

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 27



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

Ендіулайтієне 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 № 7 від 26.07.2021 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**СПЕЦІАЛЬНА ТА ГАЛУЗЕВА СОЦІОЛОГІЯ****Климанська Л.Д., Кліманська М.Б., Савка В.Є.**

ПОТЕНЦІАЛ СОЦІАЛЬНОЇ РЕКЛАМИ В РЕГУЛЮВАННІ ПРОБЛЕМ СУСПІЛЬСТВА (НА ПРИКЛАДІ СОЦІАЛЬНОЇ РЕКЛАМИ В РЕГУЛЮВАННІ ПРОБЛЕМИ НАДМІРНОГО ВЖИВАННЯ АЛКОГОЛЮ).....9

Соснюк Є.О.

АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ПІДХОДІВ ДО ВИВЧЕННЯ ПОЛІТИЧНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ В ЗАРУБІЖНІЙ СОЦІОЛОГІЇ17

СЕКЦІЯ 2**ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ****Лисенко Л.М.**

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ДИВЕРГЕНТНОГО МИСЛЕННЯ В МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....22

Литвинчук А.І.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ УЯВЛЕНЬ ПРО НЕБЕЗПЕКУ ОСІБ, ЯКІ ПРОЖИВАЮТЬ НА ТЕРИТОРІЯХ РІЗНОГО РІВНЯ УРБАНІЗОВАНОСТІ.....27

Реброва О.О.

АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОГРАМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ БАТЬКІВ, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ РАНЬОГО ВІКУ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ.....33

СЕКЦІЯ 3**ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ****Білоцерківська Ю.О., Остополець І.Ю., Седашева С.Л.**

ФАСИЛЯТИВНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЯК ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВА ЯКІСТЬ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ.....38

Велитченко Л.К., Ма Фу

КОПІНГ-ПОВЕДІНКА В КОНТЕКСТІ ЇЇ СИСТЕМНИХ ЗВ'ЯЗКІВ.....43

Володарська Н.Д.

СТРАТЕГІЇ РЕАЛІЗАЦІЇ ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ51

Головська І.Г., Почепцова Д.О.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ МЕДІА НА ЕМОЦІЙНУ СФЕРУ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНУ ПОВЕДІНКУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....59

Горецька О.В., Колпакчи О.С.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ, ЯКІ МАЮТЬ ВНУТРІШНІ КОНФЛІКТИ64

Джаббарова Л.В.

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СУЧАСНОГО СТУДЕНТСТВА.....72

Завязкіна Н.В., Лисенко І.П., Полудень І.В. РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПРОФЕСІЙНОМУ САМОВИЗНАЧЕННІ ПІДЛІТКІВ	77
Zlyukov V.L., Lukomska S.O. PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND “LE VIEILLARD ET L’ENFANT”: A REVIEW OF CURRENT EMPIRICAL RESEARCH	82
Іванова О.С. ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ’ЯЗКУ ПРОЯВІВ СТРЕСУ ІЗ ПСИХІЧНИМИ СТАНАМИ	87
Ільницька Л.А. ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ОСОБИСТОСТІ ЮНАКІВ ІЗ РІЗНИМИ ТИПАМИ СУБ’ЄКТИВНОГО КОНТРОЛЮ	94
Кабанцева А.В. ЦИФРОВІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ЗА ГІБРИДНИХ ВИКЛИКІВ	99
Кавиліна Г.К. ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТУ МІЖ ВЧИТЕЛЯМИ ТА ПІДЛІТКАМИ.....	104
Казанжи М.Й., Вдовіченко О.В. КАР’ЄРНІ ОРІЄНТАЦІЇ СУЧАСНОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ (НА ПРИКЛАДІ ОКРЕМОЇ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ)	109
Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Чириченко Ю.В. ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В ПЕРІОД КРИЗИ СЕРЕДНЬОГО ВІКУ ШЛЯХОМ ПСИХОКОРЕКЦІЇ У ПРОЦЕСІ АСПП ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ ХУДОЖНИХ ТВОРІВ.....	114
Колеснікова А.Е. МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ З ПЕДАГОГІЧНИМ КОЛЕКТИВОМ ЯК ПРОФІЛАКТИКА ПІДЛІТКОВОГО БУЛІНГУ.....	120
Кудла Т.В., Антонова З.О., Ханецька Н.В. ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РИЗИКУ ВИНИКНЕННЯ ПОРУШЕНЬ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ В ЖІНОК.....	125
Лаас М.В. ТИПОЛОГІЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ З РІЗНИМ РІВНЕМ РОЗВИТКУ ЕМПАТІЙНОСТІ.....	131
Мелоян А.Е., Іванкович А.О. ВЗАЄМОЗВ’ЯЗОК КОМПЛЕКСУ НЕПОВНОЦІННОСТІ ТА ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ В ДІВЧАТ СТУДЕНТСЬКОГО ВІКУ	136
Можаровська Т.В. ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ЯК КЛЮЧОВИЙ КОНЦЕПТ СІМЕЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У СВІДОМОСТІ УКРАЇНЦІВ	141
Омельченко І.М., Кобильченко В.В. ІНТЕРСУБ’ЄКТНА ВЗАЄМОДІЯ З ДОРОСЛИМ У ДОШКІЛЬНИКІВ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ РАКУРС	145
Фурман В.В., Рева О.М. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ СТРЕСОМ В УМОВАХ СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ	151

Шевчук В.В. ОСОБЛИВОСТІ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ У СІМ'ЯХ, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ ІЗ КОМПЛЕКСНИМИ ПОРУШЕННЯМИ РОЗВИТКУ	156
---	-----

СЕКЦІЯ 4 ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ

Астахов Д.В. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ КЛІМАТ ЯК ЧИННИК ЕФЕКТИВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ГРУПОВОЇ ВЗАЄМОДІЇ.....	161
Кучеренко С.М., Кучеренко Н.С. ВПЛИВ ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ ФАХІВЦІВ РИЗИКОНЕБЕЗПЕЧНИХ ПРОФЕСІЙ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	168

СЕКЦІЯ 5 СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

Бойчук С.С. СПЕЦИФІКА ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕСУРСНОСТІ У ПОЛІЦЕЙСЬКИХ-СПЕЦПРИЗНАЧЕНЦІВ	173
Воробйова І.В. ТИПИ ІМІДЖУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ	178
Денисенко А.О., Павловська І.В. ВЗАЄМИНИ НЕВІСТКИ ТА СВЕКРУХИ ЯК ФАКТОР РИЗИКУ СІМЕЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ.....	189
Леонова І.М. ОСОБЛИВОСТІ СТІЙКИХ ВНУТРІШНІХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ ЖІНОК, ЩО СПРИЯЮТЬ ВИНИКНЕННЮ ПОЧУТТЯ САМОТНОСТІ.....	196
Луценко Ю.А. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ НАДАННЯ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ ОКРЕМИМ КАТЕГОРІЯМ НАСЕЛЕННЯ НА ОСНОВІ САЛЮТОГЕННОГО ПІДХОДУ	204
Раєвська Я.М. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГІВ УСТАНОВ ВИКОНАННЯ ПОКАРАНЬ ТА СЛІДЧИХ ІЗОЛЯТОРІВ ДЕРЖАВНОЇ КРИМІНАЛЬНО-ВИКОНАВЧОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ В КОНТЕКСТІ МІЖПРОФЕСІЙНОЇ ВЗАЄМОДІЇ	209
Смирнова О.П., Орловська О.А. СІМЕЙНА АДАПТАЦІЯ УЧАСНИКА БОЙОВИХ ДІЙ В УМОВАХ МИРНОГО ЖИТТЯ	214
Чуніхіна С.Л. ГУМОР ЯК ТЕХНОЛОГІЯ ПЕРЕКОНАННЯ В ПОЛІТИЧНИХ КОМУНІКАЦІЯХ	219
НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ	226

CONTENTS

SECTION 1**SPECIAL AND BRANCH SOCIOLOGIES****Klymanska L.D., Klimanska M.B., Savka V.Ye.**

POTENTIAL OF SOCIAL ADVERTISING IN THE REGULATION OF SOCIETY PROBLEMS (ON THE EXAMPLE OF SOCIAL ADVERTISING IN THE REGULATION THE PROBLEM OF EXCESSIVE ALCOHOL CONSUMPTION).....9

Sosniuk Ye.O.

ANALYSIS OF MODERN SOCIOLOGY APPROACHES TO THE STUDY OF POLITICAL IDENTITY IN FOREIGN.....17

SECTION 2**GENERAL PSYCHOLOGY. HISTORY OF PSYCHOLOGY****Lysenko L.M.**

FEATURES OF THE DEVELOPMENT DIVERGENT THINKING IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN.....22

Lytvynchuk A.I.

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF DANGER PERCEPTIONS OF PERSONS LIVING IN THE TERRITORY OF VARIOUS DEGREE OF URBANIZATION.....27

Rebrova O.O.

ANALYSIS OF THE EFFECTIVENESS OF THE PROGRAM OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PARENTS WHO RAISE EARLY CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS.....33

SECTION 3**PERSONALITY PSYCHOLOGY****Bilotserkivska Yu.O., Ostopolets I.Yu., Sedasheva S.L.**

FACILITATIVE POTENTIAL AS A PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITY OF THE FUTURE TEACHER.....38

Velytchenko L.K., Ma Fu

COPING BEHAVIOR IN THE CONTEXT OF ITS SYSTEM RELATIONSHIPS.....43

Volodarska N.D.

STRATEGIES FOR REALIZATION OF LIFE PROSPECTS OF PERSONALITY AS FACTORS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING.....51

Holovska I.H., Pocheptsova D.O.

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE MEDIA'S INFLUENCE ON THE EMOTIONAL SPHERE AND ORGANIZATIONAL BEHAVIOR OF SERVICEMEN.....59

Horetska O.V., Kolpakchy O.S.

THE PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION OF ELDERLY PEOPLE WHO HAVE INTERNAL CONFLICTS.....64

Dzhabbarova L.V.

AGE FEATURES OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF MODERN STUDENTS.....72

Zaviazkina N.V., Lysenko I.P., Poluden I.V. THE ROLE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN THE PROFESSIONAL SELF- DETERMINATION OF ADOLESCENTS.....	77
Zlyvko V.L., Lukomska S.O. PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND “LE VIEILLARD ET L’ENFANT”: A REVIEW OF CURRENT EMPIRICAL RESEARCH.....	82
Ivanova O.S. PECULIARITIES OF RELATIONSHIP BETWEEN STRESS MANIFESTATIONS AND MENTAL STATES.....	87
Ilnytska L.A. PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTIC OF THE PERSONALITY OF ADOLESCENTS WITH DIFFERENT TYPES OF SUBJECTIVE CONTROL.....	94
Kabantseva A.V. DIGITALIZATION OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE AT HYBRID CHALLENGES.....	99
Kavylina H.K. PSYCHOLOGICAL APPROACHES TO CONFLICT RESOLUTION BETWEEN TEACHERS AND ADOLESCENTS.....	104
Kazanzhy M.I., Vdovichenko O.V. CAREER ORIENTATIONS OF MODERN STUDENT YOUTH (ON THE EXAMPLE OF A SEPARATE SPECIALIZATION).....	109
Kaminska A.M., Panfilova H.B., Chyrychenko Yu.V. PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE DURING THE CRISIS OF THE MIDDLE AGES THROUGH PSYCHO CORRECTION IN THE ASPC PROCESS WITH THE ARTISTIC WORKS USE.....	114
Kolesnikova A.E. METHODS OF PSYCHOLOGICAL WORK WITH TEACHING TEAM AS PREVENTION OF ADOLESCENT BULLYING.....	120
Kudla T.V., Antonova Z.O., Khanetska N.V. RISK FACTORS FOR EATING DISORDERS IN WOMEN.....	125
Laas M.V. TYPOLOGY OF EMOTIONAL INTELLIGENCE WITH DIFFERENT LEVELS OF EMPATHY DEVELOPMENT IN YOUNG PEOPLE.....	131
Meloian A.E., Ivankovych A.O. THE INTERRELATION BETWEEN THE INFERIORITY COMPLEX AND EATING BEHAVIOR OF FEMALE STUDENTS AT STUDENT AGE.....	136
Mozharovska T.V. PSYCHOLOGICAL SECURITY AS A KEY CONCEPT OF FAMILY WELL-BEING IN THE CONSCIOUSNESS OF UKRAINIANS.....	141
Omelchenko I.M., Kobylchenko V.V. INTERSUBJECTIVE INTERACTION WITH ADULT IN PRESCHOOLERS WITH MENTAL DEVELOPMENTAL DELAY: PSYCHOLOGICAL PERSPECTIVE.....	145
Furman V.V., Reva O.M. PSYCHOLOGICAL FEATURES OF STRESS MANAGEMENT IN THE CONDITIONS OF SOCIAL TRANSFORMATIONS.....	151

Shevchuk V.V. FEATURES OF MARRIAGE RELATIONS IN FAMILIES RAISING CHILDREN WITH COMPLEX DEVELOPMENTAL DISORDERS.....	156
--	-----

SECTION 4 PSYCHOLOGY OF WORK

Astakhov D.V. SOCIO-PSYCHOLOGICAL CLIMATE AS A FACTOR OF EFFECTIVE PROFESSIONAL GROUP INTERACTION.....	161
Kucherenko S.M., Kucherenko N.S. INFLUENCE OF PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITIES OF RISKY PROFESSIONAL PROFESSIONALS ON THE EFFICIENCY OF THE ORGANIZATION OF PROFESSIONAL ACTIVITY.....	168

SECTION 5 SOCIAL PSYCHOLOGY. LEGAL PSYCHOLOGY

Boichuk S.S. SPECIFICS OF PSYCHOLOGICAL RESOURCEFULNESS IN OFFICERS OF SPECIAL POLICE UNITS.....	173
Vorobiova I.V. TYPES OF IMAGE THE SERVICEMAN OF THE NATIONAL GUARD OF UKRAINE.....	178
Denysenko A.O., Pavlovska I.V. RELATIONSHIP OF DAUGHTER-IN-LAW AND MOTHER-IN-LAW AS A RISK FACTOR FOR FAMILY WELL-BEING.....	189
Leonova I.M. FEATURES OF SUSTAINABLE INTERNAL STATES OF WOMEN'S PERSONALITY, WHICH CONTRIBUTE TO THE OCCURRENCE OF FEELINGS OF LONELINESS.....	196
Lutsenko Yu.A. THEORETICAL AND METHODOLOGICAL ASPECTS OF PROVIDING PSYCHOSOCIAL SUPPORT TO CERTAIN CATEGORIES OF THE POPULATION ON THE BASIS OF SALUTOGENIC APPROACH.....	204
Raievska Ya.M. PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF THE ACTIVITY OF PSYCHOLOGISTS OF PENITENTIARY INSTITUTIONS AND PRE-TRIAL DETENTION CENTERS OF THE STATE PENITENTIARY SERVICE OF UKRAINE IN THE CONTEXT OF INTERPROFESSIONAL INTERACTION.....	209
Smyrnova O.P., Orlovska O.A. FAMILY ADAPTATION OF A PARTICIPANT IN COMBAT IN CONDITIONS OF PEACEFUL LIFE.....	214
Chunikhina S.L. HUMOR AS A PERSUASIVE TECHNOLOGY IN POLITICAL COMMUNICATIONS.....	219
A NEW TYPE OF SCIENTIFIC SERVICES	226

