілом. Тобто здатність вбачати в тілі причину й наслідок подій внутрішнього

й зовнішнього простору людини розвинена у двох групах однаково; можемо припустити, що це пов'язано з відсутністю залежності рівня прийняття свого тіла й когнітивних здібностей.

– Найбільшу різницю ми вбачаємо в ознаках Обізнаність і Прийняття, а саме у вербальних негативних оцінках, що домінує в осіб, які незадоволені своїм тілом, що підтверджують факт незадоволення та неприйняття свого тіла особами цієї групи досліджуваних.

– Найнижчий рівень вербалізації тілесного «я» в людей, які незадоволені своїм тілом, має інтегративність (3,05), що свідчить про відсутність здатності на інтеграцію інформації щодо свого тіла. А найвищою є обізнаність (6,5), що вказує на ряд знань стосовно свого тіла, які могли бути отримані шляхом пошуку інформації для його корекції.

– Найбільшу позитивну валентність ставлення в людей, що незадоволені своїм тілом, має обізнаність (1,85), тобто є присутність позитивного емоційного забарвлення, але рівень відносно не значний. А найменшу позитивну валентність ставлення в людей, що незадоволені своїм тілом, має інтрацептивність (0,15), тобто ця інформація на момент отримання не є такою, що стосується самих досліджуваних, на їхню думку.

– Найбільшу негативну валентність ставлення в людей, що незадоволені своїм тілом, має суб'єктність (3,5), що підтверджує відчуття відрази до свого тіла, а найменшу – метафоричність (0,5), бо метафоричні речові звороти не сприймаються досліджуваними цієї категорії як ті, що стосуються їх самих.

Таким чином, вивчивши вербалізацію тілесного «я» серед опитаних, що незадоволені

своїм тілом, ми знаходимо надмірну емоційність у людей, незадоволених своїм тілом. У варіативному блоці відповідей було отримано інформацію щодо уявлення піддослідних про своє тіло. Наведемо приклади найцікавіших, цінних метафор для нашого дослідження Перевага негативної валентності ставлення беззаперечно, що свідчить про спілкування зі своїм тілом як із ворогом, із тягарем. Серед людей, що незадоволені своїм тілом, можливе вживання таких метафор, як оболонка, скафандр тощо. Зустрічаються відчуття важкості, відчуження, неприйняття, відрази тощо. Але є й позитивні метафори й афірмації, усвідомлення проблеми й спроби працювати для подолання заниженої самооцінки.

Важливою характеристикою, яка пов'язана з незадоволеністю своїм тілом, є особливості харчування. В особливостях харчування, серед інших, ми аналізували розлади харчової поведінки (анорексія та булімія), переїдання (у вечірні часи в особливості), споживання корисних продуктів, безсистемне харчування, прагнення до режимного й здорового харчування, дотримання дієт, відмову від цукру, відмову від здоби тощо. Це характеризує надмірну увагу до свого харчування, на відміну від осіб, що приймають своє тіло. Тож надмірне прагнення до здорового способу життя теж є показником невротичної поведінки.

Звертаємо увагу на середні показники індексу маси тіла (ІМТ). Спираючись на дані вчених, що використовували ІМТ як самостійний інструмент для дослідження (наприклад, Л.М. Абсалямова), показники норми для ІМТ – від 18,5 до 25. Високі показники ІМТ вказують на надмірну вагу, низькі – на недостатню масу

Таблиця 2

Порівняння ознак психосоматичної компетентності осіб, які задоволені своїм тілом, та осіб, які незадоволені своїм тілом

Ознаки психосоматичної компетентності	Рівень вербалізації тілесного «я»		Вербальна оцінка					
			З позитивною валентністю ставлення		З нейтральною валентністю ставлення		З негативною валентністю ставлення	
	З ¹	НЗ ²	З ¹	НЗ ²	З ¹	НЗ ²	З ¹	НЗ ²
Обізнаність	4,3	6,5	0,8	1,85	2,7	3,8	0,25	3,15
Прийняття	2,7	4,5	2,0	1,1	1,0	1,2	0,7	2,85
Інтрацептивність	3,7	4,5	1,6	0,15	1,05	1,4	1,025	3,45
Метафоричність	2,65	3,5	1,1	1,05	2,3	1,8	0,15	0,5
Каузальність	3,85	3,95	1,1	0,7	1,45	1,8	0,7	1,35
Діалогічність	3,3	3,95	1,2	1,4	1,3	0,95	0,9	1,45
Суб'єктність	3,5	4,65	1,8	0,45	1,1	0,55	0,17	3,5
Інтегративність	3	3,05	1,25	0,75	1,3	1,45	0,6	0,8
Загальний показник:	27	35,2	12	7,9	12,4	13,1	4,55	18,5

Примітки:

¹ Показники осіб, що задоволені своїм тілом.

² Показники осіб, що незадоволені своїм тілом.

Показники ІМТ у досліджуваних

ІМТ (значення)	Задоволені власним тілом			Не задоволені власним тілом		
	Висока маса	Середня маса	Дефіцит ваги	Висока маса	Середня маса	Дефіцит ваги
ІМТ (відсоток осіб)	5%	57%	0%	6%	29%	2%

тіла. Вага вважається надмірною, коли ІМТ складає 25–30. При ІМТ понад 30 діагностується ожиріння [2].

Показники ІМТ у досліджуваних представлені в таблиці 3.

Середнє значення ІМТ усіх досліджуваних складає 22 – маса тіла в межах норми (165 см – зріст, 60 кг – вага). Максимальні відхилення значення, які були виявлені під час дослідження, – ІМТ 17,6 (дефіцит ваги): при зрості 160 см – вага 45 кг; а також ІМТ 26,3 (надлишкова маса тіла, передожиріння): при зрості 163 см – вага 70 кг, але ці відхилення є несуттєвими. Отже, серед вибірки осіб, що незадоволені власним тілом, люди, що страждають на ожиріння, відсутні, а середні показники ІМТ у межах норми. Це свідчить про те, що проблеми зовнішнього вигляду й маси тіла мають гіпертрофований або індивідуальний характер.

Звернемо увагу також на співвідношення ІМТ до вербальних метафор, що стосуються власного тіла: *Особи, що страждають на анорексію та мають дефіцит ваги – знають, що їх тіло маленьке, худе, підтягнуте, але відчують у тілі важкість і незадоволення, тож тілесність опановує ними під час усвідомлення негативних емоцій, наприклад суму. Особи, що мають надлишкову масу тіла, називають себе м'якими, гладкими, а за формою нагадують шар. Стверджують що не знають, що робити зі своїм тілом, а тілесність опановує ними під час відчуття голоду. Ці показники свідчать про конгруентність між показниками ІМТ і вербалізацією тілесного «я».*

Висновки. Отже, дослідивши обрану тему, ми отримали ряд показових результатів:

1. Кожна третя дівчина юнацького віку не задоволена своїм тілом, за виключенням окремих випадків, які мають під собою реальну основу, що можна пояснити віковими особливостями, вразливістю до моди й думки оточення, тому навіть ті, що задоволені, залишаються в зоні ризику, що свідчить про досить високий показник.

2. Серед досліджуваних осіб рівень вербалізації виявлено на середньому рівні, він вищий у тих, хто незадоволений своїм тілом, у порівнянні з особами, що приймають своє тіло, у зв'язку з тим, що вони приділяють постійну, надмірну увагу своєму зовнішньому вигляду, а особливістю є те, що в них переважає негативна валентність ставлення.

3. Серед вибірки осіб, що незадоволені власним тілом, люди, що страждають на порушення ваги, майже відсутні, а середні показники ІМТ – у межах норми. Це свідчить про те, що проблеми зовнішнього вигляду мають гіпертрофований та індивідуальний характер. Незважаючи на те, що ІМТ не перевищений, переважають метафори з негативним емоційним забарвленням.

4. У рамках дослідження ми дійшли висновку, що неприйняття свого тіла є умовною нормою для юнацького віку. Постійна критика свого тіла, безсоння, відраза до власного зображення в дзеркалі, специфічний одяг, штучний виклик нудоти або застосування послаблювальних засобів – перші ластівки небезпечного розладу. Якщо не виправити ситуацію, наслідки можуть проявитися через десятки років. Прийняти й полюбити себе допоможуть практичні методи. Методи роботи над собою для прийняття себе, свого тіла й тілесності інших людей:

- ефективні тілесно орієнтовані тренінги;
- процесуально орієнтована психотерапія (як семінари, так і індивідуальні консультації);
- вчасна консультація у фахівця (психолога), компетентного в такому питанні;
- для жінок – семінари по розкриттю жіночності, де йде акцент на вироблення «жіночих» станів;
- тренінги за інтенсивними практиками дихання теж можуть бути ефективними, тому що під час дихальних сесій вивільняється багато підсвідомого матеріалу, в тому числі негативного. Коли він опрацьовується, з'являється багато енергії, доступ до тих життєвих ресурсів, які раніше були недоступні.

Перспективу подальших досліджень ми вбачаємо у вивченні психологічних особливостей незадоволення хлопців своїм тілом в юнацькому віці. Практичне значення одержаних результатів буде виражено в можливості застосовувати їх практичними психологами в ході психодіагностичної, психокорекційної та профілактичної роботи.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология : Учебное пособие для студентов вузов. 4-е изд., стереотип. Москва : Издательский центр «Академия», 1999. 672 с.

2. Абсалямова Л.М. Розлади та порушення харчової поведінки особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 25. С. 19–33. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2014_25_4.
3. Зінченко С.М. Медична психологія : навчальний посібник. Київ : КІСКЗ, 2009. 341 с.
4. Коркина М.В. Практикум по психиатрии : учебное пособие / М.В. Коркина, М.А. Цивилько, В.В. Марилов, М.А. Карева. Москва : Российский университет дружбы народов, 1986. 181 с.
5. Кулаков С.А. Основы психосоматики. Санкт-Петербург : Речь, 2003. 288 с.
6. Лаврова О.В. Концепция телесности в интегративной психотерапии. *Журнал практического психолога*. 2006. № 1. С. 136–147.
7. Леві Т.С. Психологія тілесності в ракурсі особистісного розвитку. *Міждисциплінарні проблеми психології тілесності* / Ред.-упоряд. В.П. Зінченко, Т.С. Леві. Москва : Світ, 2004. С. 288–309.
8. Малкина-Пых И. Г. Психосоматика : Справочник практического психолога. Москва : Изд-во Эксмо, 2005. 992 с.
9. Моляко Р.В. Образ фізичного Я: становлення та деформації у пацієнтів з косметичними вадами : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.04 «Медична психологія». Київ, 2006. 20 с.
10. Никитин В.В. Психология телесного сознания. Москва : Алетина, 1998. 484 с.
11. Психосоматика: взаимосвязь психики и здоровья : Хрестоматия / Сост. К.В. Сельченко. Москва : АСТ; Мн.: Харвест, 2001. 604 с.
12. Рамси Н., Харкорт Д. Психология внешности / пер. с англ. ; под ред. проф. А.П. Федорова. Санкт-Петербург : Питер, 2011. 250 с.
13. Скугаревский О.А., Сивуха С.В. Образ собственного тела: разработка инструмента для оценки. *Психологический журнал*. 2006. № 4. С. 40–48.
14. Тхостов А.Ш. Психология телесности. Москва : Смысл, 2002. 287 с.
15. Фрейд З. Введение в психоанализ : лекции / ред. Е.С. Калмыкова, М.Б. Аграчева. Москва : СТД, 2003. 623 с.
16. Психосоматика: культурно-історичний підхід : навчально-методичний посібник / Т.Б. Хомуленко, І.О. Філенко, К.І. Фоменко, О.С. Шукалова, М.В. Коваленко. Харків : «Диса плюс», 2015. 264 с.

ПЕРФЕКЦІОНІЗМ ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

PERFECTIONISM AS A SUBJECT OF PSYCHOLOGICAL RESEARCH

У статті розглянуто проблему перфекціонізму як психологічного феномену. Доведено, що проблема перфекціонізму є досить новою в українській науковій літературі й наявність потреби дослідження перфекціонізму вимагає глибшого аналізу такого феномену на сучасному етапі розвитку психологічної науки в Україні. Також стаття містить опис перших досліджень перфекціонізму в психології. У роботі проаналізовано й описано три загальних складових частини перфекціонізму: перфекціонізм, орієнтований на себе; перфекціонізм, орієнтований на інших; соціально приписаний перфекціонізм. Визначено, що перфекціонізм найчастіше розглядається як риса особистості й характеризується прагненням особистості до бездоганного виконання тієї чи іншої діяльності. Відповідно до результату діяльності особистість матиме негативне або ж позитивне підкріплення. Описано деякі причини й наслідки як позитивного, так і негативного впливу перфекціонізму на діяльність особистості. Розглянутий загальний аналіз патологічного перфекціонізму. У статті автори зазначають зв'язок перфекціонізму з обдарованістю, а також торкаються поняття «перфекціоністська самопрезентація», побудованого на основі зарубіжної моделі. Представлені різні підходи щодо визначення змістовних характеристик поняття та напрямів психологічних досліджень у вітчизняних і зарубіжних науковців. Проведений аналіз наукової літератури вказує на те, що у вчених немає єдиної позиції щодо розуміння феномену перфекціонізму. Залежно від того, що є предметом дослідження перфекціонізму, дослідниками обираються різні аспекти його визначення. Для успішного формування та розвитку потрібно розуміти, що стоїть за цим поняттям, тому у викладеному матеріалі розглядаються різноманітні теоретичні підходи до вивчення феномена перфекціонізму.

Ключові слова: перфекціонізм, риса, феномен, підхід, прагнення, досконалість, діяльність, особистість.

The article highlights the relevance of the study of perfectionism as a psychological phenomenon. It is proved that the problem of perfectionism is quite new in the Ukrainian scientific literature, and the presence of the need to study perfectionism requires a deeper analysis of this phenomenon at the present stage of development of psychological science in Ukraine. The article also contains a description of the first studies of perfectionism in psychology. The author analyzes and describes three general components of perfectionism: self-centered perfectionism; perfectionism is focused on others and socially ascribed perfectionism. It is determined that perfectionism is most often seen as a personality trait and is characterized by the desire of the individual to perform flawlessly in a particular activity. According to the result of the activity, the individual will have negative or positive reinforcement. Some causes and consequences of both positive and negative influence of perfectionism on personality activity are described. The general analysis of pathological perfectionism is considered. In the article, the author notes a study of the relationship between perfectionism and giftedness, and also touches on the concept of "perfectionist self-presentation", which is based on a foreign model. Different approaches to determining the substantive characteristics of the concept and directions of psychological research in domestic and foreign scientists are presented. The analysis of the scientific literature indicates that scientists do not have a single position on understanding the phenomenon of perfectionism. Depending on what problem of perfectionism is included in the scientific interests of researchers, different aspects of its definition are chosen as a priority. For successful formation and development it is necessary to understand what is behind this concept, therefore in the stated material various theoretical approaches to studying of a phenomenon of perfectionism are considered.

Key words: perfectionism, trait, phenomenon, approach, scientists, aspirations, perfection, activity, personality.

УДК 159.923.3
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.24>

Ляц О.П.

д.психол.н.,
доцент кафедри психології
та соціальної роботи
Вінницький державний
педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського

Марчук С.В.

практичний психолог
ДНЗ «Вінницький центр
професійно-технічної освіти
переробної промисловості»,
аспірантка кафедри психології
та соціальної роботи
Вінницький державний
педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського

Постановка проблеми. Проблема вивчення феномену перфекціонізму особистості є однією з найактуальніших на сучасному етапі розвитку психологічної науки в Україні. Оскільки значних досліджень перфекціонізму як психологічного феномену серед українських науковців немає, виникає гостра потреба у вивченні й аналізі теоретичних аспектів зарубіжних досліджень у напрямі, тому що саме в умовах інформаційних змін суспільства перфекціонізм стає важливою характеристикою сучасної молоді людини, сприяє розвитку відповідальності, конкурентоспроможності й професіоналізму. Є й інша сторона перфекціонізму, що потребує також аналізування та детальнішого вивчення, адже надмірно виражене, неадекватне реальній ситуації прагнення до ідеалу може порушувати

міжособистісні зв'язки й викликати труднощі в процесі соціальної адаптації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проблема перфекціонізму як психологічного феномену є досить новою. Вона досліджується переважно за кордоном. В останні роки тема викладалася в роботах таких українських науковців, як О. Кононенко О. Лоза, Т. Грубі, Л. Карамушка й інші. У зарубіжній і вітчизняній психології досліджені різні аспекти феномену перфекціонізму. У вітчизняній психології перфекціонізм досліджують насамперед як чинник професійної готовності (І. Гуляс), фактор академічної обдарованості (Л. Данилевич), а також як складову частину мотивації студентської молоді (К. Фоменко). Своєю чергою такі дослідники, як З. Карпенко, В. Москаленко, Л. Орбан-Лембрик, В. Татенко вивчають

феномен перфекціонізму в руслі суб'єктного підходу, вважаючи, що перфекціонізм пов'язаний із прагненням людини до досконалості. Проте основний внесок у дослідження психологічного феномену перфекціонізму належить саме зарубіжним дослідникам (К. Хорні, П. Хьюїтт, Г. Флетт).

Постановка завдання. Мета статті – розглянути перфекціонізм як предмет психологічних досліджень.

Виклад основного матеріалу дослідження. Початок досліджень перфекціонізму як феномену психологічної науки пов'язаний з ім'ям американської дослідниці, яка працювала в напрямі психоаналізу, – К. Хорні. У своїх працях вона пояснює перфекціонізм насамперед як внутрішню силу, яка містить наполегливість і змушує подолати страх. К. Хорні вважала, що бажання досконалості робить людину залежною від оточення, а розширення вимог від інших зумовлює перфекціонізм. Дослідниця дотримувалася думки, що межа між неврозом і здоровою особистістю має лише теоретичне значення. Відповідно, надмірно поблажливе ставлення до соціальних правил і норм всупереч власним потребам і думкам може стати наслідком прагнення до перфекціонізму.

Клінічний психолог М. Холендер із США першим у 1965 р. визначив перфекціонізм як «повсякденну практику висування до себе вимог вищої якості виконання діяльності, ніж тієї, яку вимагають обставини». Науковець вважав, що перфекціонізм виконує одну з провідних ролей у подоланні різноманітних психологічних захворювань. Саме поняття «перфекціонізм» мало один головний параметр – прагнення особистості до встановлення надмірно високих стандартів та, як наслідок, неможливість отримати задоволення результатами [7].

Невдовзі за ним видатний психотерапевт Д. Барнс зробив глибокий аналіз поняття та визначив перфекціонізм як особливу «мережу когніцій», яка містить очікування, інтерпретації подій, оцінки себе й інших. Автор доповнив визначення додатковим когнітивним параметром мислення в словосполученні «все або нічого», яке дозволяє тільки два варіанти виконання діяльності – цілком відповідність високим стандартам чи абсолютну невдачу [8, с. 34].

Досліджування явища перфекціонізму продовжувалися, і вже в 1990-х рр. уявлення про структуру перфекціонізму набагато розширилися. Визначення перфекціонізму як структури, яка містить високі особистісні стандарти й ряд когнітивних параметрів, дала група британських і канадських клінічних психологів під керівництвом Р. Фроста й П. Х'юїтта. Саме їхні наукові праці дали поштовх до дослідження феномену перфекціонізму насамперед як багатовимірного явища, адже вони розробили

опитувальник – Багатовимірну шкалу перфекціонізму – й виділили й описали такі його компоненти, як орієнтований на себе, орієнтований на інших і соціально приписаний перфекціонізм. П. Хьюїтт і Г. Флетт стверджували, що перфекціонізм є стійкою особистісною рисою та має найголовніший мотив – самовдосконалення.

П. Хьюїтт і Г. Флетт виявили, що перфекціонізм, орієнтований на себе, завбачає існування високих стандартів до себе, постійного самооцінювання. Також присутній обов'язково виражений мотив прагнення до досконалості. Надмірність прояву такого перфекціонізму може спонукати до постійної рефлексії та самозвинувачення, яке робить неможливим прийняття власних вад, недоліків і невдач. Перфекціонізм, орієнтований на себе, суттєво домінує над іншими складовими частинами перфекціонізму в людей із високим ступенем виразності прагнення бути досконалим, а також в обдарованих та академічно успішних. Перфекціонізм, орієнтований на інших, містить у собі нереалістичні рівні для найближчого значущого оточення, прагнення до людської довершеності й безперервне оцінювання інших. Соціально приписаний перфекціонізм започаткований на думці, що особи у своїх нереалістичних очікуваннях схильні вимогливо оцінювати інших і тиснути на них із метою змусити бути досконалішими. Поряд із тим особистість переконана у власній нездатності догодити іншим.

Досліджуючи перфекціонізм як психологічне явище, П. Хьюїтт і Г. Флетт виділили два рівні цього феномену: здоровий і невротичний. Здоровий перфекціонізм породжується прагненням особистості до самовдосконалення та саморозвитку, а також отримання задоволення особистості від позитивного результату її діяльності. Невротичний перфекціонізм характеризується занадто незбагненим прагненням до досконалості. Підґрунтям невротичного перфекціонізму є глибоке почуття неповноцінності й вразливості, яке може спровокувати й викликати депресії, тривожність, самотність.

П. Х'юїтт і Г. Флетт займалися дослідженням перфекціонізму на студентській вибірці. У результаті вивчення вченими був з'ясований зв'язок перфекціонізму й копінг-стратегій: соціально приписаний перфекціонізм має негативну кореляцію з конструктивними думками й позитивну – з негативною копінг-поведінкою. Відповідно, перфекціонізм, орієнтований на себе, може бути адаптивним, коли він пов'язаний з активними копінгам, й неадаптивним, коли він пов'язаний з емоційним копінгом, що зменшує самоприйняття [9].

З метою розмежування адаптивного й дезадаптивного перфекціонізму була створена

модель Р. Слейні. На основі аналізу й вивчення перфекціонізму автор виділив п'ять компонентів. На його думку, саме вони визначають позитивне чи негативне спрямування перфекціонізму: високі особистісні стандарти; прагнення до порядку; труднощі у взаємовідносинах; тривога під час виконання завдань; прокрастинація. Проте із часом науковець виключив із моделі тривогу, проблеми у взаємовідносинах і прокрастинацію. Зміну поглядів зумовила думка, що вказані риси можуть причиною та наслідком перфекціонізму [10].

А. Адлер, А. Маслоу, які є представниками гуманістичного підходу, розглядали поняття «прагнення до самовдосконалення» насамперед як динамічну особливість особистості. Психологи визначали поняття внутрішнім стрижнем, який проявляється в процесі саме професійної діяльності й творчості й має суспільну цінність. А. Адлер вважав, що прагнення бути неперевершеним природно, адже воно сприяє подоланню вродженого відчуття неповноцінності людини. Зі свого боку А. Маслоу наполягав на тому, що прагнення до досконалості, активне самовдосконалення є характеристикою особистісного щастя, а не проявом неврозу, й сприяє розвитку особистості в цілому. Тому й досі залишається дискусійним питання про те, чи потрібно вважати перфекціонізм яскраво вираженим проявом здорового прагнення до самовдосконалення чи нав'язливою одержимістю ненав'язливої досконалості [1, с. 131].

Дослідник Л. Сільверман стверджував, що перфекціонізм – це спосіб вираження потреби самовдосконалення. Вона має позитивний вплив для еволюції людини, адже виступає тією спонукальною силою, яка проявляється в незадоволенні людини собою та, відповідно, прагненням до певного ідеалізованого образу. Л. Сільверман також мав припущення, що визначення перфекціонізму має культурні причини. Суспільство, яке засноване на принципі конкуренції, має певне спрямування, коли прагнення до досконалості й самовдосконалення впливає на розвиток особистості як конкурентоспроможної. Тоді перфекціонізм заохочується, а діяльність такої людини стає суспільно значущою [11]. Учений вважає, що доцільно цінувати позитивні аспекти перфекціонізму. Підтвердженням таких висновків є дослідження Дж. Стоєбера й К. Отто, які показали, що перфекціонізм корелює з низкою позитивних характеристик, таких як сумління, терплячість, екстраверсія, задоволеність життям, академічні успіхи. Перфекціонізм у позитивній формі дає особистості певну енергію, яка явно впливатиме на досягнення результатів, оскільки перфекціонізм пов'язаний зі скрупульозністю та педантичністю в ставленні до деталей [12].

Початок вивчення перфекціонізму у вітчизняній психологічній науці пов'язаний із вченими А. Холмогоровою та Н. Гаранян. Спираючись на дослідження західних науковців, вони в структурі перфекціонізму виділили такі параметри: завищені домагання та вимоги до себе; селектування інформації про власні невдачі й помилки; поляризоване мислення за принципом «все або нічого» й «контроль над почуттями»; сприймання інших людей як тих, що делегують високі очікування; постійне порівняння себе з іншими людьми з орієнтацією на полюс найуспішніших.

Дослідницями також введена типологія патологічного перфекціонізму: нарцисичний і нав'язливо-компульсивний. Перший визначається як «домінування мотивації досягнення досконалості й отримання схвалення та захоплення на шкоду всім іншим мотивам, перетворення досягнення та визнання його головним сенсом життя». У разі нав'язливо-компульсивного перфекціонізму ідеалізований образ «Я» не витісняє такою мірою всі інші мотиви й змістовні інтереси, разом із потребою в досконалості зберігається зацікавленість не лише в результаті, але й у діяльності [3, с. 206–207].

Колега А. Холмогорової та Н. Гаранян, науковець Л. Данилевич, вивчаючи психологічні відмінності прояву перфекціонізму обдарованих і девіантних особистостей, головну увагу приділила розгляду функціонального й дисфункціонального перфекціонізму. На думку дослідниці, функціональний перфекціонізм поєднує високі стандарти (високі особисті стандарти результативності власної діяльності, своїх якостей, здібностей та орієнтація на складні цілі) й організованість (наявна організація та прагнення бути організованим); дисфункціональний – характеризується нестерпним ставленням до помилок, тривожністю з приводу результатів діяльності, переживанням невідповідності між бажаною досконалістю та реальним станом справ, відстороненням від інших [5, с. 4].

Своєю чергою дослідник Д. Хамачек виокремлює адаптивний (нормальний) і дезадаптивний (невротичний) перфекціонізм. Адаптивний перфекціонізм передбачає встановлення досяжних стандартів, здатність відчувати задоволення або задоволеність від виконаної роботи, можливість зміни еталонів відповідно до ситуації, прагнення до успіху й у разі не успіху відчуття, пов'язані з розчаруванням, і докладання нових зусиль. Особливістю останнього виду перфекціонізму, на відміну від першого, є встановлення для себе занадто високих стандартів, які не залишають можливості допускати помилки, нездатність відчувати задоволення від роботи, мотивація уникнення помилки, а в разі поразки – жорстока самокритика, компульсивні тенденції [2, с. 22].

О. Лоза є однією з перших українських дослідниць, яка зробила спробу класифікувати всі теорії дослідження перфекціонізму. Вона виділила три підходи до визначення перфекціонізму як психологічного феномену: як прагнення самовдосконалення (мотив самовдосконалення); як настанова (установка); як риса особистості.

Вагоме значення в дослідженні перфекціонізму має український науковець В. Грандт. Досліджуючи генезис перфекціонізму, він виявив, що його можна прослідкувати на таких рівнях: внутрішньоособистісному; мікросоціумі (сім'ї); соціальному середовищі; макросоціумі (культури, засобів масової інформації). Відповідно, на розвиток перфекціонізму впливають чинники, які умовно можна розділити на три рівні: мікрорівень (особистісні якості); мезорівень (навчальні заклади, організація); макрорівень (соціально-культурні чинники, засоби масової інформації).

В. Грандт особливо звертає увагу на такий чинник перфекціонізму, як сором. Особливістю такого емоційного стану є осуд людиною власної поведінки, невдоволеність собою, прикрість про скоєний вчинок. Відповідно, перфекціонізм і самовдоволення є тими шляхами, які можуть допомогти особистості уникнути сорому. Таке визначення узгоджується з описаними А. Адлером невротичними спробами компенсувати істинний або надуманий дефект, викликаний комплексом неповноцінності [4].

Науковець К. Ландрева досліджувала перфекціонізм самопрезентації образу «Я», спираючись на багатофакторну структуру перфекціонізму, описану П. Х'юїттом і Г. Флеттом:

1) демонстрація досконалості відбиває прагнення здаватися досконалим в очах оточення, викликати своєю досконалістю захоплення та повагу інших, створювати образ бездоганної та успішної людини;

2) поведінковий непряв недосконалості відбиває стиль уникнення поведінки, спрямованої на превенцію будь-яких проявів, що не відповідають уявленням особистості про досконалість;

3) вербальний непряв недосконалості відбиває уникнення особистістю визнання власної недосконалості перед іншими в інтерперсональних ситуаціях.

Перфекціонізм, перфекціоністська самоподача як явища сучасного життя може бути пов'язана не тільки з дезадаптацією, коли особистість отримує позитивне підкріплення від старанної роботи та її якісних результатів, прагне до самовдосконалення та в результаті досягає успіху. Дослідниця стверджувала, що люди рідко намагаються позбутися від перфекціонізму, оскільки прагнення до досконалості є однією з причин успішної діяльності. Суперечність, зазначала К. Ландрева, розпочинається саме тоді, коли риса заважає нормальній життєдіяльності людини [6].

Висновки з проведеного дослідження. Таким чином, аналіз наукової літератури вказує

на те, що майже всі науковці, які досліджували феномен перфекціонізму в психологічній науці, виділяють його як багатовимірний складний конструкт. Також з'ясовано, що перфекціонізм має як негативний, так і позитивний вплив на особистість. Своєю чергою ми схилиємося до думки, що перфекціонізм є прагненням особистості до досконалості, яка може проявлятися в різних аспектах діяльності.

Без сумніву, складність наукових досліджень полягає в тому, що на теперішньому етапі розвитку психології немає єдиного бачення змістового визначення феномену перфекціонізму. Незважаючи на суперечність тлумачень вітчизняних і зарубіжних науковців, які своєю чергою намагаються поповнити явище новими аспектами, дослідження феномену продовжуються.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Адлер А. Индивидуальная психология. История зарубежной психологии. Москва : МГУ, 1986. 296 с.
2. Гаранян Н.Г., Холмогорова А.Б., Юдеева Т.Ю. Перфекционизм, депрессия и тревога. *Московский психотерапевтический журнал*. 2001. № 4. С. 18–49.
3. Гаранян Н.Г., Холмогорова А.Б., Юдеева Т.Ю. Структура перфекционизма как личностного фактора депрессии. *Материалы международной конференции психиатров*. Москва : Фармединфо, 1998. С. 206–207.
4. Грандт В.В. Генезис перфекціонізму: теоретична експлікація. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць Державного вищого навчального закладу «Запорізький національний університет» та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка, Н.Ф. Шевченко, М.Г. Ткалич. Запоріжжя : ЗНУ, 2014. № 1 (5). С. 30–35.
5. Данилевич Л.А. Перфекціонізм як особистісний чинник академічної обдарованості студентів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2010. 20 с.
6. Ландрева К.С. Перфекционистская самопрезентация образа «Я» в общении. *Современная психология* : материалы междунар. заоч. науч. конф., г. Пермь, июнь 2012 г. Пермь : Меркурий, 2012. С. 51–55.
7. Ясная В. А., Еникполов С.Е. Перфекционизм: история изучения и современное состояние проблемы. *Вопросы психологии*. 2007. № 4. с. 157–167.
8. Burns D.D. A perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*. 1987. November. P. 34–52.
9. Hewitt P.L. Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psycho-pathology. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1991. Vol. 60. P. 456–470.
10. Slaney R.B., Pincus A.L., Uliaszek A.A., Wang K.T. Conceptions of perfectionism and interpersonal problems. *Assessment*. 2006. № 13. P. 138–153.
11. Silverman L.K. Perfectionism. January 1, 1999. *Sage journals* : web-site. URL: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/026142949901300303>.
12. Stober J. Worry Procrastination and perfectionism: Differentiation amount of worry, Pathological Worry, Anxiety and Depression. *Cognitive therapy and research*. 2001. V. 1. P. 45–60.

ВПЛИВ ВНУТРІШНЬООСОБИСТІСНИХ КОНФЛІКТІВ НА ПРОФЕСІЙНЕ СТАНОВЛЕННЯ СТУДЕНТА

INFLUENCE OF INTERNAL CONFLICTS ON PROFESSIONAL FORMATION OF A STUDENT

У статті представлений теоретичний та емпіричний аналіз особливостей перебігу внутрішньоособистісних конфліктів у період професійного становлення студентів-психологів.

Розглянуто поняття феномену «внутрішньоособистісний конфлікт» і його класифікації в працях вітчизняних і зарубіжних науковців. Обґрунтовано положення про те, що внутрішньоособистісний конфлікт зумовлюється самою психікою людини, її розвитком і змінами, а також наявністю взаємозв'язку внутрішнього світу людини й зовнішнього середовища, в якому вона реалізує свої потреби.

Проаналізовано конструктивний і деструктивний вплив внутрішньоособистісного конфлікту на процес цілісного формування особистості студента. Акцентовано на наслідках і негативних формах переживання деструктивних конфліктів у студентській спільноті. Основна увага приділена низці внутрішніх проблем особистості студента, пов'язаних з особливостями вікового періоду й потребою в професійній ідентичності.

Наведено результати дослідження впливу на процес переживання внутрішньоособистісних конфліктів студентів-психологів таких особистісних характеристик, як самоактуалізація, самооцінка, рівень домагань і рівень особистісної та реактивної тривожності.

Розглянута необхідність комплексного підходу й консолідації дій науково-педагогічних працівників щодо інтеграції сучасного психологічного інструментарію в освітній процес із метою формування в майбутніх психологів навичок розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів конструктивним шляхом і психологічної допомоги студентам із деструктивними внутрішньоособистісними конфліктами.

Ключові слова: внутрішньоособистісний конфлікт, професійне становлення, сту-

дент, особистісні характеристики, самоактуалізація, освітній процес.

The article presents theoretical and empirical analysis of the peculiarities of the course of intrapersonal conflicts in the period of professional development of students of psychology.

The concept of the phenomenon of "intrapersonal conflict" and its classification in the works of the national and foreign scientists has been considered. The position is substantiated that the intrapersonal conflict is caused by the human psyche, its development and changes, as well as the relationship between the inner world of a person and the external environment in which he or she realizes his or her needs.

The constructive and destructive influence of intrapersonal conflict on the process of integral formation of the student's personality has been analyzed. Emphasis is placed on the consequences and negative forms of experiencing destructive conflicts in the student community. The focus is on a number of internal problems of the student personality related to age and the need for a professional identity.

The results of the study of the impact on the process of experiencing intrapersonal conflicts of students-psychologists of such personal characteristics as: self-actualization, self-esteem, the level of claims and the level of personal and reactive anxiety have been offered.

The need for the integrated approach and consolidation of actions of research and teaching staff to integrate modern psychological tools into the educational process in order to form future psychologists' skills to resolve intrapersonal conflicts in constructive way, and psychological assistance to students with destructive interpersonal conflicts has been studied.

Key words: intrapersonal conflict, professional development, student, personal characteristics, self-actualization, educational process.

УДК 159.964.21 – 027.561 – 057.875
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.25>

Мельничук С.Л.

к.психол.н.,
старший викладач кафедри психології
Хмельницька гуманітарно-педагогічна
академія

Мотозюк Л.М.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Хмельницька гуманітарно-педагогічна
академія

Постановка проблеми. Вимоги сучасності, соціально-економічні, політичні й культурні зміни, які відбуваються у світі, накладають значний відбиток на психологічний добробут особистості. Особистість за своєю природою внутрішньо суперечлива, а це своєю чергою провокує емоційну напругу й психічну нестабільність, що породжує внутрішньоособистісні конфлікти. Внутрішньоособистісний конфлікт зумовлюється самою психікою людини, її розвитком і змінами, а також наявністю взаємозв'язку внутрішнього світу людини й зовнішнього середовища, в якому вона реалізує свої потреби. Цей феномен проявляється в різних формах дисонансу внутрішніх очікувань особистості й зовнішніх можливостей їх здійснити.

Реалії сьогодення висувають нові вимоги до фахівців будь-якої галузі; це повною мірою сто-

сується й майбутніх психологів, які безпосередньо працюють зі змінами в поведінці й емоційній сфері особистості. Специфікація професії, її спрямованість на надання психологічної допомоги іншим передбачає, що основним інструментом роботи психолога, крім знань і навичок, має виступати його гармонійна й професійна «Я-концепція». Підготовка майбутніх психологів у закладах вищої освіти як період професійного становлення – це процес розвитку професійно значущих якостей і здібностей, професійних знань і вмінь, який супроводжується активним якісним перетворенням особистості студента, його внутрішнього світу, що приводить до принципово нового способу життєдіяльності – творчої самореалізації в професії. Цей процес супроводжується глибокими емоційними переживаннями й почуттями, є складним і багато-

аспектним і супроводжується виникненням внутрішньоособистісних конфліктів, які під час конструктивного їх розв'язання дають стимул, поштовх до особистісного зростання, гармонізації та вдосконалюють механізми самореалізації.

Внутрішньоособистісні конфлікти відрізняються глибокою внутрішньою спрямованістю та характеризуються зіткненням альтернативних уявлень, ставлень і дій людини щодо себе, в конфліктному полі перебувають Я-структурні елементи, які впливають на відчуття особистісної цінності й сили. Відбиваються вони проблемами самоствавлення та самоцінності, а проявляються суперечливою або негативною самооцінкою, невпевненістю в собі, зневірою, різноманітними внутрішніми комплексами, страхами, підвищеним рівнем тривоги, депресією, відчуттям спустошеності. Не зважаючи на те, що внутрішньоособистісні конфлікти мають внутрішній характер, дуже часто вони виникають завдяки зовнішнім факторам і в різних вікових групах мають різні особливості перебігу й прояву.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Т. Ельчанинова у своїй роботі зазначає, що в реаліях сучасної вищої школи дуже часто зустрічаються студенти, які мають суперечливі й несумісні мотиви, цінності й цілі, які довгий період не можуть подолати певні внутрішні проблеми, не здатні виробити пріоритети власної поведінки, тобто випробовують внутрішньоособистісні конфлікти [6, с. 43]. Також вважається, що конфлікти, котрі знаходяться всередині особистості, відбирають у людини багато сил, викликаючи в неї тривогу, роздратування, злість, агресію, яка буде спрямована не тільки на інших людей, але й на себе. Надалі це загрожує утворенням гострих переживань, які вражатимуть людину, створюючи сильний дискомфорт, що може призвести до душевних негараздів (у вигляді панічних атак, неврозів, навіть спроб суїциду) [11]. Проблема дослідження особливостей прояву й перебігу внутрішньоособистісних конфліктів в умовах дистанційного навчання є важливим аспектом під час підготовки молоді в освітньому просторі до професійного життя.

Проблема внутрішньоособистісних конфліктів розкрита в працях як зарубіжних, так і вітчизняних науковців, серед них З. Фрейд, А. Маслоу, К. Хорні, В. Франкл, К. Роджерс, К. Левін, О. Леонтьєв, В. Мерлін, Н. Чепелева, Г. Ложкін, Т. Левченко, Н. Пов'якель, І. Ващенко, М. Пірен, О. Чала. У сучасній науці проблематика внутрішньоособистісного конфлікту залишається дискусійною. Зокрема, в зарубіжній психології науковці К. Dixon-Gordon, S. Vernecker, K. Christensen внутрішньоособистісні конфлікти трактують як важливість процесів регулювання міжособистісних емо-

цій у внутрішньоособистісному й соціальному функціонуванні [16]. У психологічній літературі поняття внутрішньоособистісного конфлікту ототожнюється з поняттями внутрішні, особистісні, інтрасуб'єктивні, інтраперсональні конфлікти. Окремі аспекти зазначеної проблеми розкриває у своїх дослідженнях Л. Боброва, вона вважає, що проблема внутрішньоособистісного конфлікту в наукових дослідженнях розглядається з урахуванням розуміння особистості, яка складається в рамках тієї чи іншої теоретичної концепції особистості: інтрапсихічної, ситуативної та когнітивної [2].

Інтрапсихічні (психодинамічні) концепції спираються на біопсихічну основу індивіда й представлені в теоріях З. Фрейда, К. Юнга, А. Адлера, Е. Фромма, К. Хорні й інших [2]. Згідно з теорією З. Фрейда, людина конфліктна за своєю природою. Ним розвинуте твердження про те, що людське існування пов'язане з постійним напруженням, подоланням суперечностей між біологічними потягами й бажаннями 1 соціально-культурними нормами, між несвідомим і свідомим [6, с. 43]. За Фрейдом, ця боротьба проявляється в амбівалентності людських почуттів, їх суперечливості, постійному протиборстві. У цьому, він вважає, і є сутність внутрішньоособистісного конфлікту.

Погляди Б. Скінера, Н. Міллера, Дж. Долларда виходять із ситуативної концепції, провідною думкою якої є розуміння конфлікту як реакції на ситуацію, як збіг обставин, що склався. Прихильник біхевіоризму Беррес Фредерік Скінер вважає, що внутрішньоособистісний конфлікт – це як погана звичка, яка зародилася під час помилкового виховання. А необіхевіористи Ніл Елгар Мілер і Джон Доллард такий вид конфлікту розглядають як фрустрацію особистості [4].

Як пізнавальний феномен особистості трактують внутрішньоособистісний конфлікт представники когнітивної концепції, а саме Карл Роджерс, Абрагам Маслоу, Курт Левін, Віктор Франкл. У своїй роботі Курт Левін зазначає, що підставою для виникнення таких конфліктів є не внутрішні процеси самої психіки, а аналіз проблем, що виникають у життєвій ситуації індивіда. Предметом його уваги є конфлікти, що виникають у результаті боротьби мотивів, одночасної актуалізації суперечливих чи несумісних мотивів. Опис внутрішньоособистісного конфлікту, що належить К. Левіну, вважається класичним. Він розглядав внутрішній конфлікт як одночасний вплив на індивіда протилежно спрямованих сил рівної величини й значущих для індивіда [7, с. 78]. Іншу позицію мав К. Роджерс і його послідовники, які вважали фундаментальним компонентом структури особистості Я-концепцію – уявлення особистості про саму себе, образ власного «Я»,

який формується в процесі взаємодії із соціумом. На основі Я-концепції відбувається саморегуляція поведінки людини, процес її взаємодії з навколишнім середовищем, і дуже часто в індивіда виникають ситуації, коли відбувається розбіжність між Я-ідеальним та Я-концепцією. Між ними простежується психологічна неузгодженість у сприйнятті себе. У таких ситуаціях дисонансом між ними є внутрішньо-особистісний конфлікт, який призводить до психічних розладів, психосоматичних ускладнень [6, с. 43].

Прихильники теорії А. Маслоу розглядають внутрішньоособистісний конфлікт через мотиваційну структуру особистості, яка складає низку ієрархічно побудованих потреб. Самоактуалізація є найвищою потребою згідно з пірамідою А. Маслоу, а отже, самореалізація та самовизнання є важливими критеріями для особистості. Адже реалізація своїх здібностей, талантів, бажання стати тим, ким прагнеш, не завжди й не кожному вдається, а тому цей вакуум між домаганнями, бажаннями й реальними результатами й лежить в основі багатьох внутрішньоособистісних конфліктів.

Ерік Еріксон у своїй праці про внутрішньоособистісні конфлікти зазначає, що вони пов'язані з кризами, які переживає особистість протягом свого життя. Він трактує: «кожна особистісна й соціальна криза є своєрідним викликом, що приводить індивіда до особистісного росту й подолання життєвих перешкод», а знання та вміння того, як особистість долає життєві труднощі, формує «єдиний ключ до розуміння її життя». А тому успішно пройти всі етапи криз практично вдається не кожному, а отже, кожна особистість має передумови до виникнення внутрішньоособистісних конфліктів, і важливим є не уникнення цих конфліктів, а їхнє конструктивне розв'язання [15, с. 164].

Більш оптимістична позиція щодо внутрішньоособистісних конфліктів в О. Леонтьєва. Він вважає, що вони є важливою складовою частиною структури особистості, яка розвивається. Адже впродовж життя в людини є провідні цілі й мотиви, які можуть змінюватися з процесом формування та становлення особистості, й вони не є сталими, а мають тенденцію змінюватися. А тому конфлікт цілей, мотивів, інтересів є цілком нормальним явищем упродовж життя, але за тієї умови, якщо він має конструктивний характер [8].

Значний внесок у розгляд і вивчення внутрішньоособистісних конфліктів зробили вітчизняні науковці, зокрема О. Лурія, В. Мерлін, Ф. Василюк. Так, Олександр Лурія трактує внутрішньоособистісний конфлікт як зіткнення двох сильних, але протилежно спрямованих тенденцій. Вольф Мерлін розглядає конфлікт як результат гострого незадоволення глибоких актуальних мотивів і відносин особистості.

Федір Василюк – як зіткнення двох внутрішніх спонукань, зображених у свідомості у вигляді самостійних протилежних цінностей [6].

Аналіз різноманітних поглядів і підходів зарубіжних і вітчизняних науковців дає нам розуміння багатоаспектності дефініції поняття «внутрішньоособистісний конфлікт». А отже, нами трактується внутрішньоособистісний конфлікт як гостре, негативне переживання, яке викликане боротьбою внутрішніх структур (характеристик) особистості, що є протилежними, й характеризується переживаннями двоякості почуттів і затягнутою боротьбою мотивів, інтересів, які відбивають суперечливі зв'язки із соціальним середовищем і затримують прийняття рішень.

Постановка завдання. Метою роботи є теоретичний та емпіричний аналіз особливостей перебігу внутрішньоособистісних конфліктів у період професійного становлення студентів-психологів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Суперечність, яка викликана внутрішньоособистісним конфліктом, вимагає активізації внутрішніх ресурсів свідомості для подолання такої проблеми. А отже, кожна особистість власне сама формує й відтворює ці конфлікти, та є їх заручником. Стан напруження, тривожності й суперечностей, які переживає особистість, є досить суб'єктивним. У конструктивних внутрішньоособистісних конфліктах він є необхідним як стимул і мотивація до активізації саморозвитку й самовдосконалення. Самокритика й незадоволення власним «Я» є потужною мотивацією до руху формування нових навичок, звичок шляхом самовдосконалення, самореалізації та наповнення життя новим змістом і позитивним емоційним станом. Позитивне бачення в конструктивному розв'язанні конфлікту можна знайти в словах Віктора Еміля Франкла, який вважав: «<...> небезпечною помилкою є припущення, що насамперед людині потрібна рівновага, чи, як це називається в біології, «гомеостаз». Насправді людині потрібний не стан рівноваги, а скоріше боротьба за якусь гідну мету» [13, с. 121]. На нашу думку, в такій боротьбі важливо зберігати гармонійний емоційний стан, який важливий для досягнення певної мети й задоволення відповідного рівня домагань.

Розглядаючи проблему внутрішньоособистісних конфліктів студентів педагогічного університету, Олена Андріївна Чала поняття конструктивного й деструктивного характеру конфліктів визначає за такими критеріями:

- ступінь особистісних витрат на розв'язання конфлікту;
- характер впливу на носія конфлікту;
- сформовані наслідки переживання конфлікту [14].

Досліджуючи проблему, ми дійшли висновку, що конструктивним внутрішньоособистісний конфлікт є за умов, якщо затрати на його розв'язання мінімальні й водночас зберігається позитивний емоційний стан особистості, активізуються внутрішні резерви, відбуваються позитивні зміни в поведінці. За умови деструктивних внутрішньоособистісних конфліктів відбувається виснаження внутрішніх ресурсів, що призводить до психічних деструктивних змін особистості.

Позитивний вплив конструктивного розв'язання конфліктів відбивається в особистості особливим бажанням реалізувати поставлені цілі й досягати високого рівня домагань. У таких особистостей наче «відкривається друге дихання», яке допомагає їм повірити в себе, зміцнити свою самоцінність. Деструктивні внутрішньоособистісні конфлікти є підґрунтям для багатьох психічних і соматичних хвороб. Адже з розвитком таких конфліктів особистість знецінює себе у власних очах, втрачається віра в себе, свої можливості й у майбутнє, нівелюється привабливість поставленої мети, зникає мотивація до будь-якої діяльності. Особистість стає безсилою та від цього ще більше відчуває тривожність, роздратування та навіть агресію, знижується інтелектуальна діяльність, та як результат – погіршення фізичного й психічного стану.

Деструктивне протікання внутрішньоособистісного конфлікту в студентів під час професійного становлення призводить до затяжного процесу адаптації або дезадаптації. Успішність у таких студентів знижується та прослідковується байдужість до результатів навчання та його процесу. А тому деструктивний внутрішньоособистісний конфлікт має руйнівний вплив на формування особистості через наявні негативні внутрішні установки, цей процес може затягнутися на роки, й надалі такі особистості хронічно незадоволені собою, соціумом і навколишнім світом. Г. Ложкін Г. Н. Пов'якель, розглядаючи проблему конфліктів, зазначають те, що особистість, прагнучи уникнути проблем реальності штучним шляхом, намагається змінити власний психічний стан для набуття ілюзії безпеки, знаходження рівноваги [9, с. 139].

Хронічний тривожний стан, роздратування, власна неспроможність, емоційний дискомфорт, занижена самооцінка, знецінення себе й оточення дуже часто призводять до адиктивної поведінки особистості, крайнім ступенем деструктивного виходу з внутрішньоособистісного конфлікту вважається суїцидальна поведінка. Анатолій Анцупов і Анатолій Шипілов зазначають, що найважливішими детермінантами суїцидальних інтенцій чи дій слугують внутрішньоособистісні конфлікти, пов'язані з кризами діяльності, стосунків, стану фізич-

ного здоров'я чи матеріально-побутовими труднощами, але також важливу роль відіграє й внутрішньоособистісна причинність феномену суїциду – риси характеру людини, її емоційний стан, ціннісні орієнтації [1, с. 389].

На проблему прихованості внутрішньоособистісних конфліктів звертають увагу у своїй роботі Георгій Ложкін і Ніна Пов'якель: «<...> внутрішньоособистісний конфлікт не завжди легко побачити, тому що люди більшою мірою не тільки не усвідомлюють власний стан конфлікту, але й приховують (свідомо або несвідомо) іноді навіть від себе стан переживання конфлікту під активною діяльністю, підвищеною контактністю, веселістю тощо» [9, с. 123].

Процес формування навичок розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів у студентів є одним з аспектів їх успішної соціалізації, адже вони проходять процес адаптації до нових вимог навчальної діяльності, формується професійна ідентичність і мотивація, і тому конфлікт повинен не приховуватися, а навпаки, – розв'язуватися. Студентський вік також пов'язують зі становленням громадської життєвої позиції, вибором життєвих цінностей та орієнтацій. Цей вік дає можливість кожному усвідомлено вибрати свій подальший життєвий шлях у форматі конструктивних чи деструктивних рішень своїх внутрішньоособистісних конфліктів.

Здійснюючи дослідження особливостей перебігу внутрішньоособистісних конфліктів у студентів-психологів Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії, за основу нами взято класифікацію, вихідною точкою якої є зміст внутрішньоособистісних конфліктів: мотиваційний – у його основі лежить суперечність мотивів «хочу» й «хочу», тобто він є зіткненням двох практично рівноцінно привабливих бажань; конфлікт неадекватної самооцінки – він проявляється як зіткнення двох альтернативних можливостей і відповідних їм мотивів «можу» й «можу»; моральний – у його основі лежить неузгодженість бажань і вимог, мотивів «можу» й «треба»; рольовий – його сутністю є боротьба вимог відповідно до виконуваних ролей у соціумі, у сфері діяльності й відповідних мотивів «треба» й «треба»; конфлікт нереалізованого бажання – підставою для нього є протиріччя бажань і можливостей і мотиви «хочу» й «можу»; адаптаційний – цей конфлікт проявляється через невідповідність вимог і можливостей із протистоянням мотивів «треба» й «можу» [7].

Як критерії виникнення та функціонування внутрішньоособистісного конфлікту в нашому дослідженні виділені: самоактуалізація, самооцінка, рівень домагань, тривожність. У дослідженніми припускаємо, що це – саметі фактори, які впливають на внутрішні переживання, суперечності, психоемоційний стан особистості,

а отже, впливають на процес його перебігу й формують цілісне ядро особистості, її гармонійний стан, психоемоційне здоров'я.

У дослідженні взяли участь 80 студентів спеціальності 053 Психологія Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії, з них 15 студентів 1 курсу, 25 – 2 курсу, 18 – 3 курсу й 22 – 4 курсу. Для реалізації мети дослідження були обрані такі методики: «Виявлення внутрішньоособистісного конфлікту» (М. Міріманова), дослідження самооцінки С. Будассі (інтегрована Ю. Кисельовим), тест вимірювання рівня самоактуалізації (далі – САТ) (шкала пізнавальних потреб), тест «Оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності (Тест Спілбергера-Ханіна) (адаптований Ю. Ханіним).

Використовуючи методику «Виявлення внутрішньоособистісних конфліктів» (М. Міріманова) [10], ми визначили ступінь усвідомлення студентами внутрішньоособистісних конфліктів і рівень їх прояву. Результати дослідження свідчать, що в 65% студентів є наявні внутрішньоособистісні конфлікти. Відповідно до взятої за основу класифікації ми їх проранжували й визначили процентне співвідношення: мотиваційний («хочу» й «хочу») – 15%, конфлікт неадекватної самооцінки («можу» й «можу») – 35%, моральний («можу» й «треба») – 10%, рольовий («треба» й «треба») – 13%, конфлікт нерезалізованого бажання («хочу» й «можу») – 25%, адаптаційний («треба» й «можу») – 12%.

У подальшому дослідженні брали участь студенти, які переживають внутрішньоособистісний конфлікт під час професійного становлення.

Здійснюючи дослідження самооцінки особистості за методикою С. Будассі, ми використовували принцип ранжування та рівень адекватно сформованого відношення «Я» ідеального та «Я» реального. Методика дає можливість зіставити свої домагання з реальними, з об'єктивними показниками своєї діяльності. Самооцінка визначалась за рівнями: неадекватно завищена, адекватна з тенденцією до завищення, адекватна, адекватна з тенденцією до заниження, неадекватна занижена. Рівень та адекватність визначались за допомогою отриманих коефіцієнтів самооцінки.

Отримані результати дослідження дали можливість зробити висновки про певну динаміку формування рівня самооцінки в студентів, а саме: тенденція до завищеної самооцінки виявлена в 13% майбутніх фахівців, адекватна самооцінка – в 33% студентів, 14% студентів мають занижену самооцінку. Найвищі показники тенденції до заниженої самооцінки виявлені в студентів першого (24%) і другого (15%) курсів. Високі показники адекватної самооцінки спостерігаються в студентів третього (30%) і четвертого (43%) курсів. Для студентського віку характерний перехід від супе-

речливої до цілісної, адекватної самооцінки. Потреба в самоактуалізації, самореалізації та індивідуальному розвитку (самовдосконаленні) означає активне формування своїх здібностей та їх подальше вдосконалення. Вона пов'язана з мотивацією досягнення та з потребою у визнанні й прийнятті як члена професійної групи, суспільства [12].

Адекватну самооцінку й тенденцію до завищеної можна трактувати як позитивне ставлення до себе, до своїх дій, прийняття себе як цілісної особистості з відчуттям повноцінності й гармонії. С. Ємельянов вважає, що особистість з адекватною самооцінкою реально зіставляє свої можливості й здібності, досить критично ставиться до себе й адекватно розцінює критику щодо результатів своєї діяльності. Оцінюючи себе за показником «середній рівень», людина поважає себе, знає свою самооцінність, слабкі сторони й прагне до самовдосконалення та покращення своїх якостей. На думку С. Ємельянова, високі показники за шкалою «неадекватно високий» відповідає завищеній самооцінці. Відповідно, така людина має хибне уявлення щодо своїх можливостей і здібностей, ідеалізує образ реального «Я». Переоцінюючи власні можливості, потерпає невдачі й звинувачує за такої умови когось іншого, вважає, що це наслідок обставин або чийось помилок. Сприйняття реальності в неї дуже часто емоційне [5]. Студенти, які мають завищену самооцінку й, відповідно, високий рівень домагань, дуже часто переживають внутрішньоособистісні конфлікти. Студенти із заниженою та з тенденцією до заниженої самооцінки характеризуються негативним ставленням до себе, несприйняттям себе. Як зазначає С. Ємельянов, у людини існує комплекс неповноцінності. Вона невпевнена в собі, несмілива, пасивна. Такі люди відрізняються надмірною вимогливістю до себе й ще більшою вимогливістю до інших. [5]. Тенденція до завищення або заниження самооцінки пов'язана, на нашу думку, насамперед із віковими особливостями студентів: стаючи дорослими, студенти демонструють більш адекватну самооцінку.

Один із головних факторів, який впливає на протікання внутрішньоособистісних конфліктів, – це успішність професійного становлення студента. Тест вимірювання рівня самоактуалізації (САТ) (шкала пізнавальних потреб) визначає ступінь вираженості в особистості прагнення до набуття знань.

Результати дослідження вказують на те, що 42% студентів важко адекватно визначити свої успіхи в професійному становленні. Також є значна кількість студентів, які не задоволені своїми навчально-професійними успіхами, найбільше – студенти першого курсу (30%). Це пояснюється тим, що студенти першого

курсу проходять процес адаптації. Цей процес і внутрішньоособистісні конфлікти є взаємопов'язувальними факторами, які впливають на психоемоційний стан особистості майбутніх фахівців. Для багатьох студентів процес адаптації переживається як криза професійного вибору й навіть розчаруванні. І це знижує мотивацію до професійного становлення та впливає на загальний процес успішності. Незадоволеність своїми успіхами характерна також і для студентів старших курсів, в яких виникають сумніви щодо своєї компетентності, втрачається впевненість у власних силах, у професійній реалізації. Тільки 9% майбутніх фахівців вважають, що вони досягли максимально можливих успіхів у професійному становленні.

За допомогою методики «Оцінка рівня ситуативної (реактивної) тривожності» (Тест Спілбергера-Ханіна) (адаптований Ю. Ханіним) було визначено рівні реактивної та особистісної тривожності в студентів, які за результатами тесту «Виявлення внутрішньоособистісного конфлікту» (М. Міріманова) (65%) переживають внутрішньоособистісний конфлікт. Шкала реактивної та особистісної тривожності Спілбергера-Ханіна є єдиною методикою, яка дозволяє диференційовано вимірювати тривожність і як властивість особистості, і як стан.

Середньоарифметичний показник високого рівня реактивної тривожності спостерігається в 36%, особистісної тривожності – в 34% майбутніх фахівців. Високий рівень реактивної (50%) та особистісної тривожності (46%) визначено в студентів першого курсу, особливо в період адаптації, також у них спостерігається тенденція до заниженої самооцінки (24%).

Також високий рівень реактивної (35%) та особистісної тривожності (33%) спостерігається в студентів четвертого курсу, які готуються до нової соціальної ролі. Недостатній життєвий досвід і невпевненість у собі роблять студентів заручниками внутрішньоособистісних конфліктів, де зовнішній світ накладає стереотипи поведінки й уявлень про професію. А власне уявлення про вірний професійний вибір – тривогою та страхом перед майбутнім. Науковці називають цей феномен кризою останнього року навчання. Вони вважають, що вона є нормативною, та відносять її до «ревізії та корекції професійного вибору» [3].

Отже, внутрішньоособистісний конфлікт може виникати з різних причин: особливості рис характеру особистості, несформованість ієрархії життєвих цінностей особистості, несформована або слабо виражена внутрішня мотивація до будь-якої діяльності, високий рівень домагань і вимогливості до себе (комплекс відмінника) й до інших, прагнення до постійного переосмислення життєвих позицій,

рішень, високий рівень реактивної або особистісної тривожності, занижена або завищена самооцінка.

Науковці зазначають, що вище зазначені фактори найчастіше впливають на студентів молодших курсів [3, 11]. На нашу думку, студенти старших курсів переживають внутрішні суперечності через майбутню міру відповідальності в обраній професії, реалізації себе у сфері психології, системі взаємовідносин клієнт – психолог, компетентності щодо обраної професійної діяльності.

Виявлений високий рівень внутрішньої конфліктності в студентів-психологів (65%) зумовлює необхідність застосування в освітньому процесі комплексного підходу й консолідації дій науково-педагогічних працівників щодо формування в майбутніх психологів навичок розв'язання внутрішньоособистісних конфліктів конструктивним шляхом. З урахуванням специфіки підготовки майбутніх психологів під час практичних занять у різних ситуаціях варто використовувати основні принципи й способи розв'язання внутрішніх суперечностей, зокрема: адекватну оцінку ситуації та виявлення тих суперечностей, які послугували причиною конфлікту й викликали відчуття тривоги, страху або гніву; усвідомлення екзистенціального сенсу конфлікту, аналіз міри його важливості, оцінку місця та ролі з погляду наслідку; локалізацію причини конфлікту, акцент на його суті; фізичні вправи й творчі заняття з метою зняття напруги; вправи на відчуття напружених м'язів із подальшим проведенням індивідуального розслаблювального сеансу; зміну умов або стилю діяльності, якщо внутрішньоособистісний конфлікт виникає постійно через несприятливі умови діяльності; аналіз можливості зниження рівня домагань, якщо здібності й можливості не відповідають прагненням та інтересам; відпрацювання уміння прощати не лише інших, але й себе; підвищення рівня впевненості; вміння виділяти пріоритетні мотиви й потреби й зосередитись насамперед на їх виконанні тощо.

У Хмельницькій гуманітарно-педагогічній академії передбачена програма, яка забезпечує психологічний супровід студентів під час професійного становлення, адже вони на власному досвіді вчаться долати труднощі внутрішньоособистісних конфліктів. Це є важливим на етапі адаптаційного періоду й на етапі підготовки до Державної атестації. Позитивний результат супроводу дає можливість сприяти особистісному зростанню, формуванню цілісної адекватної особистості, а також допомагає корекції позитивних уявлень про майбутню професію. Майбутній психолог, виступаючи в ролі суб'єкта й об'єкта розвитку власних професійних якостей, повинен пізнавати себе, виявляти свої сильні й слабкі сторони,

тренувати власні фахові навички й навички саморегуляції, розкривати внутрішні резерви й розвивати й удосконалювати їх, вміти безсторонньо й адекватно оцінити реальний рівень своїх професійних можливостей.

Висновки з проведеного дослідження.

Проведене дослідження в студентських навчальних групах дає можливість зробити висновок про взаємозв'язок між перебігом внутрішньоособистісних конфліктів та особистісними характеристиками студентів. Самооцінка особистості, її самоактуалізація, рівень домагань і тривожності впливають на перебіг внутрішньоособистісного конфлікту. Визначено, що високий рівень внутрішньої конфліктності є характерним для студентів 1-х і 4-х курсів, що зумовлюється актуальністю професійного становлення. У студентів 2-х і 3-х курсів спостерігається середній рівень внутрішньої конфліктності. Показниками наявності внутрішньоособистісного конфлікту виступають порушення оптимального рівня адаптації особистості, зниження самооцінки, внутрішня невідповідність між образами «Я реальне» та «Я ідеальне», суперечність «образу Я», переважання негативного настрою, тривожність.

Студенти, які мають внутрішньоособистісні конфлікти, потребують особисто орієнтованих технологій професійного розвитку (тренінги, факультативні заняття, робота з психологом-практиком). Основними засобами подолання та профілактики внутрішньоособистісних конфліктів вважаємо: самореалізацію та пізнання себе; збереження спокою та витримку в будь-яких ситуаціях; справедливість і доброзичливість; відсутність настирливості й докучливості; відпочинок (фізичний і психічний); загартування характеру й власної волі.

Перспективними напрямками подальших досліджень є поглиблене вивчення професійної ідентичності й процесу мотивації під час навчання студентів-психологів, які, на нашу думку, також впливають на перебіг внутрішньоособистісних конфліктів. У своїх дослідженнях ми вбачаємо розробку діагностично-корекційних програм, тренінгових занять, які допомагали б студентам долати труднощі професійного становлення та перебігу внутрішньоособистісних конфліктів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Анцупов А.Я., Шипилов А.И. Конфликтология : учебник для вузов. 6-е изд. Санкт-Петербург : Изд-во Питер, 2015. 528 с.

2. Боброва Л.Г. Психологічні особливості внутрішньоособистісних конфліктів майбутніх психологів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2014. 22 с.

3. Борисюк А.С., Тимофієва М.П., Павлюк О.І., Міхеєв А.О. Причини виникнення та особливості перебігу внутрішньоособистісного конфлікту у студентів-медиків. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Том XIV : Методологія і теорія психології. Київ–Ніжин : Вид-во «ПП Лисенко М.М.», 2018. Вип. 1. С. 54–66.

4. Герасімова Н.Є. Соціально-психологічний аналіз внутрішньоособистісного конфлікту. *Психологія* : збірник наукових праць. Київ : Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2000. Вип. 11. С. 54–60.

5. Емельянов С.М. Практикум по конфликтологии. Санкт-Петербург : Питер, 2001. С. 178–185.

6. Єльчанинова Т.М. Внутрішньоособистісний конфлікт як фактор становлення особистості студентів. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. 2018. Вип. 3. Том 2. С. 42–47.

7. Левин К. Типы конфликтов. *Конфликтология* : Хрестоматия. Москва : Моск. психолого-социальный институт, 2002. С. 98–105.

8. Леонтьев А.А., Леонтьев Д.А., Соколова Е.Е. Деятельность, сознание, личность. Москва : Изд-во Смысл, 2005. 432 с.

9. Ложкін Г.В., Повякель Н.І. Психологія конфлікту: теорія і сучасна практика : навчальний посібник. Київ : ВД «Професіонал», 2006. 416 с.

10. Мириманова М.С. Конфликтология : Учебник для студентов средних педагогических учебных заведений. Москва : Издательский центр «Академия», 2004. 320 с.

11. Муль В.В., Черкасова К.О., Ушакова І.М. Внутрішньоособистісні конфлікти у студентів і курсантів НУЦЗУ. URL: <http://repositc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/10017/1/> (дата звернення: 25.03.2021).

12. Подоляк Л.Г. Юрченко В.І. Психологія вищої школи : підручник для студентів ВНЗ. 2-ге вид, доп. і перероб. Київ : Каравелла, 2008. 351 с.

13. Франкл В. Поиск смысла жизни и логотерапия. *Психология личности*. Москва : МГУ, 1982. С. 121.

14. Чала О.А. Специфіка внутрішньоособистісних конфліктів студентів педагогічного університету. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Педагогіка. Психологія* : збірник наукових праць КМПУ ім. Б.Д. Грінченка. Ін-т проблем виховання АПН України, 2008. № 9. С. 142–145.

15. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. Москва : Изд-во Прогресс, 1996. 344 с.

16. Dixon-Gordon K.L., Bemecker S.L., Christensen K. Recent innovations in the field of interpersonal emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*. 2015. № 3. P. 36–42.

ДИНАМІКА ПСИХОПАТОЛОГІЧНОЇ СИМПТОМАТИКИ В НАСЕЛЕННЯ, ЩО МЕШКАЄ НА ТЕРИТОРІЇ ПРОВЕДЕННЯ ОПЕРАЦІЇ ОБ'ЄДНАНИХ СИЛ, ЗА ПЕРІОД 2014–2018 РОКІВ

DYNAMICS OF PSYCHOPATHOLOGICAL SYMPTOMS IN THE POPULATION WHO LIVES IN THE TERRITORY OF THE JOINT FORCE OPERATION DURING THE PERIOD OF 2014–2018

Цивільне населення, що мешкає в зоні локальних воєн, не менше ніж учасники бойових дій переживає важкі психічні травми, які викликають відповідний рівень психічних розладів. У статті проводиться оцінка спектра клініко-психопатологічних особливостей розладів психіки й поведінки в населення в зоні проведення операції об'єднаних сил та їх динаміки за період 2014–2018 роки. У дослідженні брало участь доросле населення від 18 до 70 років, яке проживає в зоні військового конфлікту, у 2014 році – 268 осіб, у 2015 році – 568 осіб, у 2016 році – 946 осіб, у 2017 році – 333 осіб, у 2018 – 200 осіб. Дослідження містило збір коротких анамнестичних відомостей, актуальних скарг, вираженість ознак посттравматичного розладу за допомогою Місісіпської шкали посттравматичного розладу; психопатологічну симптоматику виявляв опитувальник вираженості психопатологічної симптоматики (SCL-90). У дослідженні брали участь у середньому 72,3% жінок і 27,7% чоловіків, в основному люди із середньо-спеціальною та вищою освітою, віком понад 50 років.

У населення, що проживає на території проведення операції об'єднаних сил, простежується тенденція до зниження числа осіб з окремими ознаками посттравматичного розладу з 37,3% у 2014 році до 22,5% у 2018 році, й навпаки, до збільшення числа осіб із посттравматичним розладом із 8,9% у 2014 році до 32,4% у 2017 році. В обстежуваних були виявлені такі симптоми: відчуття пригніченості, безпорадності, невпевненості, небезпеки, низький поріг виникнення реакції тривоги. У 2014 році в обстежуваних домінували тривожні переживання ($2,028 \pm 0,117$), ознаки соматизації ($1,909 \pm 0,089$). У 2018 році переважали тривожні переживання ($1,924 \pm 0,104$), міжособистісна сензитивність ($1,830 \pm 0,126$), ознаки депресії ($1,771 \pm 0,105$).

Отримані результати можуть бути використані для розробки медико-психологічних і реабілітаційних заходів для осіб із посттравматичними розладами.

Ключові слова: психічні розлади, цивільне населення, зона проведення операції об'єднаних сил.

The civilian population from the zone of local wars received severe mental injuries. Mental trauma leads to an appropriate level of mental disorders. The article assesses the spectrum of clinical and psychopathological characteristics of mental disorders and behavior in the population in the area of Joint Forces Operation and their dynamics for the period 2014–2018. The study involved an adult population between the ages of 18 to 70, living in a military conflict zone, in 2014 – 268 people, in 2015 – 568 people, in 2016 – 946 people, in 2017 – 333 people, in 2018 – 200 people. The study included the collection of short medical history information, current complaints, the severity of symptoms of PTSD using the Mississippi PTSD scale; psychopathological symptoms were identified by the Questionnaire for the severity of psychopathological symptoms (SCL-90). The study involved an average of 72.3% of women and 27.7% of men, mostly people with post-secondary education, over the age of 50 years old.

The population living in the territory of the Joint Forces Operation shows a tendency to decrease in the number of individuals with certain signs of PTSD from 37.3% in 2014 to 22.5% in 2018, and, conversely, to increase the number of people with PTSD from 8.9% in 2014 to 32.4% in 2017. The following symptoms were revealed in the subjects: depression, helplessness, insecurity, a sense of danger, a low threshold for the occurrence of an anxiety reaction. In 2014, the subjects were dominated by anxious experiences (2.028 ± 0.117), signs of somatization (1.909 ± 0.089). In 2018, anxious experiences (1.924 ± 0.104), interpersonal sensitivity (1.830 ± 0.126), and signs of depression (1.771 ± 0.105) predominated.

The results can be used to develop medical, psychological and rehabilitation measures for people with post-stress disorders.

Key words: mental disorders, civilian population, area of operation of the combined forces.

УДК 616.89-008-079(1-073)(477.61/.62)
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.26>

Панченко О.А.

д.мед.н., професор,
заслужений лікар України,
президент
ГО «Всеукраїнська професійна
психіатрична ліга»

Панченко Л.В.

завідувач відділення медичної
та соціальної психології
ДЗ «Науково-практичний медичний
реабілітаційний центр Міністерства
охорони здоров'я України»

Чумак Т.Е.

лікар-психіатр психоневрологічного
відділення
ДЗ «Науково-практичний медичний
реабілітаційний центр Міністерства
охорони здоров'я України»

Постановка проблеми. Для сучасного століття характерні гібридні війни, метою яких є створення постійно наявної зони військових операцій. Військові дії на Сході України, які тривають уже понад чотири роки, призвели до значного морального й матеріального збитку для регіону й країни в цілому. Гостро стоїть проблема впливу травматичних подій на психічне здоров'я населення, яке проживає на території проведення операції об'єднаних сил. Переживання людей, які перебували в цій зоні, безслідно не минають. Ситуація, що склалася, впливає на емоційний і психічний стан

населення, викликаючи паніку, агресію, страх, тривогу, почуття відчаю та приреченості. З'являються нові контингенти осіб, які піддаються впливу стресогенних чинників. Вони можуть входити до групи ризику з виникненням розладів психіки й поведінки, пов'язаних зі стресовими факторами [1].

Проблема постстресових розладів в останні роки стає все більш актуальною [2]. Усе більша кількість військовослужбовців залучається до розв'язання цих конфліктів, страждає мирне населення. Практика показує, що цивільне населення, яке проживає в зоні локальних

воєн, не менше ніж учасники бойових дій переживає важкі психічні травми, які викликають відповідний рівень психічних розладів. Відомо, що психогенний вплив травматичних подій складається не тільки з прямої безпосередньої загрози життю людини, але й у зв'язку з її очікуванням, а також із різними індивідуально-значущими наслідками [3]. Психогенні розлади, причини їх виникнення, клініко-психопатологічні особливості, динаміка залежать від сукупності психотравматичних чинників, а також від індивідуально-особистісних характеристик. Психологічна стійкість може залежати від організованості й узгодженості дій оточення, його підтримки.

Гібридна війна з боку екстремальних умов, що сприяють виникненню психогенії, об'єднує по суті психотравматичні фактори, властиві майже всім стихійним лихам і катастрофам. У зв'язку з почастиванням цих подій і підвищенням уваги суспільства до психічного стану населення, що знаходиться в критичних ситуаціях, особливе місце в психіатричній практиці сучасності зайняли посттравматичні психічні розлади. Водночас динамічний психопатологічний аналіз свідчить про стереотип розвитку непсихотичних психічних розладів: від реакції адаптації – до невротичних реакцій, невротичних станів і патохарактерологічного (невротичного) розвитку особистості. Специфіка такої проблеми, її багатогранність і різноманітність соціальних, психологічних, біологічних і медичних умов, проявів визначає багатокомпонентний підхід до її вивчення. Слід підкреслити необхідність і важливість психологічних досліджень для виявлення клініко-психопатологічних особливостей розладів психіки й поведінки в населення та розробки ефективних методів лікування, психокорекції та психологічної реабілітації постраждалих [4; 5].

Важливим стає питання впровадження заходів, що сприяють створенню цілісної системи охорони психічного здоров'я, яка передбачає комплексний вплив на рівні суспільства, сім'ї, індивіда й адаптована до вимог історичного, політико-економічного й соціально-культурного контексту [6; 7].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. До проблематики, що пов'язана з вивченням посттравматичного стресового розладу, зверталися такі українські науковці, як П.В. Волошин, Н.О. Марута, Л.Ф. Шестопалова [1], І.В. Кочін [2], М.В. Маркова, П.В. Козир [3] та інші. Вивчення психосоціальних і медико-психологічних впливів на людину екстремальних факторів воєнного часу або різних техногенних і природних катастроф, які отримали назву посттравматичних стресових розладів (далі – ПТСР), продовжує залишатися актуальним. Це пов'язано з поширеністю ПТСР як серед учасників військових дій, так і серед населення, яке проживає в зоні проведення військової операції.

Постановка завдання: оцінити спектр клініко-психопатологічних особливостей розладів психіки й поведінки в населення в зоні проведення операції об'єднаних сил та їх динаміку за період 2014–2018 роки.

Матеріали та методи. У 2014–2018 роках у Державному закладі «Науково-практичний медичний реабілітаційний центр Міністерства охорони здоров'я України» проводилося психодіагностичне обстеження жителів регіону з метою діагностики клініко-психопатологічних особливостей розладів психіки й поведінки. У дослідженні брало участь доросле населення від 18 до 70 років, яке проживає в зоні військового конфлікту, у 2014 році – 268 осіб, у 2015 році – 568 осіб, у 2016 році – 946 осіб, у 2017 році – 333 осіб, у 2018 – 200 людина.

Таблиця 1

Демографічні дані обстежуваного контингенту (%)

	2014 рік	2015 рік	2016 рік	2017 рік	2018 рік
Вік:					
17–30	21	18	20	17	15
31–40	23	22	16	21	22
41–50	9,5	12	11	11	10,5
Понад 50	46,5	48	53	51	52,5
Стать:					
Жінки	75	69,5	71	72,5	73,5
Чоловіки	25	30,5	29	27,5	26,5
Освіта:					
Вища	27	30	25	22,5	22
Середньо-спеціальна	56,5	55	54,5	53,5	53,5
Середня	16,5	15	20,5	24	24,5
Переселенці	7	6	5	6	6

Дослідження містило збір коротких анамнестичних відомостей, актуальних скарг, розглядалася вираженість ознак ПТСР за допомогою Місісіпської шкали ПТСР; психопатологічну симптоматику виявляв опитувальник вираженості психопатологічної симптоматики (SCL-90).

Виклад основного матеріалу дослідження. У дослідженні брали участь у середньому 72,3% жінок і 27,7% чоловіків, в основному люди із середньо-спеціальною та вищою освітою, віком понад 50 років (табл. 1).

У зоні проведення операції об'єднаних сил певного значення набуває інформаційне середовище, яке відбивається на психічному стані й психологічному добробуті населення [8]. На людину впливає не тільки постійний інформаційний контакт із навколишнім соціальним середовищем або його відсутність, а й кількість, обсяг, зміст і структура інформації, що надходить і переробляється. Інформація може викликати фізіологічну дезадаптацію, що призводить до психічних розладів. Використання інформаційних технологій практично в усіх сферах суспільного життя приводить до того, що суспільство й кожен конкретний індивідуум стає все більш залежними від інформації [9]. У зв'язку із цим одним із завдань дослідження було виявлення ставлення досліджуваних до інформаційного простору, в якому вони знаходяться, а також оцінка якості інформації та потреби в її отриманні [1] Аналіз результатів анкетування показав, що потреба в новій інформації на початку проведення антитерористичної операції досягала максимального

значення в 77,6% обстежених, а у 2018 році ця потреба знизилася і є актуальною для 31,2%. Значно збільшилася кількість осіб, що не цікавляться інформацією взагалі, з 2,7% у 2014 році до 30,1% у 2018 році (рис. 1).

У 2014 році постраждали морально 72,6% обстежуваних, у 2018 році число постраждалих морально знизилася до 42,7%. Постраждали матеріально у 2014 році – 34,1%, кількість матеріально постраждалих у 2018 році досягло 70,6%. Емоції являють собою суб'єктивні переживання, які сигналізують про щасливий або нещасливий стан організму й психіки. Емоційне напруження активізує каскад негативних емоцій: тривогу, страх, агресію та інші.

Психотравмувальні чинники воєнного часу й несприятливі соціально-економічні умови життя призводять до порушень у психічній сфері. Переживання негативних емоцій підвищує рівень інтеграції елементів лімбіко-гіпоталамо-ретикулярного комплексу з розвитком системного гальмування. Відповідно, патологічна активація правопівкульових діенцефальних структур сприяє прояву туги й апатії, зниженню загальної активності, порушується структура «самості», когнітивна модель світу, афективна сфера, емоційні шляхи навчання. Страх як емоція, яка відбиває актуальний стан населення, що проживає на території проведеного дослідження, зберігався впродовж 2014–2018 років і відзначався в 35–33,5% обстежуваних. Тривога з вегетативними порушеннями є одним із проявів психогенного дистресу. Саме тривожні прояви є тим пер-

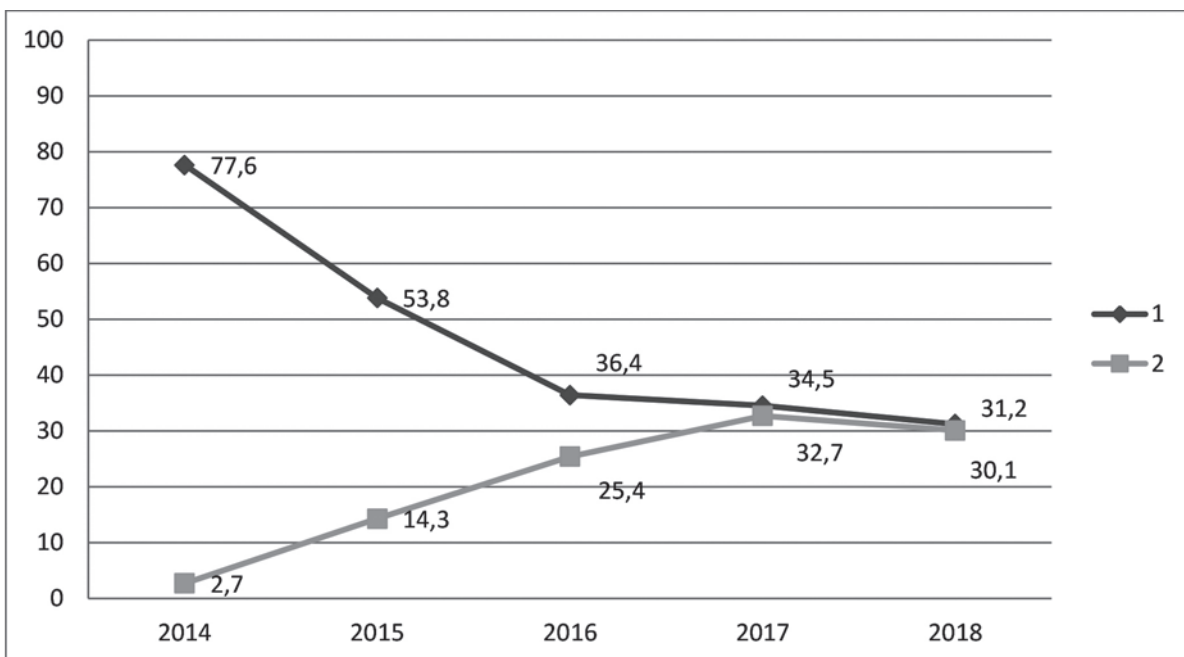


Рис. 1. Результати дослідження сприйняття інформації населенням, яке проживає на території проведення операції об'єднаних сил (%): 1 – відчують потребу в новій інформації; 2 – взагалі не цікавляться інформацією

винним маркером, який характеризує можливість подальшу появу постстресових розладів, у разі тривалого переживання (дистресу) організм залучає додаткові резерви регуляції поведінки й функціонування. Надалі може відбуватися зрив адаптації. Патологічна тривога може бути причиною або пусковим механізмом як психічних, так і соматичних захворювань. Це генералізована реакція організму, що виявляється вегетативними, психологічними й поведінковими симптомами.

До вегетативних проявів тривоги належать: задишка або відчуття задухи, серцебиття, почуття стиснення або болю в серці, збільшення частоти пульсу, пітливість, холодні липкі руки, сухість у роті, абдомінальний дистрес (нудота, пронос, болі в шлунку), слабкість, запаморочення, припливи спеки або холоду, часте сечовипускання, внутрішнє тремтіння, труднощі під час ковтання або відчуття «комка в горлі».

Психологічні прояви багатогранні, але переважають такі: відчуття пригніченості, безпорадності, невпевненості, небезпеки, знижена самооцінка й рівень домагань, низький поріг виникнення реакції тривоги, труднощі концентрації уваги, відчуття «порожнечі в голові», сугестивність, підкорюваність, комплекс провини й неповноцінності, слабкість «Я», дратівливість, відчуття напруженості й нетерпіння.

У дослідженні відзначалося зниження кількості обстежуваних із тривогою з 77% у 2014 році до 59,9% у 2018 році. Число осіб, які відчувають розпач, варіював у межах 10,5–29,3%, а число обстежуваних із безпорадністю та роз-

дратуванням коливалося в межах 22,5–37,2%. Відзначається неухильне зростання осіб з байдужістю та зневірою. Якщо число осіб, що зазнають байдужість, у 2014 році склало 5,5%, то у 2018 році їх число становить 10,2%. Число осіб, які відчувають смуток, у 2014 році – 12%, у 2018 році – 26,5% (табл. 2).

Інтенсивність стресогенного впливу в ситуаціях, пов'язаних із загрозою існування людини, буває настільки велика, що попередні невротичні стани або особистісні особливості вже не грають вирішальної ролі в генезі ПТСР. Їх наявність може сприяти розвитку стресового розладу, відбиватися в перебігу або клінічній картині [10]. Однак ПТСР може розвинути в катастрофічних обставинах практично в кожній людині навіть за повною відсутністю явної особистісної схильності. Однак водночас слід підкреслити, що ПТСР – це лише один із можливих психологічних наслідків переживання травматичного стресу, ПТСР виникає приблизно в 1/5 частини осіб, які пережили ситуації травматичного стресу. У нашому дослідженні вираженість ПТСР вимірювалася за допомогою Місісіпської шкали ПТСР. Число осіб з окремими ознаками ПТСР знизилося з 37,3% у 2014 році до 22,5% у 2018 році, а число осіб із ПТСР, навпаки, збільшилося з 8,9% у 2014 році до 32,4% у 2018 році. Подібні зміни можуть бути пов'язані як із загостренням ситуації в регіоні, так і з виснаженням адаптаційних механізмів психіки у зв'язку з тривалістю впливу психотравмального фактора. Результати дослідження представлені в табл. 3.

Таблиця 2

Результати анкетування (%)

ДАТА АНКЕТА	2014 рік (n=268)	2015 рік (n=535)	2016 рік (n=66)	2017 рік (n=102)	2018 рік (n=200)
Відчувають потребу в новій інформації	77,6	53,8	36,4	34,5	31,2
Взагалі не цікавляться інформацією	2,7	14,3	25,4	32,7	30,1
Постраждав морально	72,6	73,4	62,1	59,8	42,7
Постраждав матеріально	34,1	46	67,5	70,1	70,6
Страх	35	34,3	31,8	35,3	33,5
Тривога	77	69	65,4	61,2	59,9
Безпорадність	22,5	31	24,5	25,8	29,0
Відчай	10,5	29,3	22,7	28,1	27,5
Роздратування	35	30,3	36,4	37,2	35,4
Байдужість	5,5	8,3	6,1	10,8	10,2
Зневіра	12	18,8	18,1	22,5	26,5

Таблиця 3

Результати дослідження за Місісіпською шкалою ПТСР (%)

Місісіпська шкала ПТСР	2014 рік (n=268)	2015 рік (n=535)	2016 рік (n=66)	2017 рік (n=102)	2018 рік (n=200)
Окремі признаки ПТСР	37,3	35,4	24,2	21,6	22,5
ПТСР	8,9	13,3	25,8	32,4	12,5

Дослідження індивідуально-особистісних характеристик обстежуваних здійснювалося за допомогою опитувальника SCL-90-R (табл. 4). Психопатологічні розлади представлені невротичним регістром і досить часто поєднуються з депресією. Аналіз результатів дослідження показав, що у 2014 році в обстежуваних домінували тривожні переживання ($2,028 \pm 0,117$), ознаки соматизації ($1,909 \pm 0,089$), що означає дистрес, який виникає з відчуття тілесної дисфункції, котра виявляється в різних скаргах, болях, а також у соматичних еквівалентах тривожності. Ворожість ($1,764 \pm 0,17$) говорить про реакцію агресії, дратівливості, гніву й обурення. Міжособистісна сензитивність ($1,800 \pm 0,12$) характеризується почуттями особистісної неадекватності й неповноцінності в процесі комунікативної взаємодії. Фобічна тривожність ($1,744 \pm 0,11$) демонструє ірраціональний страх певних людей, місць, об'єктів і бажання уникати. Параноїальні симптоми ($1,909 \pm 0,09$) свідчать про деформації процесу мислення в проєкціях думок, підозрливості, страху втрати незалежності. Шкала психотизму ($1,796 \pm 0,09$) вказує

на уникнення, ізолюваний, шизоїдний стиль поведінки цієї категорії опитаних. Ознаки депресії ($1,907 \pm 0,095$) свідчили про зниження настрою. У 2018 році домінували тривожні переживання ($1,924 \pm 0,104$), міжособистісна сензитивність ($1,830 \pm 0,126$), ознаки депресії ($1,771 \pm 0,105$).

Дані кореляційного аналізу у 2014 році показали, що з посиленням ознак ПТСР в обстежуваного контингенту збільшується вираженість тривожних переживань ($r_s = 0,514$, $p \leq 0,05$), тривожно-фобічних переживань ($r_s = 0,439$, $p \leq 0,05$), депресивних переживань ($r_s = 0,376$, $p \leq 0,05$). У 2018 році, за даними кореляційного аналізу зберігається тенденція до посилення тривожних ($r_s = 0,525$, $p \leq 0,05$), депресивних переживань ($r_s = 0,434$, $p \leq 0,05$), рис агресивності ($r_s = 0,376$, $p \leq 0,05$) з посиленням ознак ПТСР.

Висновки з проведеного дослідження. У населення, що проживає на території проведення операції об'єднаних сил, простежується тенденція до зниження числа осіб з окремими ознаками ПТСР із 37,3% у 2014 році до 22,5% у 2018 році, й навпаки, до збільшення числа

Таблиця 4

Опитувальник вираженості психопатологічної симптоматики Symptom Checklist-90-Revised (SCL-90-R), середні показники за 2014–2018 роки

Параметр	2014 рік (n=268)	2015 рік (n=535)	2016 рік (n=66)	2017 рік (n=102)	2018 рік (n=200)
Соматизація	1,909±0,09	1,819±0,07	1,909±0,09	1,434±0,72	1,687±0,06
Обсесивно-компульсивні розлади	1,796±0,09	1,896±0,08	1,796±0,09	1,213±0,72	1,717±0,08
Міжособистісна сензитивність	1,800±0,12	1,822±0,13	1,800±0,12	1,027±0,07	1,830±0,13
Депресія	1,907±0,11	1,944±0,08	1,907±0,11	1,186±0,75	1,771±0,11
Тривожність	2,028±0,12	2,011±0,11	2,028±0,12	1,395±0,86	1,924±0,11
Ворожість	1,764±0,17	1,733±0,11	1,764±0,17	1,007±0,78	1,614±0,16
Фобічна тривожність	1,744±0,11	1,759±0,17	1,744±0,11	1,684±0,69	1,650±0,19
Параноїдальні симптоми	1,909±0,09	1,876±0,06	1,555±0,05	1,866±0,78	1,570±0,12
Психотизм	1,796±0,09	1,699±0,14	1,817±0,15	1,609±0,64	1,620±0,15

Таблиця 5

Результати дослідження кореляційного зв'язку між ступенем вираженості постстресових психічних розладів та індивідуально-особистісними характеристиками цивільних осіб (коефіцієнт кореляції)

Параметр	2014 рік n=268	2015 рік n=535	2016 рік n=66	2017 рік n=102	2018 рік n=200
Соматизація	0,332**	0,351**	0,229	0,109	0,352**
Обсесивно-компульсивні розлади	0,319**	0,358**	0,248	0,230*	0,360**
Міжособистісна сензитивність	0,251**	0,271**	0,017	0,166	0,295**
Депресія	0,376**	0,391**	0,294	0,113	0,434**
Тривожність	0,514**	0,522**	0,569**	0,250*	0,525**
Ворожість	0,345**	0,389**	0,196	0,066	0,376**
Фобічна тривожність	0,439**	0,455**	0,033	0,240*	0,325**
Параноїдальні симптоми	0,316**	0,343**	0,177	0,061	0,359**
Психотизм	0,302**	0,336**	0,203	0,078	0,322**

Примітка. Вірність відмінностей на рівні * – $p \leq 0,05$, ** – $p \leq 0,01$.

осіб із ПТСР із 8,9% у 2014 році до 32,4% у 2017 році.

В обстежуваних були виявлені такі симптоми: відчуття пригніченості, безпорадності, невпевненості, відчуття небезпеки, низький поріг виникнення реакції тривоги. У 2014 році в обстежуваних домінували тривожні переживання ($2,028 \pm 0,117$), ознаки соматизації ($1,909 \pm 0,089$). У 2018 році переважали тривожні переживання ($1,924 \pm 0,104$), міжособистісна сензитивність ($1,830 \pm 0,126$), ознаки депресії ($1,771 \pm 0,105$).

Отримані результати можуть бути використані для розробки медико-психологічних і реабілітаційних заходів для осіб із постстресовими розладами.

Надання адекватної медико-психологічної допомоги населенню, яке проживає на території проведення операції об'єднаних сил, необхідно проводити в спеціалізованих реабілітаційних центрах кваліфікованими фахівцями.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волошин П.В., Марута Н.О., Шестопалова Л.Ф. Діагностика, терапія та профілактика медико-психологічних наслідків бойових дій в сучасних умовах : методичні рекомендації. Харків, 2014. 80 с.
2. Кочін І.В. Особливості медико-санітарних втрат і організація екстреної медичної допомоги населенню та військовослужбовцям в зоні проведення антитерористичної операції. *Новости медицины и фармации*. 2015. № 14 (552). С. 16–18.
3. Маркова М.В., Козира П.В. Постстресові дезадаптивні стани на тлі соціальних змін : аналіз проблеми. *Медицина психологія*. 2015. № 1 (37). С. 8–13.
4. Панченко О.А., Банчук Н.В. Информационная безопасность личности : монография. Киев : КИТ, 2011. 672 с.
5. Панченко О.А. Турбулентное мышление в условиях тревожного предчувствия. *Реалізація тривоги у психічні та соматичні розлади у населення в зоні проведення антитерористичної операції*: збірник тез доповідей учасників науково-практичної конференції з міжнародною участю / За заг. ред. д. мед. н., проф., Заслуженого лікаря України О.А. Панченка. Київ : «Контраст», 2018. С. 7–14.
6. Тарабрина Н.В. Психология посттравматического стресса. Москва : Изд-во Института психологии РАН, 2009. 304 с.
7. Ткач М.И. Оказание психологической помощи населению Донбасса в период вооруженного конфликта и в восстановительный период. *Проблемы психологических последствий, связанных с радиационными авариями и другими чрезвычайными ситуациями* : материалы международной научно-практической конференции. Москва : Квадратон, 2015. С. 23–25.
8. Lanius R.A., Vermetten E., Loewenstein R.J. Emotion modulation in PTSD: Clinical and neurobiological evidence for a dissociative subtype. *Am. J. Of Psychiatry*. 2010. Vol. 167. P. 640–647.
9. Erin Martz. Trauma Rehabilitation After War and Conflict. Community and Individual Respectives. New York, Springer, 2010. 436 p.
10. World Health Organization (WHO). Building back better: sustainable mental health care after emergencies. Geneva : WHO, 2013. 110 p.

ВИВЧЕННЯ ГЕНДЕРНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ СПОРТСМЕНІВ (НА ПРИКЛАДІ КАРАТЕ ТА НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ) ТА ОСІБ, ЯКІ НЕ ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТОМ

DETERMINATION OF GENDER CHARACTERISTICS OF THE PERSONALITY OF ATHLETES AND PERSONS WHO DO NOT GO IN FOR SPORTS (ON THE EXAMPLE OF KARATE AND TABLE TENNIS)

Статтю присвячено тематиці гендерної ідентичності, яка є одним із важливих компонентів самоідентифікації індивіда. Для спортивної діяльності маскуліні якості в дівчат-спортсменок є показником успішності. Однак за межами спортивної діяльності маскуліні якості дівчат можуть знижувати ефективність міжособистісних взаємин. У зв'язку із цим дослідження гендерної диференціації представників різних видів спорту на прикладі карате й настільного тенісу з урахуванням фактора статі представляється своєчасним та актуальним. У статті розглядаються питання визначення психологічної статі за методикою С. Бем. Така методика використовується також для визначення ступенів андрогінності, маскуліності й фемініності особистості. У дослідженнях використовувалися такі методи: аналіз та узагальнення літературних джерел та інтернет-ресурсів із досліджуваної проблеми; методика С. Бем «Маскуліність / фемініність»; методи математичної статистики. У дослідженнях взяло участь 106 осіб, спортсменів Національного технічного університету «Дніпровська політехніка», дівчат – 56 осіб, юнаків – 50. Спортсмени – це представники таких видів спорту, як карате й настільний теніс. Вік обстежуваних – 17–23 роки. Певно встановлено, що в дівчат-спортсменок до маскулінного типу ідентифікації особистості віднесено 20% обстежуваних, до андрогінного – 80%. У тих, що не займаються спортом, до фемініності належить 6 %, до маскуліності й андрогінності – 12% і 82% відповідно. У досліджуваних групах дівчат домінує маскуліний та андрогінний типи гендерної ідентифікації особистості. Маскуліність проявилася в 30% юнаків, андрогінність – у 70%. У досліджуваних групах обох статей досить вагомим виявлено відсоток андрогінного типу особистості. На наш погляд, такі отримані дані можуть свідчити про адаптивні фактори до занять спортом.

Ключові слова: гендер, маскуліність, фемініність, андрогін, спортсмени, карате, настільний теніс, психодіагностика, методика С. Бем.

Gender identity is one of the important components of an individual's self-identification. For sports activities, masculine qualities in girls-athletes are an indicator of success. However, outside of sports, the masculine qualities of girls can reduce the effectiveness of interpersonal relationships. In this regard, the study of gender differentiation of different sports on the example of karate and table tennis, is timely relevant. The article considers the issues of determining the psychological sex according to the method of S. Bem. This technique is also used to determine the degrees of androgyny, masculinity and femininity of the individual. The following methods were used in the research: analysis and generalization of literature sources and Internet resources on the researched problem; S. Bem's method "Masculinity / femininity"; methods of mathematical statistics. The research involved 106 people, athletes from the National Technical University "Dnipro Polytechnic", girls – 56 people, boys – 50. Athletes are representatives of such sports as karate and table tennis. The age of the subjects is 17–23 years. It is reliably established that in female athletes 20% of the subjects belong to the masculine type of identification, and 80% to androgynous. In those who do not play sports to femininity – 6%, masculinity and androgyny 12% and 82% respectively. The studied groups of girls are dominated by masculine and androgynous types of gender identity. Masculinity was manifested in 30% of young men and androgyny in 70%. In the study groups of both sexes, the percentage of androgynous personality type was found to be quite significant. In our opinion, such data may indicate adaptive factors for sports.

Key words: gender, masculinity, femininity, androgyny, athletes, karate, table tennis, psychodiagnostics, method of S. Bem.

УДК 796.012.2+796.077.5:796.322
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.27>

Реут Є.О.

старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»

Крючков С.І.

старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту Національний технічний університет «Дніпровська політехніка»

Постановка проблеми. За даними низки авторів, протягом тривалого часу чоловіків і жінок розподіляли тільки за анатомічними ознаками. Дещо пізніше ввели поняття «гендер» [4, с. 58].

Проблема формування маскуліності / фемініності викликає багато суперечок і розбіжностей, зокрема в питанні про те, чи є такий особистісний компонент вродженим або придбаним у ході розвитку особистості [2, с. 190].

Питання гендерної ідентифікації особистості продовжують залишатися актуальними, й сфера спорту не є винятком. Як відомо, гендерна ідентичність є одним із важливих компонентів самоідентифікації індивіда. У процесі гендерної соціалізації

основними є орієнтири, які визначаються суспільством як «чоловіче» й «жіноче» [1, с. 12].

Постановка завдання. Метою статті є вивчення гендерних особливостей особистості спортсменів (на прикладі карате й настільного тенісу) й осіб, які не займаються спортом.

Виклад основного матеріалу дослідження. У зв'язку з розширенням жіночих спортивних дисциплін, а також участі жінок у тих видах спорту, які раніше вважалися суто чоловічими, на перший план висувається безліч питань. Наприклад, яким чином заняття тим чи іншим видом спорту впливає на зміну структури їхньої особистості. У тих видах спорту й дисциплінах, які раніше вважалися

суто чоловічими, спортсменки проявляють нетипові особливості поведінки, а не загальноприйняті [6, с. 168; 11, с. 4]

Для спортивної діяльності маскулінні якості в дівчат-спортсменок є показником успішності. Однак за межами спортивної діяльності маскулінні якості дівчат можуть знижувати ефективність міжособистісних взаємин [3, с. 22].

У зв'язку із цим дослідження гендерної диференціації представників різних видів спорту на прикладі карате й настільного тенісу з урахуванням фактора статі представляється своєчасним та актуальним.