СЕКЦІЯ 1 СПЕЦІАЛЬНА ТА ГАЛУЗЕВА СОЦІОЛОГІЯ

ПОТЕНЦІАЛ СОЦІАЛЬНОЇ РЕКЛАМИ В РЕГУЛЮВАННІ ПРОБЛЕМ СУСПІЛЬСТВА (НА ПРИКЛАДІ СОЦІАЛЬНОЇ РЕКЛАМИ В РЕГУЛЮВАННІ ПРОБЛЕМИ НАДМІРНОГО ВЖИВАННЯ АЛКОГОЛЮ) POTENTIAL OF SOCIAL ADVERTISING IN THE REGULATION OF SOCIETY PROBLEMS (ON THE EXAMPLE OF SOCIAL ADVERTISING IN THE REGULATION THE PROBLEM OF EXCESSIVE ALCOHOL CONSUMPTION)

Одним із сучасних способів регулювання проблем суспільства є соціальна реклама. Вона пропонує потужні моделі поведінки, покликані змінити ціннісну структуру життєвого простору особи, формувати її нові життєві орієнтири та перетворити їх на частину світогляду як окремого індивіда, так і суспільства в цілому. Соціальна реклама, спрямована на інтервенцію у процес регулювання проблем суспільства, завжди спонукає цільову аудиторію зробити усвідомлений особистісний вибір – дотримуватися моделі поведінки, яку вона пропонує, чи ні. Проте сучасний етап розвитку соціальної реклами в Україні характеризується низкою особливостей, зокрема недо-використанням її потенціалу, одноманітністю і стереотипізованістю образів, що впливає на її оцінку громадськістю та фахівцями як недостатньо ефективної у процесі регулювання соціальних проблем. Тому нами поставлено завдання на основі аналізу соціальної реклами, спрямованої проти надмірного вживання алкоголю, визначити її ресурсні можливості у регулюванні цієї важливої для сучасного суспільства проблеми. До елементів такого потенціалу соціальної реклами, які мають вводитися в дію комплексно та збалансовано, відносимо домінуючу тему рекламного повідомлення, яка може розкриватися у декількох версіях; поведінкову мету; емоційний тон рекламного повідомлення; особливості (характеристики) реалізації рекламного задуму (наприклад, рекомендації щодо поміркованого вживання алкоголю, стилістичні характеристики соціальної реклами (особисті свідчення, анімація, моделювання процесів захворювання або медичних процедур, використання акторів для драматизації сценарію та використання експертів для передачі фактичної інформації)); диференціацію рекламних повідомлень залежно від їх «прицільованості» на різні аудиторії.

Ключові слова: потенціал соціальної реклами, домінуюча тема рекламного пови-

домлення, поведінкова мета, емоційний тон рекламного повідомлення, стилістичні характеристики соціальної реклами.

One of the modern ways to regulate the problems of society is social advertising. It offers powerful models of behavior designed to change the value structure of a person's living space, to form his new life landmarks and turn them into part of the worldview of both the individual and society as a whole. Social advertising, aimed at intervening in the process of regulating the problems of society, always encourages the target audience to make a conscious personal choice: to follow the model of behavior that it offers or not. However, the current stage of development of social advertising in Ukraine is characterized by a number of features, including underutilization of its potential, uniformity and stereotyping of images, which affects its assessment by the public and professionals as insufficiently effective in regulating social problems. Therefore, we set a task – based on the analysis of social advertising aimed at excessive alcohol consumption, to determine its resource potential in regulating this important problem for modern society. The elements of such potential of social advertising, which should be implemented comprehensively and in a balanced way, include the dominant theme of the advertising message, which can be revealed in several versions, behavioral purpose, emotional tone of the advertising message, features (characteristics) of the advertising plan, such as recommendations for moderate use of alcohol, stylistic characteristics of social advertising (personal testimony, animation, modeling of disease processes, or medical procedures, the use of actors to dramatize the script and the use of experts to convey factual information); differentiation of advertising messages depending on the "targeting" of different audiences.

Key words: potential of social advertising, dominant theme of advertising message, behavioral purpose, emotional tone of advertising message, stylistic characteristics of social advertising.

УДК 316.659

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.1>

Климанська Л.Д.

д.політ.н., професор,
професор кафедри соціології
та соціальної роботи
Національний університет
«Львівська політехніка»

Климанська М.Б.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Львівський національний університет
імені Івана Франка

Савка В.Є.

к.соціол.н.,
доцент кафедри соціології
та соціальної роботи
Національний університет
«Львівська політехніка»

Як свідчить практика, вільним від соціальних проблем не може бути жоден соціум. Збільшення кількості ідентифікованих соціальних проблем та їхнє загострення в сучасному суспільстві провокує інтенсивне зацікавлення причинами їх виникнення і методами регулю-

вання серед науковців, політиків та громадськості.

Оскільки з поширенням демократизації все більшого впливу на всі сфери суспільного життя набуває громадськість, структури громадянського суспільства, зростає і роль

соціальної реклами як інструменту регулювання проблем суспільства.

З огляду на це об'єктивне визначення місця соціальної реклами в системі масової комунікації, виявлення її впливового потенціалу у процесі врегулювання соціальних проблем створює фундамент для оцінки реальних переваг соціальної реклами як самостійного комунікаційного потоку в демократичному суспільстві, яким намагається стати український соціум.

Однією з найгостріших проблем вітчизняного суспільства є зловживання алкоголем. Отже, на регулювання цієї проблеми спрямовуються значні зусилля і держави, і громадянського суспільства, що передбачає залучення до арсеналу засобів впливу соціальної реклами. Проте через різні обставини її потенціал не завжди використовується повністю.

Мета статті – на основі аналізу особливостей соціальної реклами, спрямованої проти зловживання алкоголем, визначити її ресурсний потенціал у регулюванні цієї соціальної проблеми. Методами дослідження ми обрали найбільш адекватні для досягнення поставленої мети. Зокрема, це такі методи: критичний аналіз даних, викладених у вітчизняних і зарубіжних наукових публікаціях, присвячених цій проблемі, та статистичних матеріалів, опублікованих у результатах соціологічних досліджень, проведених в Україні в останні роки, а також авторське навчальне дослідження, проведене Л.Д. Климанською і В.Є. Савкою разом з групою студентів-соціологів Національного університету «Львівська політехніка». В результаті аналізу цих матеріалів дано певні оціночні характеристики нинішнього стану соціальної реклами в Україні та пропозиції щодо нарощення її ефективності як інструменту соціального регулювання.

У сучасній Україні на протигагу недемократичним суспільствам, де значна кількість соціальних проблем «не виносилася» на поле суспільного обговорення, не ставала предметом дискусій серед громадян, а регулювалася із застосуванням переважно засобів державного впливу, соціальна реклама все більше відіграє роль так званого важеля впливу, покликаною змінити відносини між індивідами та певними найбільш актуальними й гострими соціальними проблемами, притаманними модерним і демократичним суспільствам.

Нині соціальна реклама в Україні характеризується низкою особливостей, не завжди властивих сучасним демократичним суспільствам. Особливо гострими, на наш погляд, є дві з них. По-перше, основними замовниками соціальної реклами залишаються державні органи, іншими словами, держава і виступає як основний суб'єкт артикулювання та регулювання соціальних проблем,

тим самим обмежуючи вплив громадянського суспільства. Соціальна реклама в сучасному світі сприймається як організований соціально-комунікативний вплив не лише держави, а й автономних щодо неї суспільних структур з метою формування цінностей та культурних смислів у масовій свідомості. При цьому організованій політиці із планування, поширення, оцінки ефективності і контролю над контентом соціальної реклами в державних масштабах не спостерігається, натомість суспільна потреба у приверненні уваги до визначених соціальних проблем існує. Роль громадських організацій у розвитку цього виду реклами поки що невелика, тому ризик її перетворення на частину державної пропаганди і утвердження критичного ставлення до неї з боку громадськості є доволі високим. По-друге, розвиток соціальної реклами в Україні тісно пов'язаний з її комерціалізацією, що суперечить самій сутності цього виду рекламної діяльності, а отже й ослаблює можливі ефекти від її застосування. Українські науковці (Н. Грицюта, Р. Дикін, Г. Цуканова) вивчають наслідки та етичні аспекти такого «розмивання» дискурсу соціальної реклами і стверджують, що це дискредитує її як результативну для сучасних суспільств інституцію.

Безсумнівно, соціальна реклама не може вирішити всі соціальні проблеми, які існують у сучасному суспільстві, але водночас вона здатна привернути увагу та змінити погляди на актуальні «хвороби» суспільства. При цьому важливо, що саме застосування цього інструменту виявлення та регулювання соціальних проблем сприяє залученню до впливу на них не лише держави, але й широкої громадськості. Отже, це сприяє зміцненню демократичних канонів суспільства. Соціальна реклама виступає засобом не імперативно-жорсткого впливу, як це властиво недемократичним режимам, а діє як «м'яка сила», що характерно для демократичних суспільств. Саме тому сучасний російський дослідник С. Селіверстов вважає, що головною метою соціальної реклами є «не таврувати проблему, а витягнути/вивести індивіда з її кола» [7, с. 35]. Додамо від себе, що метою соціальної реклами також є залучити носія проблеми до її регулювання. Отже, соціальна реклама – це засіб спілкування через засоби масової інформації, метою якого можна вважати зміну установок людини щодо тих чи інших проблемних явищ у суспільстві. Вона спрямована не лише на привернення уваги до соціальних бід, а й пропонує варіанти вирішення цих проблем, а також спонукає до дій широке коло громадян, в тому числі і жертв та носіїв цих проблем. Соціальна реклама, діючи «м'яко», не насильно примушує до певних дій, а пропонує потужні моделі поведінки, наприклад, добрі вчинки, здоровий спосіб життя, які покли-

кані змінити ціннісну структуру життєвого простору особи, сформувані нові орієнтири в житті та перетворити їх у частину світогляду, тобто активізує внутрішні сили суспільства до саморегулювання проблем.

Домінуючою тематикою соціальної реклами у нашій країні є проблеми, пов'язані з екологією, домашнім насильством, неприпустимою поведінкою водіїв та пішоходів на дорогах, різними видами наркоманії, алкоголізмом. При цьому спільним для соціальної реклами, спрямованої на інтервенцію у всі ці істотно відмінні між собою проблеми, є те, що вона завжди спонукає цільову аудиторію зробити усвідомлений особистісний вибір. Цей вибір полягає у тому, чи дотримуватися моделі поведінки, яку пропонує така реклама, чи ні.

Однією з гострих соціальних проблем сучасного суспільства можна вважати проблему надмірного вживання алкоголю. Алкоголізм є не тільки і не стільки медичною проблемою, скільки соціальною. Статистика зловживання алкоголем як в нашій країні, так і у світі характеризується невтішними цифрами.

За даними ВООЗ, Україна є рекордсменом в Європі за абсолютним обсягом споживання тінювого ринку алкоголю: п'ять літрів чистого спирту вживається у нашій країні на одну людину на рік. Щороку в Україні від зловживання алкоголем помирає близько 40 тис. осіб, серед них близько 25,0% випадків – це летальні отруєння, пов'язані з вживанням алкоголю підпільного виготовлення та сурогатних напоїв; 25,0% – це серцеві напади, причиною яких стало непомірне вживання алкоголю; 50,0% припадає на інші захворювання і нещасні випадки, спричинені вживанням алкоголю [13].

Наслідком цього є те, що в країні збільшується рівень злочинності, знижується рівень здоров'я населення, працездатності, розвиваються психологічні й фізіологічні дефекти у розвитку людини, деградує суспільство в цілому.

У вирішенні даної проблеми важлива роль відводиться соціальній рекламі, мета якої – популяризація здорового способу життя, прищеплення цінностей та формування такого стилю життя, який би відповідав меті – врегулюванню соціальної проблеми зловживання алкоголем. Впливаючи на поведінку людей, реклама здатна внести свої зміни та корективи у масову свідомість і сприйняття суспільних явищ. Соціальна реклама може робити це на двох рівнях. Перший рівень – інструментальний – демонстрація бажаних для суспільства взірців поведінки («Не перевищуй швидкість!», «Дотримуйся правил дорожнього руху!», «Не пий!» тощо). Другий рівень – рівень ідеї – ціннісний рівень, на якому утверджується визначений взірць стратегічного ставлення до

життя, куди відповідна поведінка вбудована априорі (вести здоровий спосіб життя). Отже, можна вважати, що соціальна реклама – це серйозний засіб упередження соціальних проблем, профілактики надмірного вживання алкоголю, важливий інструмент створення соціальних цінностей, зокрема здорового способу життя.

У вивченні соціальної реклами залежно від галузі науки чи певної соціальної технології, де вона використовується, виокремлюють певні напрями.

З погляду психології соціальну рекламу розглядають як вплив на людину, вивчаючи ступінь її ефективності та позитивну чи негативну роль у впливі на індивідів [3; 6].

Маркетологи аналізують соціальну рекламу як компонент комплексу різного роду повідомлень соціального маркетингу, спрямованих на вирішення завдань соціально-економічного характеру. (Футрик, 2017, с. 32). Якщо соціальний маркетинг – це робота комерційних компаній, яка спрямована на просування бренду і водночас соціальних цінностей, тобто маркетингова діяльність здійснюється у суспільних інтересах, то соціальна реклама – це вкладення, що приносить віддачу в результаті покращення іміджу організації. Соціальний маркетинг – це певна техніка створення унікальної систематичної трансляції для донесення пропозиції про вирішення соціальних проблем [10].

Серед соціологів, які так чи інакше торкаються теми соціальної реклами, слід відзначити Н. Лисицю, І. Крилова, В. Горбенко, А. Романова, О. Савельєву, О. Феофанова, А. Согоріна, Ю. Чалу та інших. Вони, виходячи із предмету цієї науки, трактують соціальну рекламу як соціокультурний феномен і один із способів комунікативних взаємодій в соціумі.

В Україні поки що небагато ґрунтовних досліджень, присвячених соціальній рекламі, зокрема, ролі соціальної реклами у регулюванні соціальних проблем. Соціальна реклама являє собою форму суспільної рефлексії і спрямована на подолання шкідливих і руйнівних звичок та патологій [5]. Спрямованість соціальної реклами на зміну соціальної поведінки, ставлення до себе, до суспільства загалом та окремих його членів або ж груп, екології, певних соціальних проблем, явищ відзначає Ю. Чала [12]. Соціальна реклама як демонстрація цінностей, життєвих стилів індивідів та соціальних груп розглядається у працях В. Лапіної [4]. Як інструмент управління соціальними процесами соціальна реклама цікавить В.В. Горбенка. Завданнями для такого важливого інструменту впливу є популяризація моральних цінностей, формування світогляду, залучення індивідів до вирішення соціальних проблем, уникання явної пропаганди,

зміцнення соціальних інститутів тощо. Науковець називає соціальну рекламу дзеркалом, що відображає реальний стан і готовність людини вирішувати проблеми, які виникають [1]. Український соціолог А. Согорін акцентує свою увагу на здатності реклами вплинути на відносини між різними соціальними групами, формуючи мораль, норми та поведінкові установки. У разі застосування реклами як інструменту модифікації вона стає невід'ємним елементом суспільного життя, що бере участь у змінах і формуванні масової свідомості [9].