У людини безліч психологічних рис характеру, деякі з них є універсальними. Інші традиційно пов'язуються з типово чоловічою або типово жіночою психологією. Наприклад, рівень агресивності й домінантності розглядаються як типово чоловічі риси.

У процесі виховання та розвитку особистості, а також соціалізації формуються інші риси. Не випадково ж існують соціальні стереотипи маскулінності й фемінності [9, с. 20].

У науці заведено говорити про феномен «психологічна стать» – маскулінність, фемінність, андрогін. До типово чоловічих рис (маскулінність) традиційно належать такі риси, як незалежність, наполегливість, домінантність, агресивність, схильність до ризику, самостійність, впевненість у собі тощо [5, с. 185; 6, с. 168].

До типово жіночих рис, тобто фемінності, традиційно належать такі риси, як поступливість, м'якість, чутливість, сором'язливість, ніжність, здатність до співчуття, співпереживання тощо. Соціальні стереотипи фемінності менше стосуються польових сторін особистості й успішності ділової кар'єри, але водночас приділяють значну увагу емоційним аспектам. Про андрогіна кажуть у тих випадках, коли індивід не володіє чітко вираженою психологічною маскулінністю або фемінністю. У представників-андрогенів ці риси представлені гармонійно й взаємодоповнювано. Вважається, що така гармонійна інтеграція маскулінних і фемінних рис підвищує адаптивні можливості андрогінного типу [7, с. 167; 8, с. 201].

Однак м'якість, стійкість у житті й відсутність різко виражених агресивних тенденцій у спілкуванні не можна пов'язувати зі зниженням впевненості в собі. Тому що навпаки, вони проявляються на тлі самосприйняття, збереження високої самоопаки, впевненості в собі.

У процесі наших досліджень спортсменам було запропоновано методику на визначення психологічної статі за С. Бем. (Sandra L. Bem, 1974), яка використовується для здійснення діагностики психологічної статі, а також визначає ступінь андрогінності, маскулінності й фемінності особистості [13, с. 65].

Опитувальник складається із 60 тверджень (якостей), на кожне з яких випробуваний відповідає тільки «так» або «ні». Тим самим кожен випробуваний оцінює в собі наявність або відсутність перерахованих якостей.

Якщо величина індексу IS укладена в межах від -1 до +1, то роблять висновок про андрогінність. Якщо індекс IS менше ніж -1, то робиться висновок про маскулінність. А якщо індекс IS більше ніж +1 – про фемінність. Водночас у разі, коли IS менше ніж -2,025, говорять про яскраво виражену маскулінність. А якщо IS більше ніж +2,025, кажуть про яскраво виражену фемінність.

Розглянемо стандартні значення індексу IS. Яскраво виражена маскулінність має значення понад -2, проста маскулінність коливається в межах від -2 до -1, андрогінність від -1 до 1, фемінність від 1 до 2, яскраво виражена фемінність – понад 2 [3, с. 58].

Маскулінні якості: діє як лідер, агресивний, честолюбний, аналітичний розум, напористий, розумний, любить змагатися, захищає свої переконання, домінантний, сильний, має здібності лідера, незалежний, індивідуалістичний, легко приймає рішення, мужній, сподівається тільки на себе, самодостатній, сильна особистість, бажає мати певну позицію, любить ризик.

Фемінні якості: ніжний, веселий, схожий на дитину, жалісливий, не користується грубими словами, готовий втішати інших, жіночний, любить лестощі, добрий, довірливий, любить дітей, вірний, уважний до потреб інших, сором'язливий, вкрадливий, той, що співчуває, ніжний, той, що розуміє, серцевий, поступливий.

Нейтральні якості: вміє пристосовуватися, марнославний, сумлінний, ввічливий, доброзичливий, щасливий, готовий надати допомогу, невмілий, ревнивий, приємний, легко піддається змінам настрою, надійний, потайний, щирий, серйозний, тактовний, театральний, правдивий, непередбачений, неорганізований [10, с. 116].

Конкретніше диференціювання випробовуваних, за даними Е. Пайнс і К. Маслач, можна здійснити відповідно до класифікації типів статеворольової ідентичності:

1) гіпермаскулінний тип: поєднання дуже високого рівня маскулінності (80–100% із 20 пред'явлених індивіду маскулінних якостей);

2) маскулінний тип: поєднання помірно високого рівня маскулінності й низького – фемінності ($-2,025 < t \leq -1$);

3) фемінний тип: поєднання помірно високого показника фемінності й низького – маскулінності ($1 < t < 2,025$);

4) гіперфемінний тип: поєднання дуже високого рівня фемінності (80–100% фемінних якостей із 20 можливих) і низького рівня маскулінності ($t \geq 2,025$);

5) андрогін: поєднання однаково високих значень маскулінності й фемінності (50% і більше – маскулінних і 50% і більше – фемінних якостей із 20) ($-1 \leq t \leq 1$);

6) недиференційований тип (низький рівень андрогін): поєднання однаково низьких значень маскулінності й фемінності (не більше 30–40% маскулінних і не більше 30–40% фемінних якостей із 20 можливих ($-1 \leq t \leq 1$)) [8, с. 201].

Отримані показники за результатами ідентифікації особистості

Гендерний тип особистості	Дівчата-спортсменки, % (n=56)	Ті, що не займаються спортом, % (n=56)	Юнаки-спортсмени, % (n=50)	Ті, що не займаються спортом, % (n=50)
Андрогін	80	82	70	80
Фемінність	–	6	–	–
Маскулінність	20	12 %	30	20

За даними низки авторів, поєднане застосування психодіагностичного тестування опитувальника С. Бем із результатами інших особистісних опитувальників може дозволити отримати точніші результати в психодіагностиці індивідуально-особистісних характеристик досліджуваних [4, с. 58; 12, с. 201].

Мета – визначення гендерного типу особистості спортсменів та осіб, що не займаються спортом, за допомогою психодіагностичного тестування за методикою С. Бем.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел та інтернет-ресурсів із досліджуваної проблеми; психологічні методи: методика С. Бем «Маскулінність / фемінність»; методи математичної статистики.

У наших дослідженнях взяло участь 106 осіб – це спортсмени-студенти Національного технічного університету «Дніпровська політехніка» віком від 17 до 23 років. Дівчат – 56 осіб, юнаків – 50, представники карате й настільного тенісу.

Певно встановлено, що в дівчат-спортсменок до маскулінного типу ідентифікації особистості віднесено 20% обстежуваних, до андрогіна – 80%. У тих, що не займаються спортом, до фемінності належать 6% (табл. 1).

Ідентифікація особистості людини формується протягом усього життя. Спортивна діяльність впливає на її формування. На підставі результату опитування можна зробити висновок, що маскулінність проявилася в 30% (юнаки), андрогін – в юнаків у 70%. Тобто в досліджуваних групах дівчат домінує маскулінний і андрогінний типи гендерної ідентифікації особистості. У досліджуваних групах обох статей досить вагомим виявлено відсоток андрогінного типу особистості. На наш погляд, такі отримані дані можуть свідчити про адаптивні фактори до занять спортом.

Висновки з проведеного дослідження. Таким чином, на підставі аналізу отриманих результатів дослідження, ми дійшли висновку, що домінівною психологічною статтю як у чоловіків, так і в жінок є андрогін. Зважаючи на вищевикладене, можна констатувати, що отримані результати підтверджують тенденцію до маскулінізації дівчат-спортсменок у досліджуваній групі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Багадирова С.К. Формирование гендерной идентичности в условиях профессионализации личности в спорте. *Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология.* 2014. С. 12.

2. Берн Ш. Гендерная психология. Законы мужского и женского поведения. Санкт-Петербург : ПраймЕврознак, 2007. 320 с.

3. Дамадаева А.С., Шахов Ш.К. Проблема коррекции гендерных деформаций личности профессиональных спортсменок. *Вестник спортивной науки.* 2012. № 12 (2). С. 19–22.

4. Дамадаева А.С. Гендерные аспекты спортивной мотивации. *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* 2011. Вып. 12 (70). С. 58–63.

5. Кулаева Е.В. Самоопределение женщин с различными типами гендерной идентичности : дисс. ... канд. псих. наук : 19.00.05. Ярославль, 2010. 185 с.

6. Лопуга Г.В., Михайленко Ю.М. Особливості застосування психодіагностичних досліджень в навчально-тренувальному процесі спортсменів. *Науковий журнал «Габітус».* 2020. № 12. С. 168–171.

7. Лопуга Г.В., Михайленко Ю.М., Решетилова В.М. Порівняльна характеристика окремих функціональних та психофізіологічних показників студентів-спортсменів та осіб, які не займаються спортом. *Світ психології: освіта, наука, інновації : IX Міжнародні Чеппанівські психолого-педагогічні читання у рамках X Міжнародного фестивалю, м. Київ, 14–17 травня 2020 р. Київ : Гнозис, 2019–2020. С. 162–170.*

8. Пайнс Э., Маслач К. Практикум по социальной психологии. Санкт-Петербург : Питер, 2000. С. 201–202.

9. Родоманова С.С. Социально-педагогические проблемы гендерных отношений в спорте : автореф. дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04 ; ГУФК им. П.Ф. Лесгафта. Санкт-Петербург, 2007. 20 с.

10. Штылёва Л.В. Фактор пола в образовании. Гендерный подход и анализ. Москва : Мир, 2008. 316 с.

11. Усольцева А.А. Особенности становления гендерной идентичности спортсменок условно мужских видов спорта : дисс. ... канд. псих. наук : 19.00.01. Тюмень, 2015. С. 122–123.

12. Уэйнберг Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. Киев, 2001. С. 290.

13. Цикунова Н.С. Гендерные характеристики личности спортсменов в маскулинных и фемининных видах спорта : автореф. дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Санкт-Петербург, 2003. 19 с.

14. Bem S.L. Gender schema theory and its implications for child development: Raising gender-schematic children in a gender-schematic society. *Journal of women in culture and society.* 1983. Vol. 8. № 4. P. 65–78.

ПОСТТРАВМАТИЧНЕ ЗРОСТАННЯ ПІДЛІТКІВ: ДО ПОБУДОВИ ТЕОРЕТИЧНОЇ МОДЕЛІ

THE POST-TRAUMATIC GROWTH OF ADOLESCENTS: CONSTRUCTION OF THE THEORETICAL MODEL

У статті викладено результати теоретичного аналізу структури й змісту посттравматичного зростання як самостійного психологічного феномена, представлено теоретичне обґрунтування схеми дослідження посттравматичного зростання в підлітків. Показано, що в структурі посттравматичного зростання підлітка важливе місце займають вікові характеристики. Базовими компонентами посттравматичного зростання підлітків є ідентичність особистості, тимчасова перспектива, рефлексія, відносини з людьми, ціннісно-смыслові орієнтації. Провідною тенденцією посттравматичного зростання є побудова часової перспективи й трансформація образу Я. У результаті теоретичного аналізу було виділено психологічні конструкції, пов'язані з позитивною динамікою переживання підлітками психотравматичної події, які об'єднані в такі блоки: особистісний блок, блок відносин та екзистенціальний блок. Особистісний блок пов'язаний із когнітивними уявленнями про себе й схемами самості, які формують Я-концепцію та ідентичність особистості, а також із рефлексією та побудовою часової перспективи. Блок відносин містить зміни характеру взаємовідносин, підвищення довіри до навколишніх людей. Екзистенціальний блок відбиває зміну філософії життя, пріоритетів і ціннісно-смыслових орієнтацій таким чином, що підліток вчиться цінувати життя та відрізняти важливі речі від дрібниць. Підсумком посттравматичного зростання є формування позитивної ідентичності, нової життєвої перспективи, трансформація цінностей і зміна відносин із людьми. Подальші перспективи пов'язані з емпіричною перевіркою такої моделі, яка дозволяє визначити не тільки рівень посттравматичного зростання в підлітків, його зміст і структуру, а також специфіку в різних життєвих обставинах.

Ключові слова: посттравматичне зростання, психічна травма, теоретичні моделі посттравматичного зростання, підлітківий вік.

The article presents the results of the adolescents' post-traumatic growth (PTG) theoretical analysis. PTG means the ability to rise a higher level of personal development by overcoming the consequences of a traumatic event. Moreover, such changes are easier for young people and adolescents because of their cognitive flexibility. In addition, the phenomenon of PTG in this age group has been little studied, which, not least, was the reason for our choice. The article's aim is the building of theoretical model for studying PTG in adolescents. A thorough analysis of the literature allowed us to identify three basic blocks of PTR in adolescents: the personality block, the relationship block, and the existential block. The first one is related to cognitive self-concepts and self-schemas that shape the self-concept and personality identity. It also includes building of a temporal perspective, which is closely related to the reflection that differs from rumination, because reflection focuses on finding solutions to a problem, when rumination focuses on made mistakes. The second block includes relationships with people that PTG can strengthen and make mature, rather than destroy, as is the case with PTSD. The sphere of communication initially occupies an important place in the life of an adolescent, and PTG makes an adolescent to value communication with friends and relatives more, to show empathy. The third block reflects spiritual growth, changes in the philosophy of life, priorities and values in such a way that the adolescent learns to value life and distinguish important things from less important. The result of PTG is the formation of a positive identity, a new life perspective, transformation of values, and changes in relationships with people. Further prospects are associated with the empirical verification of this model, which makes it possible to determine not only the level of PTG, but also its content and structure, as well as its specifics in various life circumstances.

Key words: post-traumatic growth, mental trauma, theoretical models of PTG, adolescence. positive changes, psychological dimensions of PTG.

УДК 159.98+615.85
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.28>

Сазонова І.В.
аспірант
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Постановка проблеми. Останнім часом активно розробляється концепція «посттравматичного зростання». Посттравматичне зростання (далі – ПТЗ) – це переживання позитивних змін у результаті зіткнення зі складними життєвими кризами, до яких відносять серцево-судинні захворювання, злочинок новоутворення, озброєні зіткнення, втрату близьких, втрату житла, авіакатастрофи тощо [14, с. 1]. Велика кількість різноманітних кризових та екстремальних життєвих ситуацій, варіативність індивідуальних проявів ПТЗ, наявність руйнівних особистісних переживань одночасно з позитивною динамікою постають як джерело принципових труднощів теоретичного осмислення феномену [12]. Виходячи із

цього положення, ми вважаємо цілком виправданим застосування концепції посттравматичного зростання у випадках травмування підлітків у зв'язку зі збройним конфліктом на Сході України (втрата близьких, втрата житла, вимушене переселення, розрив відносин із друзями й родичами й інше).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження посттравматичного зростання (ПТЗ) проводяться психологами, починаючи з середини 1990-х рр. У дослідженнях використовується широкий діапазон ознак / вимірювань із позицій різних теоретичних моделей ПТЗ, серед яких функціонально-дескриптивна модель R.G. Tedeschi й L.G. Calhoun; особистісно центрована модель S. Josef; біопсихо-

соціальна модель М. Christopher; психолого-філософська модель Р. Papadopoulos, модель позитивної трансформації особистості в умовах екстремальності М.Ш. Магомед-Емінова, модель «Дволикий Янус» А. Маркера й Т. Цольнера тощо.

Натепер найбільше викладення отримали дві теоретичні моделі: функціонально-описова модель, розроблена Р. Тедескі й Л. Калхуном, та особистісно центрована модель, запропонована С. Джозефом [12].

Функціонально-дескриптивна модель посттравматичного зростання була розроблена в руслі соціально-когнітивного підходу до посттравматичного стресу, сформульованого американською дослідницею Р. Янофф-Бульман. Особливе значення для цієї теоретичної моделі отримало поняття «світ припущень» (assumptive world). Автори функціонально-дескриптивної моделі розглядають ПТЗ із позицій когнітивних переоцінок дотравматичних уявлень про світ і реконструкції «світу припущень» [14].

Тедескі й Калхун виявили п'ять життєвих сфер, в яких може проявитися посттравматичне зростання: (1) знаходження нових можливостей; (2) відчуття зрослої особистісної сили; (3) велика близькість у стосунках із людьми, вдячність до інших; (4) трансформація цінностей, усвідомлення цінності життя в цілому; (5) інтерес до духовної сторони життя, збагачення екзистенціальної складової частини життя [14].

Особистісно центрована модель С. Джозефа базується на теоретичних поглядах К. Роджерса й розглядає ПТЗ як процес когнітивної акомодатії травматичного досвіду й перебудови Я-концепції [11]. Аналіз посттравматичного зростання як ефективного виходу з травми дозволяє виділити ряд ознак ПТЗ. За С. Джозефом, такими показниками є стосунки (люди часто описують, що їхні стосунки покращилися певним способом, приміром, вони стали їх більше цінувати, співчувати іншим); погляд на себе (постраждали говорять, що набули відчуття власної сили й стійкості, зросла їхня впевненість у собі); життєва філософія (в людей з'являється почуття вдячності за кожен новий прожитий день або відбувається перегляд того, що є насправді важливим для них). Тісно пов'язаними з посттравматичним зростанням є такі змінні: когнітивна оцінка загрози, шкоди й контролюваності ситуації; фокусування на проблемі, прийняття, позитивна реінтерпретація, оптимізм, релігійність, когнітивне опрацювання травматичних спогадів [11]. Зазначена модель описує особистісні трансформації в таких вимірах: зміни в самоприйнятті – нові можливості, персональна стійкість; взаємовідносини; зміни у філософії життя – духовні зміни й життєві цінності.

У вітчизняних дослідженнях інтерес до цього феномену відбитий у наукових працях В.В. Горбунової [1], С.Л. Чачко [6], О.А. Шелюг [7] та інших.

О.А. Шелюг описала алгоритм просування до посттравматичного зростання. Спочатку активується процес автоматичного пригадування травматичної події, у свідомість мимовільно втручаються нав'язливі думки й спогади. У разі подолання дистресу й досягнення певного рівня усвідомлення того, що сталося, автоматичне пригадування поступається місцем рефлексивному переосмисленню травматичного досвіду. Така обробка інформації дозволяє зосередитися на усвідомленні набутого досвіду, з'ясуванні змісту подальшого життя, нового життєвого нарративу [7].

У дослідженні С.Л. Чачко проаналізовано, як модифікуються суспільні установки, традиції, норми, цінності в результаті переживань травматичних подій, описано вплив позитивних віддалених психологічних наслідків важких психічних травм на особистість і на збереження та покращення психічного здоров'я особистості, її соціальної та психологічної адаптації в умовах, що змінюються [10].

Роботи В.В. Горбунової присвячено проблемі відновлення та зростання осіб, які пережили травматичні події. Відзначено роль найближчого оточення в підтримці й фасилітації позитивних змін у картині світу, поведінці постраждалих, розроблені рекомендації особам із найближчого оточення щодо сприяння ПТЗ своїх близьких людей [1].

Аналіз літератури показує, що сформульовано ряд пояснювальних концепцій у цій царині (R.G. Tedeschi й L.G. Calhoun, S. Josef, M. Christopher); ПТЗ стає реальним об'єктом науково-психологічного дослідження (М.Ш. Магомед-Емінов, S.C. Thompson та інші); в емпіричних дослідженнях зібраний великий фактичний матеріал; отримані результати, які дозволяють описати певні закономірності й механізми посттравматичного зростання учасників бойових дій (В.І. Осьодло, Д.С. Зубовський та інші), що дозволяє прогнозувати подальший конструктивний розвиток проблематики [1; 5; 9; 12]. Представлено широкий спектр відповідей на питання з проблематики ПТР, описані теоретичні моделі, можливості їхнього застосування в різних умовах. Проведено кроскультурні дослідження ПТЗ, у тому числі щодо когнітивних функцій, формування ідентичності, міжнаціональних і гендерних відмінностей, показано ефективність позитивних впливів на рівні індивіда, групи й суспільства в цілому [12].

Проте існує недостатня кількість психометричних досліджень, в яких наочно була б представлена структура посттравматичного зростання, не можна з упевненістю говорити

про способи сприяння позитивним змінам для підвищення ефективності заходів психокорекції, реабілітації та психотерапії осіб після впливу психотравмальної події.

Постановка завдання. На наш погляд, необхідно виявити структуру й особливості змістовних характеристик ПТЗ, дати теоретичне обґрунтування схеми дослідження ПТЗ у підлітків.

Виклад основного матеріалу дослідження. Як найважливіша умова конструктивного дослідження ПТЗ, на наш погляд, виступає наявність, а також ступінь вираженості психологічних вимірювань у контексті вікових характеристик. Особливо це актуально щодо підліткового віку.

Р. Тедескі й Л. Калхун вважають, що люди молодого віку будуть більшою мірою схильні до посттравматичного зростання особистості, ніж дорослі й літні люди, чий когнітивні схеми й захисні механізми стають із віком більш ригідними й важче піддаються змінам [14]. Однак дослідження, присвячені ПТЗ дітей і підлітків, досить нечисленні. Переважно ці дослідження виконані зарубіжними авторами на американській вибірці респондентів (E. Salter, P. Stallard, O. Husson, B. Zebrack та інші) [9; 13]; досліджено ПТЗ китайських дітей і підлітків після землетрусу у Веньчуань [10], норвезьких дітей і підлітків, які постраждали від цунами 2004 року [12].

Це зумовлює актуальність дослідження ПТЗ підлітків на українській вибірці респондентів. Виходячи із цього, дослідження присвячене пошуку психологічних вимірювань ПТЗ у підлітковому віці.

Підлітковий вік є одним із найяскравіших періодів, відзначених кардинальними змінами практично у всіх сферах життя. Тому можна припустити, що в структурі ПТЗ підлітка вікові характеристики будуть займати важливе місце, що дозволить виявити не тільки їх силу, а й змістовні показники.

У результаті аналізу публікацій із проблеми ПТЗ були виділені психологічні конструкції, пов'язані з позитивною динамікою переживання підлітками психотравмальної події, які ми визнали можливим об'єднати в такі блоки, базуючись на концепції Р. Тедескі й Л. Калхуна.

Перший блок (умовно названий нами «особистісний») співвідноситься з такими ознаками ПТЗ (за Р. Тедескі й Л. Калхуна), як «*особистісне зростання*» та «*нові можливості*», й містить мобілізацію внутрішніх ресурсів, які підвищують самооцінку, змінюють ставлення до себе, роблять підлітка більш рішучим, міцним і відповідальним; загартовується сила волі, проявляються нові здібності.

Другий блок змін («стосунки») відповідає компоненту «*ставлення до людей*» і вказує на те, що травматична подія позитивно впливає на значущі взаємини, зміцнює їх.

Третій блок змін (компоненти «*духовне зростання*» та «*цінності життя*» в Р. Тедескі й Л. Калхуна) можна назвати екзистенційним, тому що йдеться про зміну філософії життя та визначення ціннісних пріоритетів у сьогоденні й майбутньому.

Розглянемо детальніше структурні компоненти ПТЗ підлітків.

Особистісний блок. Важливим маркером ПТЗ підлітка можуть бути схеми самості, які виявляються безпосередньо пов'язаними з питаннями самосприйняття та самовідношення.

У теорії соціального пізнання показано, що схеми як узагальнені знання стосуються не тільки об'єктів та явищ навколишнього світу, але також і самих індивідів. Узагальнені знання щодо власної персони отримали назву схеми самості (self-schemas). Один із найвідоміших зарубіжних дослідників теорії схем Х. Маркус визначає схеми самості як «засновані на минулому досвіді когнітивні узагальнення людини про себе, що організують і визначають обробку інформації, пов'язаної з власною персоною (self)» [3, с. 37]. Схеми самості є своєрідними матрицями для організації інформації та побудови власного образу Я, власної Я-концепції. Вони охоплюють значущі уявлення людини про себе [3]. За словами С. Джозефа, навіть коли людина досягає більш розвиненої структури «Я», забезпечує конгруентність між «Я» та досвідом, вона повинна стати більш повноцінно функціональною [11]. У підлітків із ПТЗ буде спостерігатися більш зв'язана Я-концепція, яка містить не тільки усвідомлення персональної сили й опору негативним подіям, а й краще розуміння власної уразливості й власних обмежень.

Підлітковий період відрізняється інтенсивністю процесів індивідуалізації, активним самовизначенням, пошуком власного місця в системі соціальних ролей, розширенням усвідомлення своїх особливостей, здібностей, можливостей для самовираження. Підліток опиняється перед необхідністю безперервного соціального й особистісного самовизначення, «добудовування» свого «Я», пошуку ідентичності. Ідентичність підлітка в разі нормативного ходу розвитку схильна до перетворень, тому вектор дослідження – у визначенні динаміки розвитку й у виявленні змін, що лежать в основі статусів ідентичності. У разі нормативного розвитку ідентичність у різних видах (особистісна, соціальна, соціокультурна, етнічна, громадянська, гендерна, ставтєворольова, професійна тощо) – це досить усвідомлений та емоційно прийнятий образ себе, що забезпечує можливість адекватного розв'язання життєвих завдань.

У підлітків із ПТЗ образ «Я» трансформується в результаті інтеграції елементів особистого досвіду, внаслідок чого набувається

здатність змінювати свою ідентичність, вибудувати позитивну ідентичність, яка складається з балансу особистісного й соціального компонентів. Особистісна ідентичність розглядається як сукупність унікальних особистісних характеристик, що дозволяють підтримувати власну цілісність, зберігаючи свободу вибору й відкритість новому досвіду. Соціальна ідентичність підлітка – система уявлень про соціальну реальність, узгоджених з очікуваннями й нормами соціального середовища, за наявності власної активної позиції в освоєнні соціальних ролей, пошуку референтної групи, що дозволяє зайняти певне місце в суспільстві.

Особистісна ідентичність вибудовується в результаті проходження криз і базується на основі виходу з них. Травмувальна подія в житті підлітка постає як так звана точка біфуркації, потрапляючи в яку, особистість підлітків зазнає ті чи інші можливі зміни: або примножуються її сили, компетенції для подальшого життєвого шляху, або такий етап не пройдений та ускладнює її розвиток; відповідно, в підлітків із ПТЗ передбачається досягнення позитивної ідентичності. Л.Б. Шнейдер встановлено, що репрезентацією досягнутої позитивної ідентичності є «позитивне самовідношення під час позитивного оцінювання власних якостей і стабільного зв'язку із соціумом, а також повної координації механізмів ідентифікації та відокремлення» [8, с. 43]. Нею визначені критерії позитивної ідентичності, серед яких висока самоцінність і цінність свого «Я» для інших, підвищена рефлексія, усвідомлення труднощів, висока активність дієвості й спілкування [8].

Важливе доповнення до усвідомлення власної ідентичності – усвідомлення підлітком часу свого існування, тому наступним виміром ПТЗ підлітків, на наш погляд, може виступати тимчасова перспектива. Сприйняття та осмислення минулого, сьогодення та майбутнього відіграють детерміновану роль у поведінці людини, виступають як його «орієнтовна основа».

Одна з найбільш значущих проблем, на думку Д.О. Леонтьєва [4], полягає в з'ясуванні того, коли й на підставі яких передумов, за яких умов людина виявляє себе в часі. Іншими словами, чим саме ті, що живуть у часі, тобто вміють вибудувати тимчасову перспективу, відрізняються психологічно від тих, що живуть поза часом, тобто не володіють цими навичками. Жити в часі означає відчувати себе в процесі переходу з минулого через сьогодення в майбутнє [4]. Поза часом живуть ті, хто не може інтегрувати минуле, сьогодення та майбутнє в єдиний процес зустрічної зміни себе й світу.

Для підлітків важливе не тільки усвідомлення минулого, сьогодення та майбутнього в їх єдності й цілісності, але й вміння пере-

осмислювати вже сформовану тимчасову перспективу й створювати нову модель майбутнього.

На підставі таких критеріїв, як цілісне сприйняття часу / фіксація на певному часовому відрізку й ставлення підлітків до минулого, сьогодення та майбутнього, виділяються такі групи підлітків за умови нормативного ходу розвитку: 1) реально сприймають дійсність, вважають за краще жити в теперішньому часі, усвідомлюють єдність минулого, сьогодення та майбутнього; 2) сприймають час у всій його єдності, їх відмінні риси – здатність жити «тут і зараз» у поєднанні зі спрямованістю в майбутнє; 3) перебувають в ілюзорному, нереалістичному майбутньому; 4) орієнтуються лише на один відрізок тимчасової шкали – єдине «сьогодення – майбутнє»; 5) фіксуються на щасливому й комфортному минулому [2].

Ймовірно, що особливості вибудовування часової перспективи можуть розглядатися як одна з діагностичних ознак у підлітків, які пережили психічну травму. Ми припускаємо, що підлітки, які мають фіксацію на негативному минулому й сприймають майбутнє як безперспективне, швидше будуть перебувати в стані, близькому до ПТСР; підлітки, орієнтовані на «тут і зараз», повернулися до нормативного ходу розвитку, переживши травму; в підлітків, які сприймають майбутнє як перспективне, за умови цілісного сприйняття свого психологічного минулого, сьогодення та майбутнього, уміння жити в сьогоденні й планувати своє майбутнє можливе посттравматичне зростання.

З огляду на вік, ці підлітки далеко не завжди мають ясну й чітку картину свого майбутнього; загострене почуття незворотності часу поєднується з уявленням, ніби час має здатність зупинятися. Це приводить до того, що підлітки самі починають планувати своє майбутнє, але часто ця діяльність має несистематичний характер, а надії, проекти, прагнення, пов'язані з майбутнім, вимагають усвідомленості й серйозної рефлексивної роботи.

Ми вважаємо можливим розглядати рефлексію як одне з психологічних вимірювань ПТЗ підлітків. Щоб рухатися до посттравматичного зростання, людина повинна пройти через етап інтенсивної рефлексії. Саме ця здатність до рефлексії дозволяє йти далі, радіти життю, незважаючи на наявність трагічних подій у минулому. Слід враховувати диференціацію рефлексії на підставі її спрямованості. Виділяють два типи рефлексії, що умовно позначаються як «інтрапсихічна» й «інтерпсихічна» рефлексія. Перша співвідноситься зі здатністю до самосприйняття змісту своєї власної психіки та його аналізу, друга – зі здатністю до розуміння психіки інших людей, що містить як здатність «встати на місце іншого», так і механізми проєкції, ідентифікації, емпатії,

тобто властивості, пов'язані зі ставленням до інших людей.

Другий блок вимірювань ПТЗ пов'язаний із відносинами з друзями й однолітками, спілкуванням із дорослими (батьками й іншими родичами, вчителями). Інтимно-особистісне спілкування з однолітками є провідною діяльністю цього періоду. У відносинах з однолітками для підлітків, з одного боку, характерно розширення взаємодії для задоволення потреби пережити новий досвід, випробувати себе в новій ролі дорослого, рівноправного партнера у відносинах. З іншого боку, характерна вибірковість у дружніх прихильностях, що задовольняє потребу в розумінні. Значущою сферою стають взаємини з протилежною статтю. Відносини з однолітками більш значущі, ніж відносини з дорослими. У цей період для підлітка важливо стати автономним щодо батьків. Але в підлітків із ПТЗ, на нашу думку, налагоджуються взаємини з близькими, сімейні зв'язки починають цінуватися вище; у відносинах із батьками вони прагнуть не тільки отримувати (турботу, емоційну підтримку, допомогу), а й віддавати.

У підлітків із ПТЗ позитивні індикатори міжособистісної взаємодії можуть проявлятися в ставленні до літніх людей. На жаль, більшість підлітків скептично оцінює значущість життєвої мудрості, проникливості й досвіду літніх людей, у них часто спостерігається феномен ейджизму, що розглядається як принижувальне ставлення до людини через його вік; їм буває важко прийняти особливості поведінки літніх людей, навіть близьких – бабусь чи дідусів.

Пережита травма може стати однією з реальних можливостей вирощування «людського в людині» (В.І. Слободчиков). З'являється бажання зробити щось для тих, у кого вже немає надії, допомогти тяжкохворим і самотнім людям у такому похилому віці, коли їх вже мало що радує в житті. Ставлення до людей похилого віку, важко хворих, безпорадних людей, дітей, тварин є випробуванням людяності, має діяльнісний характер: це прояв уваги, посильна допомога, турбота, врахування інтересів, чуйність, ввічливість, делікатність у спілкуванні.

Третя сфера прояву посттравматичного зростання – це поява більш інтегрованої життєвої філософії, світогляду, включаючи підвищення значущості власного існування, зміну пріоритетів, зміцнення переконань, почуття сенсу, повне оновлення світосприйняття [6]. Екзистенційний блок вимірювань ПТЗ у підлітків може містити такі показники, як переоцінка цінностей, визначеність життєвих орієнтирів, узгодженість власних ціннісних уявлень і цінностей значущих дорослих (батьки, педагоги), трансформація смислів. Ці позитивні зміни виражаються в зміні життєвих пріоритетів, умінні цінувати життя в цілому й у дрібницях,

можливості відрізнити дійсно важливі речі від дрібниць, наявності яскравих позитивних орієнтирів і зрозумілих алгоритмів досягнення соціально схвалюваного успіху, розумінні того, що немає таких обставин і ситуацій, в яких людське життя втратило б свій сенс.

Висновки з проведеного дослідження.

Отримані результати теоретичних розвідок узгоджуються з основними характеристиками підліткового віку, прийнятими у вітчизняній психології розвитку. У такому випадку модель ПТЗ підлітків може бути розглянута як уявлення про конкретний віковий етап, що реалізуються під час переживання підлітком психотравми. Було виділено три базових блоки ПТЗ підлітків: особистісний блок (схеми самості, які формують Я-концепцію та ідентичність особистості, часова перспектива, рефлексія); блок відносин (більш зрілі відносини з людьми, емпатія) та екзистенціальний блок (духовне зростання, зміна філософії життя, ціннісно-сміслових орієнтацій). Підсумком ПТЗ є формування позитивної ідентичності, нової життєвої перспективи, трансформація цінностей і зміни відносин із людьми. Подальші перспективи пов'язані з емпіричною перевіркою такої моделі, яка дозволяє визначити не тільки рівень ПТЗ, а і його зміст і структуру, а також специфіку в різних життєвих обставинах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Горбунова В.В. Сприяння соціального оточення відновленню та зростанню особистості при посттравматичних станах та розладах. *Наука і освіта. Психологія*. 2016. № 5. С. 40–45.
2. Кузнецова О.В. Роль временной перспективи в личностном и профессиональном самоопределении подростков. *Психологическая наука и образование*. 2007. Том. 12. № 3. С. 5–15.
3. Курышева О.В. Возрастные схемы самости подростков. *Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика*. 2013. № 3. С. 37–43.
4. Леонтьев Д.А. О времени: иллюзия ответов. *Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия*. 2004. № 1. С. 113–118.
5. Осьодло В.І., Зубовський Д.С. Посттравматичне зростання особистості учасників бойових дій: сучасний стан та перспективи. *Український психологічний журнал*. 2017. Вип. 1. С. 63–79.
6. Чачко С.Л. Психічна травма і посттравматичне зростання особистості як чинники соціальних змін. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2011. № 26. С. 268–276.
7. Шелюг О.А. Багатомірність феномену посттравматичного росту: біологічний, психологічний та соціокультурний складники особистісних трансформацій. *Психологія і особистість*. 2014. № 1. С. 112–129.
8. Шнейдер Л.Б. Личностная, гендерная и профессиональная идентичность: теория и методы диагностики. Москва : МПСИ, 2007. 128 с.

9. Husson O., Zebrack B., Block R., Embry L., Aguilar C., Hayes-Lattin B., Cole S. Posttraumatic growth and well-being among adolescents and young adults (AYAs) with cancer: A longitudinal study. *Support Care Cancer*. 2017. № 25. P. 2881–2890.
10. Jieling C., Xinchun W. Post-traumatic stress symptoms and post-traumatic growth among children and adolescents following an earthquake: a latent profile analysis. *Child Adolesc Mental Health*. 2017. Vol. 22 (1). P. 23–29.
11. Joseph S. Growth Following Adversity: Positive Psychological Perspectives on Posttraumatic Stress. *Psychological Topics*. 2009. Vol. 18 (2). P. 335–344.
12. Kanako Taku, Richard G. Tedeschi, Lawrence G. Calhoun, Jane Shakespeare-Finch. *Posttraumatic Growth: Theory, Research and Applications*. Routledge, 2018. 256 p.
13. Salter E., Stallard P. Posttraumatic growth in child survivors of a road traffic accident. *Journal of Traumatic Stress*. 2004. Vol. 17. P. 335–340.
14. Tedeschi R.G., Calhoun L.G. Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*. 2004. Vol. 15. P. 1–18.

СТАТЕВО-РОЛЬОВІ ВІДМІННОСТІ У СТАВЛЕННІ ДО ІНВАЛІДИЗОВАНИХ (ЗА МЕТОДИКОЮ ДОСЛІДЖЕННЯ ГАНДИКАПНОСТІ)

SEXUAL-ROLE DIFFERENCES IN RELATION TO THE DISABLED (ACCORDING TO THE METHOD OF HANDICAP RESEARCH)

У статті представлені результати емпіричного дослідження, спрямованого на виявлення диференціальних відмінностей чоловіків і жінок у ставленні до людей з інвалідністю. Для реалізації поставленої мети було проведено дослідження впродовж 2012–2018 років у 6 областях України із 680 особами різного віку (з 18 років), різної освіти й професії. Методом розв'язання поставленої задачі був авторський опитувальник визначення ступеня особистісного вираження гандикапності, який складається зі 185 запитань, котрі презентують 13 шкал, спрямованих на аналіз характеру взаємодії обстежуваного з інвалідизованим у різних ситуаціях і специфіки ставлення до нього: гнів, депресія, відраза, презирство, страх, ворожість, тривога, егоїзм, прагнення до домінування, антипатія, інтолерантність, упередженість, нерозвинена емпатія. Опитувальник був перевірений на валідність, надійність і репрезентативність. Під гандикапністю ми розуміємо індивідуально-психологічну властивість, яка виявляється в поведінці, емоційних станах та експресивних реакціях щодо людей із вадами фізичного або психічного розвитку. Гандикапність – це похідна, характерологічна особливість особистості від соціального явища гандикапізм. Чоловікам більшою мірою властиві прояви гніву, відрази, презирства, ворожості, прагнення до домінування. У жінок було виявлено вищі показники за шкалами «депресія», «страх», «тривога», «антипатія», «інтолерантність», «упередження». Статистично значущих відмінностей у показниках за шкалою «егоїзм» не було виявлено. Отже, аналітичний розгляд емпірично отриманих результатів на рівні статистичної певності ($p < 0,05$), дозволив встановити ряд психологічних закономірностей у проявах гандикапізму на особистісному рівні: жінки більш схильні до гандифобних реакцій, тоді як у чоловіків проявляється вищий рівень гандикапності.

Ключові слова: люди з інвалідністю, чоловіки, жінки, гнів, депресія, відраза, презирство, страх, ворожість, тривога, егоїзм, прагнення до домінування, антипатія, інто-

лерантність, упередженість, нерозвинена емпатія.

The article presents the results of an empirical study aimed at identifying differential differences between men and women in relation to people with disabilities. To achieve this goal, a study was conducted during 2012–2018 in 6 regions of Ukraine with 680 people of different ages (from 18 years), different education and profession. The method of solving this problem was the authors questionnaire to determine the degree of personal expression of disability, which consists of 185 questions, which present 13 scales aimed at analyzing the nature of the interaction of the subject with the disabled in different situations and the specifics of attitude to him: anger, depression, disgust, contempt, fear, hostility, anxiety, selfishness, desire for dominance, antipathy, intolerance, prejudice, undeveloped empathy. The questionnaire was tested for validity, reliability and representativeness. By handicap we mean an individual psychological property that is manifested in behavior, emotional states and expressive reactions to people with physical or mental disabilities. Handicap is a derivative, characterological feature of the individual from the social phenomenon of handicapping. Men are more characterized by manifestations of anger, disgust, contempt, hostility, desire for dominance. Women showed higher scores on the scales such as "depression", "fear", "anxiety", "antipathy", "intolerance", "prejudice". There were no statistically significant differences in the indicators on the scale of "selfishness". Thus, analytical consideration of empirically obtained results at the level of statistical reliability ($p < 0,05$), allowed to establish a number of psychological patterns in the manifestations of handicapping at the personal level: women are more prone to handicaphobic reactions, while men have a higher level of handicap.

Key words: people with disabilities, men, women, anger, depression, disgust, contempt, fear, hostility, anxiety, selfishness, desire for dominance, antipathy, intolerance, prejudice, undeveloped empathy.

УДК 316.61:364.694
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.29>

Ставицький О.О.

д.психол.н., професор,
професор кафедри
суспільних дисциплін
Національний університет водного
господарства та природокористування

Ставицька О.Г.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри загальної психології
та психодіагностики
Рівненський державний
гуманітарний університет

Постановка проблеми. У соціумі від початку його існування та дотепер співіснують дві великі групи людей: інвалідизовані й здорові. Співвідношення їхньої кількості в різні часи була різною – залежало від конкретного історичного й культурного періоду. Нині в Україні інвалідизовані складають майже 7 відсотків усього населення. За даними Міністерства соціальної політики України їхня кількість, на жаль, щороку зростає: приріст у середньому складає близько півмільйона осіб. Станом на 01 січня 2020 р. в Україні 2,7 млн осіб мають інвалідність, у тому числі 222,3 тис. осіб з I групою інвалідності, 900,8 тис. осіб з II групою інва-

лідності, 1 416,0 тис. осіб з III групою інвалідності й 163,9 тис. дітей з інвалідністю [1]. Причини такого зростання лежать у різних площинах: економічних, соціальних, політичних, військових тощо. Їх аналіз не є питанням нашого дослідження. Нас радше турбує питання, як ці дві соціальні групи співіснують, як ставляться один до одного, чи є гендерні відмінності в ставленні до людей з інвалідністю?

Постановка завдання. Метою нашого повідомлення є розкриття результатів емпіричного дослідження статево-рольових відмінностей у ставленні до осіб, які мають інвалідність.

Виклад основного матеріалу дослідження. Д.Л. Ветліб феномен специфічної соціальної установки щодо інвалідизованих назвала терміном «гандикапізм» (handicaps) і визначила його як соціальну установку, атитюд, забобони стосовно осіб із певними відхиленнями від норми, тобто різновид расових і гендерних стереотипів, які існують у нашому суспільстві як у відкритих, так і в прихованих, латентних формах [2].

Ставлення особистості до інвалідизованих отримало свій термін – гандикапність [3, с. 34–35]. Під цим терміном розуміється індивідуально-психологічна властивість, яка виявляється в поведінці, емоційних станах та експресивних реакціях щодо людей із вадами фізичного або психічного розвитку. Гандикапність – це похідна, характерологічна особливість особистості від соціального явища гандикапізм.

Для реалізації поставленої мети ми провели дослідження впродовж 2012 – 2018 рр. у 6 областях України із 680 особами різного віку, статі й професії за авторським опитувальником визначення ступеня особистісного вираження гандикапності, який був перевірений на валідність, надійність і репрезентативність. Опитувальник складається зі 185 запитань, які презентують 13 шкал, спрямованих на аналіз характеру взаємодії обстежуваного з інвалідизованим у різних ситуаціях і специфіки ставлення до нього [4, с. 501–514].

Узагальнені результати проведеного дослідження представлено в табл. 1, де за кожною шкалою показано середній бал ставлення до інвалідизованої частини населення чоловіками й жінками.

Результати за шкалою «Гнів» дозволяють стверджувати, що в чоловіків показники високого рівня прояву цієї риси більші (7,2%), ніж у жінок (3,3%). Тобто чоловіки більшою мірою схильні до демонстрації гніву під час взаємодії з інвалідом, вони відчувають роздратування та напруженість, сприймають контакт із неповносправною людиною як неприємну подію, нав'язану з боку оточення чи зумовлену ситуацією. Такі респонденти прагнуть уникати взаємодії з інвалідом, а коли такі контакти все ж трапляються, то використовують зазвичай деструктивні форми поведінки.

Середній рівень за цією шкалою притаманний 63,6% чоловіків і 58,4% жінок. Оптанти схильні негативно сприймати інвалідизованого. Він викликає неприємні відчуття та емоції, однак іноді люди відкрито не демонструють йому своє неприйняття, намагаючись проявляти соціально схвалювані форми поведінки.

Низький рівень переважає в жінок (38,3%) тоді, як показник чоловіків менший (29,2%). Тобто в жінок рідко виникають агресивні імпульси щодо людини з інвалідністю, вони не відчувають до неї гніву й люті, не схильні до необдуманих та імпульсивних дій. Такі респонденти рідко відчувають роздратування під час взаємодії з ними, в них не виникає бажання застосовувати деструктивні поведінкові форми.

За шкалою «Депресія» високий рівень більшою мірою притаманний жінкам (7,2%), ніж чоловікам (3,3%), що вказує на переважання в них гандифобних реакцій на взаємодію з інвалідом. Ці оптанти в разі контактів з інвалідизованими відчувають пригніченість, смуток, занепокоєння. Така ситуація сприймається як

Таблиця 1

Гендерні відмінності ставлення до інвалідів (%)

Шкали	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	ч	ж	ч	ж	ч	ж
1	7,2	3,3	63,6	58,4	29,2	38,3
2	3,3	7,2	70	72,5	26,7	20,3
3	10,4	6,5	57,3	53	32,3	40,5
4	10,3	5,3	59	54	30,6	40,8
5	12,3	24,6	57	59	30,7	16,3
6	14,2	5,4	73,6	74,3	12,2	20,3
7	13,2	26,3	67,6	62	19,2	11,6
8	7,8	5,2	76,5	75,5	15,7	19,3
9	13,7	5,3	73	76,5	13,2	18,2
10	17,2	22,2	65,6	64,5	17,2	13,3
11	9,8	11,2	72	72,5	18,2	16,3
12	23,8	29,4	61	60,4	15,2	10,2
13	11,2	7,2	73,4	74,5	15,4	18,3

Де: ч – показник чоловіків; ж – показник жінок; **1** – шкала «Гнів»; **2** – шкала «Депресія»; **3** – шкала «Відраза»; **4** – шкала «Презирство»; **5** – шкала «Страх»; **6** – шкала «Ворожість»; **7** – шкала «Тривога»; **8** – шкала «Егоїзм»; **9** – шкала «Прагнення до домінування»; **10** – шкала «Антипатія»; **11** – шкала «Інтолерантність»; **12** – шкала «Упередженість»; **13** – шкала «Нерозвинена емпатія»

неприємна, породжує негативні думки й переживання, що сприяє формуванню мотивації до уникнення такої взаємодії. Спілкування з інвалідом виснажує особистість, знижує її стресостійкість, призводить до зниження настрою та появи астеничних емоцій.

Середній рівень характерний для 70% чоловіків і 72,5% жінок. Такі респонденти відчують депресивні стани під час спілкування з інвалідом в окремих випадках, за відповідного збігу обставин, однак зазвичай ситуація взаємодії з інвалідизованим не здатна значною мірою вплинути на психологічний комфорт особистості.

Низький рівень за цією шкалою більшою мірою притаманний чоловікам (26,7%), ніж жінкам (20,3%). У них значно рідше відбувається зміна емоційного стану під час спілкування з людиною з функціональними обмеженнями, вони здатні зберігати спокій і психологічну рівновагу під час взаємодії з нею. Зіткнення з інвалідом сприймається як буденна ситуація, яка не здатна викликати негативні емоції та переживання.

Аналіз даних за шкалою «Відраза» дозволяє визначити переважання високого рівня прояву цієї ознаки в чоловіків (10,4%) у порівнянні з жінками (6,5%). Чоловіки більшою мірою схильні відчувати огиду до інваліда, він викликає почуття апатії, розчарованості, іноді провокує появу таких фізичних реакцій, як нудота, втома, погане самопочуття. Такі опитані вважають, що людина з особливими потребами не заслуговує на позитивне ставлення та може викликати лише неприязнь.

Середній рівень спостерігається в 57,3% чоловіків і 53% жінок. Такі респонденти відчують відразу не до всіх інвалідів, а до тих, що жебракують на вулицях, не дотримуються правил особистої гігієни, поведуться неадекватно, принижуються перед здоровими людьми.

Низький рівень проявляється в 32,3% чоловіків і 40,5% жінок. Помітно, що показник жінок вищий, що вказує на те, що прояви огиди й відрази до інваліда в них виникають рідше. Такі опитані відчують до людини з обмеженими можливостями жалість, вважають, що вона заслуговує на допомогу й підтримку, оскільки не винна в тому, що опинилась у такому скрутному становищі.

За шкалою «Презирство» високий рівень притаманний 10,3% чоловіків і 5,3% жінок, що вказує на більшу схильність чоловіків негативно сприймати людину з обмеженими можливостями, ставитись до неї не як до повноцінної особистості, а як до другорядної особи, що значно поступається здоровій людині у всьому. Для таких респондентів звичним є саркастичне й зверхнє ставлення до інвалідів, оскільки вони не сприймають їх на рівних.

Середній рівень спостерігається в 59% чоловіків і 54% жінок. Таким обстежуваним властиве неприйняття інваліда, виділення в його особистості рис, що не заслуговують на повагу, зокрема таких, як слабкість, безпомічність, обмежені здібності, низький рівень освіченості тощо. Це провокує появу відчуття презирства щодо людини з особливими потребами, не здатність її адекватно сприйняти. Однак ці почуття часто пригнічуються респондентом і не проявляються під час спілкування з інвалідом.

Низький рівень притаманний 30,6% чоловіків і 40,8% жінок. Показник жінок переважає, отже їм не властиве почуття презирства до інваліда, що пов'язано з більш розвиненою емпатією та здатністю краще його зрозуміти.

Показники за шкалою «Страх», які вказують на високий рівень прояву цієї ознаки, властиві 12,3% чоловіків і 24,6% жінок. Помітно, що жінкам більшою мірою притаманне почуття страху під час контактів з інвалідом, оскільки їм властива більша емоційність і нестабільність емоційного фону. Зіткнення з людиною з обмеженими можливостями викликає в опитані негативні думки й переживання, пов'язані з ідентифікацією себе з інвалідом, що викликає боязнь потрапити на його місце. Розвинена емпатія дозволяє особистості відчувати переживання інвалідизованого, що також призводить до зниження настрою, появи занепокоєння та тривоги.

Середній рівень проявляється в 57% чоловіків і 59% жінок. Цим респондентам притаманне почуття неспокою та психологічного дискомфорту, який виникає в окремих ситуаціях взаємодії з інвалідом. У решті ж випадків вони здатні зберегти спокій і впевненість.

Низький рівень за цією шкалою більшою мірою проявляється в чоловіків (30,7%), ніж у жінок (16,3%). Чоловіки не сприймають ситуацію зіткнення з інвалідом як психотравмувальну, рідко відчують збентеження та дискомфорт, зберігають впевненість, не схильні уявляти себе на місці інваліда й розмірковувати над тим, яким було б їх життя після набуття фізичної вади.

За шкалою «Ворожість» високий рівень проявляється в 14,2% чоловіків й 5,4% жінок. Переважання показника в чоловіків свідчить про те, що їм більшою мірою властиві прояви ворожості стосовно інвалідів. У них переважальними є прояви відкритої гандикапності. Такі опитані схильні до агресивної поведінки під час взаємодії з інвалідизованим, використовують деструктивні форми контактів із ним. Інваліду приписується ряд негативних рис, що робить неможливим його прийняття.

Середній рівень характерний для 73,6% чоловіків і 74,3% жінок, які не схильні відповідати на прояви приязності інваліда, ніколи самі

не ініціюють взаємодію з ним, схильні критично їх сприймати. Часом такі респонденти поводяться грубо з інвалідами, якщо вони проявляють невічливість, нервують опантанта. Вони вважають, що інваліди вимагають більшої поваги до своїх прав, ніж прагнуть поважати права інших. Обстежувані уникають ситуацій, в яких вони повинні допомогти людині з особливими потребами, дратуються, коли інвалід своїми проханнями про допомогу відриває їх від справи. Таких опантантів насторожує позитивне ставлення до них людини з інвалідністю.

Низький рівень за цією шкалою притаманний 12,2% чоловіків і 20,3% жінок. Отже, жінки не схильні проявляти щодо інваліда ворожість, відкрито демонструвати його неприйняття. У таких опантантів не виникає прагнення образити людину з фізичними обмеженнями, проявити до неї ворожість.

Показники за шкалою «Тривога», що вказують на високий рівень прояву цієї ознаки, переважають у жінок (26,3%), тоді як серед чоловіків показник нижчий (13,2%). Тобто жінки реагують на ситуацію взаємодії з інвалідом за гандифобним типом, що проявляється в зниженні настрою, появі психологічного дискомфорту. Ситуація зіткнення з інвалідизованим сприймається як стресова, здатна викликати апатію та депресію.

Середній рівень притаманний 67,6% чоловіків і 62% жінок. Такі досліджувані відчувають зняковілість під час спілкування з людиною з фізичними обмеженнями, поводяться з нею не так, як з іншими людьми, перебувають в напрузі, їм важко розслабитися. Ситуація зіткнення з інвалідом може викликати негативні емоції та оцінюватись критично, однак у більшості випадків контакт з інвалідизованою людиною сприймається нейтрально.

Низький рівень за цією шкалою спостерігається в 19,2% чоловіків і 11,6% жінок. Показник чоловіків вищий, що вказує на їх більшу емоційну стабільність, здатність зберігати спокій і впевненість під час контактів з інвалідом. Така взаємодія не викликає тривогу, не здатна знизити настрій і викликати апатію.

За шкалою «Егоїзм» високий рівень проявляється в 7,8% чоловіків і 5,2% жінок. Відмінності показників незначні, що вказує на практично однакову вираженість егоїстичних тенденцій у представників обох статей. Респонденти, які зосереджені лише на власних потребах і переживаннях, залишаються байдужими до труднощів, з якими стикаються інші, зокрема інваліди. Вираженість егоїзму призводить до нездатності зрозуміти людину з фізичними обмеженнями, її почуття, переживання та специфіку життя.

Середній рівень притаманний 76,5% чоловіків і 75,5% жінок. Такі опантанти сконцентровані на собі, в них не виникає бажання допомогти

інваліду, однак вони здатні перебороти себе й надати людині з особливими потребами певну підтримку, якщо вона про це просить. У них можуть виникати муки сумління, якщо вони грубо поводяться з інвалідом, ігнорують чи принижують його.

Низький рівень спостерігається в 15,7% чоловіків і 19,3% жінок. Показник жінок дещо вищий, що свідчить про їх меншу схильність до проявів егоїзму стосовно інваліда, що пов'язано з розвинутою емпатією, здатністю зрозуміти переживання та потреби людини з інвалідністю.

Аналіз даних за шкалою «Прагнення до домінування», які вказують на високий рівень прояву цієї ознаки, переважають у чоловіків (13,7%) у порівнянні з жінками (5,3%). Спілкування з інвалідом змушує таких опитаних почуватися впевненіше, оскільки соціальне порівняння здійснюється на їхню користь. Контактуючи з людиною, що за певними параметрами поступається опантанту, він підіймає свою самооцінку, відчувається значущішим. Засобом самоствердження може служити приниження людини з функціональними обмеженнями, підпорядкування її собі.

Середній рівень за цією шкалою характерний для 73% чоловіків і 76,5% жінок, які не здатні до побудови взаємодії з інвалідом на рівних, однак не проявляють у відкритій формі їх неприйняття. Такі респонденти зверхньо ставляться до людей з обмеженими можливостями, вважаючи, що вони не можуть бути повноцінними членами суспільства, жити повним життям і функціонувати на рівні зі здоровою людиною. Інваліду приписується низький рівень здібностей, культури й освіченості, вважається, що він часто маніпулює своїм становищем для отримання певної вигоди.

Низький рівень проявляється в 13,2% чоловіків і 18,2% жінок. Показник жінок вищий, що вказує на те, що в них рідко виникає бажання самоствердитись, користуючись інвалідом, зверхньо його сприймати. Такі опантанти здатні побудувати відносини з людиною з обмеженими можливостями на рівних, ставитись до неї як до повноцінного співбесідника, людини з такими ж здібностями й можливостями, які притаманні здоровій особистості.

За шкалою «Антипатія» високий рівень притаманний 17,2% чоловіків і 22,2% жінок. Серед жінок більше осіб, схильних не приймати людину з фізичними обмеженнями, відчувати до неї негативні переживання, що пов'язано з емоційним реагуванням особистості на ситуацію взаємодії з інвалідом, в якій вона відчуває значний дискомфорт, страх і тривогу. Ці переживання виникають через емпатійність респондентів, які переносять на себе почуття інвалідів, відчувають їх страждання та труднощі. Це своєю чергою призводить до того, що

інвалід починає асоціюватись із негативними переживаннями, а його образ викликає думки щодо того, яким стало б життя опантанта, якби він сам набув фізичної вади. Відповідно, жінки починають уникати ситуацій взаємодії з інвалідом, прагнучи відгородитись від негативних емоцій, захистити себе від травматичних переживань, а інвалід, що ці емоції провокує, починає викликати антипатію.

Середній рівень властивий 65,6% чоловіків і 64,5% жінок. Такі респонденти відчувають відстороненість під час контактів із людиною з особливими потребами, відчувають до неї негативні емоції, однак рідко їх проявляють, а в сприятливих ситуаціях здатні подолати своє упереджене ставлення та оцінити інваліда позитивніше, зосередившись на його перевагах і соціально схвалюваних рисах.

Низький рівень притаманний 17,2% чоловіків і 13,3% жінок, отже чоловіки рідше відчувають антипатію до інваліда, однак водночас відкритіше її демонструють. Якщо жінки схильні приховувати свої почуття та використовують під час взаємодії з людиною з фізичними обмеженнями соціально прийнятні форми поведінки, то чоловіки проявляють агресивність і ворожість, поводячись деструктивно.

Показники за шкалою «Інтолерантність», що вказують на високий рівень прояву цієї ознаки, переважають у жінок (11,2%), тоді як серед чоловіків виявлено 9,8% осіб із такими даними. Отже, жінки є більшою мірою інтолерантними щодо інвалідів, оскільки сформувавши позитивне ставлення до них їм заважає психологічний дискомфорт і тривога, що виникає під час контактів із людиною з обмеженими можливостями.

Середній рівень притаманний 72% чоловіків і 72,5% жінок, які переконані, що люди не створені рівними: деякі з них кращі, ніж інші, й до останньої категорії належать інваліди як особи неповноцінні, не здатні вести повне життя, забезпечувати себе й дбати про себе. Щодо інваліда застосовується позиція «зверху вниз», він не сприймається як рівний через наявність негативних уявлень і стереотипів, що заважають респонденту сформувавши адекватний образ людини з особливими потребами.

Низький рівень спостерігається у 18,2% чоловіків і 16,3% жінок. Виявлена відмінність не є значущою та не дозволяє виявити гендерні відмінності в прояві цієї риси. Такі респонденти толерантно ставляться до інваліда, сприймають його як повноцінну людину, здатну до самореалізації в різних сферах суспільного життя. Опантанти не прагнуть уникати контактів із людиною з фізичними обмеженнями, в них не виникає комунікативних бар'єрів під час спілкування з нею.

Аналіз даних, отриманих за шкалою «Упередженість», які вказують на високий рівень

прояву цієї ознаки, дозволив визначити, що показник жінок переважає (29,4%) у порівнянні із чоловіками (23,8%). Жінки сприймають інвалідів більш стереотипізовано, що пов'язано з впливом значної кількості негативних емоцій і психічних станів, які виникають в опантаного під час взаємодії з інвалідизованими. Це тривога, страх, дискомфорт, неспокій, фрустрація. Останнє вказує на те, що гандифобні реакції спричиняють формування негативного й неадекватного ставлення до інваліда, його неприйняття.

Середній рівень за цією шкалою притаманний 61% чоловіків і 60,4% жінок, які проявляють низьку здатність до об'єктивного сприйняття інвалідів через вплив панівних у суспільстві негативних стереотипів і стигматизованості образу людини з обмеженими можливостями. Таким опантантам важко прийняти думку, що інвалід може вести повноцінне життя, досягати успіхів у професійній діяльності, займати керівні посади тощо, тому вони з недовірою реагують на інформацію, де вказуються значні здобутки й досягнення людини з фізичними обмеженнями. Однак ставлення таких респондентів до інвалідів може змінитися шляхом руйнування стереотипів, зменшення ступеня стигматизації людини з особливими потребами.

Низький рівень за цією шкалою демонструє 15,2% чоловіків і 10,2% жінок. Показник чоловіків дещо вищий і вказує на їх меншу схильність до стереотипізації образу інваліда й вищу здатність сформувавши об'єктивну думку про нього. Такі обстежувані оцінюють інваліда, засновуючись на власному досвіді взаємодії з ним, на них не впливає ставлення суспільства до людини з фізичними обмеженнями.

За шкалою «Нерозвинена емпатія» високий рівень спостерігається в 11,2% чоловіків і 7,2% жінок. Показник чоловіків вищий, що свідчить про їх меншу здатність виявляти співпереживання та співчуття щодо інваліда, зрозуміти його потреби й проблеми. Такі опантанти проявляють байдужість до людини з фізичними вадами, в них відсутня мотивація до її пізнання.

Середній рівень за цією шкалою має 73,4% чоловіків і 74,5% жінок. Такі опантанти здатні зрозуміти почуття та переживання інваліда, однак не приймають їх «близько до серця», воліють залишатися осторонь і не намагаються надати людині з функціональними обмеженнями психологічну підтримку. Вони зазвичай відгороджуються від інваліда й не дозволяють своїм почуттям проявитися, хоча й вважають, що правильно було б надати йому допомогу, вислухати й підтримати.

Низький рівень притаманний 15,4% чоловіків і 18,3% жінок. У жінок рівень емпатії вищий, що дозволяє їм краще зрозуміти інваліда, специфіку його життя, проблеми й переживання. Однак у жінок, які реагують на ситуацію взаємо-

дії з людиною з особливими потребами за гандифобним типом, високий рівень емпатії відіграє негативну роль у формуванні їх ставлення до інвалідів, оскільки, співпереживаючи йому, особистість переносить на себе проблеми інваліда, його біль і страждання, це призводить до виникнення фрустрації, депресії, апатії та значного психологічного дискомфорту, що своєю чергою спонукає респондента обмежити контакти з людиною з особливими потребами, не дозволяє їй позитивно сприймати інваліда й конструктивно з ним взаємодіяти.

Висновки з проведеного дослідження.

Проведене дослідження дає можливість зробити певні висновки на питання, які були поставлені в завданнях статті. Зокрема:

- чоловіки більшою мірою схильні до демонстрації гніву під час взаємодії з інвалідом і використовують зазвичай деструктивні форми поведінки;

- високий рівень виникнення депресивного стану значною мірою притаманний частіше жінкам, ніж чоловікам і вказує на переважання в них гандифобних реакцій на взаємодію з інвалідизованим;

- відразу переважає в чоловіків, вони більшою мірою схильні відчувати огиду до інвалідизованого;

- високий рівень презирства притаманний чоловікам, що вказує на більшу схильність негативно сприймати людину з обмеженими можливостями, ставитись до неї не як до повноцінної особистості, а як до другорядної особи;

- жінкам більшою мірою притаманне почуття страху під час контактів з інвалідом;

- у чоловіків значно вищий рівень прояву ворожості стосовно інвалідів. У них переважальними є прояви відкритої гандикапності, вони схильні до агресивної поведінки під час взаємодії з інвалідизованим, використовують деструктивні поведінкові конструкти;

- тривога частіше переважає в жінок, вони реагують на ситуацію взаємодії з інвалідом за гандифобним типом, що проявляється в зниженні настрою, появі психологічного дискомфорту;

- відмінності в показниках за шкалою «егоїзм» незначні, що вказує на практично однакову вираженість егоїстичних тенденцій у представників обох статей;

- прагнення до домінування під час взаємодії з інвалідизованими переважає в чоловіків, водночас засобом самоствердження часто слугує приниження людини з функціональними обмеженнями;

- прояв антипатії, неприйняття інваліда вищий серед жінок, у них виникають негативні переживання на ситуацію взаємодії з інвалідом, де вони відчувають значний дискомфорт, страх і тривогу;

- жінки більш інтолерантні щодо інвалідів, оскільки сформувавши позитивне ставлення до них їм заважає психологічний дискомфорт і тривога, що виникає під час контактів із людиною з обмеженими можливостями;

- частіше жінки сприймають інвалідів стереотипізовано, упереджено, що пов'язано з впливом значної кількості негативних емоцій і психічних станів, які виникають у них під час взаємодії з інвалідизованими, – це тривога, страх, дискомфорт, неспокій, фрустрація;

- нерозвинена емпатія вищого рівня спостерігається в чоловіків, що свідчить про їх меншу здатність виявляти співпереживання та співчуття щодо інваліда.

Перспективними напрямками подальших наукових розвідок із питань ставлення до інвалідизованої частини населення ми вбачаємо в з'ясуванні інших диференціальних відмінностей і шляхів їх попередження та корекції.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Особам з інвалідністю. *Міністерство соціальної політики України*. URL: <https://www.msp.gov.ua/timeline/invalidnist.html> (дата звернення: 05.03.2021).
2. Corsini R., Auerbach A. "Concise Encyclopedia of Psychology". 2nd ed. New York, 1996. 1035 p.
3. Ставицький О.О. Психологія гандикапізму : монографія. Рівне : «Принт Хаус», 2011. 376 с.
4. Ставицький О.О. Психологія проявів гандикапізму та їх регуляція : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01. Київ, 2014. 597 с.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМУНІКАТИВНИХ ХАРАКТЕРИСТИК
СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВMEDICAL STUDENTS COMMUNICATIVE CHARACTERISTICS
EMPIRICAL RESEARCH

Стаття присвячена теоретичному аналізу особливостей професійно важливих якостей майбутніх лікарів, специфіці комунікативної взаємодії в системі «лікар-пацієнт» в умовах терапевтичного процесу. Визначено й теоретично обґрунтовано переважальну роль комунікативної компетентності в системі забезпечення ефективної професійної діяльності лікаря.

Розглянуто, що сформовані комунікативні характеристики, дотримання психологічної культури, спроможність до створення та підтримки психологічного контакту в системі «лікар-пацієнт» є вагомими професійно важливими якостями майбутніх медиків.

За результатами теоретичного аналізу узагальнено необхідність емпіричного дослідження системи комунікативних характеристик майбутніх лікарів і пошуку чинників їх формування. Дослідження особливостей комунікативних характеристик студентів-медиків проведено на базі Української медичної стоматологічної академії. У дослідженні взяла участь 120 студентів. Процедура дослідження передбачала поступове вивчення рівня комунікабельності, комунікативної установки, прийняття відповідальності, включення до системи контактів у взаємодії студентів-медиків. Результати дослідження засвідчили, що більшість досліджуваних прагне встановлювати стосунки з однолітками, комунікабельна. Уникання спілкування з оточенням властиве лише незначній частині досліджуваних, які схильні почувати себе невпевнено в незнайомих компаніях, бояться встановлювати контакти з незнайомими людьми, їм необхідний час, щоб розкритися перед партнером по спілкуванню.

Переважає більшість студентів має бажання, щоб інші проявляли інтерес до них і приймали у свої групи, встановлювали з ними контакти. Вони мають сильну потребу бути прийнятими іншими. Водночас студенти відчувають проблеми під час необхідності розкриватись перед партнером по спілкуванню, не налаштовані на встановлення тісних емоційних контактів, дуже обережні у виборі однолітків, з якими можуть відверто взаємодіяти й розкриватися як особистість. Також досліджувані схильні підкорятись партнеру в стосунках, відчувають залежність від думки оточення та вагаються під час прийняття рішень.

Ключові слова: студенти-медики, комунікативна компетентність, комунікативні характеристики, комунікабельність лікаря, професійно важливі якості лікаря, комуніка-

тивна установка, відповідальність студентів-медиків, спроможність встановлювати емоційний контакт майбутніх медиків.

The article is aimed to reveal the future doctors' professional qualities, communication skills in the working sphere "doctor-patient" in the therapeutic process specific theoretical analysis. The communicative competence predominant role in the system of ensuring doctor's effective professional activity is determined and theoretically substantiated.

It is determined that the formed communicative characteristics, adherence to psychological culture, the ability to create and maintain psychological contact in the system "doctor-patient" are important professionally important qualities of future physicians.

According to the results of the theoretical analysis, the future doctors communicative characteristics and its formation factors research necessity is generalized. Medical students communicative characteristics features research was conducted on the basis of the Ukrainian Medical Stomatological Academy. The research involved 120 students. The research procedure involved a gradual study of the sociability, communicative attitude, acceptance of responsibility, inclusion in the system of contacts of medical students. The results of the research showed that most of the subjects seek to establish relationships with peers, sociable. Avoiding communication with others is characteristic of only a small part of the respondents, who tend to feel confident in unfamiliar companies, are afraid to establish contacts with strangers, they need time to open up to a communication partner.

The vast student's majority want others to show interest in them and accept them into their groups, to establish contacts with them. They have a strong need to be accepted by others. At the same time, students experience problems when they need to open up to a communication partner, are not ready to establish close emotional contacts, are very careful in choosing peers with whom they can openly interact and reveal themselves as a person. Also, the subjects tend to obey the partner in the relationship, feel dependent on the others opinions and hesitate to make decisions.

Key words: medical students, communicative competence, communicative characteristics, communicativeness of a doctor, doctor's professionally important qualities, communicative attitude, responsibility of medical students, ability to establish emotional contact of future doctors.

УДК 17.023.36:614.253.52

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.30>

Шевченко О.М.

к.пед.н.,

доцент кафедри українознавства та гуманітарної підготовки

Українська медична стоматологічна академія

Владимирова В.І.

старший викладач кафедри

українознавства та гуманітарної підготовки

Українська медична стоматологічна академія

Постановка проблеми. В умовах сьогодення часто дослідники звертають увагу на характеристики спілкування та комунікативні характеристики працівників різних професій, і фахівців медичної сфери зокрема. Це зумовлено специфікою професійної діяльності медичних працівників, їхніми психологічними

характеристиками, що визначають ефективність виконання лікарем своїх професійних обов'язків, і лікувального процесу загалом.

Комунікативна компетентність майбутнього лікаря має визначальну роль у системі його професійно важливих якостей через наявність специфічних комунікативних

труднощів у процесі лікувального процесу. Труднощі взаємодії лікаря та пацієнта в лікувальному процесі пояснюються тим, що психологічні особливості пацієнта в умовах лікувальних взаємин і взаємодії приходять у зіткнення з психологічними особливостями медичного працівника (лікаря, медичної сестри тощо). Метою контактів між цими людьми є допомога, яка надається одним з учасників взаємодії іншому, а складний психологічний зміст стосунків (через хворобу, інвалідність тощо) й особистісні характеристики учасників такої взаємодії ускладнюють спілкування між лікарем і пацієнтом.

Для того, щоб процес взаємин пацієнта й медичного працівника був ефективним, важливе значення мають не лише наявні в лікаря професійні знання, але й уміння ефективно організувати взаємодію. Отже, вивчення сформованості комунікативних характеристик майбутніх лікарів натепер є актуальним питанням, що потребує вивчення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

На специфіку проблематики лікувальної взаємодії, спілкування в системі «лікар-пацієнт» спрямована дослідницька увага Н.М. Бугайової, І.С. Вітенко, В.В. Знакова й інших. Зокрема, Н.М. Бугайова [1] відзначає, що для ефективності процесу взаємин пацієнта й медичного працівника необхідно пізнати психологічні основи подібної взаємодії: мотиви й цінності медпрацівника, його уявлення про пацієнта, не відкидати також очікування самого пацієнта від процесу діагностики, лікування, профілактики й реабілітації, поведінки самого медичного працівника.

Складність стосунків лікаря та пацієнта визначається також тим, що інтерес учасників діагностичного й лікувального спілкування формується, як правило, на негативному емоційному тлі, зумовленому тим, що приводом для зустрічі медичного працівника й пацієнта стає певна проблема (І.С. Вітенко [2], С. Baylor, M. Burns [7]). Негативні емоційні переживання безпосередньо входять у структуру будь-якої проблеми, оскільки вони дають сигнал про якісь певні відхилення або порушення в діяльності особистості або організму пацієнта. Відомо, що хвороба часто викликає пригнічений настрій і навіть депресивний стан або агресію.

Взаємини між лікарем і хворим залежать також від витривалості їх характерів і бажання співпрацювати. Особливої уваги заслуговує особистість самого лікаря. Вирішальне значення має його привітність, еколого-деонтологічна культура, особливості характеру – все це і є факторами лікувальної дії на хворого. Забезпечення деонтологічних вимог до професійної діяльності лікаря передбачає досить високий рівень мовної культури й комунікативної ком-

петентності, спроможності лікарем побудувати взаємодію в певному лінгвістичному й культурологічному контексті (О.М. Шевченко [6], В.І. Владимірова [3], М. Czepil, etc. [8])

Уміння спілкуватися, або комунікативна компетентність, забезпечує взаєморозуміння, довіру у відносинах, ефективність у розв'язанні поставлених задач (І.Р. Мухаровська [5]). Якщо пацієнт довіряє своєму лікареві, не сумніваючись у правильності діагностики й адекватності терапії, то він виконуватиме призначення, пройде всі необхідні діагностичні й терапевтичні процедури (В. Manuel, M. Valcke, I. Keygnaert [10]). За відсутності психологічного контакту пацієнт, можливо, не стане дотримуватися лікарських рекомендацій і призначень, проконсультується в інших лікарів або просто у своїх знайомих, займеться самолікуванням. У зв'язку із цим професійно значущою якістю медичного працівника є комунікативна толерантність – терпимість, поблажливість і інше. Комунікативна толерантність показує, в якому ступені лікар переносить суб'єктивно небажані, неприйнятні для нього індивідуальні особливості пацієнтів, негативні якості, засуджувані вчинки, звички, чужі стилі поведінки й стереотипи мислення (R.R. Moral, C.G. Leonardo [11]).

Своєрідність професій, в якій «допомагають», полягає в тому, що сам суб'єкт діяльності є первинним інструментом своєї роботи, й для побудови відносин виявляється недостатнім використання тільки методичних прийомів. Діяльність-допомога вимагає від професіонала особистісної залученості, відкритості відносинам, вміння співпереживати й співчувати, а також здатності розуміти інтереси іншої людини [7].

У цілому успішна лікарська діяльність, як показують численні дослідження різних авторів, як вітчизняних, так і зарубіжних, визначається такими психологічними особливостями, як високий рівень комунікативної компетентності, що реалізовується щодо пацієнтів, їх родичів, а також медичного персоналу; високий ступінь стійкості до стресу, до інформаційних та емоційних перевантажень, наявність розвинених механізмів адаптації та компенсації з високою планкою етичних цінностей, що формують дальню життєву перспективу (J. Graf, R. Smolka, E. Simoes [9]).

Такі професійно важливі якості розвиваються в майбутніх лікарів вже з початку професійного навчання в процесі набуття знань та умінь професійної діяльності лікаря. Тож, зважаючи на вагомість комунікативних характеристик для професійної діяльності лікаря, нами проведено емпіричне дослідження комунікативних характеристик майбутніх лікарів та їх залежності від локусу контролю.

Постановка завдання. Мета статті – теоретично вивчити й емпірично дослідити особливості комунікативних характеристик студентів-медиків.

Виклад основного матеріалу дослідження. В емпіричному дослідженні комунікативних характеристик студентів-медиків взяли участь 120 студентів Української медичної стоматологічної академії, які навчаються на різних курсах. Для оцінки вираженості комунікативних характеристик досліджуваних застосовані методики: опитувальник міжособистісних відносин (О.О. Рукавішніков); тест «Оцінка рівня схильності до спілкування» (В.Ф. Ряховський). Дослідження проведене у 2019–2020 навчальному році.

Розглянемо результати емпіричної розвідки особливостей комунікабельності студентів-медиків. Досліджувана вибірка представлена на рис. 1.



Рис. 1. Особливості схильності до спілкування студентів-медиків

Як свідчать дані, представлені на рис. 1., фактично половина досліджуваних (46%) має виражену комунікабельність. Такі студенти характеризуються відкритістю для набуття соціального досвіду, легко встановлюють контакти з незнайомими людьми. Також 37% досліджуваних характеризуються середнім рівнем комунікабельності. Такі майбутні медики схильні почувати себе впевнено в незнайомих компаніях, не бояться встановлювати контакти з незнайомими людьми, але вони досить обережно сходяться з ними, їм необхідний час, щоб розкритися перед партнером по спілкуванню. Окрім цього, 17% студентів-медиків має низький рівень комунікабельності. Вони замкнуті, часто орієнтовані на самотність, почувують через це певні неприємності, оскільки їм складно кооперувати власні дії з оточенням. Окрім цього, студенти переважно знають про такі свої особливості, переживають через це й прагнуть їх змінити, оскільки налаштовані на встановлення стосунків з однолітками.

Порівняємо найбільш виражені тенденції встановлення взаємостосунків серед досліджуваних (рис. 2).

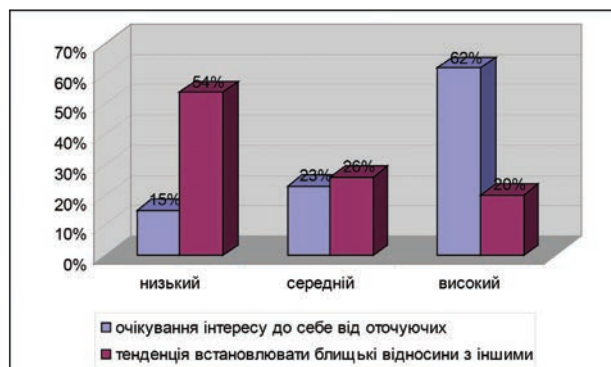


Рис. 2. Співвідношення очікування інтересу до себе від оточення та тенденції до встановлення близьких контактів з однолітками в досліджуваних

Як видно з рис. 2., переважна більшість студентів (62%) має бажання, щоб інші проявляли інтерес до них і брали у свої групи, встановлювали з ними контакти. Вони мають сильну потребу бути прийнятими іншими. Водночас ці студенти (54%) дуже обережні під час встановлення близьких емоційних відносин у дружніх стосунках. Тобто мають певні страхи стосовно необхідності розкриватися перед партнером по спілкуванню. Під час міжособистісної взаємодії розкривають свої переживання та думки не одразу.

Розглянемо співвідношення відсоткових показників тенденцій підкорятись іншим у спілкуванні й очікування встановлення близьких контактів у студентів-медиків, які представлені на рис. 3.

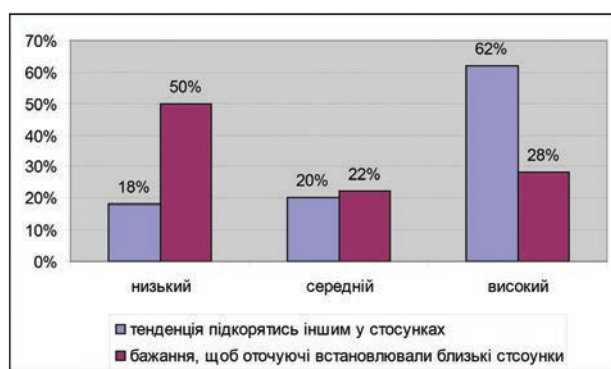


Рис. 3. Вираження тенденцій підкорятись іншим у спілкуванні й очікування встановлення близьких контактів у студентів-медиків

Як видно з рис. 3., переважна більшість досліджуваних (62%) схильна підкорятись партнеру в стосунках, відчуває залежність від думки оточення та вагається під час прийняття рішень, не любить, коли їх контролюють. Водночас значна частина досліджуваних (50% низького й 22% середнього рівнів вираження)

обережні у виборі осіб, з якими встановлюють тісні емоційні відносини, схильні не довіряти оточенню, що може бути засновано на нестачі комунікативного досвіду.

Порівнюємо вираженість таких комунікативних тенденцій досліджуваних, як тенденція приймати чи нукати відповідальності за дії в стосунках та орієнтованості на встановлення тісних емоційних контактів з оточенням, що подано на рис. 4.

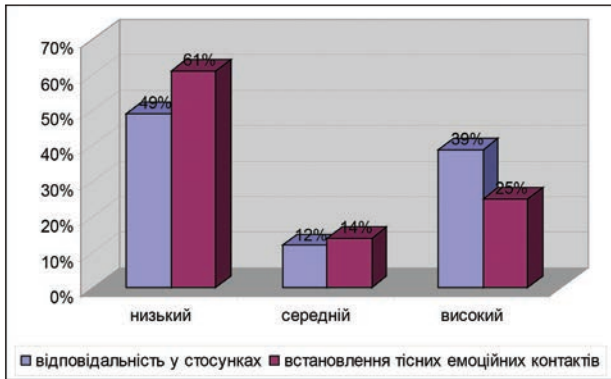


Рис. 4. Співвідношення тенденцій брати на себе відповідальність у стосунках і встановлювати тісні емоційні контакти студентів-медиків

Як видно з рис. 4., студентам переважно властиві низькі рівні прийняття відповідальності в стосунках (49%) та орієнтованості на встановлення тісних емоційних контактів (61% досліджуваних). Високі рівні за такими тенденціями виражені слабко: за першою – 39%, за другою – 26% досліджуваних. Отже, студенти-медики переважно не схильні брати на себе відповідальність у стосунках з оточенням, що відбиває певну їх психологічну незрілість, та уникають встановлення тісних емоційних контактів із товаришами, орієнтовані на формальне спілкування, остерігаються ситуацій розкриття перед партнером у взаємодії.

Висновки з проведеного дослідження. Комунікативні характеристики важливі для студентів-медиків з огляду на те, що ефективність їхньої майбутньої професійної діяльності значною мірою залежить не лише від наявних професійних знань, але й від уміння побудувати взаємодію з пацієнтом, створити сприятливе соціально-психологічне й терапевтичне середовище.

Результати проведеного емпіричного дослідження дають підстави стверджувати, що переважна більшість досліджуваних прагне встановлювати стосунки з однолітками, комунікабельна. Уникання спілкування з оточенням властиве лише незначній частині досліджуваних, які схильні почувати себе невпевнено в незнайомих компаніях, бояться встановлювати контакти з незнайомими людьми, їм необхідний час, щоб розкритися перед партнером по спілкуванню.

Переважна більшість студентів має бажання, щоб інші проявляли інтерес до них і брали у свої групи, встановлювали з ними контакти. Вони мають сильну потребу бути прийнятими іншими. Водночас студенти відчувають проблеми під час необхідності розкриватися перед партнером по спілкуванню, не налаштовані на встановлення тісних емоційних контактів, дуже обережні у виборі однолітків, з якими можуть відверто взаємодіяти й розкриватися як особистість. Також досліджувані схильні підкорятися партнеру в стосунках, відчувають залежність від думки оточення та вагаються під час прийняття рішень.

Разом із тим проведене дослідження не вичерпує питання. Зокрема, перспективно подальших розвідок може слугувати вивчення специфіки комунікативної компетентності майбутніх медиків залежно від їх ціннісних орієнтацій, ставлення до здоров'я, особливостей смислової сфери тощо.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бугайова Н.М. Психологічні особливості лікувальної взаємодії в системі «медичний працівник – пацієнт». *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2012. № 3 (29). С. 52–57.
2. Вітенко І.С. Медична психологія. Київ : Здоров'я, 2007. 208 с.
3. Владимірова В.І., Шевченко О.М. Лінгвокраїнознавчий аспект викладання української мови як іноземної. *Молодий вчений*. 2019. № 5.1. С. 55–58.
4. Знаков В.В. Исследование профессионально важных качеств у медицинских работников. *Психологический журнал*. 2004. № 3. С. 71–81.
5. Мухаровська І.Р. Обґрунтування та засади медико-психологічної допомоги лікарям онкологічної служби. *Медична психологія*. 2016. Т. 22. № 2. С. 83–87.
6. Шевченко О.М. Формування соціокультурної компетенції майбутнього лікаря. *Неперервна педагогічна освіта XXI століття* : зб. матеріалів XV Міжнар. педагогічно-мистецьких читань, м. Київ, 6–7 грудня 2017 р. Вип 1 (13). Київ : Талком, 2018. С. 98–103.
7. Baylor C., Burns M., McDonough K., Mach H., Yorkston K. Teaching Medical Students Skills for Effective Communication With Patients Who Have Communication Disorders. *American Journal of Speech-Language Pathology*. 2019. V. 28. P. 1. P. 155–164.
8. Czepil M., Karpenko O., Revt A., Istomina K. Formation of students' ethnic tolerance in institutions of higher education. *Advanced Education*. 2019. V. 12. P. 114–119.
9. Communication skills of medical students during the OSCE: Gender-specific differences in a longitudinal trend study / J. Graf, R. Smolka, E. Simoes et al. *BMC Med Educ*. 2017. V. 17. P. 75.
10. Manuel B., Valcke M., Keygnaert I., Roelens K. Improving medical students' communication competencies to deal with intimate partner violence using clinical simulations in Mozambique. *BMC Medical Education*. 2021. V. 21. Is. 126. P. 1–8.
11. Moral R.R., Leonardo C.G., Martinez F.G., Martin D.M. Medical students' attitudes toward communication skills learning: comparison between two groups with and without training. *Advanced Medical Education Practice*. 2019. V. 10. P. 55–61.

ЕМПАТІЯ ЯК ОСОБИСТІСНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТА ПРОФЕСІЙНА ЯКІСТЬ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА

EMPATHY AS A PERSONAL CHARACTERISTICS AND PROFESSIONAL QUALITY OF A PRACTICAL PSYCHOLOGIST

Стаття присвячена проблемі емпатії в контексті професійної діяльності практичних психологів. Емпатія розглядається нами як інтеграція особистісної характеристики до професійної якості фахівців. Емпатія як динамічний феномен проявляється на афективному, когнітивному, конативному, суб'єктивному та світоглядному рівнях. Афективний, когнітивний та конативний компоненти репрезентують її процесуальність як психологічного феномена. Їх системна взаємодія в поєднанні з іншими суб'єктивними характеристиками фахівця репрезентує суб'єктивний компонент, а синергетичний рівень розвитку емпатії разом з активною життєвою позицією – світоглядний. Відповідно до рівнів розвитку емпатії виділяються її типи: афективна або фізіологічна, модельна, конструктивна, особистісно-смилова, трансфінітна. В основі функціонування кожного з рівнів прояву феномену лежать відповідні механізми: емоційне зараження, ідентифікація, особистісна рефлексія, рефлексія (особистісна, моральна, соціальна), антиципація, децентрація.

На етапі професійного самовизначення високий рівень афективної форми емпатії виявляється в емоційних вербальних конструкціях: «розумію своїх однокласників краще інших», «відчуваю біль людини як свою власну»; під час професійної підготовки високий рівень когнітивної емпатії виявляється у твердженнях: «я весь час думаю про ситуацію в цій родині»; на етапі адаптації в професії психологи, перебуваючи в стані розвитку професійної емпатії, повністю занурюються в емоційний світ клієнтів; етап майстерності в професії передбачає складну взаємодію емоційних, когнітивних і конативних компонентів; на пізніх стадіях професійного становлення в практичного психолога з'являється так званий рівень професійної емпатії, готовність розділити відповідальність за реалізацію різних напрямів роботи психолога, допомагати іншим «не на шкоду собі».

Ключові слова: розвиток емпатії, професійні якості, емпатійний процес, професійна діяльність.

The article is devoted to the problem of empathy in the context of professional activity of practical psychologists. Empathy is seen by us as an integration of personal characteristics and professional qualities of professionals. Empathy as a dynamic phenomenon is manifested on the affective, cognitive, conative, subjective and ideological levels. Affective, cognitive and conative components represent it as procedural as a psychological phenomenon. Their systemic interaction in combination with other subjective characteristics of the specialist represents the subjective component, and the synergistic level of empathy development together with the active life position – worldview. According to the levels of empathy development, the following types are distinguished: affective or physiological, modeling, constructive, personal-semantic, transfinite. In the basis of the level of phenomenon manifestation there are the corresponding mechanisms: emotional contagion, identification, personal reflection, reflection (personal, moral, social), anticipation, decentration.

At the stage of professional self-determination, a high level of affective form of empathy is manifested in emotional verbal constructions: "I understand my classmates better than others", "I feel a person's pain as my own"; during training – a high level of cognitive empathy is manifested in the statements: "I always think about the situation in this family"; at the stage of adaptation in the profession – psychologists, being in a state of professional empathy, are completely immersed in the emotional world of clients; the stage of mastery in the profession involves a complex interaction of emotional, cognitive and conative components; In the later stages of professional development, a practical psychologist has a so-called level of professional empathy, a willingness to share responsibility for the implementation of various areas of work of a psychologist, to help others "not to the detriment of themselves".

Key words: development of empathy, professional qualities, empathic process, professional activity.

УДК 159.944.4: 378.22
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.31>

Шикирава Н.М.

аспірантка кафедри соціальної та практичної психології
Житомирський державний університет імені Івана Франка

Постановка проблеми. Розвинені емпатійні здібності є запорукою успішного професіогенезу для професій соціономічного типу. Професія практичного психолога й психолога-консультанта в останній час стає досить популярною та необхідною в Україні. Водночас індивідуально-психологічні характеристики особистості фахівця, здатного до цієї професії, а також динаміка розвитку професійно-важливих здібностей та якостей психолога в процесі професійної діяльності залишаються мало вивченими. Однією із центральних характеристик успішного психолога, за визнанням представників різних підходів

у психотерапії, є емпатія, однак це твердження приймається в статус постулату, що надає можливість по-різному тлумачити й емпірично перевіряти його правдивість у співвідношенні до різних аспектів особистісної та професійної діяльності. Найчастіше ігнорується той факт, що конструктор «емпатія» вимагає теоретичної специфікації та диференційованого емпірично розгляду. Необхідно відрізнити емпатію як особистісну рису й емпатію як професійну якість, що виявляється в процесі професійної взаємодії з клієнтами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз досліджень (Л. Журавльова [6],

К. Роджерс [20], Ю. Орлов [13]) дає нам можливість стверджувати, що емпатія посідає одне з найважливіших місць у структурі професійних якостей практичних психологів. Наявність різних форм професії (викладач, тренер, консультант, дослідник) пред'являють різні вимоги до їх емпатійних здібностей. Широта вимог до професійних емпатійних якостей практичного психолога зумовлена й різноплановістю напрямів його роботи: просвітницький, корекційний, розвитковий, консультаційний. Розвинена емпатія як вміння проникати й приймати світ іншої людини, подивитися на проблему й ситуацію ніби зсередини є беззаперечним критерієм успішності реалізації різних напрямів роботи, й зокрема консультативного процесу. Цікаво, що опис феномена емпатії зустрічається і в народній творчості: «побувати в чужій шкурі», «пройтись у чужих чоботях», «знаходитись у чужій системі координат».

Дослідження емпатії в рамках консультативного процесу найширше представлено в роботах К. Роджерса [20], який визначав емпатію як тимчасове життя іншим життям, делікатне перебування в ньому без оцінювання та осуду. Дуже важливим у розвитку теорії емпатії, на наш погляд, було виділення науковцем трьох принципових особливостей емпатійного процесу. По-перше, дослідник вперше вказав на емпатійне розуміння як важливу умову розвитку особистості в процесі взаємодії між терапевтом і клієнтом. По-друге, наявність в емпатії співпереживання, безумовного прийняття будь-яких переживань об'єкта, а не просто позитивного ставлення, симпатизування об'єкту. По-третє, емпатійний процес – це процес динамічний, а не статистичний, який залежить і від професійної підготовки психолога, й від готовності, зрілості клієнта. «Безоцінність – одна із цілей на шляху змін клієнтом свого ставлення до себе, й консультант повинен являти собою еталон такої позиції» [4, с. 71]. У ситуації емпатійної взаємодії психолог і клієнт виконують певні ролі та є носіями певних взаємоочікувань. Завдяки емпатійній спостережливості психолог обирає авторитарний, демократичний чи ліберальний стиль спілкування з клієнтом. Зрілий консультант пропонує ту форму емпатії, яка зрозуміла й підтримується клієнтом, натомість молоді психотерапевти демонструють клієнту свою улюблену форму емпатії.

Більшість науковців досліджували емпатію як особистісну якість психолога, ототожнюючи поняття особистісної та професійної емпатії (Л. Мова [12], Н. Пов'якель [15], Є. Романова [16], Н. Сургунд [19]). Досліджуючи емпатійні стосунки психолога й клієнта, варто було б, на нашу думку, розрізняти два конструкти: емпатію як особистісну характеристику й емпатію як професійну якість. Уперше емпатія як осо-

бистісно-професійна якість представлена в дослідженнях М. Сізікової [18]. Емпатія як особистісна характеристика є відносно постійною здатністю розуміти іншого через уявну постановку себе на місце співрозмовника, яка проявляється в поведінці людини через співчуття та співпереживання [18]. Емпатія психолога дуже часто є прикладом для клієнта, як потрібно ставитися до себе. Вона навчає, як потрібно виявляти увагу до своїх внутрішніх процесів, формування довіри до них, саморозуміння, «аутоемпатії». Емпатія як професійна якість є усвідомленою позицією психолога, яка спрямована на розуміння почуттів та емоцій клієнта, співпереживання «не на шкоду собі» й зі збереженням особистісних кордонів.

Постановка завдання. Беручи за основу наявність двох конструктів емпатії (особистісну характеристику й професійну якість), можна зробити припущення, що в процесі зростання стажу роботи на посадах практичних психологів їх особистісні характеристики й професійні компетентності зазнають певних змін. Предметом нашого інтересу є прояв емпатії в професійній діяльності, особливості емпатії на різних етапах професійного становлення спеціалістів. Припущенням нашого дослідження є те, що в процесі професійного становлення психологів рівень емпатії як особистісної характеристики знижується від високого до середнього (оптимального) рівня розвитку, відбувається зародження професійної емпатії, рівень її розвитку досягає високого рівня на етапі майстерності й визнання в професії.

Виклад основного матеріалу дослідження. Аналіз досліджень особливостей професійного становлення практичних психологів (Т. Вілюжаніна [2], Л. Мова [12], Н. Сургунд [19], Н. Пов'якель [15]) вказує, що більшість науковців досліджували етап підготовки до професійного життя, студентський період. Натомість модель діяльності практичного психолога, його важливі професійні якості, розпочинаючи з періоду адаптації до професійного розквіту, характеристики його професіоналізму не досить вивчені.

В аспекті вивчення емпатії як ключової професійної якості практичного психолога важливо окреслити основні підходи до періодизації професійного становлення фахівців. Варто зазначити, що це завдання виявилось нелегким, оскільки більшість дослідників виходять із різних засад, доповнюють один одного, окреслюють різні етапи професіогенезу. Найчастіше науковці подають опис етапів становлення фахівців, розпочинаючи з моменту професійного самовизначення, в означеннях якого відсутня одноставність:

– «оптант» – стадія підготовки до життя, до праці, свідомого й відповідального планування та вибору професійного шляху.

Оптація – це не стільки вказівка на вік, скільки на ситуацію вибору професії (Є. Климов) [8];

- «аморфна оптація» – професійна орієнтовані інтереси й схильності;

- «оптація» – професійні наміри, вибір шляху професійної освіти й професійної підготовки, учбово професійне самовизначення (Е. Зеєр) [7];

- допрофесійний розвиток; пошук і вибір професії (Ю. Поваренков) [14];

- професійне самовизначення; вибір професії (В. Гупаловська) [5].

По-різному дослідники називають етап безпосередньої підготовки до професії:

- «адепт» – стадія професійної підготовки (Є. Климов) [8];

- професійна підготовка (Е. Зеєр) [7];

- професійне навчання (Ю. Поваренков) [14];

- професійна освіта (В. Гупаловська) [5].

Найрізніші трактування дослідників отримав етап входження в професію, професійного розвитку:

- «адаптант» – стадія входження в професію після завершення професійного навчання;

- «інтернал» – стадія входження в професію як повноцінного колеги, здатного стабільно працювати на нормальному рівні (Є. Климов) [8];

- професійна адаптація – освоєння нової соціальної ролі, досвіду самостійного виконання професійної діяльності, професійно важливих якостей; первинна професіоналізація – професійна позиція, інтегративні професійно значущі констеляції, індивідуальний стиль діяльності, кваліфікована праця (Е. Зеєр) [7];

- самостійна професійна діяльність (Ю. Поваренков) [14];

- професійний розвиток: професійна адаптація;

- апробація теоретичних знань у практичній діяльності;

- професійне самовдосконалення, підвищення кваліфікації (В. Гупаловська) [5];

- адаптація до професії; самоактуалізація в професії – пристосування людини до професії;

- гармонізація з професією – людина легко виконує завдання за засвоєними технологіями, працює як би «граючи» (А. Маркова) [11].

Різні погляди існують щодо назви й трактування та етапу майстерності в професії:

- «майстер» – стадія, коли працівник помітно виділяється на загальному тлі; «авторитет» – стадія, яка означає, що працівник став «кращим серед майстрів»; «наставник» – стадія, яка характеризує вищий рівень роботи будь-якого фахівця; працівник, здатний передати кращий свій досвід (Є. Климов) [8];

- вторинна професіоналізація – професійний менталітет, ідентифікація з професійною спільнотою, професійна мобільність, корпоративність, гнучкий стиль діяльності, висококваліфікована діяльність; професійна

майстерність – творча професійна діяльність, рухливі інтегративні психологічні новотвори, самопроєктування своєї діяльності й кар'єри, вершина (акме) професійного розвитку (Е. Зеєр) [7];

- післяпрофесійний розвиток (Ю. Поваренков) [14];

- професійне становлення: підвищення рівня професіоналізму, набуття професійного авторитету, досягнення активності, самостійності, творчого підходу в професійній діяльності (В. Гупаловська) [5];

- етап творчого самовизначення себе як особистості – прагнення реалізувати свою головну життєву ідею (А. Маркова) [11].

На етапі професійного самовизначення та професійної підготовки на перший план виступає емпатія як особистісна характеристика, яка є однією з пріоритетних під час вибору професії практичного психолога. На всіх інших етапах професійного становлення, починаючи з адаптації до майстерності в професії, ми маємо справу з певним набором комбінацій емпатії як особистісної та професійної характеристики, що й презентує поняття «професійна емпатія». У нашому розумінні, професійна емпатія психолога – це інтегральна особистісно-професійна якість із необхідними характеристиками когнітивного, емотивного й дієвого рівнів, що детермінована самоконтролем у спілкуванні, навичками гарного співрозмовника й слухача, комунікативними вміннями, наявністю адекватного рівня вираженості тривожності й нервово-психічної стійкості.

Структуру емпатії як інтегративної особистісно-професійної характеристики особистості практичного психолога можна представити у вигляді взаємодії п'яти компонентів.

1. Емоційний (афективний) компонент виражається в перцептивній здатності емоційно відгукуватися на переживання іншої людини, прогнозувати їх емоційні реакції в конкретних життєвих ситуаціях, розумінні внутрішнього світу «ніби зсередини». Проявом емпатійних якостей є співчуття та емпатійна інтуїція.

2. Пізнавальний (когнітивний) компонент визначається вмінням вчутися, відчути себе як об'єкта пізнання, когнітивним перейманням, розпізнанням почуттів, емоційних станів клієнтів. Пізнавальний компонент містить такі інтегративні якості, як емпатійну спостережливість, емпатійне слухання.

3. Діяльнісний (поведінковий) компонент виявляється в поведінкових реакціях допомоги, в здатності прогнозування поведінкових реакцій клієнта, сприяння об'єкту емпатії. Виявляється в дієвій емпатійній комунікації, в актах взаємодопомоги й сприяння, емпатійному проживанні.

4. Складна взаємодія емоційних, когнітивних і конативних компонентів домінування в структурі

емпатії одного з трьох компонентів. Вона може бути емоційною (домінує емоційність в процесі моделювання суб'єктом об'єкта емпатії), пізнавальною (домінує інформативність), поведінковою (домінує вольовий аспект).

5. Цілісне утворення когнітивних, емоційних і моторних компонентів (синергетичний рівень розвитку емпатії).

Так, на етапі професійного самовизначення високий рівень афективної форми емпатії виявляється в емоційних вербальних конструкціях: «розумію своїх однокласників краще інших», «відчуваю біль людини як свою власну», «можу щиро розплакатися, коли чую історії людей», «хочу щиро допомагати людям», «коли подруга розповідає про свою хворобу, я реально теж відчуваю біль у своєму тілі».