Специфіка соціологічних підходів до аналізу соціальної реклами полягає у дослідженні її ролі у встановленні в суспільстві ціннісних пріоритетів, її здатності впливати на відносини між різними соціальними групами, визначенні потенціалу соціальної реклами в інформуванні суспільства про наявність суспільних проблем, спонуканні до дій, спрямованих на їх врегулювання. Загалом сьогодні у дослідженні соціальної реклами виокремлюють три основні підходи, які тісно пов'язані між собою [7]:

– соціальна реклама як інформація, що сприяє вирішенню і профілактиці певних суспільних та соціальних проблем;

соціальна реклама як соціальне явище, що має вагомий вплив на ціннісні орієнтації, світогляд, поведінкову модель цільової аудиторії;

– соціальна реклама як соціальний інститут, а саме як сукупність його основних ланок – рекламодавців, виробників реклами, споживачів – і громадських відносин між ними. Діяльність такого інституту спрямована на профілактику і вирішення соціальних проблем.

Отже, соціальна реклама – це особливий вид реклами некомерційного характеру, що володіє потенціалом до коригування норм поведінки людини в суспільстві та її ціннісних орієнтацій.

На відміну від інших зразків рекламної діяльності, соціальна реклама формує уявлення не про продукт, а про конкретну соціальну проблему, про шляхи її вирішення, про соціально корисну або соціально небезпечну поведінку [2, с. 95]. В основі механізмів впливу соціальної реклами лежить її здатність активізувати та формувати соціально-психологічні установки людини через когнітивний, емоційний і поведінковий компоненти.

Як комунікативна технологія соціальна реклама використовує низку прийомів впливу на цільову аудиторію, що допомагає їй коригувати поведінку окремої людини чи групи в бажаному для суспільства напрямі задля регулювання соціальної проблеми допустимими в суспільстві способами. Сила реакції реципієнта на ту чи іншу проблему повністю залежить від майстерності творця реклами привернути увагу адресата. Звідси впливає головна функція рекламного повідом-

лення – спонукати реципієнта (читача / глядача) до певних дій.

У будь-якому рекламному повідомленні можна ідентифікувати два представлених цільовій аудиторії тексти (а також два дискурси). Один – про винесену на ринок пропозицію (рід чи послугу). Інший – про суспільство, в якому циркулює (повинна циркулювати) рекламована пропозиція. Це товарний дискурс і соціальний дискурс. У випадку з соціальною рекламою товарний дискурс – це дискурс визначеної соціальної цінності. Але потенціал соціальної реклами міститься власне не у означенні самої цінності, а у створенні соціального дискурсу навколо тієї цінності, яку пропонує реклама, або навколо тієї соціальної проблеми, яку вона намагається врегулювати.

Саме про створення такого потенціалу йшлося при проведенні фокус-групових дискусій в межах навчального дослідження, проведеного навесні 2020 року під керівництвом Л.Д. Климанської і В.Є. Савки. В силу специфічних умов пандемії COVID-19 і карантинних обмежень три фокус-групові дискусії, в яких взяли участь 34 представники студентської і працюючої молоді, проводились на платформі ZOOM з метою з'ясувати ставлення молодих львів'ян (віком до 25 років) до соціальної реклами проти надмірного вживання алкоголю задля визначення її потенційних можливостей, ефективності цього інструменту регулювання проблеми. Під час фокус-груп було обговорено такі головні тематичні блоки:

1) загальне ставлення молодих людей до соціальної реклами;

2) ставлення молодих людей до соціальної реклами як до одного з засобів врегулювання соціальних проблем;

3) обізнаність молодих людей у соціальній рекламі проти надмірного вживання алкоголю;

4) рекомендації щодо популяризації соціальної реклами проти надмірного вживання алкоголю.

Отримані результати продемонстрували, що молоді львів'яни в принципі знайомі з терміном «соціальна реклама», але бачать вони її нечасто. Під час фокус-групових дискусій піднімалась тема її ефективності. І у більшості висловлювань повторювалась думка про неефективність соціальної реклами в Україні: «<...> вона ефективна тільки для тих людей, які цього не роблять»; «Вона є малоефективною. Наприклад, людина, якій 40 років, є сформованою, якщо вона курить чи вживає алкоголь, то примусити її кинути пити за рахунок реклами неможливо <...>»; «<...> не така розвинена як в світі, тому вона у нас значно слабша, ніж в інших <...>». Респонденти сприймають соціальну рекламу в якості регулятора соціальних проблем дуже несерйозно: «<...> думаю, що навряд чи вона може якось вре-

гулювати<...>наші проблеми»; «<...>ну в нас менталітет не той, щоб так повністю від алкоголю відучити». Один з учасників фокус-групи, наголошуючи на несерйозності сприймання соціальної реклами, навів приклад такого несерйозного ставлення до неї з боку своєї мами. Вона просто прочитала на сигаретах, що «курці помирають рано», і вирішила після того запитати, «чому не увечері <...>».

Результати навчального дослідження соціальної реклами засвідчили, що молоді люди досить часто звертають увагу на соціальну рекламу, але лише в тому разі, коли безпосередньо з нею стикаються. Як правило, ефекту пролонгованої дії не спостерігається. Також вони усвідомлюють важливість проблеми, але не співвідносять її з власним досвідом. Практично всі учасники розуміли сутність соціальної реклами, але не помічали прихованої комерційної реклами, яка під неї маскувалася. До самих соціальних проблем, на регулювання яких соціальна реклама спрямовувалася, більшість респондентів поставилась нейтрально.

Отже, володіючи серйозним соціорегулятивним потенціалом і виконуючи соціально-педагогічні та соціокультурні функції, соціальна реклама в Україні може бути механізмом впливу в процесі регулювання соціальних проблем, але, на нашу думку, закладений у ній потенціал використовується не в повній мірі, що і відображено у висловлюваннях наших інформантів про неефективність такої реклами у врегулюванні проблеми надмірного вживання алкоголю.

Ресурсний потенціал соціальної реклами визначається тими питаннями, на які соціальна реклама має дати відповіді, створюючи контекст повідомлення. Таких питань є декілька. Розглянемо елементи такого потенціалу, які могли б, на нашу думку, посилити ефективність її впливу, на прикладі соціальної реклами, присвяченої *регулюванню проблеми надмірного вживання алкоголю і споріднених проблем, пов'язаних з громадським здоров'ям*.

Зокрема, йдеться про **домінуючу тему рекламного повідомлення**. Визначення домінуючої теми – це відповідь на питання про те, яка ключова інформація подається в рекламному повідомленні. Зміст рекламного звернення – це основна проблема соціальної реклами, оскільки в процесі свого впливу вона повинна змінити думку і поведінку людини. Отже, ідея, що закладена в рекламі, приймається або відкидається реципієнтом. Великого значення при цьому набуває грамотне використання психотехнологій, зокрема навіювання, що здійснюється для створення певних станів чи спонування до певних дій. Відомо, що цей спосіб впливу розрахований на некритичне сприйняття повідомлень, коли відбувається передача і індукування думок, настроїв, почут-

тів, поведінки. Навіювання передбачає у людей здатність приймати інформацію, засновану не так на доказах, як на готових висновках.

Основний вимір, на фоні якого відбувається впровадження домінуючої теми рекламного повідомлення, може різнитися за ключовою інформацією. Тема зниження рівня вживання алкоголю або просто відмови від нього може бути подана через заклик до зменшення шкоди від алкоголю (у короткочасній чи довгостроковій перспективі) або через надання порад щодо змін поведінки, а також через мобілізацію громадян до посилення громадської та політичної підтримки у реалізації політики контролю за вживанням алкоголю. Повідомлення, що містять причини того, чому громадськість повинна змінити свою поведінку, пов'язану з алкоголем, швидше спрацьовують, впливаючи на готовність людини діяти, зміцнюючи її переконання, що результат, поданий у повідомленні, є серйозним. Реклама може зробити це через презентацію інформації про негативні наслідки для здоров'я та безпеки людини, включаючи як короткострокову (наприклад, травми, насильство) та довгострокову (наприклад, смертельно небезпечні хвороби) шкоду, або зосередитись на водіях, які вживають алкоголь і сідають за кермо у нетверезому стані, чи негативних ефектах та наслідках алкоголізму в середовищі неповнолітніх. Це можуть бути повідомлення, які мають на меті скоригувати, змінити поведінку людини через надавання порад щодо того, як це зробити (наприклад, сказати «ні» пропозиції випити). Ще одна домінуюча тема для повідомлень у такій соціальній рекламі – її спрямованість на посилення громадської або політичної підтримки змін, пов'язаних із алкоголем, що прямо або опосередковано стимулює політичні дискусії та законодавчу ініціативу щодо цієї проблеми. Наприклад, така реклама може закликати підписати петицію про заборону збуту алкоголю після визначеного часу, заборону на продаж алкогольних напоїв дітям і саме цим позначити стурбованість громадськості з приводу певного питання, щоб стимулювати увагу політиків.

Поведінкова мета. Ще одне питання, на яке має дати відповідь соціальна реклама, спрямована на врегулювання проблеми надмірного вживання алкоголю, це той вид поведінки, який реклама закликає підтримати або заперечити, тобто поведінкова мета соціальної реклами (діапазон поведінкових цілей соціальної реклами). Попри те, що вся соціальна реклама розроблена в кінцевому рахунку для зменшення шкоди від алкоголю, цієї глобальної мети можна досягнути, практикуючи різні види поведінки. Наприклад, хоч на довгострокову шкоду здоров'ю впливає кількість спожитого алкоголю особою, короткочасні

травми собі та іншим визначаються способом поведінки окремих людей під час вживання алкоголю. Саме тому, якщо головною поведінковою метою одних меседжів може бути сприяння зменшенню особистого вживання алкоголю, інші можуть зосередитись на тому, щоб ті, хто вживають алкоголь, поводитись більш відповідально або не вдавались до насильства. Реклама з однією і тією ж темою може використовуватися для досягнення різних поведінкових цілей. Наприклад, в рекламі, яка зображує шкоду, пов'язану із вживанням алкоголю неповнолітніми, може бути використано для заохочення дорослих заклик ніколи не пропонувати алкоголь підліткам або міститися інформація про те, як впливає пияцтво дорослих на моделювання поведінки підлітка.

Емоційний тон. Акцент на емоційній реакції є важливим шляхом, через який комунікація у сфері громадського здоров'я може сприяти позитивним змінам у поведінці [28]. Ключова роль соціальної реклами полягає у створенні переконливих взірців непроблемної поведінки у врегулюванні проблеми алкоголізації. Така реклама може бути ефективною, якщо має властивість підвищеної емоційності. Результат візуального знайомства з такого роду рекламним продуктом має бути приголомшливим або навіть шокуючим. Своєю чергою В. Ценев писав у «Психології реклами»: «Ті події, які викликали сильну емоцію, довго залишаються на поверхні актуальної підсвідомості, вискакуючи у свідомість, як чортики з табакерки <...> Сильні емоції є основою для довготривалого запам'ятовування» [14, с. 56].

Емоції впливають на прийняття рішень та поведінку людини кількома способами, в тому числі й шляхом заохочення до більш детальної перевірки інформації про ризики, керуючи процесом (переважно несвідомим) винесення судження про те, чи є певна поведінка або субстанція здоровою чи нездоровою, та мотивуючи поведінкові дії [28; 25]. Емоційна реакція може бути як позитивною (наприклад, надія, натхнення, радість, посилення віри в себе тощо), так і негативною (наприклад, страх, тривога, огида, хвилювання, сором, провина, жаль, смуток) за своєю валентністю, а конкретний тип емоційної реакції може вплинути на ефективність кампанії. Наприклад, в кампанії з профілактики ожиріння Dixon et al. [16] було з'ясовано, що реклама, яка викликає сильні негативні емоційні реакції, добре працює у короткостроковій перспективі. Так само в межах контролю над тютюнопалінням Durkin et al. [18] було виявлено більш високий рівень впливу реклами з негативним емоційним забарвленням, що в результаті сприяло збільшенню кількості осіб, які відмовлялись від тютюнопаління.

До елементів потенціалу соціальної реклами можна віднести і особливості (харак-

теристики) реалізації рекламного задуму. Артикуляція повідомлень у соціальній рекламі різниться у багатьох аспектах, що може посилити ймовірність прийняття або відхилення цільовою аудиторією пропонованих моделей поведінки [15; 27; 29].

Вагому роль у рекламному повідомленні відіграють **посилання на рекомендації щодо пиття алкоголю з низьким ризиком**. Багато урядів презентує такі вказівки-рекомендації щодо максимальної кількості алкоголю, яку можна вживати, утримуючи ризик заподіяння шкоди на низькому рівні [21]. Наприклад, уряд Австралії видав такі оновлені національні вказівки в 2009 році [23], в яких було дано рекомендації вживати не більше двох дрінків (Еквівалент англомовного терміну «один дрінок» – це одна мінімальна стандартна доза (порція) чистого алкоголю, що дорівнює 10 гр. чистого алкоголю (або 12,7 мл спирту) [11, с. 32]) в будь-який день, щоб утримати на низькому рівні ризик шкоди у довгостроковій перспективі, і не більше чотирьох дрінків з будь-якої нагоди, щоб мінімізувати ризик короткочасної шкоди.

Різняться також і **стильові характеристики соціальної реклами**, які використовуються в кампаніях з охорони громадського здоров'я. До таких елементів стилю відносимо особисті свідчення, анімацію, моделювання процесів захворювання або медичних процедур, використання акторів для драматизації сценарію та використання експертів для передачі фактичної інформації [17; 22].

Форми реалізації, які включають графічні зображення, довели свою корисність в кампаніях з охорони здоров'я. У рекламі, яка супроводжувала кампанію із шкоди тютюнопаління, зображення легенів курця (як те, що відображає фізичні наслідки від куріння) збільшують кількість спроб кинути палити серед споживачів тютюну [9], а порівняння реакцій громадськості на рекламу профілактики ожиріння виявило, що реклама, яка була визнана топовою, містила графічні зображення жиру всередині тіла [16].

Важливим предиктором впливу на поведінку аудиторії є можливість символічного моделювання. Це та міра, в якій ризикована поведінка чітко і однозначно відтворена у соціальній рекламі. Дослідження кампаній з боротьби із тютюнопалінням надає неодноразові докази того, чи можуть зображення куріння у повідомленнях про кампанію означати, що куріння є поширеною, нормальною та прийнятною поведінкою, або спонукати до участі в альтернативній моделі поведінки. Цікавим тут може виявитися ступінь впливу реклами, в якій відображено вживання алкоголю неявно (наприклад, зображення алкоголю, що купується, але не вживається) або

явно (наприклад, зображення людей, які вживають алкоголь).

Рекламні кампанії також різняться з точки зору того, чи призначені вони для загальної аудиторії або «прицілюються» на конкретну аудиторію з певними соціодемографічними, культурними чи поведінковими характеристиками. Інформація про впливовість таких кампаній є суперечливою. Логічно припускати, що найбільший вплив мають такі з них, які орієнтовані на всіх, принаймні з погляду стійкого економічного ефекту [30] і генерування позитивних культурних змін [20]. Однак резонно очікувати, що реклама, яка враховує вікові та статеві відмінності у вживанні алкоголю, так само може бути впливовою. Зокрема, змінюється аргументаційна складова в соціальній рекламі, яка звертається до різних вікових груп.