Під час професійної підготовки, особливо в ході психологічної практики, високий рівень когнітивної емпатії виявляється у твердженнях: «я весь час думаю про ситуацію в цій родині», «мої думки про учня, який є ізгоєм у класі», «я довго не можу заснути, аналізую, чому так сталося у відносинах між батьком і донькою».

На етапі адаптації в професії ми маємо справу з певним набором комбінацій емпатії як особистісної та професійної характеристики. Часто новопризначені практичні психологи, перебуваючи в стані розвитку професійної емпатії, повністю занурюються в емоційний світ клієнтів, «живуть» їх проблемами, постійно розмірковують про шляхи їх розв'язання, працюють «на шкоду собі». На етапі адаптації до професії дієвий тип емпатії виявляється в бажанні допомогти, не зважаючи ні на що, незалежно від запиту й очікувань клієнтів: «я піду в сім'ю дитини й розберусь, що там відбувається», «завтра я піду до громадської організації та попрошу матеріальної допомоги для цієї родини», «я йду до вчителя, він повинен підвищити оцінку дитині».

Етап майстерності в професії передбачає складну взаємодію емоційних, когнітивних і конативних компонентів. Ми припускаємо, що на пізніх стадіях професійного становлення в практичного психолога замість готовності співчувати, допомагати за будь-яку ціну з'являється так званий рівень професійної емпатії, готовність розділити відповідальність за реалізацію різних напрямів роботи психолога, допомагати іншим «не на шкоду собі». Високий рівень розвитку професійної емпатії викликає в клієнтів почуття належності, переконує людину в тому, що вона перебуває в безпеці, зміцнює самоповагу й сприяє самоактуалізації. Якщо рівень емпатії як особистісної характеристики не знижується до середнього (оптимального) рівня, а залишається високим, то це виявляється в невлавистих для практичного психолога функціональних обов'язках, перекладанні на себе зобов'язань клієнта: «у вас не виходить зайти до юриста, а якраз буду

завтра поряд і все вам дізнаюся», «я завтра зателефоную та нагадаю вам».

Етап авторитетності в професії визначається цілісним утворенням емоційних, когнітивних і конативних компонентів. Високий рівень розвитку професійної емпатії на такому етапі професійного розвитку характеризується партнерськими взаємовідносинами в системі «дорослий-дорослий», прагненням до співчуття, співпереживання, гуманістичною установкою, вмінням брати на себе відповідальність за результат, прийняттям позицій один одного, безоцінністю, щирістю почуттів. Разом із тим високий рівень емпатії як особистісної характеристики проявляється в невмінні відмовити клієнту, запрошенні на безоплатні консультації, професійному волонтерстві.

Для всебічного вивчення феномену емпатії важливо визначити ті механізми, через які відбувається емпатійна взаємодія. Т. Гаврилова виділяє такі механізми емпатії: емоційне наслідування, зараження, ідентифікацію, децентрацію, розуміння та рефлексію [3]. Емоційне наслідування та зараження слугують первинному встановленню контакту, емоційному обміну з клієнтом. Ідентифікація розглядається як переживання психологом тотожності з клієнтом у певній взаємодії. Компонентами ідентифікації є проєкція та інтроєкція. Проєкція визначається Є. Басіним [1] як уявне перенесення реального чи уявного «я» в ситуацію клієнта, а інтроєкція пов'язана з перенесенням уявного «я» в реальну ситуацію клієнта. Виходячи з розуміння проєкції як перенесення психологом своїх почуттів, особливостей, схильностей на клієнта, можна виділити дві форми проєкції, які проявляються на початкових етапах ідентифікації [17]:

- проєкція власного «я» через ототожнення якостей іншого зі своїми особливостями, мотивами, через призму яких психолог інтерпретує особистісні якості й поведінку клієнта;

- уподібнення особистісних характеристик і психологічних станів тим уявленням, які вже сформовані про клієнта. Водночас відбувається накладення власних уявлень про клієнта на його актуальний стан.

Інтроєкція – приписування собі схильностей, потреб і почуттів, вибудовування власної моделі особистісних характеристик і психологічних станів інших людей, які включені у взаємодію. Як результат інтроєкції первинний образ клієнта, який сформувався в процесі проєкції, зазнає змін і коректується. Виходячи з того, що проєкція та інтроєкція у своїй єдності й формують ідентифікацію, адекватне відбиття психологом-консультантом внутрішнього світу клієнта визначається балансом проєкції та інтроєкції. Бо саме через ототожнення себе з іншим можливе первинне прийняття, розуміння клієнта й професійна

інтерпретація його дій і поведінки, засвоєння його норм, цінностей, звичок. Усвідомлене чи неусвідомлене уподібнення характеристикам клієнта розглядається як спосіб перенесення психолога в поле, простір клієнта.

Важливим висновком є те, що будь-яка емпатійна взаємодія, чи особистісна, чи професійна, неможлива без включення механізму ідентифікації. Рівень розвитку професійної емпатії залежить від рівноваги співвідношення проєкції та інтроєкції. Чим більше у взаємодії представлена проєкція, тим менше консультант інтроєкує, і навпаки, чим більше він інтроєкує, тим менше проєкції. Про «професійну емпатію» можна говорити лише в тому випадку, коли проєкція та інтроєкція представлені рівною мірою.

Якщо ми розглядаємо емпатію психолога як взаємодію двох компонентів – особистісної та професійної характеристики, – то слід розрізнити механізми емпатії як особистісної риси й професійної емпатійної взаємодії. Під час ідентифікації (емпатія як особистісна риса) присутня відмова, нехай і тимчасова, від свого власного «я», від своєї позиції, власних емоційних переживань. Для емпатії як професійної характеристики обов'язковою є умова «ніби то», збереження об'єктивності й психологічного дистанціювання психолога, наявність власної позиції. Психолог може переживати емоції, відмінні від емоцій клієнта, й саме завдяки цьому можливе надання професійної консультативної допомоги. Для молодих практичних психологів, коли емпатія виступає як особистісна, а не професійна характеристика, є великий ризик бути поглинутим труднощами клієнта, що може своєю чергою стати першопричиною емоційного вигорання. Надання дієвої професійної допомоги можливо за певною відстороненістю від актуального стану клієнта.

Якщо визначати відмінність між механізмами зараження та ідентифікації в процесі професійної емпатійної взаємодії, то, на нашу думку, варто зупинитися на таких:

– ідентифікація характеризується здатністю психолога усвідомлювати відтворення дій клієнта, а зараження має більш спонтанну, неусвідомлену природу;

– зараження, як правило, зводиться до простого копіювання дій, імітації поведінки клієнта, а ідентифікація характеризується сприйняттям загальних рис поведінки й мислення, відтворенням типу поведінки;

– зараження – це відтворення типу поведінки в специфічних ситуаціях. Ми припускаємо, що це може стосуватися складних, не пропрацьованих тем психолога, а ідентифікація розповсюджується на будь-які ситуації взаємодії.

Децентрація як механізм емпатії розглядається як розумова дія, завдяки якій психолог

може стати на місце іншого, сприймати життєві ситуації людей з їхнього боку [3]. В онтогенезі здібність до співчуття іншим сприяє розвитку афективної децентрації, яка своєю чергою створює основу для інтелектуальної децентрації. Натомість такі механізми децентрації, як розуміння та рефлексія, дозволяють спрогнозувати зміни зовнішніх і внутрішніх характеристик клієнтів, дають змогу звернутися до власного емоційного досвіду й спрямовані на розвиток когнітивного аспекту емпатійної взаємодії.

Висновки з проведеного дослідження. Підсумовуючи, варто зацентувати на тому, що на пізніх стадіях професійного становлення в практичного психолога замість готовності співчувати, допомагати за будь-яку ціну з'являється так званий рівень професійної емпатії, готовність розділити відповідальність за консультативний процес, допомагати іншим «не на шкоду собі». Компетентнісний підхід у професійній освіті ставить завдання розвитку емпатії як вміння та навички у фахівців професій-допомог. Це передбачає конкретизацію уявлень про емпатію, що дозволяє виявляти й оцінювати рівні її розвитку, показники поведінкових проявів, розробляти навчальні програми, спрямовані на її розвиток. Водночас концептуальне осмислення проблематики емпатії в психології в цілому характеризується багатозначністю, невизначеністю основних понять, еkleктичністю підходів. Відсутні концепції емпатії, що дозволяють аналізувати багатоплановий, багаторівневий, системний характер емпатичних феноменів. У психології емпатії назрілим завданням є розробка такого підходу, який забезпечив би плідну рефлексію «практики емпатії» в діяльності професіоналів допомоги й обґрунтування принципів розробки методів і прийомів її розвитку.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Басин Е.Я. Творчество и эмпатия. *Вопросы философии*. 1987. № 2. С. 54–66.
2. Вілюжаніна Т.А. Динаміка ціннісно-сміслової сфери особистості в процесі професійного становлення майбутніх психологів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2006. 22 с.
3. Гаврилова Т.П. Понятие эмпатии в зарубежной психологии (Исторический обзор и современные проблемы). *Вопросы психологии*. 1975. № 2. С. 147–158.
4. Горноста́й П.П. Консультативная психология : Теория и практика проблемного подхода. Киев, 2018. 400 с.
5. Гупаловська В.А. Професійна самореалізація як чинник становлення особистості жінки : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2005. 25 с.
6. Журавльова Л.П. Психологія емпатії : монографія. Житомир : ЖДУ ім. Івана Франка, 2007. 328 с.
7. Зеер Э.Ф. Психология профессионального развития : учебное пособие. Изд. 2–е. Москва, 2007. 240 с.

8. Климов Е.А. Как выбирать профессию. Москва, 1990. 159 с.
9. Кокун О.М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця : монографія. Київ : ДП «Інформ.-аналіт. агентство», 2012. 200 с.
10. Маслоу А. Мотивация и личность / пер. с англ. А.М. Татлыбаевой. Санкт-Петербург : Евразия, 1999. 478 с.
11. Маркова А.К. Психология профессионализма. Москва, 1996. 308 с.
12. Мова Л.В. Психологічні особливості забезпечення особистісної самореалізації майбутніх психологів у процесі фахової підготовки : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2003. 20 с.
13. Орлов А.Б., Хазанова М.А. Феномены эмпатии и конгруэнтности. *Вопросы психологии*. 1993. № 4. С. 68–73.
14. Поваренков Ю.П. Системогенетическая концепция профессионального становления человека / Под ред. В.А. Барабанщикова. Москва : Институт психологии РАН, 2005. С. 360–384.
15. Пов'якель Н.І. Професійна рефлексія психолога-практика. *Практична психологія та соціальна робота*. 1998. № 6–7. С. 3–6.
16. Романова Е.С. Психология профессионального становления личности : дисс. ... д-ра психол. наук : 19.00.03. Москва, 1991. 611 с.
17. Сарджвеладзе Н.И. О балансе проекции и интроекции в процессе эмпатического взаимодействия. *Бессознательное : природа, функции, методы исследования* : в 4 т. Т. 3 / Под общ. ред. А.С. Прангишвили, А.Е. Шерозия, Ф.В. Бассина. Тбилиси : Мецниереба, 1978. С. 485–490.
18. Сизикова М.В. Эмпатия как личностная черта и профессиональное качество психологов-консультантов с различным стажем практической деятельности : автореф. дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Москва, 2018. 28 с.
19. Сургунд Н.А. Психодіагностика професійної придатності майбутнього практичного психолога : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2004. 22 с.
20. Rogers C. Client-centered therapy. *Comprehensive Textbook on Psychiatry*. 5 ed. / eds. H.I., B.J. Sadock. Baltimore Williams & Wilkins, 1988. P. 3–40.

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК ОСОБИСТІСНОЇ АДАПТАЦІЇ НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ДО ОНЛАЙН-НАВЧАННЯ

EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A FACTOR OF PERSONAL ADAPTATION OF SCIENTIFIC AND PEDAGOGICAL WORKERS TO ONLINE LEARNING

У статті викладена проблема взаємозв'язку адаптації науково-педагогічних працівників до умов онлайн-навчання з урахуванням рівня емоційного інтелекту. Визначено, що емоційна компетентність сучасного педагога є ознакою інтеграції знань і специфічних навичок в емоційній сфері, а також особистісних властивостей, що дають змогу успішно виконувати різноманітні завдання, які ставить перед нами соціум. Проаналізовано основні теоретичні підходи до визначення емоційного інтелекту, визначено його основні критерії та чинники, що можуть впливати на його розвиток. Доведено, що емоційний інтелект є одним із чинників забезпечення адаптації людини до нових зовнішніх умов. Окреслено проблему дистанційного навчання через аналіз розуміння зміни міжособистісної комунікації в бік односторонньої, що позбавляє можливості отримати зворотну реакцію. Отже, відбувається збільшення відповідальності за організацію навчання, підтримку емоційного балансу в груповій динаміці тощо.

Визначено, що дослідження емоційного інтелекту викладачів під час онлайн-навчання є актуальною проблемою в сучасному світі, отже коригування та керування емоційними станами є надзвичайно важливим для сучасного науково-педагогічного працівника.

Доведено, що емоційна обізнаність і загальний рівень емоційного інтелекту є вагомими чинниками адаптації науково-педагогічних працівників до умов навчання в дистанційному форматі. Виявлено взаємозв'язки між суб'єктивною оцінкою адаптованості до онлайн-навчання зі станом емоційного самопочуття під час нього. Використано переважно загальнонаукові методи дослідження: аналізу й синтезу; індукції та дедукції, абстрагування тощо.

Ключові слова: емоційний інтелект, емоційна обізнаність, адаптація, онлайн-навчання, акцентуації характеру.

The article highlights the problem of interrelationship of scientific-pedagogical worker's adaptation to the online learning conditions taking into consideration the level of emotional intelligence. It has been defined that emotional competence of a modern teacher is a sign of knowledge and specific skills integration in the emotional sphere together with personal characteristics which enable to successfully perform diverse tasks set before us by society. The main theoretical approaches to defining the emotional intelligence have been analyzed and the major criteria and factors which can influence its development have been defined. It has been proved that the emotional intelligence is one of the factors in ensuring the person's adaptation to the new external circumstances. The problem of distant learning through the analysis of realizing the change of person-to-person communication towards one-side communication which prevents from receiving the feedback has been outlined. Therefore, there is an increase in responsibility for the provision of education, maintenance of the emotional balance in a group dynamic ect.

It has been defined that research of the pedagogical 'emotional intelligence during online learning is an actual problem in a modern world, hence adjustment and control of the emotional state is extremely important for a modern scientific-pedagogical worker.

It has been proved, that emotional competence and general level of emotional intelligence are essential factors of scientific-pedagogical worker's adaptation to the distant-learning conditions. Interrelationships between subjective assessment of adaptation to online studying and emotional well-being during that period have been discovered.

Scientific research methods of analysis and synthesis, induction and deduction ect. have been used predominantly in the work.

Key words: emotional intelligence, emotional competence, adaptation, online learning, accentuation of character.

УДК [159.942:165.195]:
[378.018.43:004.77]-057.4-044.332
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.32>

Свідерська О.І.

к.політ.н.,
старший викладач кафедри
теоретичної та практичної психології
Національний університет
«Львівська політехніка»

Піхович І.А.

студентка II курсу
Національний університет
«Львівська політехніка»

Постановка проблеми. Емоційна сфера особистості є надзвичайно цікавою та складною структурою водночас, адже її дослідження вимагає визначення ряду факторів, котрі можуть впливати на її трансформацію: настроїв, рівень задоволення потреб, особливості темпераменту, психологічні проблеми, втома, інтенсивність і тривалість стресу й так далі. Емоції завжди відігравали особливу роль у житті людини, оскільки заведено вважати, що будь-які події передусім викликають певні емоційні реакції. Так, до прикладу, ще К.Д. Ушин-

ський наголошував на тому, наскільки важливим для суспільства є не тільки те, що людина вміє та знає, але й те, що вона відчуває.

Однією з ключових проблем наукового дослідження в сучасному суспільстві є проблема прояву й розуміння емоційного інтелекту. Вважається, що певний рівень емоційного інтелекту сприяє успішності, особливо в сучасному світі. В осіб із низьким рівнем емоційного інтелекту формуються перешкоди в досягненні цілей, руйнуються стосунки, погіршується мотивація досягнення успіху,

людині може бути вкрай важко виконувати певні обов'язки, зокрема й професійні. Особливої уваги в час пандемії заслуговує дослідження емоційного стану науково-педагогічних працівників, адже емоційна сфера є дуже важливим чинником їхньої роботи зі студентською аудиторією. Якщо людина вміє керувати своїми емоційними переживаннями й ставити їй значно легше розв'язувати складні життєві проблеми, міжособистісні конфлікти, спілкуватися з іншими людьми.

Постановка завдання. Отже, вважаємо, що дослідження емоційного інтелекту у викладачів під час онлайн-навчання, а також його впливу на адаптацію педагогів до онлайн-навчання є актуальною проблемою, оскільки усвідомлення прояву тих чи інших емоцій, їх коригування та управління ними є надзвичайно важливими для сучасного науково-педагогічного працівника для забезпечення своєї продуктивної роботи й роботи людей, які з ним співпрацюють.

Виклад основного матеріалу дослідження. Емоційний інтелект – це сукупність когнітивних здібностей до ідентифікації, розуміння та управління своїми емоціями й емоціями інших людей, як зазначають Дж. Майер і П. Саловей [11, с. 433–442]. Чимало вчених займалися дослідженням емоційного інтелекту в контексті саме адаптації, такі як Штайнер [12], Ж. Піаже [6], І.М. Андреева [1], А.Г. Гладких [2]. Особливе зацікавлення викликає книга Д. Гоулмана «Емоційний інтелект», в якій автор розглядає емоційний інтелект як провідну детермінанту успіху життєдіяльності особистості, а також пропонує різні підходи для формування таких особистісних характеристик, як самоконтроль, наполегливість, самомотивування діяльності, розуміння власних емоцій та емоцій інших людей, котрі сприяють підтриманню доброзичливих стосунків із навколишніми [10]. Однією з тез Д. Гоулмана є припущення, що співвідношення IQ та EQ складає 1:24, тобто емоційний інтелект сильніший за раціональний у 24 рази.

Загалом у психологічній науці заведено виділяти кілька функцій емоційного інтелекту: інтерпретативну, регулятивну, адаптивну й стресозахисну в актуалізації та стимулюванні психічних резервів людини в складних життєвих ситуаціях; активізувальну [5, с. 95–109]. Однак найбільш адаптованою є все-таки змішана модель емоційного інтелекту, в якій його розглядають як сукупність розумових та особистісних якостей. Американський психолог Р. Бар-Он виділив п'ять компонентів емоційного інтелекту, кожен з яких містить певні особистісні якості: самопізнання – усвідомлення своїх емоцій, упевненість у собі, самоповага, самореалізація, незалежність; навички міжособистісного спілкування – емпатія, соціальна

відповідальність, взаєморозуміння; адаптаційні здібності – вміння розв'язувати проблеми, реально оцінювати ситуацію, пристосовуватися до нових умов; управління стресовими ситуаціями – стресостійкість, контроль за імпульсивними спалахами; домінування позитивного настрою – відчуття щастя, оптимізм [9, с. 235].

Емоційний інтелект став предметом психологічного дослідження порівняно недавно завдяки працям зарубіжних дослідників. Історія розвитку концепції емоційного інтелекту налічує менш ніж три десятиліття, водночас навіть у рамках такого незначного з погляду науки проміжку часу можна виділити декілька віх її становлення та розвитку: 1990 рік – перша згадка про емоційний інтелект, наведено його чотирьохкомпонентну «модель здібностей» (Дж. Майер, П. Саловей) [9, с. 503–517]; 1995 рік – на основі теорії Майера-Саловея та кроскультурних емпіричних досліджень запропоновано «змішану модель» емоційного інтелекту (Д. Гоулман) і «модель емоційного й соціального інтелекту» (Р. Бар-Он) [3, с. 233]; 1996 рік – презентація першої психодіагностичної методики дослідження емоційного інтелекту (Р. Бар-Он) [8, с. 56]; від 2000 року до нашого часу – в психологічній науці відбувається активний розвиток інструментарію дослідження та розвитку різноманітних аспектів емоційного інтелекту (П. Саловей, Д. Майер, Д. Гоулман, Р. Бояціс, Е. Маккі, Г. Гарднер, К. Петрідіс) [6, с. 113].

У контексті формування постпандемічної епохи варто наголосити на тому, що емоційний інтелект є одним з актуальних предметів дослідження психологічної науки. Нова ера формує ряд надвагомих рішень як для керівництва, так і для багатьох працівників у цілому світі. Формується потреба у високому рівні емоційного інтелекту для формування довіри між працівниками й підлеглими, вміння налагодити гнучкість робочого часу і так далі. Безумовно, емоційний інтелект з усіма його складниками й компетенціями важливий для нормального функціонування будь-якої людини. Для лідера високий рівень розвитку емоційного інтелекту є необхідністю, без якої діяльність організації приречена на невдачу, для працівника – це можливість налагоджувати контакти, підтримувати рівень професійного розвитку, адаптація до нових зовнішніх умов. Діяльність науково-педагогічного працівника не є винятком. Практично із самого початку дослідження емоційний інтелект вивчався в контексті педагогічної діяльності.

На основі проведеного аналізу й узагальнення праць, присвячених теоретичному й експериментальному вивченню емоційного інтелекту, виокремлено основні сфери впливу емоційного інтелекту на адаптацію особистості, в нашому випадку науково-педагогічного

працівника до онлайн-навчання: когнітивну, емоційну й поведінкову [4, с. 15]. Роль емоційного інтелекту в адаптації особистості до професійно-педагогічного середовища виявляється в усвідомленні науково-педагогічним працівником емоційних переживань, пов'язаних із викладацькою діяльністю в онлайн-режимі. Це сприяє здійсненню ним комунікативного вибору: орієнтацію на внутрішній (емоційна компетентність) і зовнішній (атракція) аспект педагогічного спілкування.

Задля досягнення поставленої мети нами було проведено емпіричне дослідження впливу емоційного інтелекту на особистісну адаптацію науково-педагогічних до онлайн-навчання, для реалізації якого було залучено 30 респондентів віком від 30 до 60 років, які працюють у закладах вищої освіти й натеper проводять онлайн-навчання. У дослідженні взяли участь 23 респонденти жіночої статі й 7 респондентів чоловічої статі. Також в емпіричне дослідження ми залучили рівну кількість досліджуваних від 30 до 40 років і від 40 до 60 років, тож ми в повному обсязі змогли дослідити, чи впливає вік на адаптацію до онлайн-навчання науково-педагогічних працівників.

Було поставлено дві гіпотези: залежно від вікової категорії науково-педагогічних працівників їхня емоційна адаптація до онлайн-навчання пройде по-різному: в старших – повільніше, в молодих – швидше; краще до умов дистанційного навчання адаптуються ті науково-педагогічні працівники, рівень емоційного інтелекту в яких вищий.

Для підтвердження поставлених гіпотез було використано дві діагностичні методики й одна авторська анкета. Метою дослідження методики «Тест Холла» було визначити рівень емоційного інтелекту, тест-опитувальник акцентуації характеру й темпераменту Г. Шмішека використовувався для формування уявлень про особистісні характеристики респондентів. Завдяки авторській анкеті визначено такі показники, як вік, стать, стан емоційного самопочуття за час онлайн-навчання та за останній місяць, чи потребують респонденти емоційної підтримки, які емоції домінують у настрої респондентів під час онлайн-навчання, чи задовольняють досліджуваних стосунки з колегами й студентами під час дистанційного навчання тощо.

Так, детально проаналізувавши результати опитування за анкетною, нам вдалось виявити, що 37% від усіх респондентів мають досить високий рівень емоційної адаптованості до онлайн-навчання, також у 37% виявлено середній рівень і 26% мають низький рівень.

Показово, що результати кореляційного аналізу показали статистично значущі кореляційні зв'язки з рівнем адаптації науково-педагогічних працівників до онлайн-навчання.

Так, було визначено, що в осіб із вищим рівнем самомотивації рівень адаптації до онлайн-навчання є також вищим ($r = 0,37$; $p < 0,05$); краще до онлайн-навчання адаптуються науково-педагогічні працівники, в яких рівень емоційного інтелекту вищий ($r = 0,37$; $p < 0,05$), що підтверджує нашу гіпотезу про те, що особам із вищим рівнем емоційного інтелекту все-таки легше адаптуватись до онлайн-навчання. Цікавими також є прямі кореляційні зв'язки суб'єктивної оцінки адаптованості респондентів до онлайн-навчання зі станом емоційного самопочуття під час онлайн-навчання ($r = 0,64$; $p < 0,05$). Про таких осіб можна сказати, що ті науково-педагогічні працівники, котрі визначають у себе високий рівень особистої адаптованості до онлайн-навчання, більше акцентують на тому, що емоції відіграють домінуючу роль в адаптації ($r = 0,65$; $p < 0,05$), вони більше ніж інші задоволені стосунками з колегами під час онлайн-навчання ($r = 0,69$; $p < 0,05$), краще себе почувають у взаєминах зі студентами ($r = 0,75$; $p < 0,05$), задоволені психологічною атмосферою на онлайн-заняттях ($r = 0,81$; $p < 0,05$), однак ці респонденти частіше потребують емоційної підтримки від оточення ($r = 0,54$; $p < 0,05$). Отже, можемо зробити висновок, що суб'єктивна оцінка показника задоволеності під час онлайн-навчання залежить не тільки від рівня емоційного інтелекту, але й має тісний взаємозв'язок із відчуттям задоволеності взаємин із колегами, студентами й зовнішніми умовами організації навчання.

Проаналізувавши окремі чинники емоційної особистісної адаптації до онлайн-навчання, можемо виділити: емоційне самопочуття протягом усього онлайн-навчання та за останній місяць у респондентів приблизно однаковий, переважає задовільний – 60%, та лише у 23% – незадовільний; 63% респондентів відзначили, що вони іноді потребують емоційної підтримки, й лише 6% – взагалі її не потребує; майже половина респондентів, 56%, зазначила, що під час дистанційного навчання в них переважає задоволення, та водночас у 36% – тривожність; також респонденти відповіли, що їх однаковою мірою задовольняють стосунки з їхніми колегами й студентами – 56%, зовсім не задовольняють – 10%; рівно половина респондентів (50%) зазначає, що їх задовольняє психологічна атмосфера на онлайн-занятті, водночас як 23% – скоріше не задовольняє; 33% від усіх респондентів відповіли, що в них і на початку онлайн-навчання, і в кінці переважали позитивні емоції, рівною мірою у 23% – спочатку переважали негативні, а потім позитивні емоції, та у 23% – спочатку переважали позитивні, а потім негативні. Останнім чинником була оцінка самих респондентів своєї швидкості емоційної адаптованості до онлайн-навчання: 50% – досить швидко

адаптувалися, 30% – дуже швидко адаптувалися, по 10% відповідно – ще не адаптувалися та повільно адаптувалися.

Результати тесту емоційного інтелекту Холла допомогли дослідити показники парціального й інтегративного показника EQ в науково-педагогічних працівників (див. табл. 1.), який визначається групою ментальних здібностей, що беруть участь в усвідомленні й розумінні власних емоцій та емоцій оточення.

Отже, згідно з даними, наведеними в табл. 1, ми можемо підсумувати, що лише 6% від усіх опитаних мають високий EQ, тобто адекватно оцінюють і керують своїми емоціями, мають високий рівень емоційного добробуту, 37% – мають середній рівень, тобто досить високий самоконтроль і самооцінку, й більшість, 57%, мають низький рівень, тобто низьку самооцінку, схильні до депресій, мають низький самоконтроль.

Також варто зауважити, що за результатами методики за всіма шкалами парціального EQ високий рівень мають дуже мало респондентів, переважає низький рівень за всіма шкалами, проте за шкалою емоційної обізнаності переважає середній рівень.

Отже, в ході аналізу опитування було отримано такі результати: демонстративний тип був зафіксований у 33% респондентів, тобто вони схильні до фантазерства, брехливості, вдавання, прикрашання своєї персони, авантюризму, артистизму; застрягальний тип був виявлений у 6%, він характеризується помірною балакучістю, товариськістю, схильністю до моралізації; гіпертимний тип був виявлений у 36% респондентів, їм притаманна рухливість, виразність жестів, міміки, пантоміміки, надмірна самостійність, схильність до бешкетництва; екзальтований тип акцентований у 6% опитаних, його характеризує радість, усміхненість, щастя, захопленість; емотивний тип був виявлений у 53% респондентів, йому притаманні тривожність, співпереживання, чутливість, чуйність, бурхливі емоції, балакучість; циклотимний тип акцентований у 20% опитуваних, для нього характерні періодичні зміни настрою та залежність від зовнішніх подій.

Результати кореляційного аналізу показали, що в науково-педагогічних працівників, у котрих домінує дистимний тип, нижча здатність до управління емоціями ($r = -0,38$; $p < 0,05$). Водночас особи, яким більше притаманний демонстративний тип акцентуації характеру, більшою мірою розуміють емоції інших ($r = 0,65$; $p < 0,05$) та, як правило, мають вищий показник емоційного інтелекту ($r = 0,41$; $p < 0,05$). Особи із застрягальним типом більше потребують емоційної підтримки ($r = 0,41$; $p < 0,05$). Особам із демонстративним типом більше притаманне відчуття задоволеності від психологічної атмосфери, що панує під час онлайн-навчання ($r = 0,43$; $p < 0,05$), також вище оцінюють психологічну атмосферу особи із застрягальним типом ($r = 0,37$; $p < 0,05$). Особи з підвищеною емоційною чутливістю емотивного типу вище оцінюють стан емоційного самопочуття під час навчання.

Висновки з проведеного дослідження. Підсумовуючи вищенаведені дані, акцентуємо: серед опитуваних респондентів переважає емотивний тип акцентуації характеру, отже в них велика збудливість, емоційність, і це напряму пов'язано з емоційним інтелектом. Емоційна нестабільність такого типу й водночас надмірна емоційність пояснює, чому респонденти з емотивним типом мають низький рівень самоконтролю, управління своїми емоціями й емоційної обізнаності.

Отже, враховуючи результати емпіричного дослідження, ми можемо спростувати гіпотезу про те, що молодші за віком респонденти швидше емоційно адаптувалися до дистанційного навчання, ніж старші. Насправді рівень адаптації залежить від емоційної обізнаності, уміння управляти своїми емоціями, від акцентованих рис характеру й особистісних відмінностей, проте аж ніяк не від віку чи статі.

Отже, в ході дослідження було здійснено теоретичний аналіз проблеми емоційного інтелекту як особистісної адаптації науково-педагогічних працівників до онлайн-навчання, на основі цього акцентуємо, що складність такої адаптації полягає в організації якісного онлайн-навчання, заряджанні мотивацією, отримванні односторонньої комуні-

Таблиця 1

Рівні емоційного інтелекту за тестом Холла

№ з/п	Рівні інтегративного й парціального емоційного інтелекту	Результати, у %		
		Високий	Середній	Низький
1.	Загальний EQ	6	37	57
2.	Емоційна обізнаність	17	47	36
3.	Управління емоціями	3	27	70
4.	Самомотивація	24	36	50
5.	Емпатія	23	47	30
6.	Розпізнавання емоцій інших	20	37	43

кації, готовності до технологічних і технічних проблем – це справді непросто в таких умовах постпандемічної епохи. Саме це істотно впливає як на психологічний стан викладача, так і на його працездатність. Як уже згадувалося, виявлено взаємозв'язок емоційного інтелекту з показниками адаптивності, прийняттям себе й інших, емоційним комфортом. Також виявлено зворотний зв'язок емоційного інтелекту із зовнішнім контролем. Особи з високим рівнем емоційного інтелекту схильні керуватися у своїй поведінці інтернальними, а не нав'язаними ззовні цінностями.

Підсумовуючи, доходимо висновку, що підвищення рівня особистісної адаптації веде до поліпшення настрою, психологічної атмосфери на заняттях, працездатності серед працівників. Ймовірно, що високий рівень емоційної адаптації в науково-педагогічних працівників виникає тоді, коли характеристики роботи на онлайн-заняттях відповідають їхнім очікуванням, нормальній психологічній атмосфері й низькому рівню тривожності на дистанційному навчанні.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. Новополюцк : ПГУ, 2011. 388 с.
2. Гладких А.Г. Эмоциональный интеллект молодых людей, уровень их адаптивности и степень социализации. *Психология XXI века: тез. междунар. науч.-практ. конф. студ. и аспирантов, г. Санкт-Петербург*, 20–22 апреля 2006 г. Санкт-Петербург : Изд-во Санкт-Петербург. ун-та, 2006. С. 362–364.
3. Гоулман Д., Бояцис Р., Макки Э. Эмоциональное лидерство. Искусство управления людьми на основе эмоционального интеллекта. Москва : Альпина Паблишер. 2012. 301 с.
4. Дерев'янку С.П. Емоційний інтелект як чинник соціально-психологічної адаптації особистості до студентського середовища : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.05 ; Інститут соціальної та політичної психології АПН України. Київ, 2009. 20 с.
5. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості. *Психологія і суспільство*. 2004. № 4. С. 95–109.
6. Орме Г. Эмоциональное мышление как инструмент достижения успеха. Москва : «КСП+», 2003. 42 с.
7. Стейн С., Бук Г. Преимущества EQ. Эмоциональный интеллект и ваши успехи. Киев : Бизнес Букс, 2007. 384 с.
8. Ушинский, К.Д. Человек как предмет воспитания. Опыт педагогической антропологии. Т. 2. Изд. 11-е. Санкт Петербург, 1905. 444 с.
9. Bar-On R. Emotional Intelligence in Men and Women: Emotional Quotient Inventory: Technical Manual. Toronto : Multi-Health Systems, 1997. 106 p.
10. Goleman D. Emotional Intelligence. New-York : Bantam books, 1995. 352 p.
11. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Emotional intelligence: New ability or eclectic traits? *American Psychologist*. 2008. No. 63 (6). P. 503–517.
12. Shtajner Klod. Jemocional'naja gramotnost': intellekt s serdцем. Rukovodstvo po uluchsheniju lichnyh i professional'nyh otnoshenij. Kiev : TOV "NVP "Interservis", 2016. 302 p.

ЗАГОСТРЕННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КРИЗ ПРАЦІВНИКІВ ПРАВНИЧИХ ПРОФЕСІЙ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19

DETERIORATION OF PROFESSIONAL CRISES OF EMPLOYEES OF LEGAL SPHERE IN THE CONTEXT OF THE COVID-19 PANDEMIC

У статті через призму підготовки якісних і кваліфікованих кадрів, а також їх професійного формування розглядаються питання щодо умов і факторів професійних криз працівників правничих професій в умовах пандемії COVID-19. Автор розглядає проблеми, з якими стикаються працівники під час локдауну, та їх вплив на психічне здоров'я особистості. Наводяться статистичні дані опитувань різних груп працівників у різних країнах, зокрема правників, які зазначають зміну й підвищення рівнів стресу у зв'язку з переходом на дистанційний вид праці. Зазначені дані сприяють розкриттю розуміння взаємозв'язку між стресом, професійним вигоранням і зміною умов праці у зв'язку з пандемією COVID-19 у працівників правничих професій.

Автором визначені й схарактеризовані фактори, вплив яких став визначальним для зміни психічного здоров'я працівників правничих професій в умовах пандемії COVID-19, наприклад, соціум, підвищений рівень тривожності суспільної свідомості, ситуація вимушеної фізичної ізоляції, зменшення контактів із близькими й друзями, зміна робочого навантаження та зміни інших умов праці. Окремо класифіковано їх на об'єктивні й суб'єктивні фактори (психологічні), зокрема до суб'єктивних віднесено: настрій, мотивацію, прагнення та бажання, цілеспрямованість, активність, невизначеність майбутнього; до об'єктивних факторів належать: соціально-політична напруженість, економічна криза, зростання безробіття, надмірна кількість негативної інформації. Наголошується на важливості застосування методів зниження стресу правників із метою запобігання зниження працездатності працівників і, відповідно, збільшення плінності кадрів. Крім того, автор звертає увагу на важливість створення програм в організаціях із метою покращення психологічного стану працівників і запобігання вигорання, що є актуальним у всьому світі, особливо в період пандемії.

Ключові слова: пандемія, професійна криза, мотивація, правники, вигорання, психічне здоров'я, локдаун, стрес.

In the article the author considers the conditions and factors of professional crises of lawyers of legal professions during the COVID-19 pandemic through the prism of training of high-quality and qualified personnel, as well as their professional formation. The author examines the problems faced by employees during lockdown and their impact on a person's mental health. Statistics from surveys of different groups of workers in different countries, including lawyers are presented in the article. They indicate changes and increases of stress level. The mentioned data help to reveal the understanding of the relationship between stress, burnout and changing working conditions in connection with the COVID-19 pandemic among lawyers.

The author indicates the following factors, the impact of which became decisive for changing the mental health of legal professionals during the pandemic COVID-19, for example, society, increased anxiety of public consciousness, the situation of forced physical isolation, reduced contact with family and friends, changes in workload and changes in other working conditions. Besides, the author separately classifies the objective and subjective factors (psychological), in particular the subjective ones include: mood, motivation, aspirations and desires, purposefulness, activity, uncertainty of the future; objective factors include: socio-political tensions, economic crisis, rising unemployment, excessive amounts of negative information. The author emphasizes on the importance of applying methods to reduce the shock of lawyers in order to prevent a decrease in the efficiency of employees and, accordingly, increase staff turnover. Besides, the author draws a special attention to the importance of creating programs in organizations to improve the psychological state of workers and prevent burnout, which is relevant around the world, especially during a pandemic.

Key words: pandemic, occupational crisis, motivation, lawyers, mental health, burnout, lockdown, stress.

УДК 159.944.3
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.33>

Сіроха Л.В.

аспірант кафедри психології розвитку
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Постановка проблеми. Питання підготовки якісних і кваліфікованих кадрів завжди було й залишається важливим та актуальним як для власника бізнесу, так і для самого працівника, адже конкуренція на ринку праці лише збільшується, а мотивація співробітників у деяких сферах, на жаль, знижується. Нещодавнє дослідження, проведене фірмою Robert Half, показало, що занепокоєння щодо утримання, вигорання та морального стану працівників турбує керівників різних галузей [1].

Новий юридичний ринок вимагає від нового покоління юристів бути готовими прийняти нові виклики, зокрема опанувати постійні зміни законодавства, технологій, напрямів правого забезпечення. Негативно впливають

на працівників правничих професій і постійні стресові ситуації, з якими стикаються правники. Саме тому досить актуальною проблемою сьогодення в правоохоронних і судових органах є плінність потенційно успішних і фахових кадрів, а також вихід у відставку вже досить досвідчених фахівців без передачі досвіду молоді. Крім того, велика відповідальність, великий рівень недовіри серед населення не сприяють покращенню ситуації. Згідно з доповіддю Міністра внутрішніх справ України А. Авакова у 2020 році рівень довіри населення до Національної поліції складає лише 43,7 відсотка [2]. Це може свідчити про проблему недовіри, з якою стикається молодий спеціаліст, а також про наявність

додаткових стресових факторів, з якими стикається фахівець із досвідом роботи.

Разом із тим психологічні проблеми в правників виникають ще до початку їхньої професійної діяльності. Так, опитування студентів юридичного факультету Єльського університету у 2014 році виявило, що 70% опитаних боролися з проблемами психічного здоров'я під час навчання на юридичному факультеті [3]. Тому питання загострення професійних криз у сучасних умовах є надзвичайно актуальним, особливо коли весь світ переживає пандемію COVID-19 (згідно зі статистикою Коронавірус COVID-19 вже вразив 219 країн і територій [4]), наслідки якої людству навіть зараз важко спрогнозувати, тому ефект безперервної пандемії, економічної невизначеності, соціальних заворушень впливає як на особисте, так і на професійне життя людини.

Постановка завдання. Метою статті є розуміння взаємозв'язку між стресом, професійним вигоранням і зміною умов праці у зв'язку з пандемією COVID-19 у працівників правничих професій.

Виклад основного матеріалу дослідження. Взагалі, починаючи розгляд впливу пандемії на людину, необхідно відзначити, що кризи розглядаються як певні ланки розвитку професіонала, вони приводять до зміни старих неадекватних засобів і способів професійної активності [5]. Унаслідок переживання професійної кризи людина може набувати нових професійних компетенцій, вона адаптується до нових реалій професійного життя. Можна говорити, що внаслідок професійної кризи може відбуватися професійний розвиток особистості, людина може переосмислювати своє життя. Але криза не є одномоментним явищем, вона є результатом процесу, що вже відбувався певний час. Успішне подолання кризи є життєво важливим завданням, а результатом її розв'язання часто стає нова якість життя [6].

Безумовно, 2020 рік створив нові виклики й нові кризи, в тому числі й професійні, тому що в багатьох змінився формат роботи, робочий графік, навантаження, що не могло не позначитися на психоемоційному стані працівників. Тому питання професійних криз та їх успішного проживання є надзвичайно актуальним нині.

Як ми відзначили, на жаль, у правників кризові стани виникають ще на початку опанування ними своєї професії. Так, студенти-юристи й випускники 2020 року також стикаються з дуже багатьма новими викликами, й одним із них є невизначене майбутнє. Однак, враховуючи COVID-19, економічний прогноз важко зробити не лише для правників, а й для всіх фахівців.

Пандемія COVID-19 вплинула на психічне здоров'я в 93% країн світу, в той час, як попит

на послуги щодо психічного здоров'я до пандемії не лише не зменшився, а лише зростав. А пандемія значно збільшила попит на послуги з охорони психічного здоров'я, тому що ізоляція, втрата доходу й страх викликають лише погіршення психічного здоров'я. Багато людей можуть стикатися з проблемою зловживання алкоголем і / або наркотиками, безсонням і тривогою [7]. Хоча в опитуванні 89% країн повідомили, що психічне здоров'я та психосоціальна підтримка є частиною їх національних планів реагування на COVID-19, лише 17% із цих країн мають повне додаткове фінансування для викладення цієї діяльності. Що ж говорити про професії, які ще до пандемії демонстрували підвищений рівень стресу [8].

Якщо ж говорити про юристів-практиків, то проблеми психічного здоров'я в них виявлялись ще до того, як сталася епідемія COVID-19. Зловживання алкоголем і наркотиками, депресія, занепокоєння, погане фізичне здоров'я та звичайне вигорання були поширеними проблемами юристів ще до пандемії COVID-19 [8]. Ситуація ж із пандемією COVID-19 ці стани лише загострила, адже звичне для всіх життя змінилося: у зв'язку з введеним локдауном відбулися зміни в робочому й домашньому житті людей. Криза коронавірусу особливо може впливати саме на той тип людей, якими, як правило, є правники – люди, які люблять дані, контроль і передбачуваність. Юристи можуть бути особливо вразливими до тривоги й депресії (а також до зловживання наркотичними речовинами).

Варто зазначити, що згідно з даними Асоціації адвокатів, які займаються психічним здоров'ям юристів, у 2020 році значно збільшилась кількість звернень до них від правників щодо свого психічного стану. Як приклад, у жовтні 2020 року в них було найбільше звернень за всі 32 роки існування Асоціації. Як вважають фахівці, студенти-юристи відчувають себе ізольованими під час навчання онлайн. Юридичні фахівці, які звикли працювати в команді, але зараз працюють віддалено, можуть відчути втрату своєї особистості [9]. Одним із пояснень цього може бути той факт, що раптовий перехід на віддалену роботу й роботу вдома мав досить сильний вплив на людей, які мали невеликий або взагалі не мали попереднього досвіду із цим способом роботи. Якщо брати нашу країну, то до пандемії кількість працівників на дистанційній або віддаленій роботі складала досить невелику частину всіх працівників. Натепер 40% українських компаній продовжують залишати частину своїх співробітників на віддаленій роботі [10]. Тому цей факт звичайно відбився на психічному й психологічному стані працівника.

Багато тих, хто вперше працює на дистанційній роботі, ізолювані від колег, друзів

і сім'ї, хоча саме поняття дистанційної роботи існує з 1970 року. В умовах змушеної дистанційної зайнятості повсякденні будні були порушені, що спричиняє додаткове занепокоєння, стрес і напруження – фізично, психічно й фінансово. Розмивання фізичних та організаційних меж між роботою та домом – саме це негативно впливає на психічне й фізичне здоров'я людини. Інтернет-опитування 4 011 працівників та 1 007 роботодавців у США, Великобританії, Сінгапурі й Об'єднаних Арабських Еміратах також виявило, що з моменту початку пандемії в людей, які працюють дистанційно, стрес (32%) та збільшення ваги (43%) є головними проблемами здоров'я, 74% усіх робітників – у тому числі 88% віком від 18 до 24 років – стверджували, що погане психічне здоров'я вплинуло на їх продуктивність, тобто й на саму якість виконуваної роботи, а 61% працівників хочуть повернутися до офісу на повний робочий день протягом шести місяців [11]. І якщо для одних справжнім викликом став перехід на дистанційний вид роботи, для інших сфер справжньою проблемою стало значно збільшене робоче навантаження. Якщо говорити детальніше, наприклад, для працівників правоохоронних органів до їх звичайних обов'язків, пов'язаних із забезпеченням законності й контролем за злочинністю, додалися ще додаткові чергування для мінімізації скупчень населення, контроль за носінням масок, перевірка різних громадських закладів щодо виконання карантинних заходів і так далі, та, як наслідок, збільшення і так наднормованого робочого навантаження. А співробітники правоохоронних органів і так частіше, ніж загальна частина населення, страждають на депресію, переживають сімейні розбрати, зловживають алкоголем і роблять спроби самогубств [12].

Крім того, під час поточної пандемії збільшується ризик хвороби, а також зараження членів власної родини або втрати когось із близьких. Це змусило працівників уникати відвідування членів своїх сімей, звузати своє коло спілкування. Зрозуміло, що така ситуація не могла не впливати на їх загальний психологічний стан і продуктивність. Наприклад, Федерація поліції Англії попередила органи охорони здоров'я про те, що поліцейські піддаються різним травмам (фізичним і психологічним) під час цієї тривалої пандемії. Ще однією важливою актуальною проблемою серед працівників поліції є те, що вони не дуже звикли звертати увагу на свої стреси й проблеми психічного здоров'я (Newschannel, 3, 2020) [13]. Але, на жаль, лише кілька досліджень зосереджувались на психічних / психологічних наслідках сприйняття стресу на роботі в працівників поліції та працівників громадської безпеки під час природних і техногенних катастроф, а також повідомляли про високий рівень посттрав-

матичного стресового розладу (далі – ПТСР) і депресії [14]. Тому, звичайно, це наукове питання ще потребує детальнішого глибокого вивчення, тому що зараз дуже часто наголошується саме на відтермінованих психологічних наслідках пандемії, які буде відчувати значна частина людства. Згідно з дослідженням, проведеним в Індії щодо психічного стану працівників поліції (було опитано 623 респонденти), більше ніж половина учасників повідомили, що почуваються напруженими з приводу збільшення робочого навантаження, та понад половини учасників не могли нормально спати. Близько двох п'ятих учасників повідомили, що принаймні «іноді» вони бояться не отримати підтримку з боку адміністрації та не отримати адекватні засоби індивідуального захисту. Що стосується негативної емоційної реакції, приблизно одна третина респондентів повідомила, що відчувають гнів, деморалізацію, дратівливість, самотність, відключеність. П'ята частина всіх опитаних учасників «іноді / більшу частину часу / завжди» відчували, що тікають від роботи й бояться смерті [15].

Тобто можна виділити такі фактори, вплив яких став визначальним для зміни психічного здоров'я працівників правничих професій в умовах пандемії COVID-19: соціум, підвищений рівень тривожності суспільної свідомості, ситуація вимушеної фізичної ізоляції, зменшення контактів із близькими й друзями, зміна робочого навантаження та зміни інших умов праці. Окремо можна класифікувати їх на: суб'єктивні фактори (психологічні) – настрій, мотивація, прагнення та бажання, цілеспрямованість, активність, невизначеність майбутнього; й об'єктивні фактори (соціальні) – соціально-політична напруженість, економічна криза, зростання безробіття, підвищений рівень тривожності суспільної свідомості, ситуація пандемії, змінене робоче навантаження, ситуація вимушеної фізичної ізоляції, зменшення контактів із близькими й друзями, зміни умов праці, надмірна кількість негативної інформації. І багатьом, кому раніше вдавалося добре справлятися із ситуаціями стресу, тепер стає набагато складніше це робити, тому що кількість факторів стресу у зв'язку з пандемією постійно зростає, а внутрішніх ресурсів особистості вже просто не вистачає.

Отже, в сучасних умовах, урахувавши викладене, надважливим є збільшення уваги до психічного здоров'я працівників, тому що від цього буде залежати не лише ефективність, а взагалі функціонування різних галузей. Ті, хто буде вкладати гроші в психічне здоров'я, отримають нагороду. За оцінками, ще до COVID-19 щорічно лише від депресії та тривоги втрачався майже 1 трильйон доларів економічної продуктивності. І це відбувається в той час, коли ще до пандемії лише менше ніж половина всіх країн повідомляла

про те, що їх політика в області психічного здоров'я узгоджена з конвенціями з прав людини [16]. Однак дослідження показують, що кожен 1 долар США, витрачений на доказову допомогу в разі депресії та тривожності, повертає 5 доларів [7]. Зрозуміло, що зараз ці показники будуть лише погіршуватися. Яскравим прикладом швидкого реагування на таку ситуацію є компанія Microsoft – 166 тисяч працівників компанії отримують по \$1 200 на боротьбу з професійним вигоранням. За програмою Perks Plus ці гроші можна витратити на оплату занять спортом, на своє хобі чи інший вид дозвілля вдома. У Microsoft впевнені, що така підтримка не тільки допоможе співробітникам на самоізоляції, але й дасть поштовх для подальшого розвитку — вони зможуть спробувати нові речі, на які раніше не наважувались [17].