Звернення до мотивів, пов'язаних із здоров'ям, буде актуальним для дорослих людей, які вже знають про те, наскільки неприємно, дорого й непрестижно хворіти, тому, щоб змінити їхню поведінку (змусити відмовитись від алкоголю), достатньо якомога яскравіше показати вплив алкоголю на організм і його наслідки. Але у підлітків збереження здоров'я не входить до основних потреб, вони відчують потребу у визнанні, самоствердженні, соціальній самореалізації тощо. Вони починають пити, щоб показати свою дорослість, приналежність до «крутих» тощо. Про хвороби підлітки знають мало, асоціюються вони переважно з декількома днями сидіння вдома, коли не треба ходити до школи, та ще з особливим ставленням оточуючих. Очевидно, що антиалкогольна реклама для цієї вікової групи має розбивати стереотип щодо «дорослості» тих, хто вживає алкоголь, показувати авторитетних для підлітків персонажів (зірок шоубізнесу, спорту тощо), які з презирством ставляться до вживання алкоголю.

Кампанії також можуть бути націлені і на осіб, чию поведінку намагаються змінити, або можуть включати заклик до тих, хто знаходиться поруч [26], де наслідки ризикованої поведінки (тобто вживання алкоголю) зображено для людей, які супроводжують людину, що вживає алкоголь. Ця стратегія продемонструвала свою ефективність у кампаніях протидії водінню в нетверезому стані серед групи високого ризику, зокрема молодих людей [24].

Отже, можна стверджувати, що на сучасному етапі розвитку реклама є не лише важливим засобом інформування громадян, але й невід'ємною частиною культури суспільства, відіграє неабияку роль у врегулюванні соціальних проблем. Усе частіше можна помітити, як за допомогою соціальної реклами люди намагаються керувати аудиторією як на свідомому, так і на підсвідомому рівні, підштов-

хуючи громадськість до соціально схвалених моделей поведінки. У сучасних реаліях соціальну рекламу можна розглядати як втілення системи заходів, які можуть бути спрямовані на зміну ставлення громадськості до певної проблеми, а в довготривалій перспективі – на формування нових соціальних цінностей. Можна з впевненістю сказати, що Україна потребує соціальної реклами як інструменту привертання уваги до актуальних проблем, а отже й їх регулювання.

Проте, незважаючи на дослідження різних аспектів феномену соціальної реклами багатьма науками, досі актуальними залишаються питання щодо того, яким чином інформація, подана в ній, впливає на особистість, наскільки ефективною є її модифікуюча дія для різних цільових аудиторій.

На жаль, в Україні соціальна реклама є чи не найменш розвинутою галуззю у сфері правових, маркетингових та суспільно-політичних комунікацій. Частково це можна пов'язати з проблемами доволі скептичного ставлення до неї як до інструменту впливу і комунікаторів, і реципієнтів рекламних повідомлень, що зафіксовано в нашому емпіричному дослідженні.

Варто зазначити, що використання у соціальній рекламі всього спектру її можливостей може підняти потенціал соціальної реклами у врегулюванні соціальних проблем. Дієвість всіх компонентів такого потенціалу, проаналізованих в статті, потребує перевірки у кількісних дослідженнях (опитуваннях, контент-аналізі медіакомунікацій, присвячених тим чи іншим соціальним проблемам). Проте запорукою повномасштабного застосування всього потенціалу соціальної реклами є дотримання принципів комплексності та збалансованості введення в дію всіх його компонентів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Горбенко Г.В. Соціальна реклама та соціальні процеси в сучасному суспільстві: взаємозв'язок і взаємовпливи. *Бібліотекознавство. Документознавство. Інформологія*. 2013. № 4. С. 56–59. URL:http://nbuv.gov.ua/UJRN/bdi_2013_4_12 (дата звернення: 13.07.21).
2. Кохтев Н.Н. Реклама: искусство слова: рекомендации для составителей рекламных текстов. М. : МГУ, 1997. 195 с.
3. Кондратюк С.М. Сприйняття соціальної реклами різними віковими групами. *Молодий вчений*. 2015. № 2 (6). С. 403–406. URL:[http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2015_2\(6\)](http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2015_2(6)) (дата звернення: 11.05.20).
4. Лапіна В.В. Соціологія реклами як наукова та навчальна дисципліна: проблема концептуального розвитку. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2014. Вип. 3. С. 73–80. URL:http://nbuv.gov.ua/UJRN/apspp_2014_3_12 (дата звернення: 13.07.21).
5. Лисиця Н.М. Соціальна реклама: напрямки покращення якості. *Наукові праці Чорноморського*

державного університету імені Петра Могили комплексу «Києво-Могилянська академія». Серія «Соціологія». 2014. Т. 244, Вип. 232. С. 72–75. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npchdusoc_2014_244_232_17 (дата звернення: 13.07.21).

6. Мамалига С.В., Краєвська Н.М., Краєвський С.О. Реклама: психологія впливу на споживача. *Вісник Хмельницького національного університету*. 2011 № 3, Т. 3. Економічні науки. С. 173–176. URL: http://journals.khnu.km.ua/vestnik/pdf/ekon/2011_3_3/173-176.pdf (дата звернення: 13.05.20).

7. Мільчевська Г.С., Меркулова Н.В. Основні наукові підходи до проблеми вивчення феномена соціальної реклами. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2016. Вип. 49. С. 150–155. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pfto_2016_49_22 (дата звернення: 13.07.21).

8. Селиверстов С.Э. Социальная реклама: искусство воздействия. Самара : Бахрах-М, 2006. 287 с.

9. Согорін А.А. «Реклама» і «рекламний вплив» як соціологічні концепти. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2015. Вип. 65–66. С. 117–125. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/staptp_2015_65-66_16 (дата звернення: 13.07.21).

10. Стащук І. Соціальна реклама: від (ре)трансляції цінностей до аксіологічної інтеракції. *Наукові записки УКУ. Комуникативний діапазон медіадосліджень*. № 6. Вип. 1. *Журналістика, Медіакомунікації*. С. 156–168.

11. Уніфікований клінічний протокол первинної, вторинної (спеціалізованої) медичної допомоги. Алкогольний гепатит. URL: https://www.dec.gov.ua/wp-content/uploads/2019/11/2014_826_ukpmd_ag.pdf (дата звернення: 13.07.21).

12. Чала Ю.В. Соціальна реклама як різновид усвідомленого впливу на соціум. *Вісник Сумського національного аграрного університету. Серія «Фінанси і кредит»*. 2013. № 1. С. 173–184. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vsnau_2013_1_33 (дата звернення: 13.07.21).

13. Чемерис Н.М. Медико-соціальне обґрунтування оптимізованої моделі профілактики вживання психоактивних речовин студентською молоддю : дис. ... канд. мед. наук : 14.02.03. Київ, 2019. 226 с. URL: <https://www.uzhnu.edu.ua/uk/infocentre/get/22259> (дата звернення: 23.04.20).

14. Ценёв В.В. Психология рекламы. Реклама, НЛП и 25-й кадр. СПб : Речь, 2007. 224 с.

15. Cappella J.N. Integrating message effects and behavior change theories: organizing comments and unanswered questions. *J. Commun.* 2006;56(s1). P. 265–279.

16. Dixon, H., Scully, M., Durkin, S. et al. Finding the keys to successful adult-targeted advertisements on obesity prevention: an experimental audience testing

study. *BMC Public Health* 15,804 (2015). URL: <https://doi.org/10.1186/s12889-015-2159-6> (дата звернення: 13.07.21).

17. Dixon H, Scully M, Cotter T, Maloney S, Wakefield M. Healthy weight and lifestyle advertisements: an assessment of their persuasive potential. *Health Educ Res.* 2015. 30(4). P. 569–579.

18. Durkin S, Biener L, Wakefield M. Effects of different types of antismoking ads on reducing disparities in smoking cessation among socioeconomic subgroups. *Am J Public Health.* 2009; 99(12):P. 2217–23.

19. Farrelly MC, Duke JC, Davis KC, Nonnemaker JM, Kamyab K, Willett JG, Juster HR. Promotion of smoking cessation with emotional and/or graphic anti-smoking advertising. *Am J Prev Med.* 2012; 43(5) P. 475–82.

20. Hornik R.C, Ramirez A.S. Racial/ethnic disparities and segmentation in communication campaigns. *Am Behav Sci.* 2006; 49(6). P. 868–84.

21. Kalinowski A, Humphreys K. Governmental standard drink definitions and low-risk alcohol consumption guidelines in 37 countries. *Addiction.* 2016; 111(7). P. 1293–8.

22. Langley T, Lewis S, McNeill A, Gilmore A, Szatkowski L, West R, Sims M. Characterizing tobacco control mass media campaigns in England. *Addiction.* 2013. 108(11). P. 2001–8.

23. National Health and Medical Research Council. Australian guidelines to reduce health risks from drinking alcohol. Canberra, ACT: National Health and Medical Research Council, Commonwealth of Australia; 2009.

24. Perea A, Slater M. Power distance and collectivist/individualist strategies in alcohol warnings: effects by gender and ethnicity. *J Health Commun.* 1999; 4(4). P. 295–310.

25. Peters E, Evans A.T, Hemmerich N, Berman M. Emotion in the law and the lab: the case of graphic cigarette warnings. *Tob Regul Sci.* 2016. 2(4). P.404–413.

26. Slater M.D. Drinking and driving PSAs: a content analysis of behavioral influence strategies. *J Alcohol Drug Educ.* 1999; 44(3). P.68–81.

27. Slater M.D. Specification and misspecification of theoretical foundations and logic models for health communication campaigns. *Health Commun.* 2006; 20(2). P. 149–57.

28. Slovic P, Peters E, Finucane ML, MacGregor DG. Affect, risk, and decision making. *Health Psychol.* 2005; 24(4S): P. 35–40.

29. Snyder L.B. Health communication campaigns and their impact on behavior. *J Nutr Educ Behav.* 2007; 39(2 Suppl): P. 32–40;

30. Wakefield M.A., Loken B, Hornik R.C. Use of mass media campaigns to change health behaviour. *Lancet.* 2010 Oct 9; 376 (9748). P. 1261–71.

АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ПІДХОДІВ ДО ВИВЧЕННЯ ПОЛІТИЧНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ В ЗАРУБІЖНІЙ СОЦІОЛОГІЇ

ANALYSIS OF MODERN SOCIOLOGY APPROACHES TO THE STUDY OF POLITICAL IDENTITY IN FOREIGN

Стаття присвячена аналізу сучасних підходів до вивчення політичної ідентичності в зарубіжній соціології. Відзначається прагнення дослідників розширити простір аналізу даного феномену. Показано, що з позицій соціально-економічного підходу політична ідентичність розглядається дослідниками як продукт економічних та соціальних структур, які мають визначальний вплив на особу та програмує її політичну поведінку. У межах когнітивного підходу політична ідентичність визначається науковцями як генералізована настанова, дія якої підтримується когнітивними процесами на нейропсихологічному рівні. Прихильниками персонологічного підходу політична ідентичність розглядається як центральне каузальне утворення Я-концепції особистості. Для представників нарративного підходу політична ідентичність є різновидом соціальної ідентичності, що пов'язана з історичною пам'яттю й актуалізується через занурення в емоційно забарвлений життєвий простір. З позицій аксіологічного підходу політична ідентичність розглядається дослідниками як складова частина морального світогляду людини, в основу якого закладено певну систему цінностей. Під час проведення аналізу специфіки формування ідентичності у процесі соціалізації дослідники розглядають політичну ідентичність як похідну від базових культурних настанов. Імплементация досвіду зарубіжних дослідників в українські реалії дозволить розширити перелік маркерів політичної ідентичності й оновити підходи до її вивчення завдяки застосуванню якісно нових інструментів. Перспективи вивчення політичної ідентичності полягають у проведенні міждисциплінарних досліджень з урахуванням проаналізованих підходів.

Ключові слова: політична ідентичність, соціально-економічний підхід, когнітивний

підхід, персонологічний підхід, нарративний підхід, аксіологічний підхід, соціалізація.

This article is devoted to analysis of modern approaches to studying political identity in foreign sociology. The researchers' commitment to widening the space of analysis of this phenomena is noted. It is shown, that from social-economical approach's point of view political identity is seen by the researchers as a product of economic and social structures which have a decisive impact on a personality, and program their political behavior. In extents of cognitive approach political identity is defined by the scientists as a generalized attitude, which is supported by cognitive processes on neuropsychological level. Supporters of personological approach view political identity as a central causal entity of self-concept of a personality. For representatives of the narrative approach political identity is a kind of social identity, which is connected to historical memory, and is actualized through experiencing emotionally charged space of living. From positions of axiological approach political identity is viewed by the researchers as a component part of moral worldview of a human being, with some value system lying in its foundation. By analyzing the specifics of identity formation in context of process of socialization, the researchers define political identity as derivative from basic cultural attitudes. Implementation of experience of foreign researchers in Ukrainian realities would allow to widen the list of markers of political identity and to renew approaches to studying it by using qualitatively new instruments. Prospects of future studies of political identity are for conduction of cross-disciplinary researches with analyzed approaches taken into account.

Key words: political identity, social-economical approach, cognitive approach, personological approach, narrative approach, axiological approach, socialization.

УДК 316.2 + 316.6
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.2>

Соснюк Є.О.

аспірант відділу соціально-політичних процесів
Інститут соціології Національної академії наук України

Політична ідентичність громадян України протягом останніх тридцяти років формується в умовах суспільного транзиту. Суперечливий характер процесів соціальних перетворень у країні впливає на амбівалентність змісту й асинхронність динаміки змін політичної ідентичності українців. У зв'язку із цим виникає потреба в більш детальному вивченні специфіки політичної ідентичності громадян України.

У соціологічній науці накопичений чималий досвід досліджень проблем політичної ідентичності, початок вивчення яких було покладено в середині ХХ ст. в межах мічиганського проекту, представниками якого політична ідентичність розглядалась як партійна [11; 12]. Відтоді пройшло три «хвилі» концептуалізації поняття «політична ідентичність» [5], розроблено низку цікавих теоретичних концепцій (Д. Батлер та Д. Стоукс, Дж. Уелш, Р. Картер, Дж. Хелмс, Ф. Шлезінгер, М. Кастельс,

Т. Райсс, М. Емерсон, В. Лот, І. Нойманн, Б. Страт, Ф. Черутті) [3; 7; 10; 13; 14; 15; 20; 22; 24; 27], запропоновано електорально поведінкові (М. Шенкс, У. Міллер), комунікаційні (Т. Дж. Колтон) та самоідентифікаційні (Р. Барт, Р. Хакфельд, Е. Даунс, Дж. Спрагі) моделі політичної ідентичності [2; 9; 17; 23].

Однак, як зазначають вітчизняні соціологи (О. Вишняк, А. Ручка, Ю. Шведа), згадані концепції та моделі не повною мірою враховують специфіку нашого суспільства і не можуть бути використані в чистому вигляді для аналізу політичної ідентичності українців [1; 4; 6]. Деяка незадоволеність наявними напрацюваннями спостерігається і в зарубіжній соціології, де науковцями продовжується активний пошук нових підходів до вивчення політичної ідентичності.

Мета статті полягає в розкритті особливостей сучасних підходів до вивчення політичної ідентичності в зарубіжній соціології.

Політична ідентичність залишається у фокусі уваги дослідників, які прагнуть розширити простір традиційних вимірів аналізу даного феномену. Так, Н. Крістенсен у статті «Значення та виміри політичної ідентичності» розглядає низку інших підходів до концептуалізації поняття «політична ідентичність» [19]. Починаючи з марксистського та диспозиційно-структурального підходу П. Бурдьє, він зазначає, що ці підходи є досить обмеженими, оскільки розглядають будь-яку ідентичність, зокрема й політичну, як продукт економічної чи соціальної структур. Такий підхід передбачає, що індивід, залежно від своєї позиції в системі виробництва або в соціальній структурі, «запрограмований» обирати ту чи іншу ідентичність, не має можливостей для здійснення самостійного вибору. Проте соціальна практика засвідчувала, що сфера політики як така, процеси індивідуальної ідентифікації мають деяку автономію, наявна низка чинників (як-от політична культура, ціннісні орієнтації), що не вкладаються в ці концепції [19; 26].

Досить цікавим є когнітивний підхід до вивчення політичної ідентичності. Серед праць представників цього підходу можна виокремити дослідження Дж. ван Бавель і А. Перейри (J. Van Bavel, A. Pereira) особливостей політичних переконань, що ґрунтуються на ідентичності [25, с. 213–224]. Автори намагаються поєднати традиційні погляди на політичну ідентичність (яка притаманна прихильникам окремих політичних партій) та новітні досягнення у сфері нейропсихології, апелюючи до яких є трендом останнього десятиріччя у сфері гуманітарного знання. Дослідниками описано, яким чином та чому ідентифікація з політичними партіями – так звана партійність – може вплинути на оброблення інформації мозком. На їхню думку, партійна ідентичність виступає як генералізована настанова, що може змінювати спогади, імпліцитну оцінку та навіть перцепцію: «Люди віддають неявну перевагу щодо запропонованої політики членам своєї політичної групи (демократ чи республіканець) – незалежно від змісту політики, вона відповідає їхній ідеології» [25, с. 218].

Автори наводять приклади досліджень, у яких було вивчено взаємозв'язок між математичними навичками та вирішенням політичних проблем. Так, у контрольному стані люди, які були сильними в математиці, змогли ефективно вирішити аналітичне завдання. Однак коли політичний контекст був доданий до тієї ж аналітичної проблеми – порівняння даних про злочинність у містах, у яких заборонена зброя, і в містах, де вона не заборонена, математичні навички вже не гарантували правильного вирішення проблеми. Також авторами було доведено, що партійна ідентичність впливає на

пам'ять. Ними встановлено, що люди схильні більше запам'ятовувати ту інформацію, яка підтримує їхню партійну ідентичність.

Дж. ван Бавель і А. Перейра наводять приклади впливу партійної приналежності на візуальне сприймання (а саме на сприймання людей після перегляду відео про політичний протест залежно від того, які ідеї приписувались його учасникам) [25, с. 213–224].

Дослідники пропонують власні засоби зниження впливу партійної ідентичності на обробку інформації. Водночас вони визнають, що зміна помилкових переконань щодо політичного кандидата може не змінити оцінок, оскільки вони підтримуються різними когнітивними процесами. Наприклад, виправлення помилкових позитивних переконань щодо Дональда Трампа було достить, щоб зруйнувати ці переконання. Однак це не змінило підтримки Дональда Трампа серед його прихильників. Автори роблять висновок, що доступ до інформації не гарантує свободи від ідеологічних настанов, і політична поведінка багато в чому залишається ірраціональною; «Таким чином, це сучасний парадокс, як наш розширений доступ до інформації ізолював нас в ідеологічних бульбашках та заважає нам бачити факти» [25, с. 222].

Варто відзначити, що прихильників певних політичних партій автори позначають терміном «партизан» (*partisan*), який в останні роки в науковій літературі широко вживається саме в такому сенсі.

З позицій персонологічного підходу С. Чен і О. Урмінський досліджували роль причинних (каузальних) переконань у політичній ідентичності та голосуванні [16, с. 27–38].

Автори доводять, що люди, які вважають, що їхня політична ідентичність справді пов'язана з іншими ознаками їхньої Я-концепції, будуть більш імовірно діяти відповідно до норм цієї ідентичності, ніж ті, хто вважають, що їхня політична ідентичність є відносно периферійною (тобто має відносно менше причинно-наслідкових зв'язків): «Якщо причинно-наслідкові основні ознаки сприймаються як більш визначальні для Я-концепції, тоді зміни цих особливостей змусять людей бути більш чутливими до руйнування цілісності їхньої ідентичності» [16, с. 28].

С. Чен і О. Урмінський вводять поняття центрального чинника, який обчислюється шляхом підсумовування числа інших особливостей, з якими вони причинно пов'язані як причина або наслідок (своєрідне центральне каузальне утворення Я-концепції): «Чим більше центральний чинник визначає Я-концепцію, тим політична ідентичність сильніше пов'язана з поведінкою в людей, для яких політична ідентичність є більш причинно-наслідковою порівняно з людьми, для яких політична

ідентичність є більш причинно-периферійною» [16, с. 28].

Зазначимо, що цей показник схожий на «ступінь центральності» в аналізі соціальної мережі Л. Фрімен (L. Freeman), оскільки тут теж враховується число прямих зв'язків, які має вузол.

Однак, на відміну від аналізу соціальних мереж, тут «взули» представляють різні аспекти Я-концепції (наприклад, політична партія, стать тощо). Крім того, зв'язки не просто асоціативні, але такі, що одна особливість впливає або формує іншу.

З позицій аксіологічного підходу американські дослідники К.П. Вінтеріч, Й. Дженг та В. Мітал (K.P. Winterich, Y. Zhang, V. Mittal) вивчали вплив політичної ідентичності (під якою в американських реаліях маються на увазі «лібералізм» та «консерватизм») на похвартви на благодійність [28, с. 346–354]. Авторами було зроблено припущення, що існує кореляція між характером благодійних ініціатив (приватний чи державний) та політичною ідентичністю благодійника. Це припущення було підтверджено у процесі досліджень, коли респонденти надали більшу підтримку тим благодійним проектам, чиї засади відповідали їхнім власним переконанням. Зокрема, респонденти, що ідентифікували себе прихильниками республіканської партії, надавали більшу підтримку тим благодійним проектам, що керувалися приватно, і навпаки, демократи віддавали перевагу тим ініціативам, що виходили від державних інституцій.

Також авторами була встановлена кореляція між характером цінностей, що лежать в основі того чи іншого благодійного проекту, та моральним світоглядом опитаних. Зокрема, консервативні респонденти віддавали перевагу тим благодійним програмам, що спрямовані на підтримання порядку, традицій, «моральної чистоти» чи були принаймні позиційовані таким чином. Ліберали, натомість, були більше схильні жертвувати на ті проекти, що були спрямовані на підтримку вразливих членів суспільства, підтримку соціальної справедливості загалом. Науковці наголошують на тому, що дана кореляція є слушною для тих респондентів, що мають високий рівень інтерналізації морального світогляду. Для інших опитаних даний зв'язок не є значущим. Авторами був зроблений висновок, що правильне позиціонування благодійного проекту залежно від характеру політичної ідентичності та пов'язаного з нею морального світогляду потенційних благодійників може збільшити обсяги пожертв [28, с. 350].

Нестандартне, але вельми цікаве (як за змістом, так і за процедурою) дослідження було проведено Л. Брауном та К.А. Ібарра (L. Brown & K.A. Ibarra), які застосували нара-

тивний підхід до вивчення ролі туризму в мобілізації політичної ідентичності [8, с. 79–88].

Автори провели якісне дослідження, опитуючи у формі інтерв'ю осіб, що здійснювали мандрівки до Іспанії за місцями, пов'язаними із громадянською війною. Відібрані методом «снігової кулі» респонденти (з Великобританії, Норвегії та США) мали вищу освіту, чітко окреслену політичну ідентичність (лівосоціалістичного спрямування), отже, їхні поїздки були мотивовані бажанням виразити власну політичну ідентичність, а також прагненням вшанувати загиблих у війні й одразу після неї республіканців.

Дослідниками було встановлено, що фізична присутність у місцях битв часів громадянської війни та місцях масових поховань викликала в опитаних сильні емоції як позитивного, так і негативного характеру. З одного боку, відвідання пам'ятних місць посилювало ідентифікацію з лівим спектром політичних ідей, викликало почуття гордості за мужність як самих іспанців, так і бійців-інтернаціоналістів (зокрема, із їхніх країн), що боролися проти військ Франсіско Франко. З іншого – викликали почуття горя з огляду на усвідомлення поразки республіканців, відсутність підтримки їхньої справи тодішніми урядами їхніх країн. Респонденти також зазначали засмученість та навіть обурення через те, що сучасний іспанський уряд приділяє мало уваги подіям тих років [8, с. 79–88].

Л. Браун та К.А. Ібарра стверджують, що політична ідентичність є водночас причиною здійснення туристичної поїздки та її наслідком. Мотивація відвідати пам'ятні місця в Іспанії виникала в респондентів через їхню зацікавленість і обізнаність в історії соціалістичного руху, у якій Іспанська Республіка відіграє важливу роль. А самі відвідини підтримували їхні політичні переконання, надаючи їм більш емоційного забарвлення. Саму політичну ідентичність автори розглядають як різновид соціальної ідентичності, що передбачає передусім приналежність до певної політичної групи. Проте автори підкреслюють розмитість межі між особистою та соціальною ідентичністю, підкреслюють їхню взаємопов'язаність та взаємозалежність. У межах застосованого нарративного підходу автори підкреслюють, що політична ідентичність надає «форми» баченню тих чи інших історичних подій, стає однією із призм, крізь яку інтерпретуються ті чи інші події, як у минулому, так і в сьогоденні [8, с. 84].

Вивчення особливостей формування політичної ідентичності у процесі соціалізації було здійснено групою європейських дослідників. Р. Реккер, Л. Кейсерс, С. Брені та В. Міус (R. Rekker, L. Keijsers, S. Branje, W. Meeus), яка провела когортно-послідовне лонгітюдне

дослідження нідерландської молоді, спрямоване як на вивчення динаміки розвитку політичної ідентичності респондентів, так і на виявлення того, чи базові настанови формують ідентичність, чи навпаки, ці настанови формуються на базі тієї чи іншої політичної ідентичності [21, с. 1–33]. У результаті проведених досліджень було виявлено, що ідентичність молоді частіше формувалась в узгодженості з базовими настановами, аніж навпаки. Дослідниками було також зафіксовано, що високоосвічені опитані частіше коригували свої настанови зі своєю ідентичністю. Також авторами було встановлено, що ранні культурні настанови утворюють таку ідентичність, що може згодом визначати політичні настанови. Політична ідентичність в даному дослідженні розглядається як ідентифікація респондентом себе з лівою чи правою політичною течіями. Даний поділ є релевантним для реалій Нідерландів, оскільки партії у країні мають чітку ідеологічну спрямованість, більшість населення розуміється на особливостях лівої та правої ідеологій, досить рано визначається із приналежністю до однієї з них. Як бачимо, у зарубіжній науці спроби всебічного та ретельного вивчення феномену політичної ідентичності тривають. Аналогічні процеси відбуваються у вітчизняній науці і будуть нами проаналізовані додатково в майбутніх публікаціях.

Аналіз сучасних підходів до вивчення політичної ідентичності в зарубіжній соціології свідчить про прагнення дослідників розширити простір аналізу даного феномену, який розглядається ними: 1) як продукт економічних та соціальних структур (соціально-економічний підхід); 2) як генералізована настанова, дія якої підтримується когнітивними процесами (когнітивний підхід); 3) як центральне каузальне утворення Я-концепції особистості (персонологічний підхід); 4) як складова частина морального світогляду людини (аксіологічний підхід); 5) як наратив, що пов'язаний з історичною пам'яттю й актуалізується через занурення в емоційно забарвлений простір (наративний підхід); 6) як похідна від базових культурних настанов (підхід до вивчення особливостей формування політичної ідентичності у процесі соціалізації).

На наш погляд, імплементація досвіду зарубіжних дослідників в українські реалії дозволить розширити перелік маркерів політичної ідентичності й оновити підходи до її вивчення завдяки застосуванню якісно нових інструментів. З огляду на встановлені тенденції, перспективи вивчення політичної ідентичності полягають у проведенні міждисциплінарних досліджень з урахуванням проаналізованих підходів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вишняк О. Електоральна соціологія: історія, теорії, методи. Київ : Ін-т соціології НАНУ, 2000. 308 с.
2. Миллер У. Политическое поведение: вчера и сегодня / под ред. Р. Гудина, Х.-Д. Клингеманна. *Политическая наука: новые направления*. Москва, 1999. С. 300.
3. Нойманн И. Использование «Другого»: образы Востока в формировании европейских идентичностей. Москва : Новое издательство, 2004. 336 с.
4. Ручка А. Політико-ідеологічна самоідентифікація населення сучасної України. *Українське суспільство 1992–2012. Стан та динаміка змін. Соціологічний моніторинг*. Київ : Ін-т соціології НАН України, 2012. С. 29–40.
5. Соснюк Є. Концепції політичної ідентичності в соціальних науках. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2019. № 4. С. 118–135. DOI: 10.15407/sociology2019.04.118.
6. Шведа Ю. Трансформації партійної системи в контексті трансформації політичної системи в Україні. *Українська національна ідея: реалії та перспективи розвитку* : збірник наукових праць. Львів : Видавництво Національного університету «Львівська політехніка», 2007. № 19. С. 165–172.
7. Эмерсон М. Экзистенциальная дилемма Европы. *Вестник Европы*. 2005. № 15. С. 41–65.
8. Brown L., Ibarra K.A. Commemoration and the expression of political identity. *Tourism Management*. 2018. № 68. P. 79–88.
9. Burt R. Structural Holes: The Social Structure of Competition. MA : Cambridge, 1992. 313 p.
10. Butler D., Stokes D. Political Change in Britain. London, 1974. 516 p.
11. Elections and the political order / A. Campbell et al. New York : Wiley, 1966. 385 p.
12. The American Voter / A. Campbell et al. New York : Wiley, 1960. 573 p.
13. Carter R.T., Helms J.E. White Racial Identity Attitudes and Cultural Values. Black and White racial identity: Theory, Research and Practice. *Journal of Multicultural Counseling and Development*. 2003. Vol. 31. № 4. P. 226–244.
14. Castels M. The Power of Identity. Oxford : Blackwell, 1997. 280 p.
15. Cerutti F. Towards the political identity of the Europeans: An Introduction. *A soul for Europe. On the political and cultural identity of the Europeans*. 2001. Vol. 1. P. 26–45.
16. Chen S.Y., Urminsky O. The role of causal beliefs in political identity and voting. *Cognition*. 2019. № 188. P. 27–38. DOI: 10.1016/j.cognition.2019.01.003.
17. Colton T.J. Transitional Citizens: Voters and What Influences Them in the New Russia. London : Cambridge, 2000. 336 p.
18. Freeman L.C. Centrality in social networks conceptual clarification. *Social Networks*. 1978. № 1. P. 215–239.
19. Kristensen N.N. The Meanings and Dimensions of Citizens' Political Identity: Approaching an Under-

standing of the Concept of Political Identity. *European Consortium of Political Research (ECPR) : General Conference Papers*, Université de Montreal. Montreal, Canada, 2015.

20. Loth W. Identity and Statehood in the process of European Integration. *Journal of European Integration History*. 2000. № 6. P. 9–26.

21. The dynamics of political identity and issue attitudes in adolescence and early adulthood / R. Rekker et al. *Electoral Studies*. 2017. DOI: 10.1016/j.electstud.2017.02.005.

22. Risse T. The Euro between National and European Identity. *Journal of European Public Policy*. 2003. August. № 10 (4). P. 487–505.