Тобто пандемія COVID-19 є значним стресом для працівників, що погіршує загальний стрес на роботі. Згідно з Fishbein, стресові фактори COVID-19 із психологічного боку можуть погіршити функціонування особистості, стрес поліцейської діяльності під час невизначеної пандемії, ймовірно, вплине на рівень нейромедіаторів і гормону стресу, що призведе до підвищеної сприйнятливості до стресу й надмірних реакцій. Ситуація пандемії може зменшити здатність офіцерів розв'язувати численні інші стреси, що характеризують їх професію [12]. Інші науковці вважають, що стрес, перенесений під час пандемії, може згубно позначитися на продуктивності офіцерів, їх ефективності й здатності виконувати соціальні функції. Мун і Джонсон вказують на те, що стрес офіцерів є обернено пов'язаним із зобов'язанням щодо роботи – ті, хто відчуває більший стрес, пов'язаний із роботою, менш віддані своїй посаді [18]. Тобто в результаті це може призвести до збільшення плинності кадрів, що натеper і так є досить серйозною проблемою для українського суспільства.

Висновки з проведеного дослідження.

Можна стверджувати, що тема професійних криз особистості не втратила своєї актуальності, не зважаючи на кардинальні зміни у світі, а саме виникнення пандемії, і якщо роботодавці прагнуть мати висококваліфікованих, стресостійких, гнучких співробітників, зараз – найкращий час почати приділяти увагу психологічному стану й комфорту фахівців. Світ змінюється, і необхідно знати механізми підвищення працездатності працівників, тому що ефективність діяльності буде залежати саме від готовності прийняти ці зміни.

ЛІТЕРАТУРА:

1. McLellan L. Lawyer Mental Health Is Facing Its Greatest Challenge, But Increased Empathy May Be the Byproduct. URL: [\[facing-its-greatest-challenge-but-increased-empathy-may-be-the-byproduct/\]\(https://www.law.com/americanlawyer/2020/10/02/lawyer-mental-health-is-facing-its-greatest-challenge-but-increased-empathy-may-be-the-byproduct/\).](https://www.law.com/americanlawyer/2020/10/02/lawyer-mental-health-is-</p>
</div>
<div data-bbox=)

2. Звіт міністра внутрішніх справ Арсена Авакова на засіданні Верховної Ради України. *Портал МВС*. URL: <https://mvs.gov.ua/uk/ministry/media/zvit-ministravnutrisnix-sprav-arsena-avakova-na-pozacergovomu-zasidanni-verhovnoyi-radi-ukrayini>.

3. Agatstein J., Arnold Z., Dempsey R., Sonnenfeldt J., Weiss J. Falling through the cracks. URL: <https://ru.scribd.com/doc/252727812/Falling-Through-the-Cracks>.

4. COVID-19 CORONAVIRUS PANDEMIC. URL: https://www.worldometers.info/coronavirus/?utm_campaign=homeAdvegas1?

5. Поваренков Ю.П. Системогенетическая концепция профессионального становления человека. *Идея системности в современной психологии* / Под ред. В.А. Барабанщикова. Москва : Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. С. 360–384.

6. Александрова О.Н. Психология социальной работы. Санкт-Петербург : Изд. Питер, 2002. 352 с.

7. COVID-19 disrupting mental health services in most countries. *WHO survey*. URL: <https://www.who.int/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>.

8. COVID-19 Burnout? Bar Groups Can Help. URL: <https://www.jdsupra.com/legalnews/covid-19-burnout-bar-groups-can-help-19363/>.

9. Dudiak Z. Lawyers Concerned for Lawyers continues to assist Pa.'s legal and judicial professionals and their families. URL: <https://www.acba.org/Portals/0/pdf/TLJ/LJ-25-120420.pdf>.

10. 40% українських компаній планують сохрानить удаленный вид работы – опрос. URL: <https://biz.liga.net/ekonomika/all/novosti/40-ukrainskih-kompaniy-planiruyut-sohranit-udalenny-vid-raboty-opros>.

11. Survey shows many remote workers concerned about their mental health. URL: <https://www.safetyandhealthmagazine.com/articles/20694-survey-shows-many-remote-workers-concerned-about-their-mental-health>.

12. Stogner J, Lee Miller B., McLean K. Police Stress, Mental Health, and Resiliency during the COVID-19 Pandemic. URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12103-020-09548-y>.

13. Newschannel 3, T.H. (2020). Battle Creek Police Department works to reduce mental strain during pandemic. *WWMT*. URL: <https://wwmt.com/news/local/local-police-department-works-to-reduce-mental-strain-during-pandemic> (accessed: 05.17.2020).

14. Benedek D.M., Fullerton C., Ursano R.J. First responders: Mental health consequences of natural and human-made disasters for public health and public safety workers. *Annual Review of Public Health. PubMed. Annu Rev Public Health*. 2007. No. 28. P. 55–68. DOI: 10.1146/annurev.publhealth.28.021406.144037.

15. Sandeep Grover, corresponding author Swapnajeet Sahoo, Devakshi Dua, Aseem Mehra, and Ritu Nehra. Psychological Impact of COVID-19 Duties During Lockdown on Police Personnel and Their Perception About the Behavior of the People: an Exploratory Study from India. *National Center for Biotechnology Information*. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7643718/#CR4>.

16. Из 139 стран, имеющих планы и стратегии в области охраны психического здоровья, менее половины сообщают о том, что они приведены в соответствие с конвенциями в области прав человека. ВОЗ. URL: <https://www.who.int/news-room/facts-in-pictures/detail/mental-health>.

17. Microsoft даст сотрудникам по \$1200 долларов, чтобы те не выгорали на дистанционной

работе. *Business Insider*. URL: <https://hromadske.ua/ru/posts/microsoft-dast-sotrudnikam-po-dollar1200-dollarov-chtoby-te-ne-vygorali-na-distancionnoj-rabote-business-insider>.

18. Moon M.M., Jonson C.L. (2012). The influence of occupational strain on organizational commitment among police: A general strain theory approach. *Journal of Criminal Justice*. 2012. No. 40 (3). P. 249–258.

СЕКЦІЯ 6

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ІННОВАЦІЙНИХ СТИЛІВ УПРАВЛІННЯ ЗА КРИТЕРІЄМ «СПРЯМОВАНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ» МЕНЕДЖЕРІВ ОСВІТИ: ЗВ'ЯЗОК ІЗ ПСИХОЛОГІЧНИМИ ХАРАКТЕРИСТИКАМИ ОСВІТНИХ ОРГАНІЗАЦІЙ

FEATURES OF THE DEVELOPMENT OF INNOVATIVE MANAGEMENT STYLES BY CRITERION "PERSONALITY DIRECTION" EDUCATION MANAGERS: RELATIONSHIP WITH THE PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF EDUCATIONAL ORGANIZATIONS

Сьогодні в умовах реформування системи освіти необхідним є процес зміни підходів та стилів управління. Важливими характеристиками, що впливають на особливості управління освітньою організацією, виступають освітнє середовище організації, педагогічний колектив, рівень організованості, спрацьованості колективу. У статті на основі емпіричного дослідження визначено кількісно вираженість типів менеджерів освітніх організацій за їхньою спрямованістю («ділова»; «особистісна»; «колективістська»). Встановлено, що більше половини менеджерів освіти, які мають «ділову» та «колективістську» спрямованість, використовують інноваційні стилі управління, і лише третина опитаних менеджерів освіти з «особистісну» спрямованістю – традиційні стилі управління. Констатовано позитивні та негативні статистично значущі зв'язки між психологічними характеристиками освітніх організацій (рівень організаційного розвитку; особливості педагогічного колективу; креативний потенціал освітнього середовища) та інноваційними стилями управління за критерієм «спрямованість особистості» у менеджерів освіти. Отримані дані свідчать про те, що рівень організаційного розвитку освітніх організацій можуть позитивно позначитися на розвитку інноваційних стилів управління за критерієм «спрямованість особистості». Доведено, що такі характеристики педагогічного колективу, як «підготовленість до діяльності», «активність», «згуртованість», «інтегративність» та загальний показник розвитку педагогічного колективу, позитивно впливають на рівень розвитку інноваційних стилів управління за критерієм «спрямованість особистості». Підкреслено, що з підвищенням показника креативності «робочого середовища» рівень вираженості менеджерів, які мають «особистісну» спрямованість та використовують традиційні стилі управління, зменшується. Урахування виявлених закономірностей сприяє психологічному забезпеченню розвитку інноваційних стилів управління за критерієм «спрямованість особистості» у менеджерів освіти.

Ключові слова: освітні організації, інноваційні стилі управління, критерій «спрямова-

ність особистості», психологічні характеристики.

Today, in the conditions of reforming the education system, there is a process of changing approaches and management styles. Important characteristics that influence the features of management of the educational organization are the educational environment of the organization, pedagogical collective, level of organization, operation of the collective. In an article based on empirical research, quantitative severity of managers of educational organizations was determined by their direction (Business; personality; collectivist). It has been established that more than half of education managers who have business and collectivist orientation, use innovative management styles, and only a third of the respondents of education managers with personal direction are traditional management styles.

The positive and negative statistically significant connections between the psychological characteristics of educational organizations (the level of organizational development; the peculiarities of the pedagogical team; creative potential of the educational environment) and innovative styles of management by the criterion of the personality orientation in education managers. The obtained data indicate that the level of organizational development of educational organizations can positively affect the development of innovative management styles according to the criterion of personality orientation. It is proved that such characteristics of the pedagogical team as preparedness for activities, activity, cohesion, integrity, and the general indicator of development of the pedagogical team, positively affect the level of development of innovative management styles by the criterion of personality orientation. It is emphasized that with an increase in the creativity of the working environment, the level of pronouncement of managers who have personal orientation and use traditional control styles, decreases. Taking into account the identified patterns contributes to the psychological provision of the development of innovative styles of management by the criterion of personality orientation in education managers.

Key words: educational organizations, innovative management styles, criterion Personality orientation, psychological characteristics.

УДК 159.923
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.34>

Клочко А.О.

к.пед.н., доцент,
науковий співробітник
Національний університет оборони
України імені Івана Черняхівського

Концепція «Нова українська школа» намагається змінити домінуючий підхід в управлінні освітніми організаціями. Сьогодні в умовах реформування системи освіти необхідним є процес зміни підходів та стилів управління. Ці зміни легко даються менеджерам освіти, які характеризуються гнучкістю, відкритістю до інноваційних процесів. Вони розуміють необхідність змін в освітніх організаціях і намагаються переорієнтувати педагогічний колектив до нового змісту і характеру діяльності, адаптуватися до вимог часу.

Результати діяльності освітньої організації визначаються ефективністю управління та стилем управління менеджера.

Важливими характеристиками, що впливають на особливості управління освітньою організацією, виступають освітнє середовище організації, педагогічний колектив, рівень організованості, спрацьованості колективу.

На вибір інноваційного стиля управління впливає безліч факторів: поточний стан справ в освітній організації, особистісні характеристики та рівень професійної компетентності педагогів, відносини між співробітниками освітньої організації. Саме зазначені фактори часто багато в чому визначають те, який саме інноваційний стиль управління є найбільш ефективним.

Роботи різних авторів, серед яких Ю.О. Головіна [6], Е.І. Койкова [7], В.Я. Назмутдінов [8], О.А. Савіна [9], містять вивчення різних стилів управління, виділяючи при цьому переваги і недоліки, властиві кожному з них.

Важливу роль у процесі введення змін в освітніх організаціях можуть відігравати інноваційні стилі управління менеджерів освіти. Згідно з нашим підходом [10] інноваційні стилі управління являють собою систему методів, прийомів, способів здійснення управлінської діяльності відповідно до інноваційних завдань, які виникають сьогодні в організації: реалізація не лише власне управлінських (адміністративних) завдань, але і лідерських завдань; здатність впроваджувати інноваційні підходи в управлінні; здатність створювати команди та працювати в командах; уміння гармонійно поєднувати інтереси організації та працівників; здатність керівника продовжувати власний саморозвиток тощо.

Виходячи з актуальності та недостатньої розробки проблеми, нами визначено **мету дослідження**: проаналізувати зв'язок між психологічними характеристиками освітніх організацій та інноваційними стилями управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освіти.

Для дослідження рівня розвитку інноваційних стилів управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освітніх організацій було використано методику «Діагностика спрямованості особистості» (Б. Басс) [1].

Для виявлення рівня організаційного розвитку освітніх організацій використовувався опитувальник «Як розвивається Ваша організація?» (В. Зігерт, Л. Ланг, модифікація Л.М. Карамушки) [2].

Для визначення показників розвитку педагогічного колективу використовувався тест «Пульсар» (Л.Г. Почебут) [3].

Для дослідження показника креативності робочого середовища нами було використано опитувальник «Який Ваш креативний потенціал?» (Шкала С) [4].

Статистична обробка даних здійснювалася за допомогою комп'ютерного пакета статистичних програм SPSS (версія 22). Використовувалися методи описової статистики та спряжених таблиць.

Дослідження проводилося в освітніх організаціях ряду областей України. У дослідженні взяли участь 1219 менеджерів освітніх організацій.

В освітніх організаціях опитані займали такі посади: заступник керівника закладу освіти – 74,3%, керівники – 25,7%. Опитані мають наступний рівень освіти: загальну середню та середню спеціальну освіту – 6,8%, вищу – 92,0%. Щодо типу освіти, то учасники розділилися таким чином: гуманітарна – 59,6%, юридично-економічна – 3,1%, технічно-природнична – 18,5%. Загальний трудовий стаж у менеджерів складає: до 15 років – 24,8%, від 16 до 25 років – 28,1%, від 26 до 35 років – 30,2%, понад 35 років – 30,2%. За стажем роботи на посаді опитані розподілилися наступним чином: до 5 років – 16,5%, від 6 до 15 років – 20,2%, від 16 до 25 років – 23,5%, понад 25 років – 39,9%. За кваліфікаційними категоріями учасники розподілилися на групи: спеціаліст – 19,3%, спеціалісти I та II категорії – 19,6%, спеціаліст вищої категорії – 59,3%. 46,2% опитаних мають педагогічне звання «вчитель-методист». За наявністю відзнак 35,2% опитаних мають відзнаки МОН України, 64,6% – інші відзнаки.

На першому етапі дослідження нами визначено кількісна вираженість типів менеджерів освітніх організацій за їхньою спрямованістю («ділова»; «особистісна»; «колективістська») за допомогою методики «Діагностика спрямованості особистості» (Б. Басс) [1].

Дані, відображені в табл. 1, свідчать, що за рівнем представленості осіб з високим рівнем вираженості певного типу «ділова» спрямованість менеджерів виявлена у 37,9% опитаних; «колективістська» спрямованість менеджерів була зафіксована у 31,0% учасників дослідження; «особистісна» спрямованість менеджерів освіти виявлена у 30,70%.

Згідно з наявними у літературі розробками [1] можна говорити, що менеджери освіти, які мають «особистісну» спрямованість,

прагнуть до особистої першості, власного благополуччя та винагородження. У роботі бачать насамперед можливість задовольнити власні потреби та мало реагують на потреби людей навколо себе.

Менеджери освіти, які мають «ділову» спрямованість, характеризується зацікавленістю у вирішенні ділових проблем, виконанні роботи якнайкраще, орієнтовані на ділову співпрацю, здатність відстоювати в інтересах справи власну думку, корисну для досягнення спільної мети.

Менеджери освіти з «колективістською» спрямованістю прагнуть за будь-яких умов підтримувати відносини з людьми, орієнтуватися на спільну діяльність, але часто є залежними від групи та потребують прихильності й емоційних відносин із людьми.

Отже, це свідчить про те, що менеджери освіти, які мають «особистісну» спрямованість, реалізують у професійній діяльності традиційні стилі управління. Менеджери освіти, які мають «ділову» та «колективістську» спрямованість, використовують інноваційні стилі управління.

Отримані дані свідчать про те, що більше половини менеджерів освіти, які мають «ділову» та «колективістську» спрямованості, використовують інноваційні стилі управління, і лише третина опитаних менеджерів освіти з «особистісну» спрямованістю – традиційні стилі управління.

Отже, у цілому можна зробити висновок про те, що рівень розвитку інноваційних стилів управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освітніх організацій потребує значного посилення, оскільки лише більше половини опитаних менеджерів освіти використовують інноваційні стилі управління.

На другому етапі було проаналізовано зв'язок між психологічними характеристиками освітніх організацій та інноваційними стилями управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освітніх організацій.

Нами було виділено психологічні характеристики освітніх організацій, які впливають на рівень розвитку інноваційних стилів управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освітніх організацій. До таких характеристик відносяться: рівень організаційного розвитку; особливості педагогічного колективу; креативний потенціал.

Проаналізуємо спочатку зв'язок між рівнем організаційного розвитку освітніх організацій та інноваційними стилями управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освіти (табл. 2).

Дані, представлені в табл. 2, свідчать про наявність негативного статистично значущого зв'язку між такими показниками, як «організаційна зрілість» ($r_s = -0,117$; $p < 0,01$), «організаційний розвиток» ($r_s = -0,093$; $p < 0,01$) та менеджерами, які мають «особистісну» спрямованість. Однак результати дослідження свідчать також про наявність позитивного статистично значущого зв'язку між показником «проблемність організаційного розвитку» і менеджерами освіти, які мають «особистісну» спрямованість ($r_s = 0,117$; $p < 0,05$).

Таким чином, можна говорити про те, що кількість менеджерів, які мають «особистісну» спрямованість, збільшується тоді, коли зростає проблемність організаційного розвитку, а при збільшенні показників організаційної зрілості та організаційного розвитку в цілому вона, навпаки, зменшується. Тобто менеджери освіти, які мають «особистісну» спря-

Таблиця 1

Рівень розвитку інноваційних стилів управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освітніх організацій (у % від загальної кількості опитаних)

Типи менеджерів освітніх організацій за критерієм «спрямованість особистості»	Рівні розвитку		
	Високий	Середній	Низький
«Ділова» спрямованість	37,9	36,9	24,2
«Колективістська» спрямованість	31,0	36,9	32,1
«Особистісна» спрямованість	30,7	36,4	31,9

Таблиця 2

Зв'язок між рівнем організаційного розвитку освітніх організацій та інноваційними стилями управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освіти (r_s)

Показники організаційного розвитку	«Особистісна» спрямованість	«Ділова» спрямованість	«Колективістська» спрямованість
Організаційна зрілість	-0,117**	0,084**	0,021
Проблемність організаційного розвитку	0,117**	-0,084**	-0,021
Рівні організаційного розвитку	-0,093**	0,067	0,015

** $p < 0,01$

мованість, активізуються тоді, коли зростає проблемність у розвитку організації.

Як видно із табл. 2, у процесі дослідження виявлено позитивний статистично значущий зв'язок між такими показниками, як «організаційна зрілість», та менеджерами освіти, які мають «ділову» спрямованість ($r_s = 0,084$; $p < 0,01$). Однак, як свідчать отримані дані, констатовано негативний статистично значущий зв'язок між показником «проблемність організаційного розвитку» і менеджерами освіти, які відносяться до цього типу ($r_s = -0,084$; $p < 0,01$). Тобто йдеться про те, що підвищення в освітній організації показників організаційного розвитку та зниження показників проблемності розвитку сприяє збільшенню кількості менеджерів освіти, які мають «ділову» спрямованість, які, як уже зазначалось вище, реалізують інноваційні стилі управління.

Слід зазначити, що в дослідженні не виявлено статистично значущого зв'язку між рівнем організаційного розвитку освітніх організацій та менеджерами освіти, які мають «колективістську» спрямованість.

У цілому дослідження показало, що певний рівень організаційного розвитку («організаційна зрілість», «проблемність організаційного розвитку») може сприяти проявам інноваційних стилів управління в менеджерів освітніх організацій.

Отже, отримані дані свідчать про те, що *рівень організаційного розвитку* освітніх організацій може позитивно позначитися на роз-

витку інноваційних стилів управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освітніх організацій і знайшов також детальне відображення в роботах інших авторів [5].

Далі проаналізуємо зв'язок між показниками розвитку педагогічного колективу освітніх організацій та інноваційними стилями управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освітніх організацій (табл. 3).

Аналіз отриманих даних показав негативний статистично значущий зв'язок між такими показниками, як «спрямованість» ($r_s = -0,073$; $p < 0,05$), «згуртованість» ($r_s = -0,059$; $p < 0,05$), «референтність» ($r_s = -0,070$; $p < 0,05$), загальним показником розвитку педагогічного колективу ($r_s = -0,057$; $p < 0,05$) та менеджерами освіти, які мають «особистісну» спрямованість (табл. 3).

Це проявляється в тому, що чим більше педагогічні працівники керуються власними нормами і правилами, не намагаючись погодити їх з іншими членами колективу, намагаються вирішувати свої проблеми самостійно, критично відносяться один до одного, не завжди здатні ефективно справитися з поставленими перед ними завданнями, тим вищим є рівень розвитку традиційних стилів управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освітніх організацій.

Окрім того, результати дослідження показали (див. табл. 3), що на рівні статистичної значущості такі показники, як «підготовленість до діяльності» ($r_s = 0,077$; $p < 0,01$), «активність» ($r_s = 0,080$; $p < 0,01$), «згуртованість» ($r_s = 0,072$;

Таблиця 3

Зв'язок між показниками особливостей педагогічного колективу освітніх організацій та інноваційними стилями управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освіти (r_s)

Показники педагогічного колективу	«Особистісна» спрямованість	«Ділова» спрямованість	«Колективістська» спрямованість
Підготовленість до діяльності	-0,036	-0,014	0,077**
Спрямованість	-0,073*	0,031	0,052
Організованість	-0,027	0,020	0,023
Активність	-0,001	-0,038	0,080**
Згуртованість	-0,059*	-0,001	0,072*
Інтегративність	-0,036	-0,006	0,059*
Референтність	-0,070*	0,026	0,032
Загальний показник	-0,057*	0,001	0,079**

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$

Таблиця 4

Зв'язок між показниками креативного середовища освітніх організацій та інноваційними стилями управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освіти (r_s)

Показник	«Особистісна» спрямованість	«Ділова» спрямованість	«Колективістська» спрямованість
Робоче середовище	-0,057*	0,015	0,045

* $p < 0,05$

$p < 0,05$), «інтегративність» ($r_s = 0,059$; $p < 0,05$) та загальний показник розвитку педагогічного колективу ($r_s = 0,079$; $p < 0,01$), впливають на рівень розвитку менеджерів освітніх організацій, які мають «колективістську» спрямованість. Тобто з підвищенням рівня професійних знань членів колективу, їхньої зацікавленості в ефективній роботі колективу, тісної співпраці один із одним, прийняттям погоджених рішень зростає рівень розвитку інноваційних стилів управління за критерієм «спрямованість особистості» менеджерів освітніх організацій.

Таким чином, можна говорити про те, що такі характеристики педагогічного колективу, як «підготовленість до діяльності», «активність», «згуртованість», «інтегративність» та загальний показник розвитку педагогічного колективу, позитивно впливають на рівень розвитку інноваційних стилів управління за критерієм «спрямованість особистості» у менеджерів освітніх організацій.

І нарешті, що стосується показника креативного середовища освітніх організацій, то дані табл. 4 говорять про наявність негативного статистичного значущого зв'язку між показником «робоче середовище» та менеджерами освіти, які мають «особистісну» спрямованість ($r_s = -0,057$; $p < 0,05$).

Йдеться про те, що в такому робочому середовищі менеджерам освіти іноді важко бути креативними. Тобто з підвищенням показника креативності «робочого середовища» рівень вираженості менеджерів, які мають «особистісну» спрямованість, зменшується.

Висновки з проведеного дослідження.

Таким чином, у процесі дослідження виявлено позитивні та негативні статистично значущі зв'язки між психологічними характеристиками освітніх організацій (рівень організаційного розвитку; особливості педагогічного колективу; креативний потенціал освітнього середовища) та інноваційними стилями управління за критерієм «спрямованість особистості» в менеджерів освіти.

На основі проведеного дослідження можна зробити висновок, що психологічні характеристики освітніх організацій є суттєвими харак-

теристиками розвитку інноваційних стилів управління за критерієм «спрямованість особистості» у менеджерів освіти.

Урахування виявлених закономірностей сприяє психологічному забезпеченню розвитку інноваційних стилів управління за критерієм «спрямованість особистості» в менеджерів освіти.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Головіна Ю.А. Влияние стиля руководства на показатели эффективности деятельности дошкольной образовательной организации. *Известия института педагогики и психологии образования*. 2018. № 4. С. 11–15.
2. Карамушка Л.М. Психологічні основи забезпечення організаційного розвитку в закладах освіти: спецкурс для слухачів очно-дистанц. форми навчання в системі післядипломної пед. освіти. НАПН України, ДВНЗ «Ун-т менедж. освіти. Київ, 2012. 28 с.
3. Ключко А.О. Теоретичні аспекти дослідження стилю управління в керівників освітніх організацій. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2017. Том I : Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. 47. С. 29–33.
4. Койкова Э.И., Сацюк И.Б. Классификация стилей руководства и управления образовательной организацией. *Проблемы современного педагогического образования*. 2019. № 63-1. С. 158–161.
5. Назмутдинов В.Я., Яруллин И.Ф. Управление деятельностью и менеджмент в системе образования личности. Казань : ТРИ «Школа», 2013. 360 с.
6. Почебут Л.Г., Чикер В.А. Организационная социальная психология. СПб. : Речь, 2000. 227 с.
7. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / под ред. Г.С. Никифорова, М.А. Дмитриевой, В.М. Снеткова. Санкт-Петербург : Речь, 2001. 639 с.
8. Райгородский Д.Я. Психодиагностика персонала. Методика и тесты : учебное пособие для факультетов: психологических, экономических и менеджмента : в 2 т. Москва : Бахрах-М, 2007. 672 с.
9. Савина О.А. Стиль управления как фактор эффективного руководства персоналом в образовательной организации. Влияние науки на инновационное развитие. 2015. С. 297–302.
10. Mehrabjan A. Nonverbal communication. Nebraska Symposium on Motivation. Lincoln, University of Nebraska Press, 1972. P. 107–161.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПОДРУЖНИХ ВІДНОСИН У ПЕРІОД КРИЗИ МОЛОДОЇ СІМ'Ї

SOCIO-PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF MARRIAGE RELATIONS DURING THE CRISIS OF A YOUNG FAMILY

У статті наведено особливості кризи початку сімейного життя. Натепер проблема розпаду молодих сімей залишається, як і раніше, актуальною. Сучасна сім'я є об'єктом вивчення цілого комплексу наук: психології, соціології, економіки та низки інших суміжних дисциплін. Інтерес фахівців спрямований на дослідження динаміки сімейних відносин, причин самотності у сім'ї та її розпаду.

Згідно зі статистикою, кількість розлучень серед молодих сімей досягає четвертої частини від офіційно зареєстрованих відносин. Такі показники можна пов'язати із неформованістю у сучасній молоді адекватного уявлення про сім'ю та шлюб. Статистика розлучень невблаганно зростає через неузгодженості ціннісної структури подружжя та мотиваційного складника вступу у шлюб.

Аналіз літератури показав високий ступінь зацікавленості фахівців різних галузей у вивченні проблеми розлучення. Сім'я, будучи основним інститутом соціалізації дитини, розпадаючись, унеможливає здійснення однієї зі своїх головних функцій – народження та виховання дітей. Беручи до уваги нинішню демографічну ситуацію, можна говорити про значимість продовження дослідження сімейних розлучень.

Поняття «криза» має широке тлумачення, спільним знаменником усіх пропонованих дефініцій є наявність ситуації, яку неможливо змінити, використовуючи вже відомі моделі поведінки, що призводить до зміни особистісної структури.

У ході проведеного дослідження ми виявили, що більш успішно справляється з переживанням кризи подружжя, що не мало ще шлюбної відносини, оскільки досвід розлучення формує більш негативну систему уявлень про сімейно-шлюбні відносини.

Розлучення може розцінюватися як позитивний результат шлюбних відносин, проте здебільшого як саме подружжя, так і його найближче оточення негативно ставляться до розриву відносин.

Ключові слова: сім'я, криза сім'ї, молоде подружжя, розлучення.

The article presents the peculiarities of the crisis of the beginning of family life. Currently, the problem of disintegration of young families remains relevant. The modern family is the object of study of a whole range of sciences: psychology, sociology, economics and a number of other related disciplines. The interest of specialists is aimed at studying the dynamics of family relations, the causes of loneliness in the family and its breakup.

According to statistics, the number of divorces among young families reaches a quarter of the officially registered relationship. Such indicators can be associated with the lack of adequate image in modern youth about the family and marriage; divorce statistics are growing relentlessly due to the inconsistency of the value structure of the spouses and the motivational component of marriage.

The analysis of the literature showed a high degree of interest of specialists in various fields in studying the problem of divorce. The family, being the main institution of socialization of the child, disintegrating, makes it impossible to perform one of its main functions: the birth and upbringing of children. Given the current demographic situation, we can talk about the importance of continuing the study of family divorces.

The concept of "crisis" has a broad interpretation, the common denominator of all the proposed definitions is the presence of a situation that cannot be changed using already known patterns of behaviour that leads to a change in personal structure.

In the course of the study, we found that couples who have not yet had a marital relationship are more successful in coping with the crisis, because the experience of divorce forms a more negative system of ideas about family and marital relations. Divorce can be seen as a positive result of a marital relationship, but in most cases, both the couple and their immediate environment, have a negative attitude to the breakup.

Key words: family, family crisis, young couple, divorce.

УДК 316.614.5

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.35>

Кондратьєва І.П.

к.психол.н.,

в. о. доцента кафедри теорії

та методики практичної психології

Південноукраїнський національний

педагогічний університет

імені К.Д. Ушинського

Вступ. Проблемі сім'ї в науці приділяється значна увага. Це можна спостерігати в роботах таких фахівців: Т.В. Андрєєвої, О.К. Василюва, Ф.Е. Василюк, Е. Ейдемільер, та інших. Шлюб і сім'я належать до тієї категорії явищ, які завжди викликали стійкий інтерес як у дослідників, так і у звичайних людей.

Нині спостерігається тенденція до формування у молоді чіткого розмежування любові й шлюбу. Шлюбно-сімейні відносини відображають так звану «споживчу нереалістичність» молодих людей. Згідно з даними В.І. Зацепіна [1], це демонструється в надмірній ідеалізації майбутнього партнера та явній невідповідності цих вимог у найближчому оточенні. Таким чином, для молодих людей харак-

терні розбіжність якості бажаного супутника й передбачуваного партнера по повсякденному спілкуванню, для дівчат стає малозначущим посвячення себе збереженню сім'ї та формуванню сімейного вогнища, на перший план виходить прагнення реалізувати себе в професійній діяльності [4].

Зміни в уявленнях про сім'ю, її потреби, цінності та особливості, які неминує трансформуються в умовах суспільства, що швидко розвивається, призводять до зниження якості шлюбних відносин, що можна побачити, проаналізувавши статистику розлучень, зниження рівня народжуваності та загальну соціально-демографічну ситуацію. Проблема розлучень молодих пар в Україні постає досить

гостро, за статистикою кожен четвертий зареєстрований шлюб розпадається.

До подружжя, яке має досвід офіційних відносин, також є особливий науковий інтерес, оскільки їх судження та подання відрізняються від тих, хто вступає у шлюб уперше. Тому дослідження переживання кризи молоді сім'ї є актуальним і затребуваним у сучасному суспільстві і для повторних шлюбів.

Виклад основного матеріалу. Сім'я поєднує у собі властивості соціальної організації, соціальної структури, інституту та малої групи. Вона дозволяє зрозуміти механізми контролю та соціальної дезорганізації, соціальної стабільності, процесів міграції та демографічних змін. Саме з цих причин сім'я залишається одним з найважливіших об'єктів дослідження, тому можна зустріти велику кількість визначень, що даються поняттю «сім'я».

А.Г. Харчев визначає сім'ю як «систему взаємин, яка формується між подружжям, між батьками і дітьми»; як «малу групу, члени якої пов'язані шлюбними та родинними відносинами, спільністю побуту і взаємною моральною відповідальністю» [12]. При цьому автор виділяє функцію сім'ї, пов'язану з фізичним відтворенням населення, а також його духовним збагаченням, що пов'язане із соціальною необхідністю [12]. Він вважає сім'ю сполучною ланкою між фізичним існуванням і соціальним життям [13].

Подібне визначення пропонує О.І. Антонов, говорячи про сім'ю як про засновану на «єдиній загальносімейній діяльності людей, пов'язаних узами шлюбу, батьківства, спорідненості, і тим самим здійснюючи відтворення населення й наступність сімейних поколінь, а також соціалізацію дітей і підтримку існування членів сім'ї» [2, с. 66].

Шлюб насамперед є соціально схвалюваним підтвердженням відносин усередині пари, тоді як сім'я є союзом двох людей, які приймають один одного як частину цілого, їх спільності в духовному, емоційному, матеріальному плані, незалежно від прийняття їх соціальним оточенням. На перший план у шлюбних відносинах виходить усвідомлення власної відповідальності, формування уявлень і спостереження за виконанням перебувають під контролем суспільства. Сім'я ж є добровільним визнанням себе частиною єдиного цілого, а не окремим елементом.

У психологічній літературі термін «криза» розглядається з кількох позицій, що дозволяє сформулювати найбільш повне уявлення про це поняття. Так, наприклад, психологічна криза як реакція на обставини призводить до якісних змін психічного статусу, пов'язаного із загрозою актуального функціонування особистості. З точки зору необхідності зміни моделі поведінки психологічна криза – це стан, у разі

якого неможливе подальше функціонування особистості в рамках колишньої моделі поведінки, навіть якщо вона повністю влаштувала таку людину. Події, що зачіпають основи життя людини, з невизначеним результатом і несуть у собі загрозу втрати або саму втрату, є психологічною кризою. Така подія зачіпає світогляд людини, зіштовхує властиве людині бачення світу з реальністю і є руйнівною. Ф.Є. Василюк визначає кризу як поворотний пункт у реалізації свого життєвого шляху, внутрішнього задуму життя [5].

На думку різних авторів, виникненню критичної ситуації сприяють такі події, як смерть близької людини, важка хвороба, відділення від сім'ї, батьків, друзів, зміна зовнішності, різка зміна соціальної обстановки, статусу та багато ін. Таким чином, теоретично життєві ситуації класифікуються як ті, що призводять до кризи, якщо вони пов'язані із загрозою задоволення основних потреб, при цьому перед людиною виникає обставина, від якої вона не може піти або вирішити звичним способом.

Багатьма психологами і соціологами відзначається важливість початкового періоду розвитку сім'ї. Найменш міцною сім'я є в момент виникнення [8]. Перші роки сімейного життя – це процес формування власних стереотипів спілкування, узгодження ціннісних структур і вироблення загальної світоглядної позиції. Складність цього періоду полягає в труднощах, з якими стикається молоде подружжя, намагаючись створити певне ціле з його частин – членів сім'ї [9].

У роботі «Психологія сімейних відносин з основами сімейного консультування» [3] авторами виділяється низка факторів, що впливають на благополуччя шлюбу: психобіологічна сумісність (мається на увазі «непереборна тяга до партнера», заснована на потягу до зовнішності, таланту, особливостей характеру, зацікавленості в партнері як співрозмовнику); соціальна зрілість подружжя (готовність до активної участі в житті суспільства, впевненість у матеріальній забезпеченості, сформоване почуття обов'язку і відповідальності); модель шлюбних відносин батьків (сімейний уклад (сімейне мікросередовище, зовнішня і внутрішньосімейна активність, сімейне виховання [10]), особливості взаємин подружжя, конфліктні ситуації, що виникали у сім'ї, що може привести до формування у молодого подружжя негативного ставлення до деяких аспектів шлюбу і в майбутньому провокувати непорозуміння між членами молоді сім'ї).

Такі показники соціальної активності, як освіта та трудова діяльність, не впливають на шлюбні відносини безпосередньо, проте люди, які часто змінюють роботу або незадоволені своєю діяльністю, більшою мірою не здатні підтримувати тривалі серйозні стосунки.

Особливе положення займає тривалість знайомства до укладення шлюбу. В процесі неофіційних відносин партнери мають можливість краще пізнати один одного, у тому числі, яким чином вони поведуть себе у скрутних ситуаціях. Однак в умовах сучасного суспільства тривале спільне проживання без офіційної реєстрації відносин може привести до значного відкладання укладення шлюбу.

Після аналізу структури розлучень в Україні можна говорити про збільшення середнього віку вступу в офіційний шлюб: якщо раніше середній вік молодят був до 25 років, то останніми роками спостерігається тенденція його збільшення – близько 70% шлюбів були укладені між подружжям віком до 35 років.

Партнери, які зіткнулися з невдалим шлюбом, набувають безцінний досвід сімейних взаємин, який дозволяє їм сформувати більш критичний погляд на шлюб і партнера, що призводить до більшої осмисленості та психологічної готовності до створення нової сім'ї.

Для визначення наявності кризи у сім'ї всім учасникам нашого дослідження, а це 39 сімейних пар, було запропоновано заповнити анкету «Оцінка суб'єктивного комфорту». Респонденти були розділені на дві групи. До першої групи увійшли 22 сімейні пари, що в офіційному шлюбі вперше. Учасники другої групи – 17 сімейних пар, обидва партнери яких перебувають в офіційному шлюбі не вперше. Вік респондентів – від 25 до 35 років.

Наведемо результати відповідей сімейних пар з обох груп, що відзначили наявність кризи у сім'ї та вказали 5 балів і менше за фактором «Суб'єктивний комфорт». Респонденти визначають поняття «криза сімейних відносин» як:

- часті сварки – 48,7%;
- труднощі побутових проблем – 47%;
- неможливість домовитися, партнери «не чують один одного» – 35,9%;
- бажання розлучитися – 30,1%;
- відсутність емоційної близькості – 28,2%;

– неможливість відповідати занадто високим вимогам партнера – 28,2%;

– втрата інтересу до життя партнера, байдужість – 20,5%.

Молоді пари описують прояв кризи молоді сім'ї як зниження загальних інтересів, небажання або неможливість спільно проводити час, нерівномірний розподіл обов'язків у побутовій сфері, що призводить до зростання напруги і дратівливості з боку одного з подружжя, а іноді може ставати причиною конфлікту. Для всіх пар має значення фінансова забезпеченість (можливість утримувати сім'ю, реалізовувати матеріальні бажання). Молоді пари негативно ставляться до участі батьків у житті сім'ї, що можна пояснити прагненням до самостійної реалізації своїх соціальних ролей. Втручання батьків у життя молоді сім'ї розцінюється як негативний фактор, незважаючи на те, що причиною такої поведінки можуть бути благі цілі, такі як: допомога молодій сім'ї в організації побуту, передача досвіду сімейного життя, моральна підтримка в разі розбіжностей між партнерами тощо.

Криза сім'ї призводить до зниження ступеня зацікавленості подружжя в житті один одного як повсякденного, так і професійного, хоча підтримка з боку партнера вважається однією з умов міцного шлюбу.

Результати, що отримані за допомогою опитувальника задоволеності шлюбом (В.В. Столін, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко), показали значні відмінності за шкалою «Задоволеність шлюбом» залежно від черговості шлюбу (рисунок 1).

Так, респонденти, які мають перший досвід офіційних відносин, мають більш високі показники, ніж ті, хто перебуває у шлюбі не вперше. Це свідчить про високу оцінку власного шлюбу, свого партнера, впевненість у ньому і загальну задоволеність шлюбом. Учасники другої групи показали більш низькі результати, сприймаючи свій теперішній шлюб як менш вдалий.

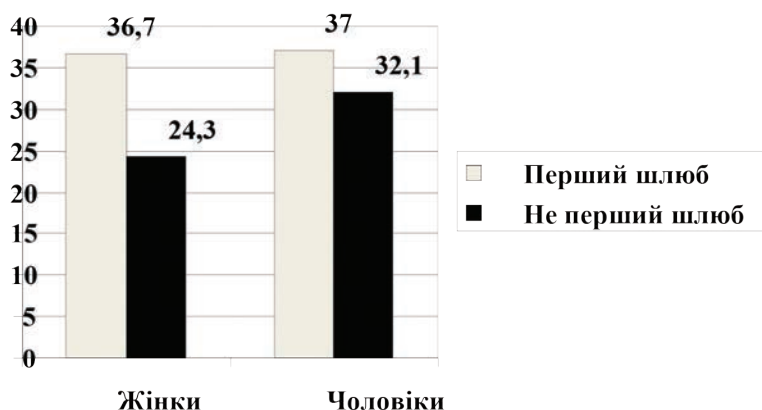


Рис. 1. Показники за шкалою «Задоволеність шлюбом»

Важливо відзначити, що отримані результати демонструють, що жінки оцінюють свій шлюб як такий, що перебуває на межі розлучення. Однак не можна стверджувати однозначну справедливість такого висновку. Можливо, жінки більш критично сприймають теперішні стосунки і висувають до них вищі вимоги.

Згідно з опитувальником «Аналіз сімейної тривоги» (Е. Ейдемільер, В. Юстицкіс), інтерес являють результати респондентів тільки за показниками шкали «Загальна сімейна тривожність».

Респонденти, які мають перший досвід офіційних відносин, більшою мірою впевнені у всіх аспектах свого сімейного життя, що стосуються уявлень про себе і свого партнера (жінки – 2,4, чоловіки – 3,1). Респонденти з досвідом розлучення показують більш високі результати за цією шкалою (жінки – 7,5, чоловіки – 6,6). Це свідчить про меншу впевненість у своєму партнері, в його почуттях, про правильність вибору свого шлюбного партнера, а також нездатність втручатися в хід сімейного життя через недооцінку власної значущості, що призводить до виникнення тривожності.

Проведений аналіз дає змогу зробити висновок про те, що чоловік і жінка, які перебувають у першому шлюбі, мають більш чітке уявлення про власне життя: вони цілеспрямовані, сприймають свій життєвий шлях як емоційно насичений, цікавий, здатні контролювати життя, вибираючи цілі й план їх реалізації. Партнери характеризують свій шлюб як задовільний, що може свідчити про згуртованість подружжя. Молоді люди, які мають перший досвід шлюбу, меншою мірою відчувають дискомфорт усередині сім'ї, вони усвідомлюють важливість своєї ролі у виконанні сімейних функцій. Усе це призводить до зміцнення сімейного побуту і взаємин між подружжям.

Учасники другої групи мають більш низькі показники. Такі результати можна інтерпретувати як наслідок зміни ставлення до життя загалом, шлюбу, свого партнера. Молоді пари, вже стикнувшись з неможливістю вирішити кризову ситуацію в родині, втрачають упевненість у своїх діях, ставлять під сумнів плани та їх реалізацію, змінюють систему оцінки свого шлюбу, висуваючи більш високі вимоги, яким з часом складно відповідати.

Обговорення отриманих результатів дослідження. Молоде подружжя визначає кризу як переломний момент у відносинах, пов'язаний з виникненням труднощів і проблем, які пара не в змозі подолати без будь-яких емоційних затрат. Наявність непорозуміння в подружжі позначається на якості відносин подружжя. Найбільш тривожними проявами є втрата поваги один до одного, відсутність зацікавленості в житті партнера, що призводить до звуження кола спільних інтересів.

Молоді сім'ї на початку свого шляху часто відчувають скрутне фінансове становище, через це багато хто змушений проживати з родичами одного з подружжя. Це не веде до зміцнення шлюбних відносин, а скоріше погіршує їх: вплив старшого покоління розцінюється як негативний, що може бути причиною виникнення конфліктних ситуацій між подружжям.

Досвід другого шлюбу впливає більшою мірою на саме ставлення до шлюбу загалом, роблячи погляд більш негативним та критичним. Це стосується всіх складників минулих відносин. Жінки, які виходять заміж повторно, вже мають досвід невдалого шлюбу, вони негативно оцінюють його, переносячи своє ставлення на теперішній шлюб. Чоловіки, на відміну від своїх дружин, більш стримано ставляться до невдач першого шлюбу: вони здатні знайти позитивні сторони в ньому, при цьому підтримувати добрі стосунки з колишньою дружиною, не прагнучи покласти на неї відповідальність за розрив відносин.

Трохи менше половини респондентів відчувають побоювання за свої теперішні відносини: більшість з них побоюються знову відчути розчарування в партнері, зіткнутися з такими ж проблемами, які привели до розпаду минулого шлюбу. В цьому відношенні чоловіки більш тривожні.

Жінки, що перебувають у першому шлюбі, більш чітко уявляють собі цілі свого життя, ніж ті, хто перебуває у шлюбі повторно, готові приймати велику відповідальність за свої дії. Вони не стикалися з розчаруванням, пов'язаним з розпадом сім'ї, тому вони більшою мірою покладаються на свої сили, а не на долю. Навпаки, жінки з другої групи менше впевнені в можливості управляти реалізацією свого життєвого плану, а не покладатися на долю або удачу.

Молоде подружжя, для якого шлюб є першим досвідом офіційних відносин, рідше відчуває тривожність за свою сім'ю. Пари, що перебувають у повторному шлюбі, навпаки, більшою мірою відчувають сумніви й побоювання, що стосуються сімейних відносин. Незалежно від позиції, яку вони займають у своїй родині, чоловік та жінка, які перебувають у повторному шлюбі, стикаються з почуттям безпорадності й нездатності втручатися в хід подій сімейного життя.

Висновки з проведеного дослідження. Молоді пари стикаються з кризою початку сімейного життя незалежно від черговості шлюбу. Відмінності в переживанні кризи проявляються у сферах, які, на думку респондентів, є проблемними в їхній родині: сімейні пари, які мають досвід шлюбу, відзначають незадоволеність у сферах, що стосуються ставлення чоловіка до професійної діяльності, а також у сфері поділу обов'язків. Загальним для обох груп є відсутність способів спільного

проведення часу, фінансова нестабільність молодшої сім'ї, а також надмірний вплив батьків на життя подружжя.

Жінки схильні більш негативно оцінювати свій минулий шлюб, у відносинах з колишнім партнером вони відчувають напругу в спілкуванні з ним або намагаються розірвати всі контакти.

Чоловіки більш терпимо ставляться до своїх колишніх дружин, підтримуючи дружні або нейтральні взаємини.

Більшість подружніх пар відчувають трижне почуття за свій справжній шлюб, побоюючись повторення минулого досвіду і виникнення подібних ситуацій, які привели до розлучення.

Загалом, сімейні пари, що перебувають у першому шлюбі, мають велику осмисленість свого життя, цілей, які вони ставлять перед собою. Вони контролюють своє життя і діють відповідно до уявлень про нього.

У разі виникнення психотравмуючої ситуації (конфлікт у сім'ї) чоловіки більшою мірою раціонально оцінюють і переробляють її, використовуючи дефензивні механізми, незалежно від того, в якому шлюбі вони перебувають. Жінки, які мають повторний досвід шлюбу, менш психологічно стійкі до подібних ситуацій. Вони схильні до фіксації на психотравмі та соматизації, що знижує якість сімейного життя і призводить до виникнення тривожності за свій шлюб та зниження ступеня задоволеності ним. Невдалий досвід минулого шлюбу впливає на сімейне життя молодого подружжя. Шлюбозорозлучний процес, який сам по собі є травмуючою ситуацією, провокує негативний погляд на сімейні відносини загалом.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андреева Т.В. Семейная психология. Санкт-Петербург : Речь, 2006. 244 с.
2. Антонов А.И., Медков П.М. Социология семьи. Москва : Изд-во МГУ, 2000. 304 с.
3. Артамонова Е.И., Екажнова Е.В., Зырянова Е.В. и др. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования. Москва : Издательский центр «Академия», 2002. 192 с.
4. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. Москва : ПЕР СЭ, 2006. 528 с.
5. Василюк Ф.Е. Психология переживания. Изд-во МГУ, 1984. 200 с.
6. Дружинин В.Н. Психология семьи. 3-е изд. Санкт-Петербург : ПИТЕР, 2006. 176 с.
7. Крюкова Т.Л., Сапоровская М.В., Куфтяк Е.В. Психология семьи: жизненные трудности и совладение с ними. Санкт-Петербург : Речь, 2005. 240 с.
8. Лидерс А.Г. Психологическое обследование семьи : учебное пособие-практикум для студентов факультетов психологии высших учебных заведений. Издательский дом «Академия», 2007. 432 с.
9. Оліфірович Н.І., Зінкевич-Куземкіна Т.А., Велента Т.Ф. Психологія сімейних криз. Санкт-Петербург : Речь. 2006. 360 с.
10. Семенов Ю.И. Происхождение брака и семьи. Москва : Мысль. 1974. 311 с.
11. Сысенко В.А. Супружеские конфликты. 2-е изд. Москва : Мысль. 1989. 176 с.
12. Харчев А.Г. Брак и семья в СССР. 2-е изд. Москва : Мысль. 1979. 367 с.
13. Харчев А.Г. О путях дальнейшего укрепления семьи в СССР. *Социальные исследования*. Москва. 1965. Вып. 1
14. Целуйко В.М. Психология современной семьи. Москва : ГИЦ «ВЛАДОС». 2004 г. 496 с.
15. Юркевич Н.Г. Этика и психология семейной жизни. Минск : Народная асвета. 1989. 286 с.

ОСОБЛИВОСТІ ГОТОВНОСТІ ДО САМОПРОЩЕННЯ ЯК ПРЕДИКТОРА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПРУЖНОСТІ

PECULIARITIES OF READINESS FOR SELF-FORGIVENESS AS A PREDICTOR OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE

У статті представлено результати теоретико-емпіричного дослідження особливостей готовності до самопрощення як предиктора психологічної пружності особистості на українській вибірці з 205 осіб (104 жінки й 101 чоловік): 109 студентів віком від 19 до 23 років, які здобувають першу вищу освіту, й 96 студентів віком від 24 до 45 років, які здобувають другу вищу освіту. Концепт психологічна пружність розглядається як здатність зберігати в критичних ситуаціях стабільний рівень психологічного й фізичного функціонування, виходити з таких ситуацій без стійких порушень, успішно адаптуючись до несприятливих змін. Концепт прощення розглядається як процес свідомої відмови особи від образи, гніву, ненависті, обурення, суму, зумовлених несправедливим ставленням інших людей до неї, та заміни негативних почуттів більш нейтральними й нарешті позитивними, такими як співчуття, жалість, що супроводжуються позитивними думками стосовно кривдника й припиненням його засудження. З метою визначення особливостей готовності до самопрощення як предиктора психологічної пружності застосовано такі психодіагностичні методи: спеціальний варіант техніки семантичного диференціала для вивчення психологічної пружності особистості (автор: С.Л. Кравчук); опитувальник «Шкала глибинної готовності до пробачення» (автори Л. Томпсон, Ч. Снайдер, Л. Хоффман в адаптації Е.Л. Носенко й А.В. Сокур; методика «Діагностика депресії та тривоги» (автор: Л.Р. Дерогатис); шкала психологічного благополуччя (автор К. Ріфф, версія Шевеленкової-Фесенко). Виявлено негативні значущі кореляційні зв'язки психологічної пружності з депресією, тривогою та позитивні значущі кореляційні зв'язки з психологічним благополуччям і готовністю до самопрощення. Установлено, що готовність до самопрощення є предиктором психологічної пружності. Практична цінність дослідження полягає в тому, що отримані результати можуть бути використані в процесі подальшого дослідження проблеми особливостей готовності до самопрощення як предиктора психологічної пружності та в психологічній консультації й психотерапії.

Ключові слова: психологічна пружність, прощення, готовність до самопрощення, депресія, тривога, психологічне благополуччя.

The article presents the results of a theoretical and empirical study of the readiness for self-forgiveness as a predictor of psychological resilience of the individual in the Ukrainian sample of 205 people (104 women and 101 men): 109 students aged 19 to 23 who receive their first higher education and 96 students aged 24 to 45 years old, receiving a second higher education. The concept of psychological resilience is seen as the ability to maintain a stable level of psychological and physical functioning in critical situations, to get out of such situations without persistent violations, successfully adapting to adverse changes. The concept of forgiveness is seen as a process of a person's conscious rejection of resentment, anger, hatred, indignation, sadness caused by the unfair treatment of others, and the replacement of negative feelings with more neutral and, finally, positive, such as compassion, pity, accompanied by positive thoughts about the offender and the termination of his conviction. In order to determine the features of readiness for self-forgiveness as a predictor of psychological resilience, the following psychodiagnostic methods were used: a special version of the semantic differential technique for studying the psychological resilience of personality (author: S.L. Kravchuk); questionnaire «Scale of deep readiness for forgiveness» (authors L. Thompson, C. Snyder, L. Hoffman in the adaptation of E.L. Nosenko and A.V. Sokur; method «Diagnosis of depression and anxiety» (author: L.R. Derogatis); the scale of psychological well-being (author K. Riff, version Shevelenkova-Fesenko). There were negative significant correlations between psychological resilience and depression, anxiety, and positive significant correlations with psychological well-being and willingness to forgive. It is established that the readiness for self-forgiveness is a predictor of psychological resilience. The practical value of the study is that the results can be used in further research on the problem of readiness for self-forgiveness as a predictor of psychological resilience and in psychological counseling and psychotherapy.

Key words: psychological resilience, forgiveness, readiness for self-forgiveness, depression, anxiety, psychological well-being.

УДК 159.9.072: 316.62
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.36>

Кравчук С.Л.

к.психол.н., доцент,
старший науковий співробітник
лабораторії психології спілкування
Інститут соціальної та політичної
психології Національної академії
педагогічних наук України

Постановка проблеми. В останні роки в зарубіжних і вітчизняних учених значно зріс дослідницький інтерес до проблеми психологічної пружності (resilience) особистості. Дослідження особливостей психологічної пружності особистості є однією з актуальних проблем сучасної психології.

Через війну на Сході України, загострення соціально-економічних викликів рівень життя українців значно погіршився. Саме цими чинниками спричинені низька якість життя більшості українців, їх страхи, тривога, невпевненість і невизначеність у майбутньому.

Серйозними негативними наслідками погіршення соціально-економічних умов життя є депресія, схильність до агресії, відчуження від друзів і родичів, психосоматичні захворювання, антисоціальна поведінка чи протиправні дії, зловживання алкоголем і наркотиками з метою зниження тривоги, напруженості й позбавлення від хворобливих переживань і спогадів тощо.

Люди мають різні ресурси й можливості, щоб справлятися з важкими життєвими ситуаціями. Через психологічні травми від війни на Сході України й зниження якості життя все

більше осіб потребують психологічної допомоги. В умовах сучасних викликів надзвичайно важливими є такі індивідуально-психологічні характеристики особистості, як психологічна пружність, здатність до самоконтролю, управління своїми емоціями й емоціями інших людей. Саме тому набуває значної важливості й актуальності проблема дослідження особливостей предикторів психологічної пружності (resilience) особистості.

Постановка завдання: емпірично встановити особливості готовності до самопрощення як предиктора психологічної пружності особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Слово резилентність (resilience – пружність, еластичність) походить від латинського дієслова “resilire”, що означає «стрибнути назад», і визначається в Оксфордському словнику англійської мови як «здатний» витримувати труднощі чи швидко відновлюватися в складних умовах.

На сучасному етапі існує понад десять теорій психологічної пружності, всі їх об'єднує розуміння того, що резилентність є динамічним процесом.

Вагомий внесок у розробку проблеми психологічної пружності (resilience) був здійснений А. Мастен (A. Masten). Дослідницею викладено психологічні особливості позитивної адаптації, незважаючи на стресовий досвід, і швидке відновлення після психологічної травми [14].

Окремої уваги заслуговують дослідження психологічної пружності Нормана Гармезі (Norman Garmezy), який заснував Проект Компетентності й керував лонгitudним дослідженням успіхів, досягнень, позитивних результатів у дітей, які зазнали й зазнають певних ризиків у житті [11]. На думку вченого, психологічна пружність відбиває здатність до відновлення та підтримки адаптивної поведінки, яка може виникнути після первісного відступу, чи неідеальність у відповідь на ініціювання стресової події. Науковець вважає, що індикаторами психологічної пружності (resilience) є процвітання, збереження стану благополуччя, незважаючи на труднощі, важкі ситуації; позитивна відповідь на негативні події; компетентне функціонування в стресових умовах.

М. Раттер (M. Rutter) [21] припускає, що психологічна пружність (resilience) є інтерактивним концептом, який пов'язаний зі сполучкою серйозного досвіду ризикових подій і відносно позитивним психологічним результатом, незважаючи на цей досвід. Г.А. Бонанно (G.A. Bonanno), визначаючи поняття resilience, вказує на компетентність у стресових умовах, здатність до конструктивного відбиття складних подій [5].

Нам особливо імponує визначення психологічної пружності Дж.С. Сілка (J.S. Silk) [22]

та С.С. Лутхара (S.S. Luthar) [12], які пропонують розглядати психологічну пружність (resilience) як динамічний процес, що являє собою безперервний та активний процес позитивної адаптації людини в умовах негараздів і кризових (або надзвичайних, екстремальних) подій і ситуацій та який має нерівномірну динаміку виникнення нових сил і ресурсів відновлення в умовах появи нових ризиків.

Важливим внеском у дослідження проблеми є праці Дж.Х. Блока (J.H. Block) [4]. Науковець вважає, що доцільно розглядати психологічну пружність (resilience) як рису особистості. Дж.Х. Блок (J.H. Block) використовує поняття ego-resiliency як індивідуально-психологічну властивість, розвиненість якої захищає людину від руйнівного впливу на неї негараздів життя та що містить у собі набір таких характеристик, як винахідливість, спритність, міцність характеру, гнучкість функціонування в різних умовах.

Проаналізувавши погляди найвідоміших дослідників, вважаємо, що психологічна пружність – це здатність зберігати в критичних ситуаціях стабільний рівень психологічного й фізичного функціонування, виходити з таких ситуацій без стійких порушень, успішно адаптуючись до несприятливих змін.

Ми припускаємо, що одним із важливих предикторів психологічної пружності є готовність до самопрощення.

Результати теоретичного аналізу наукових джерел дали змогу дійти висновку, що концепт прощення розглядається як дія, акт, відповідь, здібності, особистісна диспозиція, психічний стан, характеристики соціальних одиниць, копінг-стратегія, частковий прояв і результат механізмів соціального пізнання особи [8; 9; 13; 23].

Як свідчать результати соціально-психологічних досліджень Е.Л. Уорthingтона (E.L. Worthington), прощення кривдника передбачає відпущення негативних переживань, таких як гнів, ненависть, сум, образа тощо [25].

Р. Енрайт (R. Enright) зазначає, що прощення вимагає відмови скривдженої людини від гніву й образи [9]. Науковець зазначає, що прояв прощення у взаємостосунках можна визначити як рішення, по-перше, відмовитись від негативних думок, емоцій і поведінкових проявів щодо кривдника, котрий незаслужено образив особу, по-друге, заохочувати позитивні думки, поведінкові прояви й емоції щодо того ж кривдника.

Дж. Норт (North) вказує, що прощення – це подолання негативних афектів і суджень щодо кривдника [16].

Прощення відрізняється від забування, ігнорування, потурання, схвалення та виправдання.

На думку зарубіжних вчених, прощення доцільно розглядати як частковий прояв і результат механізмів соціального пізнання особи, оскільки здатність до прощення засновується на усвідомленні власних емоцій і здатності керувати ними, а також на здатності й готовності проявляти емпатію щодо кривдника [3]. Р. Еммонс розглядає прощення як особистісний конструкт високого рівня, за якого особи мають такі характеристики: можливість бути сприйнятливим до обставин, які зменшують гнів; наявність навичок контролювання емоцій; емпатія; смиренність; доброзичливість і прагнення перебувати в гармонійних стосунках [8].

Дослідники розглядають прощення як диспозиціональну рису особистості [3].

Важливу роль у керуванні дистресом відіграє самопрощення як особистісна характеристика. Самопрощення визначається як процес, в якому особа приймає свої помилки й проступки, намагається відмовитися від гніву чи обурення щодо себе й заохочує позитивні емоції, думки й поведінку щодо себе [10].

На нашу думку, прощення доцільно розглядати як процес свідомої відмови особи від образи, гніву, ненависті, обурення, суму, зумовлених несправедливим ставленням інших людей до неї, та заміни негативних почуттів більш нейтральними й нарешті позитивними, такими як співчуття, жалість, що супроводжуються поважними думками стосовно кривдника й припиненням його засудження.

У нашому дослідженні взяли участь 205 осіб – українські студенти (104 жінки й 101 чоловік): 109 студентів віком від 19 до 23 років, які здобувають першу вищу освіту, й 96 студентів віком від 24 до 45 років, які здобувають другу вищу освіту.

Вибірка респондентів була сформована з 5-и українських університетів: Київського університету імені Бориса Грінченка, Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, Університету економіки й права «КРОК», Київського національного лінгвістичного університету, Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Участь респондентів у дослідженні була конфіденційною та добровільною. Дослідження

було проведено з використанням етичних принципів і кодексів поведінки Американської психологічної асоціації (2010 р.).

З метою визначення особливостей готовності до самопрощення як предиктора психологічної пружності нами застосовувались такі психодіагностичні методи: 1) спеціальний варіант техніки семантичного диференціала для вивчення психологічної пружності особистості (автор: С.Л. Кравчук); 2) опитувальник «Шкала глибинної готовності до пробачення» (автори Л. Томпсон, Ч. Снайдер, Л. Хоффман в адаптації Е.Л. Носенко й А.В. Сокур); 3) методика «Діагностика депресії та тривоги» (автор: Л.Р. Дерогатис); 4) шкала психологічного благополуччя (автор К. Ріфф, версія Шевеленкової-Фесенко).

Нами було емпірично визначено кореляційні зв'язки психологічної пружності з готовністю до самопрощення, депресією, тривогою та психологічним благополуччям (див. таблицю 1).

Виявлено негативні значущі кореляційні зв'язки психологічної пружності з депресією та тривогою та позитивні значущі кореляційні зв'язки з психологічним благополуччям і готовністю до самопрощення.

У дослідженнях показано, що підвищення психологічної пружності має вирішальне значення для покращення психологічного благополуччя [6]. Психологічне благополуччя прямо й значуще пов'язано з психологічною пружністю [1]. К. Рейвіч (K. Reivich) та А. Шатте (A. Shatte) виділено 5 типових емоцій, пов'язаних із відсутністю пружності, а саме: гнів; смуток або депресія; вина; тривога чи страх, смуток.

Вища психологічна пружність збільшує ймовірність відсутності депресивних симптомів [15]. Особи з високим рівнем депресії продемонстрували низьку пружність [19]. Психологічне благополуччя є ключовим аспектом психічного здоров'я [17].

Самопрощення позитивно пов'язано з психологічним благополуччям і психічним здоров'ям [7]. У зарубіжних дослідженнях емпірично виявлено, що прощення та самопрощення значно знижує ризик виникнення симптомів посттравматичних розладів і суїцидальних намірів [18]. Виявлено, що прощення пов'язане

Таблиця 1

Взаємозв'язок психологічної пружності з готовністю до самопрощення, депресією, тривогою та психологічним благополуччям

Показники	Коефіцієнт кореляції Ч. Спірмена	Рівень значущості
Депресія	-0,431	p < 0,01
Тривога	-0,447	p < 0,01
Готовність до самопрощення	0,311	p < 0,01
Психологічне благополуччя	0,502	p < 0,01

Таблиця 2

Коефіцієнти за простим лінійним регресійним аналізом

Модель	Нестандартизовані коефіцієнти		Стандартизовані коефіцієнти	t	Рівень значущості	
	B	Стандартна помилка	Бета			
1	(Константа)	12,294	1,150		10,689	,000
	Готовність до самопрощення	,149	,044	,208	3,377	,001
	Депресія	-,223	,075	-,258	-2,975	,003
	Тривога	-,178	,071	-,223	-2,527	,012
R = 0,540; R ² = 0,292; Adjusted R ² = 0,281 F = 27,629, p < 0,01						

з нижчими психопатологічними симптомами тривоги й депресії [9; 13; 24].

З метою визначення особливостей готовності до самопрощення як предиктора психологічної пружності нами застосовувався простий лінійний регресійний аналіз. Отримані результати представлені в таблиці 2.

Готовність до самопрощення як незалежна змінна має статистично значущий позитивний стандартизований коефіцієнт Бета (відповідно, 0,208).

Отриманий результат свідчить, що готовність до самопрощення є предиктором психологічної пружності. Особи, які більшою мірою готові до самопрощення, характеризуються більш вираженим рівнем психологічної пружності.

У зарубіжних дослідженнях було показано, що прощення та самопрощення сприяють зменшенню психологічного дистресу [20; 23]. Позитивні почуття до себе й інших є важливим фактором психологічного благополуччя [13]. Тепле ставлення як до інших, так і до себе зменшує депресивну симптоматику [2].

Висновки з проведеного дослідження.

Виявлено негативні значущі кореляційні зв'язки психологічної пружності з депресією та тривогою. Особи, в яких більшою мірою виражена психологічна пружність, характеризуються менш вираженими депресією та тривогою.

Установлено позитивні значущі кореляційні зв'язки психологічної пружності з готовністю до самопрощення та психологічним благополуччям. Особи, які більшою мірою готові до самопрощення, характеризуються більш вираженою психологічною пружністю. Особи, в яких більшою мірою виражена психологічна пружність, характеризуються більш наявним психологічним благополуччям.

Виявлено, що готовність до самопрощення є предиктором психологічної пружності.

Практична цінність дослідження полягає в тому, що отримані результати можуть бути використані в процесі подальшого дослідження проблеми особливостей готовності

до самопрощення як предиктора психологічної пружності й у психологічній консультації та психотерапії.

Перспективу дослідження вбачаємо в подальшому теоретико-емпіричному дослідженні особливостей зв'язку самопрощення, прощення та психологічної пружності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Araoz E., Uchasara H. Psychological well-being and resilience in pedagogical higher education students. *Apuntes Universitarios*. 2020. Vol. 10 (4). P. 55–68. DOI: 10.17162/au.v10i4.491.
2. Barcaccia B., Salvati M., Pallini S., Baiocco R., Curcio G., Mancini F., Vecchio G.M. Interpersonal Forgiveness and Adolescent Depression. The Medial Role of Self-reassurance and Self-criticism. *Journal of Child and Family Studies*. 2020. Vol. 29 (2). P. 462–470. DOI: 10.1007/s10826-019-01550-1.
3. Berry J.W., Worthington E.L., O'Connor L.E., Parrott L.I., Wade N.G. Forgiveness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of Personality*. 2005. Vol. 73. P. 1–43.
4. Block J.H. The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. *Minnesota Symposium on Child Psychology*. 1980. Vol. 13. P. 39–101.
5. Bonanno G.A. What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics, resources, and life stress. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 2007. Vol. 75 (5). P. 671–682.
6. Chung J.O., Lam K.K., Ho K.Y., Cheung A.T., Ho L.L., Gibson F., Li W.H. Relationships among resilience, self-esteem, and depressive symptoms in Chinese adolescents. *Journal of Health Psychology*. 2020. Vol. 25 (13–14). P. 2396–2405. DOI: 10.1177/1359105318800159.
7. Davis D.E., Ho M.Y., Griffin B.J., Bell C., Hook J.N., Van Tongeren D.R., DeBlaere C., Worthington E.L., Westbrook C.J. Forgiving the Self and Physical and Mental Health Correlates: A Meta-Analytic Review. *Journal of Counseling Psychology*. 2015. Vol. 62 (2). P. 329–335. DOI: 10.1037/cou0000063.
8. Emmons R.A. Personality and forgiveness. *Forgiveness: Theory, research, and practice* / M.E. McCullough, K.I. Pargament, C.E. Thoresen. New York : Guilford Press, 2000. P. 156–175.

9. Enright R.D. Forgiveness Is a Choice: A Step-by-Step Process for Resolving Anger and Restoring Hope. Washington, DC : American Psychological Association, 2001. 299 p.
10. Enright R.D., Freedman S., Rique J. The psychology of interpersonal forgiveness. *Exploring forgiveness* / R.D. Enright, J. North. Madison, WI : University of Wisconsin Press, 1998. P. 46–62.
11. Garmezy N. Resilience in children's adaptation to negative life events and stressed environments. *Pediatric Annals*. 1991. Vol. 20. P. 459–460, 463–466.
12. Luthar S. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*. 2000. Vol. 71. P. 543–562.
13. Maltby J., MacAskill A., Day L. Failure to forgive self and others: a replication and extension of the relationship between forgiveness, personality, social desirability and general health. *Personality and Individual Differences*. 2001. Vol. 30. P. 881–885. DOI: 10.1016/S0191-8869(00)00080-5.
14. Masten A. Global perspectives on resilience in children and youth. *Child Development*. 2014. Vol. 85. P. 6–20.
15. Monteiro F., Fonseca A., Pereira M., Canavarro M. Is positive mental health and the absence of mental illness the same? Factors associated with flourishing and the absence of depressive symptoms in postpartum women. *Journal of Clinical Psychology*. 2021. Vol. 77 (3). P. 629–645. DOI: 10.1002/jclp.23081.
16. North J. Wrongdoing and Forgiveness. *Philosophy*. 1987. Vol. 62 (242). P. 499–508.
17. Penacoba C., Garvi D., Gomez L., Alvarez A. Psychological Well-Being, Emotional Intelligence, and Emotional Symptoms in Deaf Adults. *American Annals of the Deaf*. 2020. Vol. 165 (4). P. 436–452.
18. Raj P., Elizabeth C.S., Padmakumari P. Mental health through forgiveness: Exploring the roots and benefits. *Cogent Psychology*. 2016. Vol 3 (1). Article 1153817. DOI: 10.1080/23311908.2016.1153817.
19. Rohr S., Jung F.U., Renner A., Plexnies A., Hoffmann R., Dams J. Grochtdreis T., Konig H.H., Kersting A., Riedel-Heller S. G. Recruitment and Baseline Characteristics of Participants in the “Sanadak” Trial: A Self-Help App for Syrian Refugees with Post-traumatic Stress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. Vol. 17 (20). Article 7578. DOI: 10.3390/ijerph17207578.
20. Rossi Ferrario S., Panzeri A., Anselmi P., Vidotto G. Development and psychometric properties of a short form of the illness denial questionnaire. *Psychology Research and Behavior Management*. 2019. Vol. 12. P. 729–739. DOI: 10.2147/PRBM.S207622.
21. Rutter M. Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*. 2012. Vol. 24. P. 335–344.
22. Silk J.S. Resilience among children and adolescents at risk for depression: Mediation and moderation across social and neurobiological context. *Dev Psychopathol*. 2007. Vol. 19. P. 841–865.
23. Stuntzner S., Dalton J. Forgiveness and disability: reconsideration of forgiveness as a vital component of the rehabilitation counseling profession. *Journal of Applied Rehabilitation Counseling*. 2015. Vol. 46. P. 35–43. DOI: 10.1891/0047-2220.46.3.35.
24. Wade N.G., Worthington E.L. In search of a common core: a content analysis of interventions to promote forgiveness. *Psychotherapy*. 2005. Vol. 42. P. 160–177. DOI: 10.1037/0033-3204.42.2.160.
25. Worthington E.L., Sandage S.J. Forgiveness and Spirituality in Psychotherapy: A Relational Approach. Washington, DC : American Psychological Association, 2016. 218 p.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ ВІДНОСИН

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL FEATURES OF CHILD-PARENT RELATIONS

У статті описано дослідження соціально-психологічних особливостей дитячо-батьківські відносини, що розглядаються в науці як система різноманітних почуттів до дитини, поведінкових стереотипів, практик спілкування з нею, особливостей сприйняття та розуміння характеру й особистості дитини, її вчинків. Теоретичну основу дослідження склали сучасні погляди на виховання дитини в сім'ї на основі спадщини видатних українських педагогів; ціннісний компонент сімейного виховання та взаємодії поколінь; ігрова діяльність як виховний елемент; сімейна взаємодія в родині із дитини з особливими потребами. Важлива роль приділяється аналізу взаємодії матері й дитини під час спільного розв'язання завдань – співпраці, псевдоспівпраці, ізоляції та суперництва – й виділяються складові частини любові батьків до своєї дитини: симпатія-антипатія, повага-зневага, близькість-дальність. Здійснюється аналіз усвідомленого батьківства, що є важливим компонентом розвитку повноцінної особистості.

У дослідженні використано психологічні методики: для діагностики психічних станів тривожності, фрустрації, агресивності, ригідності – методику Г. Айзенка; для дослідження батьківського ставлення – методику А. Варги й В. Століна; для оцінки рівня сімейної згуртованості й сімейної адаптації – методика-опитувальник «Шкала сімейної адаптації та згуртованості» (опитувальник FACES-3 / Тест Д. Олсона). На основі лінійної кореляції за Пірсоном виявлено наявність великої кількості кореляційних зв'язків між шкалами методик, що вказує на взаємозв'язок зі ставленням до дитини й психологічним кліматом сім'ї, насамперед під час виховання дитини з особливими освітніми потребами. Тому сім'я має бути відкритою до спілкування з іншими сім'ями, особливо з тими, які мають таких же дітей. Пояснюється необхідність звертатись за допомогою у вихованні дитини не тільки до державних організацій, але й до громадських, які надають великий спектр якісної допомоги.

Ключові слова: дитячо-батьківські відносини, сім'я, сімейні взаємини, психологічний клімат сім'ї.

The article describes the study of socio-psychological features of child-parent relationship, which is considered in science as a system of different feelings about the child, behavioral stereotypes, practices of communication with him, the perception and understanding of the child's character and personality, his actions.

The theoretical basis of the study were modern views on raising a child in a family based on the heritage of prominent Ukrainian teachers; valuable component of family upbringing and generational interaction; game activity as an educational element; family interaction in families with children with special needs. A special role is given to the analysis of mother-child interaction in the joint solution of problems: cooperation, pseudo-cooperation, isolation, and rivalry, and highlights the components of parental love for their child: sympathy-antipathy, respect-contempt, intimacy-distance. Performs analysis of conscious parenting, which is an important component of the development of a full-fledged personality.

The study used psychological techniques: to diagnose mental states of anxiety, frustration, aggression, rigidity – the method of G. Eysenck; for the study of parental attitudes – the method of A. Varha and V. Stolín; to assess the level of family cohesion and family adaptation – the method-questionnaire "Scale of family adaptation and cohesion" (questionnaire FACES-3 / Test D. Olson). Pearson's linear correlation revealed a large number of correlations between the scales of methods, which indicates the relationship between the attitude to the child and the psychological climate of the family. Especially when raising a child with special educational needs. Therefore, the family should be open to communicating with other families, especially those who have the same children. Seek help in raising a child not only from government organizations, but also from public organizations that provide a wide range of quality assistance.

Key words: parent-child relationship, family, family relationships, psychological climate of the family.

УДК 37.013.42:[316.47].614.5:
[37.011.3-055.52:-053.2]:303
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.37>

Субашкевич І.Р.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри спеціальної освіти
та соціальної роботи
Львівський національний університет
імені Івана Франка

Пруднікова О.А.

магістрантка факультету
педагогічної освіти
Львівський національний університет
імені Івана Франка

Постановка проблеми. Тема сімейної взаємодії ніколи не втрачає своєї актуальності, особливо в часи пандемії та тривалого спільного перебування членів сім'ї в ізольованому просторі. Саме тому ця тема є актуальною для вивчення психологами, соціальними педагогами й соціальними працівниками, оскільки вони покликані надавати допомогу сім'ї у складних життєвих обставинах.

Вивчення проблематики дитячо-батьківських відносин у науці не однозначно. Їх впливом на розвиток дитини займалися такі вітчизняні й зарубіжні психологи й психотерапевти: А. Варга, В. Столін, А. Співаковська, Ю. Мартинюк, З. Фрейд, Е. Еріксон, Е. Фромм, Е. Берн,

Б. Скіннер, Р. Сіре, А. Бандура, Т. Еордон, К. Роджерс, В. Сатир [10; 11].

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Дитячо-батьківські відносини розглядаються в науці як система різноманітних почуттів до дитини, поведінкових стереотипів, практик спілкування з нею, особливостей сприйняття та розуміння характеру й особистості дитини, її вчинків (Г. Католик) [4]. Особлива роль приділяється аналізу взаємодії матері й дитини під час спільного розв'язання завдань – співпраця, псевдоспівпраця, ізоляція та суперництво (О. Хомишак) [14] – і виокремлюються складові частини любові батьків до своєї дитини: симпатія-антипатія, повага-

зневага, близькість-дальність (Л. Карнаух) [3]. Н. Островська здійснює ґрунтовний аналіз феномену «усвідомлене батьківство» й формування усвідомленого батьківства молоді як соціально-педагогічної проблеми, що є важливим компонентом розвитку повноцінної особистості [8].

Теоретичну основу дослідження склали сучасні погляди на виховання дитини в сім'ї на основі спадщини видатних українських педагогів (С. Лозинська) [5]; ціннісний компонент сімейного виховання та взаємодії поколінь (Л. Токарева, Т. Піроженко) [13; 9]; ігрова діяльність як виховний елемент (К. Карасьова) [2]; сімейна взаємодія в родині із дітьми з особливими потребами (Б. Андрейко, І. Субашкевич) [1].

Постановка завдання. Головною метою статті є викладення проблеми сімейних взаємин, а саме ставлення батьків до дітей.

Виклад основного матеріалу дослідження. Задля реалізації поставленої мети й визначення соціально-психологічних особливостей дитячо-батьківських відносин було використано діагностичні методики: для діагностики психічних станів тривожності, фрустрації, агресивності, ригідності – методику Г. Айзенка [6]; для дослідження батьківського ставлення – методику А. Варги й В. Століна [12]; для оцінки рівня сімейної згуртованості й сімейної адаптації – методика-опитувальник «Шкала сімейної адаптації та згуртованості» (FACES-3 / Тест Д. Олсона) [7]. Черговим кроком кількісного аналізу емпіричних даних було уточнення взаємозв'язку показників шкал вищезазначених методик. Отже, наводимо статистично значущі дані лінійної кореляції за Пірсоном.

Так, було зафіксовано такі кореляційні зв'язки між шкалами:

1. Дисципліна – ролі ($r=-0,66$), сімейні кордони ($r=-0,41$), час ($r=0,46$).

Дисциплінованість дитини прямо пропорційно залежить від часу перебування батьків із дитиною. Тобто чим більше вони спілкуються разом, тим краще розуміють один одного. Негативний вплив на дисциплінованість має формальне виконання сімейних ролей і встановлення сімейних кордонів, що можуть обмежувати особистість в її проявах і розвитку.

2. Ролі – агресивність ($r=-0,61$).

Невиконання сімейних обов'язків членами сім'ї може призвести до різного роду конфліктів, зокрема внутрішніх, водночас такі психологічні процеси, як емпатія, ідентифікація, децентрація стримують агресію, оскільки є ключем до розуміння інших та усвідомлення їхньої самостійної цінності.

3. Правила – емоційний зв'язок ($r=-0,56$), сімейні кордони ($r=-0,78$), друзі ($r=0,5$), трижовність ($r=-0,64$).

Занадто сильна концентрація батьків на строгому дотриманні правил може призвести до переживання емоційного нещастя, пов'язаного з передчуттям небезпеки або невдачі.

4. Емоційний зв'язок – прийняття рішень ($r=0,56$), фрустрованість ($r=-0,41$), кооперація ($r=-0,55$), симбіоз ($r=-0,68$), маленький невдаха ($r=-0,58$).

Відсутність тісного емоційного зв'язку між членами сім'ї може призвести до появи фрустрації – психічного стану, що виникає в ситуації розчарування, нездійснення якої-небудь значущої для людини мети, потреби. Виявляється в гнітючій напрузі, тривожності, відчутті безвихідності й відчаю. Відбувається в ситуації, яка сприймається особистістю як невідворотна загроза досягненню значущої для неї мети, реалізації тієї або іншої її потреби. Сила фрустрації залежить як від ступеня значущості дії, що блокується, так і від близькості його до наміченої мети. Реакцією на стан фрустрації можуть бути такі основні типи дій: «відхід» від реальної ситуації в область фантазій, марень, мрій; виникнення внутрішньої тенденції до агресивності, яка або затримується, проступаючи у вигляді дратівливості, або відкрито проривається у вигляді гніву; загальний «регрес» поведінки, тобто перехід до легших і примітивніших способів дії, часта зміна занять та ін. Як наслідок фрустрації нерідко спостерігається залишкова невпевненість у собі, а також фіксація способів дії, що застосовувалися в ситуації фрустрації.

Такий кореляційний зв'язок найбільшим чином проявляється в сім'ях, що виховують дитину з особливими потребами [1]. На нашу думку, відсутність досягнень дитини з особливими освітніми потребами в навчанні й житті загалом у порівнянні з нормотиповими дітьми призводить до того, що батьки не зацікавлені в планах дитини, не намагаються допомогти, а лише співчувають їй. Виникає міжособистісний бар'єр у спілкуванні з дитиною. Батьки відчують себе з дитиною єдиним цілим, прагнуть задовольнити всі потреби дитини, огородити її від труднощів, неприємностей у житті. Батьки постійно відчують неспокій за життя дитини, котра здається їм маленькою та беззахисною. Щодо особливостей виховання та розуміння дитини батьками, то вони вважають дитину маленькою. Інтереси, думки, почуття здаються батькам дитячими. Дитину вважають непристосованою, не успішною та відкритою для поганих справ. Батьки не довіряють своїй дитині. У зв'язку із цим батьки намагаються відгородити дитину від труднощів життя, вимогливо контролюють її дії.

5. Сімейні кордони – друзі ($r=-0,41$), трижовність ($r=0,63$), авторитарна гіперсоціалізація ($r=-0,49$), маленький невдаха ($r=-0,59$).

Відсутність кордонів дає сім'ї появу нових друзів, знайомих, збільшується спілкування,

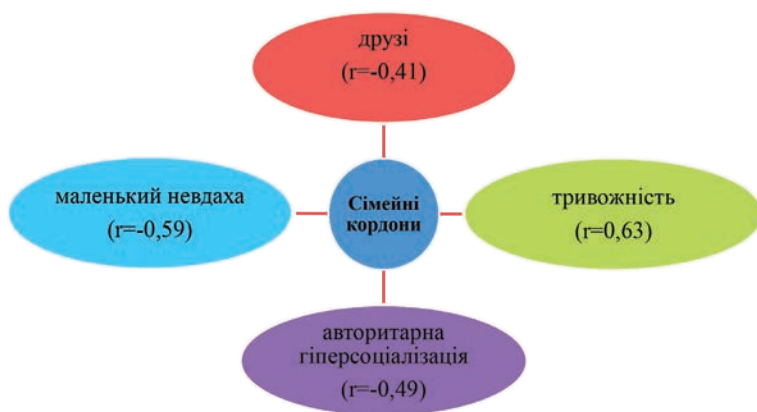


Рис. 1. Кореляційна пляда

зменшується тривожність членів сім'ї, оскільки вони розуміють, що існують сім'ї з такими самими проблемами, й вони теж намагаються їх розв'язати. Це дає сім'ї додатковий ресурс, щоб долати свої власні труднощі.

Якщо ж сім'я закрита до спілкування із зовнішнім світом, то батьки не можуть розв'язати свої проблеми з дитиною, часом вимагаючи від неї неможливого. Особливо, якщо дитина з особливими потребами, то її сприймають такою, що не хоче ставати кращою, а її подобається бути «маленьким невдахою».

6. Час – ригідність ($r=0,48$), кооперація ($r=0,53$), маленький невдаха ($r=0,41$).

Чим більший час взаємодії між усіма членами сім'ї, тим більшою є ригідність – утрудненість, аж до повної нездатності в зміні наміченої суб'єктом програми діяльності в умовах, що об'єктивно вимагають її перебудови. Виділяють когнітивну, афектну й мотиваційну ригідність. Когнітивна ригідність виявляється в труднощах перебудови сприйняття та уявлень в ситуації, що змінилася. Афектна ригідність виражається у відсталості афектних (емоційних) відгуків на об'єкти емоцій, що змінюються. Мотиваційна ригідність виявляється у важкій перебудові системи мотивів в обставинах, що вимагають від суб'єкта гнучкості й зміни характеру поведінки. Рівень ригідності, що проявляється суб'єктом, зумовлюється взаємодією його особистісних особливостей із характером середовища, включаючи ступінь складності завдання, що стоїть перед ним, його привабливості для нього, наявності небезпеки, монотонності стимуляції і так далі.

Шкала кооперації показує соціально бажаний облік батьківського ставлення. Зміст шкали розкривається так: батьки зацікавлені в планах дитини, намагаються допомогти, співчувають їй. Батьки високо цінують інтелектуальні й творчі здібності дитини, відчувають гордість за неї. Вони задовольняють ініціативу й самостійність дитини. Батьки довіряють дитині, намагаються стати на її бік із будь-яких

питань. Але це своєю чергою робить із дитини «маленького невдачу»

7. Друзі – інтереси й відпочинок ($r=0,7$), тривожність ($r=-0,71$), фрустраційність ($r=-0,44$), ригідність ($r=-0,69$), відштовхування ($r=-0,41$), кооперація ($r=-0,64$).

Також існує взаємозв'язок між наявністю друзів і зменшенням переживання емоційного нещастя, пов'язане з передчуттям небезпеки або невдачі. Знижується фрустрація, розчарування. Сила фрустрації залежить як від ступеня значущості дії, що блокується, так і від близькості його до наміченої мети. Знижується ригідність – утрудненість, аж до повної нездатності, в зміні наміченої суб'єктом програми діяльності в умовах, що об'єктивно вимагають її перебудови.

Змінюється на позитивне емоційне ставлення до дитини. Батькам подобається дитина такою, яка вона є. Батьки поважають індивідуальність дитини, симпатизують їй. Батьки багато часу проводять із дитиною, поважають її інтереси й плани.

8. Інтереси й відпочинок – тривожність ($r=-0,5$), ригідність ($r=-0,48$), відштовхування ($r=-0,48$), симбіоз ($r=-0,49$), авторитарна гіперсоціалізація ($r=-0,74$), маленький невдаха ($r=-0,44$).

Спільні інтереси й відпочинок сім'ї теж позитивно впливають на психологічний клімат сім'ї. Зменшується ригідність, тривожність, авторитарність у ставленні до дитини та її потреб. Дитина приймається батьками такою, якою вона є, а не такою, як би хотілось батькам.

9. Агресивність – ригідність ($r=0,78$), кооперація ($r=0,42$), авторитарна гіперсоціалізація ($r=0,43$).

Агресивність (лат. *aggressio* – нападати) – стійка характеристика суб'єкта, схильність, що відбиває його відношення до поведінки, метою якої є спричинення шкоди тому, що оточує, або подібний афективний стан (гнів, злість). Хоча агресивність відіграла вирішальну роль у процесі еволюції людини, затверджується, що вона не властива людській істоті спочатку, що діти засвоюють моделі агресивної поведінки практично з моменту народження. Причинами агресивності можуть виступати різного роду конфлікти, зокрема внутрішні, водночас такі психологічні процеси, як емпатія, ідентифікація, децентрація стримують агресію, оскільки є ключем до розуміння інших та усвідомлення їхньої самостійної цінності. Агресивність призводить до появи ригідності – утрудненості, аж до повної нездатності в зміні наміченої членами сім'ї програми діяльності в умовах, що об'єктивно вимагають її перебудови. Батьки вимагають від дитини дисципліни й виконання всіх вимог. За вияв своєї думки дитину буде покарано. Батьки слідкують за досягненнями

дитини, її індивідуальними особливостями, думками тощо.

10. Ригідність – кооперація (0,75), авторитарна гіперсоціалізація ($r=0,41$).

Існує сильний кореляційний взаємозв'язок між утрудненістю в стосунках батьків із неповносправною дитиною, аж до повної нездатності в зміні наміченої суб'єктом програми діяльності в умовах, що об'єктивно вимагають її перебудови. Мотиваційна ригідність виявляється у важкій перебудові системи мотивів в обставинах, що вимагають від батьків гнучкості й зміни характеру поведінки. Рівень ригідності, що проявляється батьками, зумовлюється взаємодією їхніх особистісних особливостей із характером середовища, включаючи ступінь складності завдання, що стоїть перед ним, його привабливості для них, наявності небезпеки, монотонності стимуляції і так далі. Батьки вимагають від дитини дисципліни й виконання всіх вимог. За вияв своєї думки дитину буде покарано. Батьки слідкують за досягненнями дитини, її індивідуальними особливостями, думками тощо.

11. Симбіоз – маленький невдаха ($r=0,79$).

Прямий кореляційний зв'язок зі шкалою «Симбіоз» і шкалою «Маленький невдаха» можна описати таким чином. Перша шкала відбиває міжособистісний бар'єр у спілкуванні з дитиною. Батьки відчують себе з дитиною єдиним цілим, прагнуть задовольнити всі потреби дитини, огородити її від труднощів, неприємностей у житті. Батьки постійно відчують неспокій за життя дитини, котра здається їм маленькою та беззахисною. Друга шкала відбиває особливості виховання та розуміння дитини батьками. Батьки вважають дитину маленькою. Інтереси, думки, почуття здаються батькам дитячими. Дитину вважають непристосованою, не успішною та відкритою для поганих справ. Батьки не довіряють своїй дитині. У зв'язку із цим батьки намагаються відгородити дитину від труднощів життя, вимогливо контролюють її дії.

Висновки з проведеного дослідження.

Отже, наявність великої кількості кореляційних зв'язків між шкалами методик вказує на взаємозв'язок зі ставленням до дитини й психологічним кліматом сім'ї, особливо під час виховання дитини з особливими освітніми потребами. Тому сім'я має бути відкритою до спілкування з іншими сім'ями, особливо з тими, які мають таких же дітей. Необхідно звертатися за допомогою у вихованні дитини не тільки до державних організацій, але й до громадських, які надають великий спектр якісної допомоги.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Subashkevych I., Andreyko B. Psychological analysis of sociogram and biographical method for

investigating parents of children with special educational needs. *Journal of Education Culture and Society*. 2020. Vol. 11. No. 2. P. 114–120. URL: <https://jecs.pl/index.php/jecs/article/view/1171> (дата звернення: 16.03.2021).

2. Карасьова К.В. Гра – серйозна справа. *Дошкільне виховання*. 2014. № 5. С. 20–22.

3. Карнаух Л.П. Психолого-педагогічні аспекти впливу сім'ї на соціалізацію дітей дошкільного віку. *Науковий вісник ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2017. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/18291/1/%D0%9F%D0%A1%D0%98%D0%A5%D0%9E%D0%9B%D0%9E%D0%93%D0%9EAE.pdf>. (дата звернення: 16.03.2021).

4. Католик Г.В. Дитяча та юнацька психотерапія: теорія та практика в сучасних наукових дослідженнях. Вид. 2-ге, доповнене. Львів : Видавництво Астролябія, 2012. 311 с.

5. Лозинська С.В. Моральне виховання дошкільників засобом етичної бесіди за Василем Сухомлинським. *Вісник Глухівського педагогічного університету ім. О. Довженка. Серія педагогічні науки*. 2017. Вип. 2 (34). С. 204–213.

6. Методика діагностики самооцінки психічних станів Г. Айзенка. URL: http://e-pidruchniki.com/content/898_45_Test_Samoocinka_psihichnih_staniv_G_Aizenk.html (дата звернення: 14.03.2021).

7. Опитувальник «Шкала сімейної адаптації та згуртованості» URL: <http://socio.125mb.com/411-oprosnik-shkala-semeynoy-adaptatsii-27158.html> (дата звернення: 13.03.2021).

8. Островська Н.О. Сутність та формування усвідомленого батьківства молоді як соціально-педагогічна проблема. URL: <http://nvd.luguniv.edu.ua/archiv/NN12/10opouysp.pdf> (дата звернення: 16.03.2021).

9. Піроженко Т.О. Сучасні діти – відображення цінностей дорослого світу : методичні рекомендації. Київ – Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2014. 120 с.

10. Субашкевич І.Р. Вплив сімейного виховання на формування ціннісних орієнтацій підлітків. *Інноваційна педагогіка*. 2020. С. 196–201. URL: <http://www.innovpedagogy.od.ua/21-2> (дата звернення: 16.03.2021).

11. Субашкевич І.Р. Особливості батьківського ставлення до дітей із порушеннями психофізичного розвитку. *Габітус. Науковий журнал з соціології та психології*. 2020. Випуск 16. С. 192–197. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2020/16-2020/33.pdf> (дата звернення: 16.03.2021).

12. Тест-опитувальник батьківського ставлення А.Я. Вагра, В.В. Століна. URL: https://stud.com.ua/17606/psihologiya/test_opituvvalnik_batkivskogo_stavlennya (дата звернення: 14.03.2021).

13. Токарева Л.Д. Ціннісні орієнтації сучасних батьків. *Міжнародні педагогічні студії: проблеми дошкільня* : зб. наук. пр. Бердянського державного педагогічного університету. Донецьк : ЛАНДОН – XXI, 2012. С. 250–256.

14. Хомишак О.Б. Особливості батьківського виховання дитини в сім'ї. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи* : збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. Умань : ПП Жовтий, 2011. Випуск 37. С. 225–231.

РОЛЬ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В ПІДВИЩЕННІ АДАПТАЦІЙНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ОСІБ, ЯКІ СТРАЖДАЮТЬ НА ПСИХІЧНІ РОЗЛАДИ

THE ROLE OF SOCIAL-PSYCHOLOGICAL REHABILITATION IN INCREASING THE ADAPTATION CAPABILITIES OF PERSONS SUFFERING OF MENTAL DISORDERS

У статті розглянуто питання ефективності використання методу координованої інтервенції в роботі з особами, які страждають на психічні розлади, в умовах реабілітаційного центру. Проаналізовано досвід соціальної роботи з такою категорією в Ізраїлі. Виявлено ефективність запропонованої методики вивчати складні або емоційно значущі проблеми осіб, які страждають на психічні розлади, в безпечних обставинах. Визначено мету, принципи, завдання, методи реабілітації осіб, які страждають на психічні розлади. З'ясовано, що успіх процесу реабілітації залежить не тільки від подальшої діяльності самих пацієнтів, але й від знань та умінь працівників центру реабілітації, їх кваліфікації, а також бажання самих пацієнтів досягти прогресу в боротьбі зі своєю хворобою. Проведено діагностику стану психологічної реабілітації осіб, які страждають на психічні розлади, й виявлено ефективність методики координованої інтервенції як умови успішної їх реабілітації. Упровадження методики координованої інтервенції в роботу центру реабілітації осіб, які страждають на психічні розлади, полягало в навчанні пацієнтів основам самоконтролю хвороби, заснованим на моделі стрес-уразливості, тобто впливу ліків, посиленні соціальної підтримки й залученні до трудової діяльності. Установлено, що роботі, яка ведеться соціальними працівниками з особами, які страждають на психічні розлади, в Ізраїлі немає аналогів в Україні, а в українському суспільстві робляться перші кроки в покращенні стану здоров'я зазначеної категорії, тому запозичення ізраїльського досвіду в такому напрямі досить актуальне. Запропоновані в ході дослідження заходи дозволяють значно покращити стан здоров'я пацієнтів, а саме: зменшити тривожність, підвищити психологічний рівень соціальної адаптованості до умов соціуму, відчуття потреби, бажання жити.

Ключові слова: реабілітаційний центр психічного здоров'я, соціальна робота, координована інтервенція, особи, які страждають

на психічні розлади, соціально-психологічна терапія.

The article discusses the issues of the effectiveness of using the method of coordinated intervention during the work with persons suffering from mental disorders in a rehabilitation center. The experience of social work with this category in Israel is analyzed. The effectiveness of the proposed methodology to study complex or emotionally significant problems of persons suffering from mental disorders in safe circumstances was revealed. The goals, principles, objectives, methods of rehabilitation of persons suffering from mental disorders are determined. It is found that the success of the rehabilitation process depends not only on the further activities of the patients themselves, but also on the knowledge and skills of the employees of the rehabilitation center, their qualifications, as well as the desire of the patients themselves to achieve progress in the fight against their disease. The diagnostics of the state of psychological rehabilitation of persons suffering from mental disorders was carried out and the effectiveness of the method of coordinated intervention was revealed as a condition for their successful rehabilitation. The introduction of a coordinated intervention method in the work of a rehabilitation center for persons with mental disorders consisted in teaching patients the basics of self-control of the disease based on a stress vulnerability model, that is, exposure to drugs, strengthening social support and engaging in work. It was found that the work carried out by social workers with persons suffering from mental disorders in Israel has no analogues in Ukraine, and in the Ukrainian society the first steps are being taken to improve the health status of this category, therefore, borrowing the Israeli experience in this direction is very relevant. The measures proposed in the course of the study make it possible to significantly improve the health of patients, namely: to reduce anxiety, to increase the psychological level of social adaptation to the conditions of society, the feeling of being needed, and the desire to live.

Key words: mental health rehabilitation center, social work, coordinated intervention, persons suffering from mental disorders, socio-psychological therapy.

УДК 364.62-786-787.522:616.89-052
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.38>

Сургова С.Ю.

к.пед.н.,
доцент кафедри соціальної роботи,
управління і педагогіки
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Файчук О.Л.

к.пед.н.,
доцент кафедри соціальної роботи,
управління і педагогіки
Чорноморський національний
університет імені Петра Могили

Комарова Н.В.

соціальний працівник з реабілітації
душевних хворих
Реабілітаційний центр психічного
здоров'я (Арада, Ізраїль)

Постановка проблеми. Вітчизняна психіатрія базується на європейській і передбачає забезпечення вільного доступу до психіатричної допомоги, реалізацію права кожного на інтеграцію в суспільство й можливість повноцінного життя особам, які страждають на психічні розлади. Реформування системи охорони здоров'я України має на меті відхід від виключно медикаментозного лікування та зосереджує увагу на можливості повернення пацієнта до максимально комфортного життя. У зв'язку із цим заслуговує на увагу

ізраїльський досвід реабілітаційної роботи з пацієнтами, які страждають на психічні розлади.

Згідно з визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я психосоціальна реабілітація – це процес, який дає можливість людям зі слабким здоров'ям або особам, що отримали інвалідність у результаті психічних розладів досягти свого оптимального рівня незалежного функціонування в суспільстві [7].

Розвиток соціальної психіатрії в нашій країні перебуває на початковому етапі, потрібні

дослідження, які допомогли б знайти найефективніші методи роботи й могли проводитися серед всіх суб'єктів процесу взаємодії під час надання психіатричної допомоги [3]. Психічна хвороба спричиняє часткову або повну втрату пристосованості хворого до умов навколишнього середовища. Реабілітації осіб, які страждають на психічні розлади, має ряд позитивних моментів не лише з морального боку (гуманного ставлення до них), але й з економічного (після проходження курсу соціальної реабілітації є ймовірність, що клієнт хоча б частково інтегрується в суспільство й стане його повноцінним членом) [2]. Одним із дієвих методів реабілітації у світі визнаний метод координованої інтервенції. Тому аналіз ефективності презентованого методу в умовах реабілітаційного центру, його експертна оцінка буде корисною та актуальною.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Окремим аспектам соціальної реабілітації як процесу цілеспрямованої діяльності з індивідом із відновлення втрачених або придбаних у ході соціалізації навичок і умінь присвячені праці зарубіжних науковців Р. Deegan [9], S. Newman, L. Steed, K. Mulligan [10], M. Rosenberg [11], Н. Деметьєвої [3]. Серед вітчизняних науковців привертають увагу праці В. Абрамова (особливості організації медико-соціальної реабілітації психічнохворих) [1], О. Чубко, Л. Романченко (роль психосоціальної реабілітації) [7], Г. Пріб (психологічна реабілітація як складова частина комплексної реабілітації) [5], Е. Крайніков, Є. Прокопович (особливості реабілітації осіб, хворих на психічні розлади) [6]. Проте, не зважаючи на наявність наукових доробок відповідного спрямування, актуальним залишається питання розкриття успішних практик реабілітації осіб, які страждають на психічні розлади, на основі аналізу досвіду Ізраїлю.