23. Shanks M., Miller W. Policy Direction and Performance Evaluation: Contemporary Explanations of the Reagan Elections. *British Journal of Political Science*. 1990. Vol. 20. № 2. P. 143–235.

24. Strath B. A European Identity: to the historical limits of a concept. *European Journal of Social Theory*. 2003. № 5. P. 387–401.

25. Van Bavel J.J., Pereira A. The Partisan Brain: An Identity-Based Model of Political Belief. *Trends in Cognitive Sciences*. 2018. № 22 (3). P. 213–224. DOI: 10.1016/j.tics.2018.01.004.

26. Vignoles V.L. Identity: Personal and Social. *The Oxford Handbook of Personality and Social Psychology* / edited by Kay Deaux, Mark Snyder. Second Edition. New York : Oxford University Press, 2019.

27. Welsh J.M. The role of the inner enemy in European self-definition: Identity, culture and international relations theory. *History of European Ideas*. 1994. Vol. 19. Issue 1–3. P. 53–61.

28. Winterich K.P., Zhang Y., Mittal V. How political identity and charity positioning increase donations: Insights from Moral Foundations Theory. *Intern. J. of Research in Marketing*. 2012. № 29. P. 346–354.

СЕКЦІЯ 2

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ДИВЕРГЕНТНОГО МИСЛЕННЯ В МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

FEATURES OF THE DEVELOPMENT DIVERGENT THINKING IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN

У статті розглянуто теоретичні підходи до визначення поняття дивергентного мислення у зарубіжній та вітчизняній психології. Представлено результати дослідження дивергентного мислення, способи його розвитку у молодших школярів. Актуальність даної проблеми зумовлена необхідністю пошуку нових технологій розвитку інтелектуальних здібностей у дітей, зокрема творчого мислення. Для вивчення особливостей дивергентного мислення у молодших школярів використано психодіагностичну методику Є.Є. Рослякової на складання речення з трьох запропонованих слів, тест «Закінчи малюнок» (П. Торренса), методику «Неповні фігури» (К.Г. Речицької та О.А. Сошиної). На основі проведеного дослідження визначено, що в учнів початкової школи переважають середні показники креативності за продуктами вербальної та художньої творчості. Запропоновано методи та вправи для розвитку дивергентного мислення у процесі навчальної діяльності та у тренінгових формах роботи. Основними формами, що сприяють розвитку дивергентного мислення, є уроки, екскурсії, навчально-пізнавальна діяльність з використанням пошукових методів, словникової, ігрової, практичної діяльності, художньої творчості, залученням індивідуального досвіду. Саме розвиток дивергентного мислення дитини в системі початкової освіти є необхідною складовою частиною організації особистісно орієнтованого навчання, метою якого є творчий розвиток дитини. Теоретично обґрунтовано, що мислення учня, розвиваючись у навчальному діалозі, стає критичним, більш результативним та продуктивним. Для розвитку креативних здібностей необхідним є раціональне поєднання репродуктивних, частково пошукових та творчих завдань. Отримані результати дослідження дозволяють по-новому побачити проблему пошуку способів для розвитку дивергентного мислення учнів молодших класів. Перспективи подальшої роботи вбачаємо у розробці розвивальної програми, спрямованої на удосконалення здібностей дивергентного мислення та пізнання емоційної сфери молодших школярів.

Ключові слова: творче мислення, адаптація, творча особистість, креативність, учні молодших класів.

This article reviews theoretical approaches to the definition of divergent thinking concept in foreign and domestic psychology. The results of the study of divergent thinking, means of its development in primary school children are presented. The relevance of this issue is based on the necessity to search for new technologies of the development of intellectual capabilities in children, in particular of creative thinking. For studying peculiarities of divergent thinking in primary school students, psychodiagnostic methodology of Ye. Ye. Rosliakova for making sentences out of three suggested words, picture completion test (P. Torrance) and incomplete figure methodology (K. H. Rechytska and O. A. Soshyna) were used. On the basis of the carried out study, it was determined that the average indicators of creativity in both the products of verbal and artistic creativity prevail in primary school students. Methods and exercises for the development of divergent thinking in the process of learning activity and training forms of work were suggested. The main forms that improve development of divergent thinking include lessons, excursions, learning and cognitive activity using searching methods, vocabulary, play, practical activity, artistic creativity, involvement of individual experience. The development of divergent thinking of the child in the system of primary education is a necessary component in the organization of personality-centered education, the purpose of which is the creative development of the child. It is theoretically substantiated that by developing in the educational dialogue the student's thinking becomes critical, more efficient and productive. For the development of creative abilities, a rational combination of reproductive, partly search and creative assignments is necessary. The results of the study allow us to see the issue of searching for means of development of divergent thinking in primary school students in a new way. The perspectives of our further work lie in the development of developing program aimed at improving capabilities of divergent thinking and better knowledge of emotional scope of primary school children.

Key words: creative thinking, adaptation, creative individual, creativity, primary school children.

УДК 159.955.3
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.3>

Лисенко Л.М.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Харківський національний педагогічний
університет імені Г.С. Сковороди

Сучасні суспільні вимоги призвели до суттєвих змін у системі початкової шкільної освіти відносно організаційної та змістовної її складових частин. Згідно з оцінками експертів найбільш успішними на ринку праці в найближчій перспективі будуть фахівці, які вміють навча-

тися впродовж життя, критично мислити, ставити цілі та досягати їх, працювати в команді, спілкуватися в багатокультурному середовищі та володіти іншими сучасними вміннями. Відповідно до ключових положень програми Нової української школи освітня та виховна концеп-

ція мають бути спрямовані на формування цілісної особистості, всебічно розвиненої, здатної до критичного мислення, з розвинутими вміннями генерувати нові ідеї й ініціативи та втілювати їх у життя [9, с. 1]. Людина з креативним мисленням успішніше адаптується до нових умов, знаходить творчий підхід до будь-якої проблеми. Актуальність дослідження можливостей розвитку дивергентного мислення молодших школярів пов'язана з необхідністю психологічної підтримки у навчанні та розвитку інтелектуальних здібностей дітей. Саме молодший шкільний вік є сенситивним періодом для розвитку спеціальних здібностей, у тому числі й творчих. Образність мислення, відсутність стереотипів, естетичне сприйняття та готовність до дій також характерні для молодших школярів. Як зазначає В.О. Моляко, для подолання освітньо-наукової кризи необхідним є формування особистості з якостями, що допомагають приймати адекватні рішення, долати труднощі та розвивати інтелект, волю, мотивацію та творчість [4, с. 9].

На основі теоретичного аналізу слід зазначити, що одним з перших дослідників, які виокремлювали дивергентне мислення, був американський психолог Дж. Гілфорд. Дивергентне мислення пов'язане з породженням безлічі рішень на основі однозначних даних, є тотожним творчості на відміну від конвергентного мислення, яке пов'язане з знаходженням єдиного правильного рішення в ситуації за наявності багатьох умов. Характеристиками креативності, на думку Дж. Гілфорда, є семантична гнучкість, образна адаптивна гнучкість, семантична спонтанна гнучкість, оригінальність, допитливість, здатність до розробки гіпотези, фантастичність. Саме зазначені здібності об'єднуються під загальною назвою дивергентного мислення, яке проявляється тоді, коли проблема ще тільки має бути виявлена і сформульована, коли не існує заздалегідь запропонованого способу рішення [2, с. 163].

Експериментальне вивчення дивергентного мислення здійснював американський психолог К. Дункер з використанням методик, які дозволяють здійснювати перехід від одного класу явищ до іншого, долати функціональні фіксованості, що є показниками гнучкості мислення [2, с. 165].

Характеризуючи креативні здатності, М.А. Холодна та Е.Е. Тунік виокремлюють такі критерії дивергентного мислення: чутливість до проблеми, здатність до синтезу, здатність до виділення подібності та відмінності, здатність до відтворення відсутніх деталей, здатність до прогнозування [7, с. 17]. Т.А. Барішева і Ю.А. Жигалов надають дивергентності ширше значення, зазначаючи, що вона є креативною якістю всіх когнітивних процесів, а не

тільки мислення. Дивергентність проявляється у здатності бачити невиявлені, потенційні, унікальні, латеральні властивості явищ, у перевазі складних, комплексних, неоднозначних, неструктурованих явищ і об'єктів, у здатності бачити явище в багатополлярному просторі, ретроспективі та перспективі [2, с. 166].

І.А. Майданник зазначає, що для формування дивергентного мислення в навчальній діяльності школярів важливим є те, що особистість, яка може реалізувати свою творчу активність, керується внутрішніми мотивами поведінки та орієнтується на особисте зростання та саморозвиток [8, с. 2].

Л. Липова, Л. Морозова, С. Ренський визначають дивергентне мислення як інтуїтивне та багатовекторне. Воно орієнтується на пошук різних способів та рішень. Зазначені особливості дивергентного мислення спрямовують людину на пошук незрозумілого, можуть виходити за межі прийнятого. Такі особливості проявляються у чутливості до подібності та відмінності між об'єктами, сприяють знаходженню декількох варіантів рішення проблем, дозволяють розглядати нові погляди на відоме та застаріле [6, с. 76].

Отже, дивергентне мислення – це когнітивна навичка, яка використовується для пошуку нових можливих рішень проблеми чи ситуації за допомогою творчості. Характеристиками дивергентного мислення є нелінійність процесу всупереч загальноприйнятим судженням, що передбачає відкрите дослідження реальності. Цей процес мислення тісно пов'язаний з інтуїцією та емоціями. Дивергентне мислення має позитивне значення під час вивчення нових можливостей, здійснення творчих процесів, але може зашкодити під час пошуку відповіді на конкретне питання або у разі вирішення складної ситуації. Творче мислення тісно пов'язане з емоціями, самоконтролем та управлінням власними почуттями, дає змогу на одне питання отримати декілька відповідей, породжує оригінальні ідеї. Саме тому вдосконалення дивергентного мислення допомагає продукувати кращі ідеї та бути більш креативним [5, с. 83].

Мета статті полягає у представленні результатів дослідження дивергентного мислення та способів його розвитку у молодших школярів.

Експериментальне дослідження особливостей дивергентного мислення у дітей молодшого шкільного віку проводилося на базі загальноосвітніх шкіл м. Харкова № 139 та № 167. Участь у дослідженні брали 156 учнів других класів (70 дівчат та 86 хлопців віком 7–8 років). Для вивчення особливостей дивергентного мислення у молодших школярів були застосовані такі методики: психодіагностична методика Є.Є. Рослякової на складання

речення з трьох слів, тест «Закінчи малюнок» (за П. Торренсом), методика «Неповні фігури» (за К.Г. Речицькою та О.А. Сошиною).

Методика Є.Є. Рослякової на складання речення з трьох слів полягає у складанні значної кількості речень, у яких здійснюється опис незвичайних або фантастичних подій. У такому описі мають бути три запропонованих слова. Дітям пропонується три слова, не пов'язаних між собою за змістом, наприклад, слова «озеро», «олівець», «ведмідь». Дається завдання скласти якомога більше речень, які б обов'язково включали всі ці три слова (можна змінювати число і відмінок цих слів, а також використовувати інші слова). Час виконання завдання становить 10 хвилин. Дана методика діагностує здатність встановлювати зв'язки між предметами і явищами, дозволяє творчо мислити, створювати нові цілісні образи з розрізних предметів. Під час оцінювання підраховувалась кількість речень (продуктивність), а також оригінальність кожного речення [2, с. 345]. За результатами дослідження відповідно до даної методики 7,5% школярів склали одне речення, оригінальність цих речень була на досить низькому рівні. Сім-вісім речень також склали 9,5% учнів, результати інших 83% учнів – від трьох до шести речень. Сумарний бал за параметром «оригінальність» варіюється від одного до тринадцяти, що є свідченням наявності параметру «відносна оригінальність». За цим показником бали вище середнього були у 51% учнів, що свідчить про достатній рівень здібностей до вербальної творчості. У 16% учнів, які мають 2,5–2,8 балів за параметром «відносна оригінальність», на високому рівні фіксується розвиток креативності. У 63% школярів середній показник «відносна оригінальність» вищий за 2 бали, у 39% дітей цей показник нижчий за середній. У 15% учнів зафіксовано мінімально можливий показник, що є проявом низького рівня вербальної креативності. За результатами кореляційного аналізу з використанням критерію К. Пірсона було віднайдено позитивний кореляційний зв'язок між оригінальністю речень та їх кількістю ($0,32, p = 0,05$): чим більше відповідей, тим вони оригінальніші (і навпаки).

Суть методики «Неповні фігури» К.Г. Речицької та О.А. Сошиної, що спрямована на діагностику креативних здібностей у дітей, полягає у тому, що із запропонованих фігур необхідно намалювати якомога більше малюнків (у середині контуру, за його межами, при зручному розташуванні аркуша та зображенні фігури). Дана методика активізує діяльність уяви, виявляючи одну з її основних властивостей – бачення цілого раніше частин. Можливість здійснення такої реконструктивної функції уяви закладена у самій специфіці цього психічного процесу [2, с. 347].

Для оцінювання малюнку важливою є змістова композиція малюнку, кількість асоціацій, принципи впровадження ідей, а не технічність. Час роботи не обмежується. Показниками сформованості уяви дитини є кількісна продуктивність її діяльності, яка вираховується за кількістю композицій, виконаних на основі кожної фігури, та гнучкістю використання ідей. Роботи можна поділити на творчі та нетворчі (одна і та ж фігура перетворюється у той самий елемент зображення) У більшості малюнків слід відзначити нерівномірність у використанні геометричних фігур: 10% дітей не використали у своїх малюнках квадрат, 50% учнів найчастіше використовували коло. Майже половина школярів має більше творчих малюнків, ніж типових. Близько 5% досліджуваних у рівній мірі виконали як типові, так і творчі малюнки, у 37% дітей переважають типові малюнки. За якісними показниками 36,7% робіт можна віднести до другого рівня, де меншою є схематичність зображення, спостерігається деталізація малюнку. 46,3% робіт учнів можна віднести до третього рівня, що характеризується предметним оформленням навколишнього середовища та зміною масштабів зображення, цілісним зображенням. У 16,6% учнів малюнки віднесено до першого рівня. Характерними ознаками таких робіт є використання заданої фігури декілька разів, зміна масштабу, складність композиції та зміна розташування у просторі, що є свідченням прояву креативності та дивергентного мислення. У даної групи учнів можна відзначити високу гнучкість уяви і використання ідей та оригінальності. Саме у 16,6% досліджуваних домінуючими є творчі малюнки, що підтверджують розвиток їх уяви. Для учнів, у роботах яких спостерігається схематичність виконання та відсутність деталей, контури фігури та малюнка співпадають, тобто характерною є несформованість механізмів комбінаторики процесів уяви.

Методика «Закінчи малюнок» (П. Торренс) [7, с. 55] діагностує рівень розвитку креативності за такими показниками: **швидкість, гнучкість, оригінальність**. На основі 10 незакінчених фігур слід зобразити додаткові лінії або штрихи, завдяки чому вийдуть цікаві предмети чи сюжетні картинки, назвати малюнок. Критерії, що використовуються під час підбиття підсумків тестування: 17–20 балів – високий рівень креативності; 14–16 – вищий за середній; 11–15 – середній; 7–10 – низький рівень креативності. За результатами проведення методики у 56,7% учнів проявляється середній рівень креативності, у 20% – низький рівень, 23,3% учнів мають високий рівень креативності. У більшості малюнків відсутні оригінальні зображення, відзначається незначне доповнення заданих елементів, схематичність. 12% дітей намалювали оригінальні зображення та деталізували їх.