Постановка завдання – проаналізувати ефективність застосування методу координованої інтервенції для підвищення адаптаційних можливостей осіб, які страждають на психічні розлади.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сучасне розуміння реабілітації містить комплекс соціально-економічних, медичних, психологічних, педагогічних, юридичних, професійних та інших заходів, метою яких є найкращий й найповніший відновлення втрачених людиною тих чи інших функцій, особистого й соціального статусу [1, с. 97]. Психічні розлади відрізняються великою варіабельністю як за клінічними особливостями, тими чи іншими проявами психічної дезорганізації, так і за ступенем її враженості. До найсерйозніших захворювань, що викликають виражені порушення життєдіяльності, належать шизофренія, розумова відсталість, ста-

рече слабоумство, розлади настрою особистості й деякі інші [3, с. 110]. Особливу увагу в психологічній реабілітації заслуговують роботи, спрямовані на компенсацію втрачених професійних і соціально-адаптивних якостей. Головна мета реабілітації осіб, які страждають на психічні розлади, – покращення якості життя пацієнтів і допомога їм у розкритті життєвого потенціалу, мінімізація негативного впливу стигматизації та можливої дискримінації осіб із розладами психіки.

Основними заходами реабілітації осіб, що страждають на психічні розлади, є:

1. Надання кваліфікованої консультаційної, діагностичної, психокорекційної, психотерапевтичної, профілактичної допомоги хворим, які страждають на психічну патологію, та їх родинам.

2. Ведення медичної документації та обліково-звітних форм.

3. Надання медичної психотерапевтичної, реабілітаційної допомоги хворим.

4. Участь у клінічних конференціях, семінарах, тренінгах.

5. Впровадження в практику методів із профілактики кризових станів (формування навичок самостійно дбати про своє психічне здоров'я та навичок саморегуляції, опанування психотравмвальними переживаннями).

6. Впровадження в практику комплексу методів із: виховання безпечної поведінки; популяризації здорового способу життя (профілактика негативних явищ і шкідливих звичок); психогігієни (формування навичок із відновлення психічного здоров'я).

7. Психотерапевтична й психокорекційна робота з пацієнтами та їх сім'ями.

10. Просвітницька й виховна робота з пацієнтами й членами їх сімей [7].

У процесі роботи з особами, які страждають на психічні розлади, інтегруються методи когнітивно-поведінкової терапії, гештальттерапії, символдрами (робота з образами, символами, сновидіннями, спрямованою уявою), раціональної терапії, арттерапії (музична терапія, психомалюнок, різні види ручної творчої праці тощо) [7], позитивної психотерапії, сімейної терапії (для корекції сформованих внутрішніх сімейних зв'язків і відпрацювання нових стереотипів у сімейній поведінці), трансакційного аналізу, психодрами, ароматерапії, казкотерапії, релаксаційних технік, аутогенного тренування, а також виховні й просвітницькі бесіди з метою поліпшення соціальної адаптації.

Міністерство охорони здоров'я Ізраїлю визначило, що людина сама повинна визначати свої бажання та цілі, вести повноцінне й значуще життя. Мета психіатричної реабілітації в суспільстві передбачає покращення стану пацієнтів та їх оптимальну інтеграцію в суспільство. Законом «Про реабілітацію

душевнихворих у суспільстві» (2000 рік) визначено право на «реабілітаційний кошик» (комплекс реабілітаційних послуг у громаді, які надаються різними компаніями й асоціаціями під керівництвом Міністерства охорони здоров'я), яке мають дорослі (вік старше 18 років), в яких діагностовано психічне захворювання.

Реабілітаційний кошик містить:

- послуги з реабілітації за місцем проживання: це послуги, які надаються клієнтам за місцем їх проживання, а саме район, населений пункт тощо. Надають ці послуги консультанти з реабілітації (сприяють реалізації плану реабілітації), соціальні працівники (допомагають справитись із труднощами, мотивують).

- реабілітацію у сфері зайнятості – клуб працевлаштування: для мешканців, які потребують постійного супроводу й інструктажу під час роботи. Передбачає: відпрацювання основних вмій і навичок працівників (вчасний прихід, можливість навчатися, спілкуватися з колегами тощо); підбір посади відповідно до здібностей і побажань; постійне наставництво; послуги в організації дозвілля; фінансування стоматологічного лікування; фінансову допомогу для придбання початкового необхідного обладнання для самостійного життя тощо [11].

Реалізація права на реабілітаційний кошик є важливим кроком у роботі з душевнохворими. На всій території Ізраїлю існують відповідні служби підтримки душевнохворих та їх сімей, які надають інформацію та рекомендації сім'ям із питань кошика реабілітації, законів, прав інвалідів тощо.

Основною метою та завданням реабілітації осіб, які страждають на психічні розлади, є не повернення здоров'я, а пошук і розкриття функціональних можливостей індивіда для полегшення його життя та повноцінного існування в суспільстві, а тому весь комплекс заходів ре-

білітації спрямований на відновлення та розвиток активного соціального суб'єкта, особистості, здатної до вольових зусиль, трудової мотивації, саморозвитку [2]. Практичний досвід перекоонує, що в такому процесі важливу роль відіграє методика координованої інтервенції.

Методика координованої інтервенції (далі – IMR) – це програма, розроблена в період із 2000 по 2002 рік як частина проекту, заснованого на доказовій практиці (далі – ЕВР), для надання допомоги особам, які страждають на психічні розлади, з метою отримання інформації про хворобу й навички, які вони потребують, щоб мінімізувати наслідки хвороби, встановити важливі особисті цілі й просунутися до них у своєму повсякденному житті [8, с. 11].

З метою виявлення ефективності впровадження методу координованої інтервенції як умови успішної реабілітації осіб, які страждають на психічні розлади, нами було проведено експериментальне дослідження. Дослідження проводилося протягом 2019–2020 років у реабілітаційному центрі психічного здоров'я міста Арада, Ізраїль. Констатувальний експеримент був проведений із метою діагностики стану проблем і поширених симптомів осіб, які страждають на психічні розлади, за допомогою анкетування, спостереження та інтерв'ю. Опитування проводилось у письмовій формі й анонімно. Усього було опитано 50 осіб, з яких 10 співробітників і 40 осіб, які страждають на психічні розлади, що у відсотковому співвідношенні відповідно становить 20% і 80%.

Аналіз отриманих даних свідчить, що із 40 хворих, які беруть участь в експерименті, в 7 (17,5%) спостерігаються проблеми з мисленням, у 9 (22,5%) – проблеми настрою, в 17 (42,5%) є негативні симптоми, в 5 (12,5%) – психотичні симптоми й у 2 (5%) – споживання алкоголю та наркотиків.

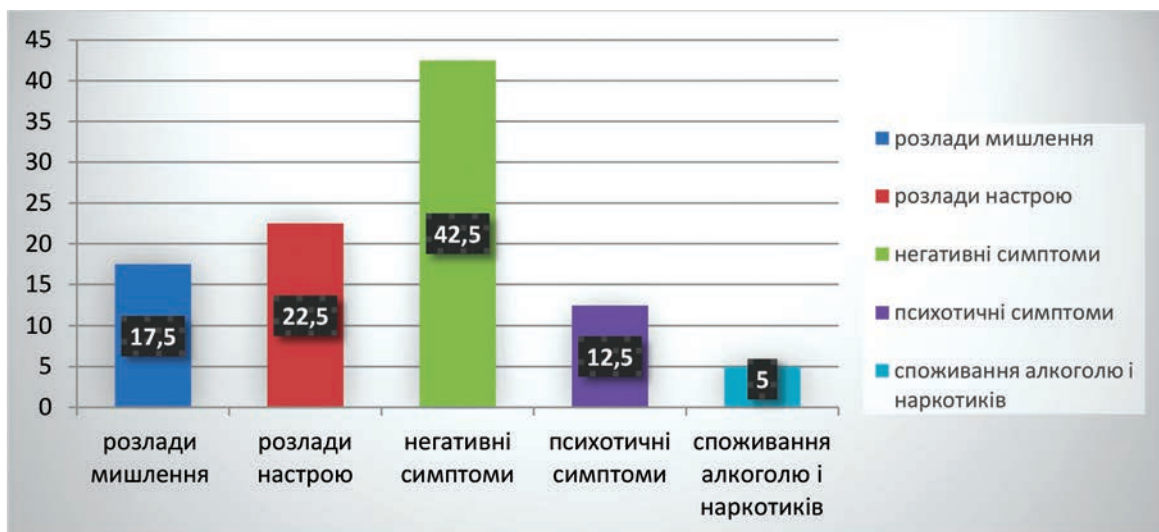


Рис. 1. Зведені результати констатувального етапу експерименту

На підставі результатів відповідей пацієнтів і співробітників ми визначили, що найпоширенішою проблемою є прояв негативних симптомів, таких як відсутність інтересу, незадоволеність, відсутність прояву почуття та небажання спілкуватися з людьми. Важливо відзначити, що така проблема серйозно ускладнює життя хворого, й це може свідчити про наближення рецидивів захворювання.

Отже, стан психологічної реабілітації осіб, які страждають на психічні розлади, знаходився на недостатньому рівні. Саме тому перед нами постало завдання, пов'язане з вдосконаленням стратегій, які допоможуть справитися з найбільш розповсюдженими проблемами й симптомами осіб, які страждають на психічні розлади.

У контексті пропонованого дослідження очевидно, що неможливо остаточно розмежувати сфери впровадження методики координованої інтервенції, тому що процес реабілітації осіб, які страждають на психічні розлади, має цілісний, системний характер, здійснюється в єдиному реабілітаційному просторі й визначений нормативами навчального часу. Щоб одужати або успішно жити з будь-якою хронічною хворобою, необхідно, щоб люди навчилися справлятися зі своїми хворобами в співпраці із соціальними працівниками, лікарями й інструкторами лікування. Практика підтверджує необхідність навчання самоконтролю хвороби для покращення хронічних захворювань [10].

Метод координованої інтервенції навчає стратегій самоконтролю хвороб для пацієнтів із важкими психічними захворюваннями й містить: інформацію про психічне захворювання та його лікування, когнітивно-поведінкові підходи до дотримання режиму прийому ліків (наприклад, включення підказок для прийому ліків у щоденній рутині), розробку плану профілактики рецидивів, посилення соціальної підтримки за допомогою навчання соціальних навичок.

Подальше експериментальне дослідження було пов'язане із застосуванням такої методики з метою допомоги особам, які страждають на психічні розлади, отримати прогрес в одужанні, включаючи об'єктивні цілі (соціальні відносини, робота) й суб'єктивні (цілеспрямованість, надія, впевненість). У процесі формування експерименту була здійснена спроба організації координованої інтервенції осіб, які страждають на психічні розлади, в соціумі.

В експерименті взяли участь клієнти, які отримують послуги в реабілітаційному центрі. Учасники експериментального дослідження мали такі характеристики: 18-65 років; бажання вчитися; діагноз, що позначає важке психічне захворювання (психічний розлад, шизофренія, депресія, шизофренічний роз-

лад, біполярний розлад і порушення соціальної, професійної діяльності або функції самообслуговування).

Інструктори використовують різні методи для оптимізації навчання. Зустрічі проходили щотижня протягом 7 місяців і склалися з 9 модулів, які викладалися послідовно. Кожен IMR-модуль містить навчальний матеріал, який викладає основні пункти теми й робочі листи для навчання. Кожен модуль тривав приблизно 2 тижні, але змінювався залежно від можливостей і переваг пацієнтів:

1. Модуль «Стратегії відновлення» мав на меті підвищити поінформованість про відновлення, встановлення особистих цілей відновлення, розробку планів для досягнення цілей.

2. Модуль «Практичні факти про шизофренію» передбачав розвіяння міфів про шизофренію, огляд джерел стигми й інформацію про людей із шизофренією, які ведуть продуктивне життя.

3. Модуль «Модель стрес-уразливості й стратегії спілкування» мав на меті обговорення стратегії зменшення стресу й біологічної вразливості, а також інформування учасників групи про варіанти лікування.

4. Модуль «Побудова соціальної підтримки» передбачав навчання стратегії підвищення підтримки (пошук місць для знайомства з людьми, навички спілкування, наближення до людей).

5. Модуль «Ефективне використання ліків» за мету мав збільшення навичок для обговорення медичних питань із лікарем, допомогу учасникам групи оцінити переваги й недоліки прийому ліків, навчання поведінкової терапії для полегшення отримання ліків.

6. Модуль «Зменшення рецидивів» допомагав учасникам розробити індивідуальний план профілактики рецидивів.

7. Модуль «Боротьба зі стресом» спрямований на визначення та реалізацію стратегій запобігання стресу.

8. Модуль «Боротьба з проблемами й стійкими симптомами» допомагав учасникам у виявленні загальних проблем і симптомів, які викликають рецидиви хвороби, й практиці стратегій подолання стійких симптомів.

9. Модуль «Потреби в системі психічного здоров'я» спрямований на визначення страхових пільг, на які мають право пацієнти, й допомогу учасникам у визначенні стратегій для захисту себе в системі психічного здоров'я.

Учасники експерименту брали участь в індивідуальних і групових сесіях IMR, які складаються в стандартизовану структуру:

1. Неформальне спілкування (клініцист і клієнти використовували цей час для побудови взаємовідносин та обговорення будь-яких додаткових питань, які необхідно було розглянути в кінці сесії).

2. Перегляд змісту попередніх сесій (із метою оцінки розуміння та збереження інформації та навичок клієнтів).

3. Перегляд домашнього завдання з попередньої сесії (розгляд завершення домашніх завдань, оцінка успішних зусиль клієнтів, труднощів, з якими стикалися).

4. Дотримування цілей (оцінка прогресу клієнтів у досягненні особистих цілей, виявлення перешкод, планування нових цілей).

5. Встановлення програми поточного сеансу (спільне встановлення плану зустрічі).

6. Навчання нового матеріалу й відпрацювання нових стратегій (розглянути й вивчити роздаткові матеріали з використанням комбінації освітніх, мотиваційних і когнітивно-поведінкових стратегій, адаптованих до знань і вмій кожного пацієнта).

7. Спільне формулювання домашнього завдання на наступний тиждень (домашнє завдання розроблялось за матеріалами поточної сесії з метою досягнення особистих цілей клієнтів, подолання будь-яких перешкод).

8. Узагальнення прогресу, який досягнений у поточній сесії (на основі інформації від клієнтів).

З 40 осіб, які були включені в програму лікування IMR, 39 завершили лікування та один покинув групу після першого місяця. Тривалість лікування склала 8 місяців. Якщо розглядати демографічні й клінічні характеристики групи, слід зазначити, що в більшості учасників був діагностований діагноз шизофренія (25%) або шизофренічний розлад (35%).

Групою фахівців керував соціальний працівник, а сеанси тривали близько години: кожна сесія складалася з двох 45-хвилинних зустрічей із 15-хвилинною перервою між ними. На додаток до клієнтів в групі, які мали домашні завдання, були також розроблені аналогічні завдання для керівників груп із метою покращення згуртованості групи й забезпечення зразків для наслідування. Матеріал IMR був розглянутий із використанням PowerPoint у половині сесій залежно від наявності проєктора з рідкокристалічним дисплеєм, що надало групі відчуття класної кімнати. На інших сесіях матеріал був розглянутий у паперовому варіанті. Візуальний вплив модулів у поєднанні з фотографіями був корисним для клієнтів, які краще відповідали візуальному, а не слуховому навчанню. Використання PowerPoint і РК-проєктора в груповому контексті не тільки забезпечив сприятливе середовище для виконання програми, але й надав можливість учасникам групи моделювати завершення робочих аркушів, а електронне зображення проєктувалося на дошці. Клієнтам подобались ці зміни, що сприяли формуванню відчуття класу, а не групи. Регулярні сесії забезпечували вірну прихильність до групової структури й основних стратегій IMR.

За результатами формувального експерименту можемо констатувати покращення показників щодо симптомів у порівнянні з констатувальним експериментом. Так, розладами мислення страждало спочатку 7 осіб, а після проведення заходів – 5 осіб. Розлади настрою спостерігалися в 9 осіб, а після проведення координованої інтервенції – лише в 5 осіб. Негативні симптоми були зафіксовані в 17 осіб, а після втручання – в 5 осіб.

Післявикористання IMR пацієнти продемонстрували позитивну динаміку в області лікування захворювань і відновлення (Таблиця 1). Учасники повідомили про: значне зниження вираження симптомів від вихідного рівня; покращення ефективності стратегії подолання симптомів хвороби, що вимірюються за шкалою навичок подолання від базової інформації; збільшення самоконтролю над хворобою, про що свідчить збільшення балів за шкалою IMR від вихідного до посттестового; покращення знання про психічні захворювання після лікування та спостереження за хворобою.

Таблиця 1

Зведені результати формувального експерименту

Перелік симптомів	Констатувальний експеримент	Формувальний експеримент
Управління хворобою	0	20
Ефективне розв'язання проблем	5	15
Знання хвороби	1	39
Соціальна підтримка	20	39
Розлади мислення	7	5
Розлади настрою	9	5
Негативні симптоми	17	5
Психотичні симптоми	5	3
Споживання наркотиків і алкоголю	2	2

Таким чином, отримані дані підтверджують доцільність реалізації методики координованої інтервенції для осіб, які страждають на психічні розлади, отримують послуги в типових умовах психіатричного реабілітаційного центру й припускають, що участь у програмі пов'язана з перевагами в лікуванні захворювань, прогресом в одужанні й поліпшенням функціонування. Ці дані свідчать про те, що

контрольовані дослідження є наступним кроком до оцінки впливу програми IMR.

Висновки з проведеного дослідження.

У ході дослідження надано характеристику роботи реабілітаційного центру психічного здоров'я міста Арада, Ізраїль, описано впровадження методики координованої інтервенції з особами, які мають психічні розлади, в основі якої – навчання пацієнтів основ самоконтролю хвороби, заснованим на моделі стрес-уразливості, тобто впливі ліків, посиленні соціальної підтримки й залученні до трудової діяльності тощо. За результатами роботи спостерігаємо значне покращення стану здоров'я пацієнтів. Доведено, що метод координованої інтервенції здатен підвищити рівень соціальної адаптованості осіб, які страждають на психічні розлади, до умов соціуму й домогтися прогресу в їх одужанні.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абрамов В.А. Медико-социальная реабилитация больных с психическими расстройствами : Руководство для врачей-психиатров, психологов и социальных работников. Донецк : Каштан, 2006. 268 с.
2. Богданова О.А. Організація соціальної роботи в психоневрологічних інтернатах. Вологда, 2006. 58 с.
3. Дементьева Н.Ф., Шаталова Е.Ю., Соболев А.Я. Организационно-методические аспекты деятельности социального работника. Москва, 2002, 305 с.
4. Комарова Н.В. Координована інтервенція як метод підвищення адаптаційних можливостей душевнохворих на прикладі реабілітаційного центру Ізраїлю : автореф. магістр. роботи :231. Миколаїв, 2019. 13 с.
5. Пріб Г.А. Психологічна реабілітація як складова комплексної медико-соціальної реабілітації психічнохворих. *Етіологія, патогенез, клініка та лікування психічних розладів*. URL: <https://uvnpr.com.ua/upload/iblock/535/535453bf0ca73d611a8714fa3f60a3d5.PDF>.
6. Ревука Т.О., Крайніков Е.Г., Прокопович Є.М. Особливості ресоціалізації та реабілітації осіб, хворих на психічні розлади. *Психологія. Педагогіка. Соціальна робота*. 2013. № 1 (7). С. 51–54.
7. Чубко О.Б., Романченко Л.В. Роль та місце психосоціальної реабілітації в системі психіатричної допомоги. *Нейро News*. 2012. № 3 (38). URL: <https://neuronews.com.ua/ua/archive/2012/3%2838%29/article-636/rol-ta-misce-psihosocialnoyi-reabilitaciyi-v-sistemi-psihiatrichnoyi-dopomogi#gsc.tab=0>.
8. Anthony W.A. Recovery from mental illness: the guiding vision of the mental health service system in the 1990s. *Psychosoc Rehabil Journal*. 1993. No. 16. P. 11–23.
9. Deegan P. Recovering our sense of value after being labeled mentally ill. *Journal of Psychosocial Nursing*. 1993. No. 31 (4). P. 7–11.
10. Newman S, Steed L, Mulligan K. Self-management interventions for chronic illness. *Lancet*, 2004. 364 p.
11. Rosenberg M. *Conceiving the Self*. New-York : Basic Books, 1979. 319 p.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ ЕМОЦІЙНОГО ЗАРАЖЕННЯ: МІЖНАРОДНА ІНДУСТРІЯ ГОСТИННОСТІ

PSYCHOLOGICAL EXPERIMENT OF EMOTIONAL CONTAGION: INTERNATIONAL HOSPITALITY INDUSTRY

Psychological aspects, such as psychological attitudes, motivational mindset, and emotional incentives are the main driver of human behavior in the economical environment. In today's conditions of COVID-19 realities, these aspects have been dramatically changed. And some important factors of these changes are emotional connections, contacts. The purpose of this study is the generalization, identification, and further development of different sets of approaches for the implementation of discrete aspects of the Hospitality Industry in the context of new economical, psychological, and social conditions with differentiation and further identification of emotional response in internet communications.

Many agree that the understanding and classification of human behavior are the key part in solving any problems, the behavior producing.

In our research we are going from point of view, that one of the main driver of this dramatic process is emotional or psychological contagion.

From these perspectives, the main aim of our work is systematization and improvement of some basic elements of psychological and economical communicative strategy in the Hospitality Industry, based on emotional contagion. We consider it will be possible with systematization, generalization, and adaptation of the psychological factors to the purpose of this development.

In conducted research, we adopted and experimented with one of the existing approaches (PANAS) for emotional measurement with modifications. It can be concluded that measurement in social apps is very effective and very manipulative simultaneously. In perspectives of further research, these results should be verified with more sophisticated algorithms and bigger respondents and response base. In the research process was developed principal logical schema emotional measurement, adapted for the social messenger environment. The result of emotional measurement was dramatically changed with priming and framing effects, which allow conducting a wide range of manipulation for changing results of this measurement in Telegram messenger.

The research schema can be used in the international hospitality industry for measurement and improving potential clients' experience in the COVID-19 era.

Key words: *Telegram messenger, Hospitality Industry, emotional contagion, COVID-19 era, communicative response, behavioral psychology of pandemics.*

Психологічні аспекти, такі як психологічні установки, мотивація та емоційні стимули, є головними рушіями поведінки людини в економічному середовищі. У сучасних умовах реалії COVID-19 ці аспекти кардинально змінилися. Одним із важливих факторів цих змін є емоційні зв'язки, контакти. Метою дослідження є узагальнення, ідентифікація та подальший розвиток різних підходів до реалізації дискретних завдань індустрії гостинності в контексті нових економічних, психологічних і соціальних умов із диференціацією та подальшою ідентифікацією емоційних реакцій особистості в інтернет комунікації.

Багато дослідників сходяться на думці, що розуміння та класифікація людської поведінки є ключовою частиною в розв'язанні будь-яких проблем, пов'язаних із цією поведінкою.

З таких позицій основною метою нашої роботи є систематизація та вдосконалення деяких основних елементів психологічної та економічної комунікативної стратегії в індустрії гостинності, заснованих на емоційному зараженні.

У проведеному дослідженні ми використали один із наявних підходів (PANAS) для вимірювання емоцій разом із запропонованими модифікаціями. Можна зробити висновок, що емоційне вимірювання в соціальних мережах є дуже ефективним та одночасно дуже маніпулятивним. У перспективах подальших досліджень ці результати слід перевіряти за допомогою більш досконалих алгоритмів і більшої бази респондентів і відповідей. У процесі дослідження була розроблена принципова логічна схема емоційного вимірювання, адаптована до середовища соціального месенджера. Результат емоційного вимірювання в месенджері Telegram кардинально змінився за допомогою залучення ефектів праймінгу й фреймінгу, які дозволяють проводити ефективні маніпуляції щодо впливу на результати емоційного вимірювання.

Схема дослідження може бути використана в міжнародній індустрії гостинності для вимірювання та покращення досвіду потенційних клієнтів в епоху COVID-19.

Ключові слова: *Месенджер Telegram, індустрія гостинності, емоційне зараження, ера COVID-19, комунікативна реакція, поведінкова психологія пандемії.*

UDC 316.6, 338.439.65

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.23.39>

Chyrychenko Yu.V.

Doctor of Economic Sciences, Professor,
Professor at the Department of
Psychology
University of Customs and Finance

Kaminska A.M.

Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor at the Department
of Psychology
University of Customs and Finance

Petrenko I.V.

Leading Specialist at the Department
of International Economic Relations,
Regional Studies and Tourism
University of Customs and Finance

Background. Psychological aspects, such as psychological attitudes motivational mindset, and emotional incentives are the main drivers of human behavior in the economical environment. In today's conditions of COVID-19 realities, these aspects have been dramatically changed. And one of the important factors of these changes is emotional connections, contacts. The purpose of this study is the generalization, identification, and further development of different sets of approaches for the implementation

of discrete aspects of the Hospitality Industry in the context of new economical, psychological, and social conditions with differentiation and further identification of emotional response in internet communications.

It was found, that the real situation in the world is much worse than official statistics available from national governments. All possible impacts on the global economic environment will be much more sophisticated than the only simple effect of short-term reducing economic activity. Media

are sending a strong message for potential clients and investors of the Hospitality Industry, labeling the industry as “The danger’s territory”.

Extrapolation and systematization risk factors were performed from different sources. It was concluded that the industry should begin developing new communicative strategy and informational company based on the behavioral psychology of pandemics with unification and standardization of industry’s business processes for reducing risk factors.

Formulation of the problem. Many agree that the understanding and classification of human behavior are the key part in solving any problems, the behavior producing. At the beginning of our work we need to state, that this article has been accomplished in March 2021, then the deadly COVID-19 outbreak already begins to fall. According to WHO COVID-19, Weekly Epidemiological Update the number of global new cases reported continues to fall for the sixth consecutive week, with 2.4 million new cases last week, an 11% decline compared to the previous week (figure 1). The number of new deaths also continued to fall for the past three weeks, with nearly 66 000 new deaths reported last week, a 20% decline as compared to the previous week.

In these conditions Hospitality industry starting a slow recovery process from the 2020 year falling. Revenue per available room (RevPAR – performance measure used in the hospitality industry and calculated by multiplying a hotel’s average daily room rate by its occupancy rate. It is also calculated by dividing total room revenue by the total number of rooms available in the period being measured) significantly declined. Analytic from the leading PwC’s United States professional expanded worldwide consulting services reassured: We

currently expect annual occupancy for US hotels this year to drop to 44%, and average daily room rates to drop 21%, with resultant RevPAR declining 47% from last year. RevPAR in 2020 is expected to fall to a level not seen since 1996. In figure 2 as an example, we can see and understand the recovery problematic.

In this context, we can consider the current pandemic situation in the Hospitality industry and all economics world as a “Perfect storm” witch takes place with a rare combination of disparate circumstances produces an event of extreme violence: in such a case, a synergy of forces releases energy much greater than the mere sum of its individual contributors. The term was popularized by Sebastian Junger’s nonfiction bestseller.

In our research we are going from point of view, that one of the main driver of this dramatic process is emotional or psychological contagion, because “all around us exist an emotional ecosystem <...> and like catching a cold, we can catch others’ positive and negative emotions <...> Zoe Franklin. Emotional Contagion: How we mimic the emotions of those similar to us” [5].

Analysis of recent research and publications. Psychology of COVID-19 become very popular in recent times. Such authors as Jolanda Jetten, Stephen D. Reicher, S. Alexander Haslam, and Tegan Cruwys in the free SAGE project seriously contribute to research on this interesting topic [3]. We can find here and agree with thoughts, that compliance is shaped by perceptions of the behavior of other members of our communities, and acts of followership are not individual in nature but result from the internalization of collective concerns.

We must also mention another new interesting book from SAGE Publications Ltd with the nearly

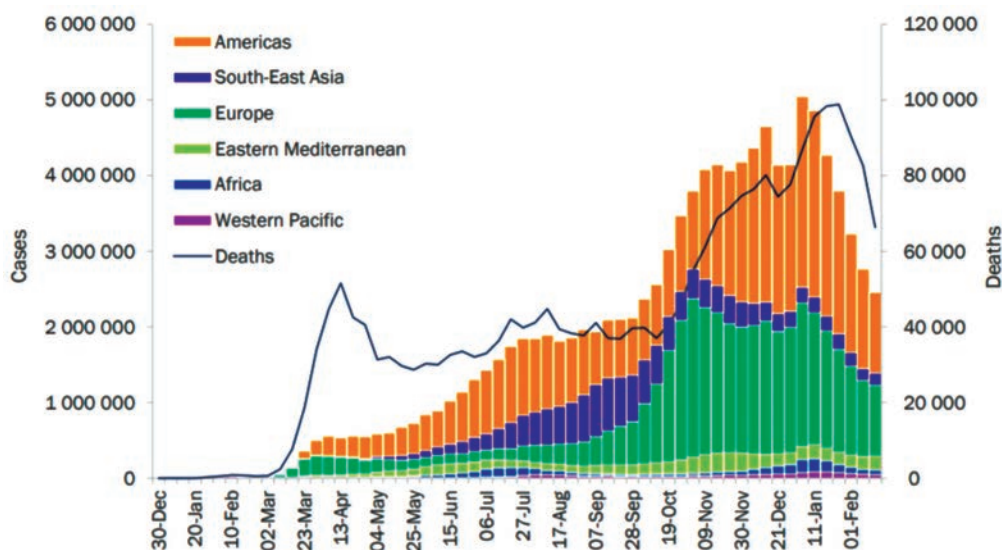
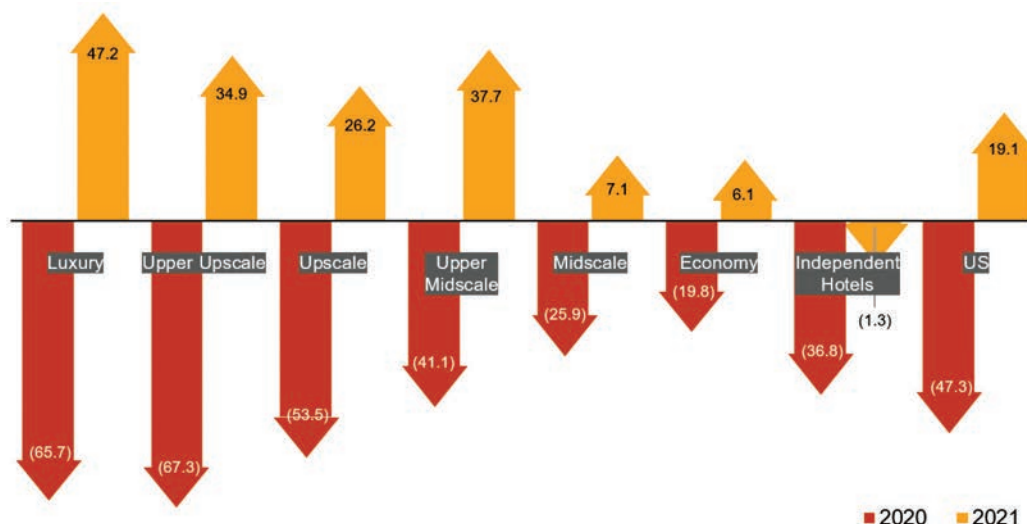


Fig. 1. COVID-19 cases reported weekly by WHO Region, and global deaths as of 21 February 2021 [1]



Source: PwC, based on STR data

Fig. 2. RevPAR percent change, US and chain scales [2]

identical title – The psychology of COVID-19: Building Resilience for Future Pandemics psychologist, philosopher, and researcher Joel Vos [4]. In this context it is important to agree, that “Science during pandemics is extraordinary science, as researchers need to make bold conclusions and brash recommendations while there are still many uncertainties” [4].

The Lee Daniel Kravetz last work “Strange Contagion: Inside the surprising science of infectious behaviors and viral emotions and what they tell us about ourselves” is an impressive journey of personal author’s experience from connections with infectious behaviors and viral emotions [6].

Although emotional contagion is a well-known phenomenon and the topic of economic and hospitality industry problems remains actuality, we consider that emotional contagion remains ambiguous in relationship with today’s problematic and need further research into connection with the Hospitality industry specific situation.

Introduction. Aim and actuality of the problem. The phenomenon, known as emotional contagion was perfectly-identified in the groundbreaking book Emotional Contagion by Walster, Elaine Hatfield, Rapson, L. Richard and Cacioppo, T. John. When people are in a certain mood, whether elation or depression, that mood is often communicated to others. When we are talking to someone who is depressed it may make us feel depressed, whereas if we talk to someone who is feeling self-confident and buoyant we are likely to feel good about ourselves [7].

From these perspectives, the main aim of our work is systematization and improvement of some basic elements of psychological and economical communicative strategy in the Hospitality Industry,

based on emotional contagion. We consider it will be possible with systematization, generalization, and adaptation of the psychological factors to the purpose of this development. We also consider this focus of our attention as very actual because of the real negative economical impact of the deadly COVID-19 outbreak that already has a place.

Results. What is emotion? From Wikipedia we know, that Emotions are “biological states associated with all of the nerve systems brought on by neurophysiological changes variously associated with thoughts, feelings, behavioral responses, and a degree of pleasure or displeasure”. Currently, there is no scientific consensus on a definition. And we do not have one approach to recognize and understand the subject. In this context, we should mention only a few from such emotional theories as Evolutionary, Somatic, James–Lange, Cannon–Bard, Two-factor, Cognitive and Perceptual theories. It is not the main topic of our research. So we choose the famous and the most convenient for us general psychoevolutionary theory of emotion of Robert Plutchik that was developed with collaboration with Henry Kelerman [8].

The theory was chosen with the consideration that the theory was developed for empirical research using serial of next tools and concepts:

First, it provides a broad evolutionary foundation for conceptualizing the domain of emotion as seen in animals and humans.

Second, it provides a structural model which describes the interrelations among emotions.

Third, it has demonstrated both theoretical and empirical relations among a number of derivative domains including personality traits, diagnoses, and ego defenses.

Fourth, it has provided a theoretical rationale for the construction of tests and scales for the measurement of key dimensions [8].

In psychoevolutionary theory paradigm impotent role playing the next complex, Probabilistic Sequence of Events Involved In the Development of an Emotion, there was developed next five stages of events:

1. Stimulus event;
2. Inferred cognition;
3. Feeling;
4. Behavior;
5. Effect.

From this point of view after choosing a system of emotional differentiation for further processing our empirical research we need to choose a system of emotional recognition.

One of the most common and deceptively simple ways to measure emotional states in human adults is by means of adjective checklists. Such lists consist of a series of adjectives - such as calm, nervous, fearful, or bored – that the subject identifies as reflections of his or her feelings. The various checklists differ in a number of ways. They vary in length, from as few as 8 adjectives to as many as 235. Some require a simple “yes / no” response, while most ask for a graded intensity judgment or a graded frequency of occurrence judgment.

Sophia J. Durrani in her Thesis Submitted for the Degree of PhD dedicated to studies of emotion recognition from multiple communication channels has proposed the selective list of basic emotions [10].

And it should be understandable, that the first starting point in this process is Robert Plutchik’s work from his famous series “Emotions Theory Research and Experience” – “The Measurement of Emotions” there subjective reports of inner states are one of the central parts of management systems. From the point of view of the psychoevolutionary theory, an emotion is a complex chain of events that includes the eight basic emotions, their different intensity levels, their mixtures, and their derivatives.

After choosing the working concept the main question of our work is how to measure emotional state. And need to mention, that we do not choose any of the existing systems of measurement due to a lack of simplicity. At this stage, we consider such emotions/affect measurement as: Positive and Negative Affect Schedule (PANAS);

- PANAS-X;
- The International Positive and Negative Affect Schedule Short Form (I-PANAS-SF);
- The State-Trait Emotion Measure (STEM);
- Differential Emotions Scale (DES);

Table 1

Selective list of basic emotions

Reference	Fundamental emotions	Reason for inclusion
Arnold (1960)	Anger, aversion, courage, dejection, desire, despair, fear, hate, hope, love, sadness.	Relation to action tendencies.
Ekman, Friesen, and Ellsworth (1982)	Anger, disgust, fear, joy, sadness, surprise.	Universal facial expressions
Frijda(1986)	Desire, happiness, interest, surprise, wonder, sorrow.	Forms of action readiness.
Gray (1982)	Rage and terror, anxiety, joy.	Hardwired.
Izard (1971)	Anger, contempt, disgust, distress, fear, guilt, interest, joy, shame, surprise	Hardwired.
James (1884)	Fear, grief, love, rage.	Bodily involvement
McDougall (1926)	Anger, disgust, elation, fear, subjection, tender-emotion, wonder.	Relation to instinct.
MacLean (1990)	Desire, affection, fear, anger, sadness, ecstasy	Derived from activities in the limbic system
Mowrer (1960)	Pain, pleasure.	Unlearned emotional states.
Oatley and Johnson-Laird (1987)	Anger, disgust, anxiety, happiness, sadness.	Do not require prepositional content.
Panksepp(1982)	Expectancy, fear, rage, panic.	Hardwired.
Plutchik(1982)	Acceptance, anger, anticipation, disgust, joy, fear, sadness, surprise.	Relation to adaptive biological processes.
Tomkins (1984)	Anger, interest, contempt, disgust, distress, joy, fear, sadness.	Density of neural firing. Related to facial expressions.
Watson (1930)	Fear, love, rage.	Hardwired.
Weiner and Graham (1984)	Happiness, sadness.	Attribution independent.

Table 2

The “I” project principal logic – schema

Triggers		Auditory	Links	Behavior	State machine	Targets	DB		
main	detailed						1	2	3
Events									
Commands									
Time									
User’s message									
State machine									

- Profile of Mood States (POMS2);
- The State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI);
- STAXI (-2);
- The Anger Rumination Scale (ARS);
- The State-Trait Anger Scale (STAS).

The decision was made considering that mood (negative / positive) measurement systems, such as ARS or STAS do not have options for emotion recognition, and even PANAS not simple enough for everyday measurement. This approach was been mixed with positive/ negative affectivity measurement for linking and graduation emotion recognition system for further practical usability.

For the purpose of the practical experimental test system, we used open-sours project “i” that have been placed on GitHub web address: <https://github.com/chirichenko/i/> that working as chat-bot in Telegram messenger.

The “i” project has the next principal logic – schema (table 2)

As we can see, chat-bot actions can be triggered by five types of events:

- λExternal events (for example starting user participation in the project);
- λUser commands;
- λTime-triggers;
- λUser’s informational message;
- λThe state machine (technically for state machine configuration was used async python library for such development – Asynsio with an embedded approach to “User’s state”).

So for purpose of our research, we used Plutchik’s emotional wheel (figure 3) and have been transformed PANAS removing the grading scale and adding positive / negative affectivity measurement.

We conducted research with 3 test grope every one of which was consisted of 30 participants from unknown age / gender groups. Also was used Emotional measurement (Plutchik schema) with PANAS removing grading scale and adding positive/ negative affectivity measurement.

The second grope used priming effect with Joy emotion. (thirst emotional assessment was a priori

Joy. Participants have seen joy as the emotion that already was chosen and can a posteriori consider that it was chosen by previous participants from the current group.

The third group independently used the framing effect, then choose Joy was stimulated by motivational phrases and separately drawing this emotion on pie diagram.

The experiment was conducted 30 days (30 sequential interactions) with the next results (neutral diagram, diagram with priming, and diagram with framing effects) in figure 4.

As we can see in figure 4, the Joy variable was chosen more time in conditions there Nudge priming, and framing was used.

As we already declare previously, in the pre-COVID-19 era, the main differentiation in the Hospitality Industry was the level of comfort to guests or travelers with appropriate cost equivalences. In the COVID-19 era, it additionally will be an epidemiological safety level. The communicative response should be based on a unified and standardized system that can be verified with some form of external audit.

Conclusion. In conducted research, we adopted and approbated one of the existing approaches (PANAS) for emotional measurement with modifications. It can be concluded that measurement in social apps is very effective and very manipulative simultaneously. In perspectives of further research, these results should be verified with more sophisticated algorithms and a bigger response base. In the research process was developed principal logical schema emotional measurement, adapted for the social messenger environment. The emotional measurement result was dramatically changed by using priming and framing effects, which allow conducting wide manipulation for changing emotional measurement results in Telegram messenger.

The research schema can be used in the international hospitality industry for measurement and improving potential clients’ experience in the COVID-19 era.

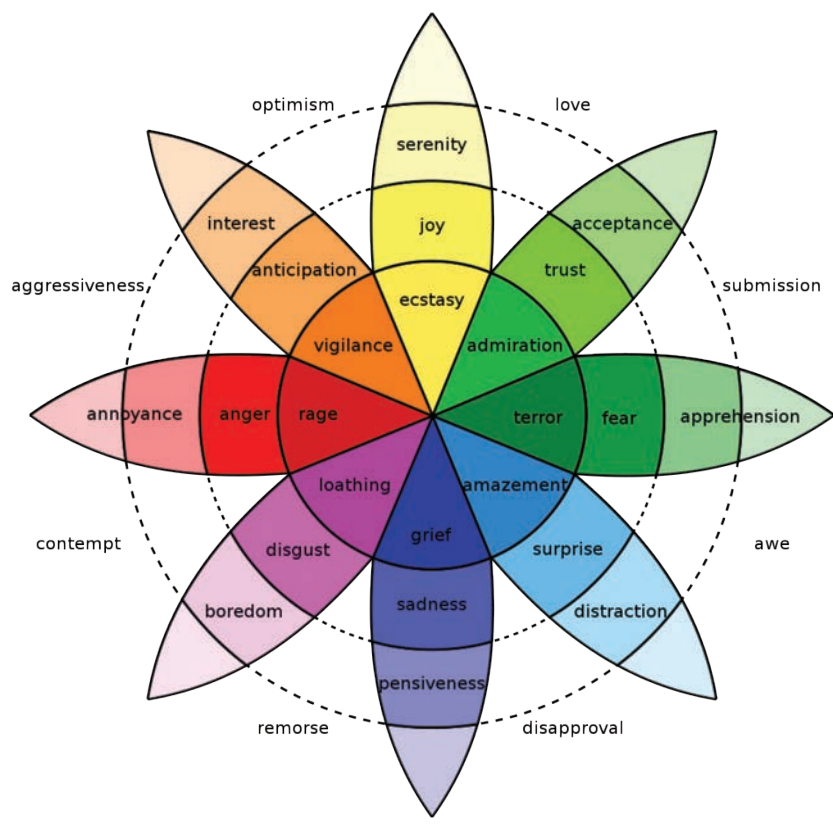


Fig. 3. Plutchik emotional wheel. Sours [8]

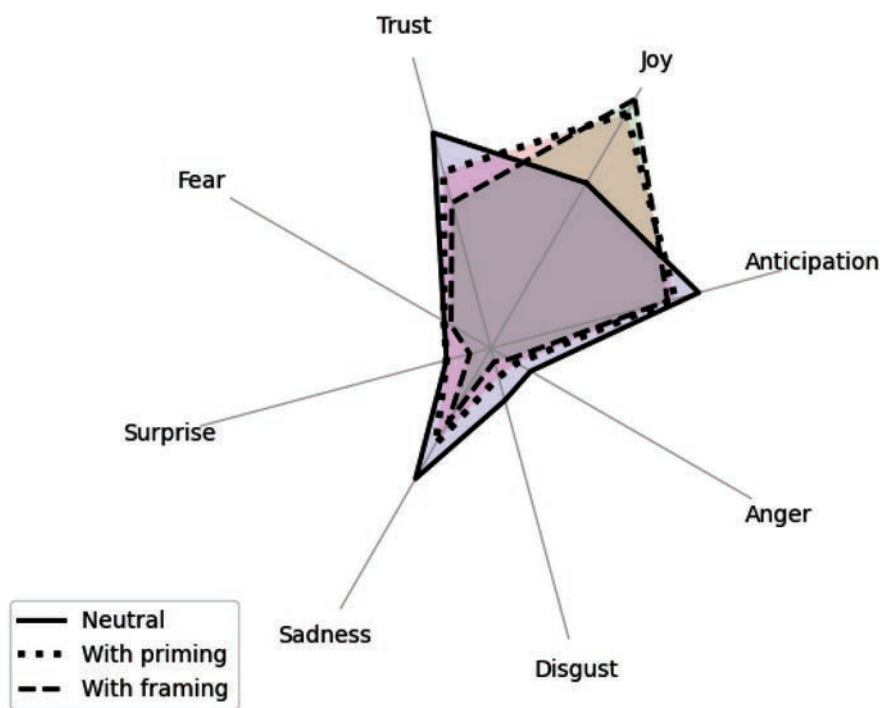


Fig. 4. Results of emotional measurement with neutral, priming and framing effects

REFERENCES:

1. Official site of World Health Organisation. Weekly epidemiological update. URL: <https://www.who.int/publications/m/item/weekly-epidemiological-update--23-february-2021> (accessed: 23 February 2021).
2. Official PWC site. US Hospitality Directions: November 2020 research program. URL: <https://www.pwc.com/us/en/industries/hospitality-leisure/us-hospitality-directions.html>
3. Together apart: The psychology of COVID-19 / Jolanda Jetten, Stephen D. Reicher, S. Alexander Haslam, Tegan Cruwys. Los Angeles, London, New Delhi, Singapore, Washington DC, Melbourne. SAGE, 2021. 177 p.
4. Vos Joel. The psychology of COVID-19: Building Resilience for Future Pandemics. Los Angeles, London, New Delhi, Singapore, Washington DC, Melbourne. SAGE, 2021. 157 p.
5. Zoe Franklin. Emotional Contagion: How we mimic the emotions of those similar to us. *Berkeley Scientific Journal*. Fall 2019. P. 18–20.
6. Lee Daniel Kravetz. Strange Contagion. Inside the surprising science of infectious behaviors and viral emotions and what they tell us about ourselves. New York : Harper Wave, 2017. HarperCollins Publishers. 215 p.
7. Walster Elaine Hatfield, Rapson Richard L., Cacioppo John T. Emotional Contagion. Cambridge : Cambridge University Press, 1994. 251 p.
8. Plutchik R., Kellerman H. Emotion. Theory. Research and Experience. Volume 1. Theory of emotion. Academic press. New York, London, Toronto, Sydney, San Francisco. 1980. 398 p.
9. Plutchik R., Kellerman H. Emotion. Theory. Research and Experience. Volume 4. The measurement of emotions. Academic press. New York, London, Toronto, Sydney, San Francisco. 1989. 318 p.
10. Sophia J. Durrani in her Thesis Submitted for the Degree of PhD dedicated to studies of emotion recognition from multiple communication channels. University of St Andrews, 2005. 285 p.

НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ

Шановні колеги! Питання академічної доброчесності є надзвичайно актуальними у наш час. Враховуючи великі масиви інформації, що з'являються у всесвітній мережі, жоден вчений не може бути впевненим, що його авторське право захищене. Крім того, поширеною є ситуація, коли декілька вчених в одній галузі науки користуються однаковими джерелами інформації, а в результаті безкоштовні програми пошуку плагіату засвідчують стовідсоткові збіги тексту, що може призвести до безпідставних звинувачень у плагіаті, особливо після перевірки за базою даних авторефератів та дисертацій. Це викликано тим, що порівняння з іншими дисертаціями не вказує на використання спільних першоджерел (статей, монографій, статистичних щорічників, словників тощо), а однозначно визначає тільки збіг тексту, ігноруючи навіть цитати. Важливим є також те, що чинне законодавство однозначно визначає, що перевірку може здійснювати виключно установа за профілем дослідження, а не поширені в мережі безкоштовні програми. Для уникнення подібних ситуацій ми пропонуємо Вам скористатися науковою **послугою оцінки технічної унікальності наукового тексту** за допомогою *ліцензованого* програмного забезпечення, яке гарантує похибку перевірки до 3%. Переваги такої перевірки порівняно з іншими методами:

- Ви *укладаєте угоду* про надання послуг;
- Ваш файл *не розміщується у мережі*, тобто інформація і авторство залишаються анонімними;
- Ви *отримуєте звіт*, підготовлений за допомогою *ліцензованого* програмного забезпечення; *порівняльну таблицю* однакових фрагментів тексту із зазначенням джерела; *офіційний звіт про надану послугу* із зазначенням результатів;
- Ви отримуєте вичерпну інформацію про текстові збіги у Вашому дослідженні та дослідженнях інших авторів не тільки *українською, але і російською та англійською мовами*;
- Ви користуєтесь програмним забезпеченням, яке використовується *тільки спеціалізованими науковими та освітніми установами* і розроблене виключно для пошуку текстових збігів *саме у наукових дослідженнях*, а не у публіцистиці, рекламних веб-сайтах тощо;
- Виключна робота з авторами – ніхто, крім автора тексту, не зможе замовити у нас перевірку цього тексту, що *убезпечить Вас від перевірок третіми особами*;
- Ви отримуєте можливість коректно оформити посилання на першоджерела;
- Існує можливість перевірки *будь-яких наукових досліджень*: статей, рефератів, авторефератів, дисертацій, доповідей, тез, звітів тощо.

Терміни і вартість перевірки і надання звіту:		
Характер наукової роботи	Терміни (робочих днів)	Вартість
Докторська дисертація	5 – 10	5500 грн
Кандидатська дисертація	3 – 7	3500 грн
Автореферат	1 – 2	500 грн
Стаття (обсягом до 12 сторінок)	1 – 2	500 грн
Інші види робіт	За домовленістю	За домовленістю

Для того, щоб замовити послугу, Вам необхідно звернутись електронною поштою до Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій, вказавши у темі листа «Оцінка унікальності тексту». У листі вкажіть адресу для листування, додайте файл у форматі MS Word з текстом наукового дослідження. Фахівець відповідного відділу надасть Вам відповідь щодо процедури здійснення експертизи.

Контактна особа:

Партенюха Дар'я – молодший науковий співробітник

Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій.

+38 (048) 709-38-69

+38 (093) 253-57-15

info@iei.od.ua

З повагою
дирекція Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій.

НОТАТКИ

Наукове видання

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 23

Коректура • *В. Ізак*

Комп'ютерна верстка • *Н. Кузнєцова*

Формат 60x84/8. Гарнітура Pragmatica.
Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 25,47. Ум. друк. арк. 26,97.
Підписано до друку 30.03.2021. Замов. № 0521/193. Наклад 100 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»
65101, м. Одеса, вул. Інглєзі, 6/1
Телефон +38 (048) 709 38 69,
+38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08
E-mail: mailbox@helvetica.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 6424 від 04.10.2018 р.