Під час статистичної обробки за коефіцієнтом лінійної кореляції К. Пірсона було визначено зв'язок ($0,39$, $p = 0,01$) між показниками за методиками «Складання речення з трьох слів» та «Неповні фігури»: чим більшою була кількість та оригінальність речень у школярів, тим більше їхні малюнки вирізнялися деталізацією та креативністю виконання.

Для розвитку дивергентного мислення необхідно зосередитися на таких сферах, як пластичність, гнучкість, оригінальність. Пластичність дозволяє виробляти велику кількість різних ідей з одного поля чи елемента. Значною мірою пластичність пов'язана зі знаннями та досвідом людини, що допомагає продукувати нові ідеї. Гнучкість пов'язана зі здатністю пов'язувати між собою ідеї чи знання, які не мають нічого спільного. Людина з високою гнучкістю не обмежується лише переліченням нових ідей, а займається пошуком того, що їх об'єднує. Оригінальність полягає у створенні абсолютно нових ідей. Також без здатності до розвитку було б неможливо застосувати конвергентне мислення пізніше, щоб прийняти рішення або ефективно діяти. Дивергентне мислення можна розвивати та тренувати свідомо під час навчального процесу. Реалізація моделі розвитку креативного потенціалу учнів на уроці дозволяє вибудувати такий алгоритм навчальної діяльності: виникнення проблемної ситуації – постановка проблеми і мотивація – пропозиція ідеї – висунення гіпотези – доказ істини – оцінка і спростування – перевірка правильності рішення – нова проблема [6, с. 76].

Сучасна епоха диктує необхідність пошуку нових форм навчання, які б дозволили засвоювати великий обсяг складної інформації без психічних зривів і шкоди для здоров'я. Нині спостерігається велика різниця між традиційною та інноваційною школою в стилі педагогічного спілкування, характері навчання, завданнях навчання, принципах навчання, ідеях, пов'язаних з підвищенням креативного потенціалу учнів, аналізі та самооцінці діяльності вчителя та учнів. У сучасних умовах актуального значення набуває проблема урахування таких характеристик особистості, як мислення, креативність, інтереси. Одне з основних завдань сучасної дидактики полягає в самостійному отриманні знань, що передбачає узгодження технологій навчання із вимогами життя. Отже, інноваційні форми навчання спрямовані на розвиток креативного потенціалу учнів. Основними формами розвитку є уроки, екскурсії, навчально-пізнавальна діяльність з використанням пошукових методів, словникової, ігрової, практичної діяльності, художньої творчості, залучення індивідуального досвіду [6, с. 77].

Для розвитку креативних здібностей необхідним є раціональне поєднання репродуктив-

них, частково пошукових та творчих завдань. Репродуктивні завдання спрямовані на відтворення учнями знань та способів діяльності. Частково пошукові завдання передбачають прояв певної ініціативи, самостійності у пізнавальній діяльності. Основним засобом розвитку дивергентного мислення учнів може бути використання задач дивергентного типу, яким притаманні властивості відкритості, наявності певної кількості правильних відповідей, альтернативних рішень, а також відсутність однозначної відповіді. Саме варіативність способів розв'язання дає можливість учню висунути різноманітні гіпотези, ідеї, судження, моделювати ситуації, звільнитися від стереотипності у мисленні [1, с. 70].

Вправи можуть сприяти розвитку дивергентного мислення. Зокрема, вправа «Створи казку» є прикладом вправи на розвиток дивергентного мислення. На картках зображено персонажів відомих казок. Діти поділяються на п'ять підгруп, кожній підгрупі пропонують обрати п'ять карток і за 15–20 хвилин створити казку, включаючи запропонованих героїв, та презентувати розповідь. З дітьми можна провести мисленнєвий експеримент, відновити в пам'яті картинку недавнього минулого (наприклад, один день чи тиждень з життя класу) та розповісти. Висновки з даного мисленнєвого експерименту полягають у тому, що розповідь учасників подій по відтворенню ситуації може різнитися, тому виникає потреба у порівнянні різних джерел. Отже, учні проводять дослідницьку діяльність, порівнюють, відтворюють образи, деталізують. Як тренувальні вправи можуть використовуватись інтерпретації та описи картин. Пропонується давати опис того, що зображено, коментування змісту зображуваного, опис емоційних переживань персонажа. Перед дітьми стоїть завдання навчитися на основі побаченого відновлювати *невидиме*, пропонуючи власні інтерпретації та гіпотези, задаючи питання. Ще одна техніка, що дозволяє розвивати дивергентне мислення, – це здатність задавати питання до виокремлених елементів (чому так, а не інакше?) та давати на них відповіді й перетворювати відповіді на питання. Після тренування у виконанні завдань проводиться рефлексія.

Як зазначає у своїх працях В.В. Оверчук, для оптимізації процесу формування та розвитку творчих мисленнєвих процесів старших дошкільників доцільною є розробка концептуальної моделі розвитку стратегічних тенденцій конструювання, психолого-педагогічної комплексної методики творчого тренінгу, що є системою спеціально організованого впливу на творчу діяльність дошкільника. Також це можна використовувати і для дітей молодшого шкільного віку. До уваги слід взяти розвиваючу програму «Творча конструкторологія в розумовій

діяльності дошкільників», яка базується на дослідженні процесу дитячої творчості, та програму розвитку здібностей і обдарованості «Три кроки», яка орієнтується на гармонізацію стосунків між людьми, підвищення адаптивності, забезпечення психологічної комфортності особистості [5, с. 185].

Експериментально доведено, що навчальний діалог між вчителем та учнями сприяє розвитку дивергентного мислення. Педагогічна взаємодія, що організована як співробітництво та діалог, сприяє формуванню і розвитку вербальної креативності учнів початкової школи. З огляду на це доцільно зазначити, що навчальний діалог є шляхом до формування продуктивного мислення, побудови рефлексивного, діалогічного містка до подолання дитячого егоцентризму, розвитку системи уявлень про навколишній світ. Теоретично обґрунтовано, що мислення учня, розвиваючись у навчальному діалозі, стає критичним, більш результативним та продуктивним [6, с. 77].

Базуючись на сучасних освітніх концепціях, слід зазначити, що розвиток особистості школярів має бути гармонійний та різноплановий. Саме розвиток дивергентного мислення дитини в системі початкової освіти є необхідною складовою частиною організації особистісно орієнтованого навчання, метою якого є творчий розвиток дитини.

За результатами проведених психодіагностичних методик було визначено, що переважними у молодших школярів є середні показники креативності. Підтверджено позитивний кореляційний зв'язок між показниками вербальної та художньої творчості. Отримані результати дослідження дозволяють по-новому побачити проблему розробки дидактичних матеріалів для розвитку дивергентного мислення учнів молодших класів.

Оскільки дивергентне мислення має тісний зв'язок з емоціями, то в перспективі подальшої роботи вбачаємо розробку розвивальної програми, спрямованої на удосконалення здібностей дивергентного мислення та краще пізнання емоційної сфери молодших школярів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вдовенко В.В. Використання дивергентних задач на уроках математики як необхідна умова розвитку творчої особистості учня. Актуальні питання природничо-математичної освіти : зб. наук. праць. Вип. 1. Суми : ВВП «Мрія», 2013. С. 69–73.
2. Ильин Е.П. Психология творчества, креативности, одаренности. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 434 с.
3. Клименко В.В. Психология творчества : навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури, 2006.
4. Моляко В.О. Робоча концепція стратегічного та тактичного подолання кризових науково-освітніх проблем (психологічні ракурси). Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ : «Фенікс», 2017. Т XII. Психологія творчості. Вип. 23. С. 6–12.
5. Оверчук В.В. Сучасні методи розвитку творчого мислення в навчальній діяльності. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. 2014. № 2 (23). С. 182–187.
6. Томских И.М., Новаковская В.С. Особенности развития дивергентного мышления младших школьников. Успехи современного естествознания. 2011. № 6. С. 76–77.
7. Туник Е.Е. Диагностика креативности. Тест Е. Торренса. Санкт-Петербург : ИМАТОН. 1998. 171 с.
8. Майданник И.А. Методологические основы формирования дивергентного мышления у школьников. URL: <http://www.psychology-online.net>.
9. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ УЯВЛЕНЬ ПРО НЕБЕЗПЕКУ ОСІБ, ЯКІ ПРОЖИВАЮТЬ НА ТЕРИТОРІЯХ РІЗНОГО РІВНЯ УРБАНІЗОВАНОСТІ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF DANGER PERCEPTIONS OF PERSONS LIVING IN THE TERRITORY OF VARIOUS DEGREE OF URBANIZATION

У статті показана актуальність порівняльного аналізу психологічних особливостей уявлень про небезпеку осіб, які проживають на територіях різного рівня урбанізованості. Мета дослідження полягає в емпіричному дослідженні відмінностей психологічних особливостей уявлень про небезпеку осіб, які проживають у сільській та міській місцевості. Представлено якісний та кількісний аналіз уявлень (асоціативних рядів) про поняття «небезпека» у осіб, які проживають в селі або місті. Наразі гостро постає питання вивчення особливостей адаптації людини до швидких і раптових змін життя, а також рівня готовності до таких змін. Постійні трансформації сучасного суспільства нині є неминучим супутником життя кожної людини, проте часто такі зміни в уявленнях людей постають джерелом загроз. З огляду на це було висунуте припущення про те, що існує відмінність в уявленнях про небезпеку у осіб, які проживають у сільській та міській місцевості. Подано результати емпіричного вивчення психологічних особливостей уявлень про небезпеку у осіб, які проживають у сільській та міській місцевості. Наведено порівняльний аналіз уявлень про поняття «небезпека» за групами асоціацій у осіб, які проживають в селі або у місті. Встановлено, що асоціації до стимулу «небезпека» мають статистично значущі особливості. Узруповано слова-асоціації за показниками, які репрезентуються у таких полярних діадах: соціальна – індивідуальна значущість, об'єктність – суб'єктність. Встановлено, що існують відмінності в асоціаціях, які продукують респонденти, що проживають на територіях із різним рівнем урбанізованості. Визначено, що спостерігається спільне для більшості респондентів загальне уявлення про небезпеку. Таке уявлення описується через афективну складову, тобто жителі сільської і міської територій асоціюють поняття «небезпека» із страхом. Визначено, що страх як основна асоціація послідовно спостерігається і у перших асоціаціях, і у більш глибоких – останніх. Показано, що детальний аналіз дозволяє встановити відмінності у відповідях респондентів. Встановлено, що респондентам, які мешкають в сільській місцевості, притаманне сприймання небезпеки через поняття, які описують або абстрактні явища, або непереборні сили зовнішніх факторів (вогонь, пожежа), а жителям міст притаманне сприймання через поняття емоційного або ж соціально спрямованого характеру (тривога, загроза, війна, хвороба, паніка). Показано, що існують статистично значущі відмінності в уявленнях про небезпеку осіб, які проживають на територіях різного рівня урбанізованості.

Ключові слова: безпека, небезпека, сільська місцевість, міська місцевість, уявлення про небезпеку, рівень урбанізованості.

The article shows the relevance of a comparative analysis of the psychological characteristics of the perceptions of the danger of persons living in territories of different levels of urbanization. So, the purpose of the study is to empirically study the differences in the psychological characteristics of the perceptions of the danger of persons living in rural and urban areas. A qualitative and quantitative analysis of ideas (associative series) about the concept of «danger» among people living in a village or city is presented.

Now there is an acute issue of studying the characteristics of human adaptation to rapid sudden changes in life and the level of readiness for such changes. Constant transformations of modern society are currently an inevitable companion in the life of every person, but often such changes in people's perceptions arise as a source of threats. Therefore, it was suggested that there is a difference in the perception of danger among people living in rural and urban areas. The article presents the results of an empirical study of the psychological characteristics of perceptions of dangers in people living in rural and urban areas. A comparative analysis of the ideas about the concept of "danger" by groups of associations among people living in a village or in a city is given. It was found that associations to the "danger" stimulus have statistically significant features. Groupings of word-associations according to indicators are presented in such polar dyads: social – individual significance and object – subjectivity.

It was found that there are differences in associations that are produced by respondents living in territories with different levels of urbanization. It was determined that there is a general idea of danger common for the majority of respondents, which is described through an affective component: residents of rural and urban areas primarily associate the concept of "danger" with fear. It has been determined that fear, as the main association, is consistently observed in the first associations, and in the deeper ones – the latter. It is shown that a detailed analysis makes it possible to establish differences in the answers of respondents. It was found that respondents living in rural areas are inherent in the perception of "danger" through a concept that describes either abstract phenomena, or the insurmountable forces of external factors (flame, fire), urban residents are inherent in perception through the concept of an emotional or socially-directed nature (anxiety, threat, war, disease, panic). It is shown that there are statistically significant differences in the perception of danger people live in territories of different levels of urbanization.

Key words: safety, danger, rural area, urban area, perception of danger, level of urbanization.

УДК 159.9.81.2
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.4>

Литвинчук А.І.

к. психол. н.,
доцент кафедри психології
Поліський національний університет

2020–2021 роки засвідчили, що сучасна особистість постійно та систематично опиняється перед низкою різних економічних, соціальних, інформаційних, політичних викли-

ків, які демонструють необхідність не лише психічної стійкості, а й здатності швидко та успішно пристосовуватися до трансформацій, що постійно втручаються в буденну

свідомість людини. Отже, особистість змушена або вибудувати своє життя таким чином, щоб уникнути небезпек, які постійно та неочікувано можуть чинити значний вплив на її вибудовану картину світу, або сприймати небезпеку як об'єктивну дійсність, яка є чинником або умовою організації життєдіяльності.

Можна стверджувати, що суб'єктивний рівень почуття власної небезпеки не є окремим утворенням, а лише відображає актуальний стан особистості в певний момент часу та сигналізує про оточуючу дійсність та її рівень безпеки для людини, а також спрямовує та визначає її діяльність.

Для формування лабільного до постійних та різких різнопланових змін суспільства, які є частиною його розвитку, необхідно зважати та брати до уваги особливості уявлень про безпеку та небезпеку (незахищеність) у осіб, які проживають у місцях різного рівня урбанізованості. Отже, можна припустити, що:

1) особи, які проживають на високоурбанізованих територіях, матимуть відмінні уявлення про небезпеку від тих, хто проживає на територіях із низьким рівнем урбанізованості;

2) суб'єктивний рівень небезпеки буде відрізнятися у осіб, які проживають на високоурбанізованих територіях, від тих, хто проживає на територіях із низьким рівнем урбанізованості.

Поняття «небезпека» та «безпека» в останні десятиліття стали об'єктом уваги науковців соціальних, політичних, економічних, інформаційних та психологічних наук. Зокрема, психологи досить широко розглядають поняття «безпека» та «небезпека» у різноманітних вимірах. Поняття «безпека», як правило, є частиною досліджень, що стосуються взаємодії з іншими людьми (психологічної безпеки в закладах освіти, психологічної безпеки в інклюзивних середовищах, психологічної безпеки в екстремальних та особливих мовах) [4; 5; 8; 9]. Особливо актуальними напрямками є дослідження особливостей безпечної поведінки та безпечної життя особистості [1; 2; 7]. Зокрема, Н.С. Уханова, аналізуючи поняття «безпека», вказує: «Із поняттям «безпека» асоціюється стан та почуття перебування в безпеці, відсутність тривоги чи стурбованості, упевненість, стабільність» [7, с. 92]. Розглядаючи феномен безпеки/небезпеки, психологи, як правило, описують саме безпеку та визначають її як описову характеристику актуальним станам особистості. На думку вчених, безпека – це відсутність загроз, стійкість, впевненість, стан фізичної, духовної, психологічної рівноваги [6]. Безпека розглядається як характеристика стану особистості. При цьому цей стан має такі досить чітко окреслені характеристики: сталість, здатність опиратися зовнішнім впливам, здатність швидкої рекре-

ації, здатність до рефлексії, позитивне світобачення, усвідомлення власної значущості тощо [3, с. 373]. Водночас небезпека набагато рідше стає об'єктом наукового інтересу науковців. Опис психологічної небезпеки як явища психологічної дійсності має уривчастий характер та виражається як антонім психологічної безпеці [6; 7].

Явище психологічної небезпеки описують відносно вузько. Так, психологічну небезпеку розглядають як напруженість, невизначеність та потенційний або актуальний загрозливий стан особистості [10; 11]; як дестrukцію особистості з можливістю подальшого відновлення або без неї [10; 11]. Проте існують погляди на джерела психологічної небезпеки. Розглядаються загальні джерела психологічної небезпеки – зовнішні (негативний вплив оточуючого природного або соціального середовища) та внутрішні (аутоагресія) чинники» [3, с. 375].

Однак дослідження у сфері вивчення психологічних особливостей уявлень про небезпеку осіб, які проживають на територіях різного рівня урбанізованості, поки що не мають системного та описового вигляду, що і зумовило вибір теми дослідження [10; 11]. Мета статті полягає у дослідженні психологічних особливостей уявлень про небезпеку осіб, які проживають на територіях різного рівня урбанізованості.

Дослідження психологічних особливостей уявлень про небезпеку осіб, які проживають на територіях різного рівня урбанізованості, здійснювалось як один із елементів фундаментального наукового проекту вивчення особливостей психологічної безпеки особистості в умовах трансформацій сучасного суспільства [3, с. 369–377]. Організація дослідження відбувалась з серпня 2020 до жовтня 2020, онлайн-анкетування проводилось з жовтня 2020 до січня 2021 року. До дослідження були залучені респонденти, які проживають на територіях різного рівня урбанізованості ($N_{\text{заг.}} = 575$), з них більшість є жителями міст (72,4%), які характеризуються відносно високим рівнем урбанізованості ($N_{\text{міст.}} = 427$), жителі сіл склали 27,6% вибірки ($N_{\text{сел.}} = 148$), з них – 462 жінки (76,9%) та 113 чоловіків (23,1%). За віковим розподілом респондентів вибірка знаходиться в межах від 18 до 70 років, найбільшу частину становлять досліджувані віком 18–45 років (73%), 105 респондентів віком 46–60 років (19,1%) та 25 респондентів віком 61–70 років (4,9%). Досліджувані є жителями Житомирської (83%), Київської (7%), Вінницької (3%), Дніпропетровської (2%), Запорізької (2%), Одеської (2%) та Закарпатської (1%) областей. Вказані вище характеристики вибірки дають підставу вважати, що вона є репрезентативною та відображає на рівні 85,64% населення держави.

Для дослідження психологічних особливостей уявлень про небезпеку в осіб, які проживають на територіях різного рівня урбанізованості, учасникам дослідження було запропоновано упорядкований та систематизований перелік запитань до слова-стимулу «небезпека». Валідність та надійність опитувальника забезпечувалась за допомогою методу незалежних експертних оцінок. Опитувальник був складений із запитань, які були спрямовані на відчуття суб'єктивної безпеки та небезпеки у різноманітних сферах життя, а також створення 5-пунктного асоціативного ряду до слова-стимулу «небезпека».

Як і в основній частині дослідження [3], використовувались методи описової статистики та якісний аналіз отриманих результатів. Для якісного та кількісного аналізу асоціацій використано метод експертних оцінок. Для статистичної обробки одержаних кількісних даних застосовувались методи математичної статис-

тики (описова статистика, порівняння залежних вибірок (t-критерій Стюдента), ранговий кореляційний аналіз Спірмена). Автоматизована обробка даних проводилась за допомогою пакету програм IBM SPSS Statistics 26 та програмного середовища ArcGIS [3, с. 370].

У результаті проведення емпіричного дослідження була встановлена кількісна, якісна (смыслова) специфіка та наповненість асоціацій до слова-стимулу «небезпека». Візуалізація результатів репрезентує, що респонденти, які мешкають на територіях різного рівня урбанізованості, слово-стимул «небезпека» описують через специфічні поняття, що мають певні закономірності (див. табл. 1).

За допомогою частотного аналізу встановлено, що загалом у вибірці спостерігається тенденція до виокремлення певних слів-відповідей на запропоновану асоціацію як у респондентів із міських територій, так і у жителів села. Так, у кожній із груп до слова-стимулу «небезпека» найчастіше зустрічається одна

Таблиця 1

Особливості асоціативних відповідей на слово-стимул «небезпека» у респондентів, які проживають на територіях із різним рівнем урбанізованості

Групи асоціацій	
Асоціації початкового ряду	
Відповіді жителів сільської місцевості	Відповіді жителів міст
Асоціації останнього ряду	

і та ж асоціація без суттєвих змін та перетворень – «страх» (37%). Якщо продовжити частотну ієрархію, то можна встановити, що відповіді, які відображають афективну складову (емоції, почуття, стани, переживання), прослідковуються системно через такі ряди асоціацій: «тривога» (8%), «паніка» (4,4%), «злість» (1%). Статистично значущими є лише вищевказані висловлювання, оскільки різноманіття слів форм є досить обмеженим.

У попередній частині дослідження [3] було показано, що існують особливості асоціативних рядів у респондентів із сільської місцевості: «Перші асоціації, які є зазвичай стереотипними, та останні, які відображають особистісно значущі асоціації, між собою не відрізняються. Для жителів сільської місцевості небезпека є страхом, за яким криється щось невідоме та незрозуміле, що породжує нерозуміння та невпевненість. Встановлено, що існують статеві відмінності в уявленнях про небезпеку: чоловіки частіше асоціюють поняття «небезпека» із конкретними поняттями, жінки – з абстрактними характеристиками та особистісно значущими категоріями. Визначено, що рівень суб'єктивного відчуття психологічної небезпеки у жінок значно вищий, ніж у чоловіків» [3, с. 373].

Також експертні оцінки дозволили встановити певні групи таких асоціацій: «абстрактні поняття», «особистісно значущі уявлення» та «конкретні поняття» [3, с. 373]. Проте аналіз загальної вибірки вимагає внесення коректив у попередньо запропонований розподіл. Асоціативні ряди вибірки, у якій репрезентовані особи, які проживають на територіях із різним рівнем урбанізованості, дозволяє дещо систематизувати попередній розподіл. Так, виокремилися не лише групи, а і залежність між ними. Слова-асоціації були угруповані за показниками, які репрезентуються у таких полярних діадах: соціальна – індивідуальна значущість, об'єктність – суб'єктність.

Для переформатування відповідей респондентів із словесних у числові значення кожній асоціації із усіх чотирьох груп був присвоєний індекс. Числовий індекс встановлювався аналогічно до дослідження респондентів із сільської місцевості [3]. За допомогою методів математичної статистики було визначено,

що респонденти, які проживають на територіях із різним рівнем урбанізованості, мають відмінності у асоціаціях першого (загального) порядку ($t = 4,172$; $p \leq 0,010$) (див. табл. 2).

Встановлено, що респондентам, які мешкають в сільській місцевості, притаманне сприймання небезпеки через поняття, які описують або абстрактні явища, або непереборні сили зовнішніх факторів (вогонь, пожежа), жителям міст притаманне сприймання через поняття емоційного або ж соціально-спрямованого характеру (тривога, загроза, війна, хвороба, паніка). Проте виявились асоціації, які є спільними для обох груп (смерть та страх). Очевидно, вони є фундаментальною основою того, що дозволяє особистості оцінити ситуацію як таку, що уособлює однозначну неминучу небезпеку. Зарубіжні автори також наголошують на існуванні фундаментальних основ уявлення про небезпеку, які є глибшими, ніж наше усвідомлення безпеки чи благополуччя, оскільки стосуються не лише психічної, а й біологічної сфери [10; 11].

Також було встановлено, що респонденти, які проживають на територіях із різним рівнем урбанізованості, мають відмінності у асоціаціях останнього (особистісного) порядку ($t = 7,265$; $p \leq 0,004$) (див. табл. 3).

Асоціації останнього ряду мають здебільшого особистісний характер, що зумовило високі показники значущості.

Для дослідження значущих відмінностей уявлень про небезпеку респондентів, які проживають на територіях різного рівня урбанізованості, був застосований t-критерій Стьюдента (див. табл. 4). Були виявлені статистично значущі відмінності у певних групах асоціацій. Так, існує відмінність у діаді «об'єктно-суб'єктна спрямованість». Статистично значущим показником є значення об'єктної спрямованості ($t = 8,628$; $p \leq 0,055$), тобто для респондентів, які проживають у селі, явища оточуючої дійсності несуть більш відчутну загрозу, а для міських жителів таким джерелом небезпеки є особистісно значущі явища та стани, вони є значно інтеріоризованими ($t = 5,442$; $p \leq 0,021$). У діаді «соціально-індивідуальна значущість» таких відмінностей не встановлено.

Для дослідження статистично значущих показників психологічних особливостей уяв-

Таблиця 2

Відмінності перших асоціацій до слова «небезпека» у респондентів, які проживають на територіях із різним рівнем урбанізованості

Paired Samples Test								
Село/Місто	Paired Differences					t	df	Sig. 2-tailed
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
	,561	,936	,162	,699	,264	4,172	147	,010

Таблиця 3

Відмінності останніх асоціацій до слова «небезпека» у респондентів, які проживають на територіях із різним рівнем урбанізованості

Paired Samples Test								
Село/Місто	Paired Differences					t	df	Sig. 2-tailed
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
	,684	,919	,093	,573	,193	7,265	426	,004

Таблиця 4

Відмінності уявлень про небезпеку респондентів, які проживають на територіях різного рівня урбанізованості

Групи асоціацій	Paired Differences					t	df	Sig. 2-tailed
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Соціально значущі	,264	1,093	,254	-,578	1,225	1,075	107	,309
Індивідуально значущі	,301	1,719	,093	-,982	1,210	1,832	69	,113
Об'єктна спрямованість	,184	3,117	,017	-,256	4,986	8,628	297	,055
Суб'єктна спрямованість	,170	1,309	,065	-,883	3,004	5,442	101	,021
Загалом	,098	2,183	,276	-,674	2,867	4,265	574	,108

лень про небезпеку осіб, які проживають на територіях різного рівня урбанізованості, було використано кореляційний аналіз Спірмена (див. табл. 5). Визначено статистично значущий зв'язок між показниками психологічної безпеки та деякими діадами асоціацій серед респондентів, які проживають на територіях

із різним рівнем урбанізованості. Так, встановлено прямиий зв'язок між соціально значущими асоціаціями та рівнем безпеки у жителів міст ($r = 0,651$; $p \leq 0,001$). Жителям сільської місцевості притаманні дещо інші показники. Вони схильні описувати небезпеку через поняття, які стосуються слів об'єктної спрямованості

Таблиця 5

Взаємозв'язки показників психологічної безпеки та груп домінуючих асоціацій

Вибірка/групи асоціацій		Безпека (С)	Безпека (М)
Spearman's rho	Загальна вибірка	Correlation Coefficient	,391
		Sig. (6-tailed)	,209
		N	148
Spearman's rho	Соціально значущі	Correlation Coefficient	,285
		Sig. (6-tailed)	,056
		N	40
Spearman's rho	Індивідуально значущі	Correlation Coefficient	,168
		Sig. (6-tailed)	,096
		N	32
Spearman's rho	Об'єктна спрямованість	Correlation Coefficient	,591*
		Sig. (6-tailed)	,101
		N	48
Spearman's rho	Суб'єктна спрямованість	Correlation Coefficient	,119
		Sig. (6-tailed)	,021
		N	28

** – Correlation is significant at the 0.001 level (6-tailed).

* – Correlation is significant at the 0.05 level (6-tailed).

($r = 0,591$; $p \leq 0,05$), суб'єктні ж (індивідуалістичні) значення їм не притаманні. Не спостерігаємо кореляцій у респондентів, у яких домінуючою групою є індивідуально значущі поняття.

За результатами дослідження встановлено, що суб'єктивний рівень особистої психологічної небезпеки та уявлення про небезпеку у осіб, які проживають в сільській та міській місцевості, мають певні особливості.

Отже, психологічну небезпеку варто розглядати системно, зокрема як уразливість перед впливами різноманітного характеру, перед якими особистість опиняється раптово та непередбаченою, як маркер змінних умов, які для особистості є стресовими, як показник стійкості особистості перед викликами. Стрімкі трансформації суспільства та неперервні соціальні зміни сприймаються як загрози, від яких необхідно захиститись. Отже, необхідно підвищити суб'єктивний рівень почуття власної безпеки. Визначено особливості уявлень про поняття «небезпека» у осіб, які проживають у міській та сільській місцевості. Встановлено, що основними причинами небезпеки є групи уявлень, які описують протилежні за змістовим наповненням пари понять. Це такі поняття: «соціальна – індивідуальна значущість», «об'єктність – суб'єктність». Визначено, що досліджувані, які проживають на високоурбанізованих територіях, мають відмінні уявлення про небезпеку від тих, хто проживає на територіях із низьким рівнем урбанізованості. Суб'єктивний рівень небезпеки відрізняється у респондентів, які проживають на високоурбанізованих територіях, від тих, хто проживає на територіях із низьким рівнем урбанізованості. Показано, що суб'єктивний рівень особистої психологічної небезпеки та уявлення про небезпеку в осіб, які проживають в сільській та міській місцевості, мають певні відмінності, які піддаються математичному моделюванню.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Заграй Л.Д. Практики соціально-психологічного захисту особистості в умовах ризиків і небезпек. *Психологічні перспективи*. 2015. № 26. С. 133–142.

2. Ларіна Т.О. Психологічна небезпека комунікативних ризиків в процесі інформаційної взаємодії особистості. *Інформаційно-цифровий освітній простір України: трансформаційні процеси і перспективи розвитку : матеріали методологічного семінару НАПН України*. 4 квітня 2019 р., 2019. С. 345–353.

3. Литвинчук А.І. Психологічні особливості уявлень про небезпеку осіб, які проживають у сільській місцевості. *Наукові перспективи*. 2020. № 4 (10). С. 369–377. DOI: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2021-4\(10\)-369-377](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2021-4(10)-369-377).

4. Панченко Т.Л. Психологічна безпека інклюзивного освітнього середовища. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 19 «Корекційна педагогіка та спеціальна психологія»*. 2014. № 28. С. 327–332.

5. Приходько І.І. Психологічна безпека персоналу екстремальних видів діяльності: концепція, трансформаційна модель, методологія дослідження. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2015. № 4. С. 117–125.

6. Рощин С.К., Соснин В.А. Психологическая безопасность: новый подход к безопасности человека, общества и государства. *Российский мониторинг*. 1995. № 6. URL: www.bookap.by.ru/psywar/grachev/g16.shtml.

7. Уханова Н.С. Інформаційно-психологічна безпека особистості, суспільства та держави. *Правова інформатика*. 2013. № 3. С. 91–95.

8. Харченко А.С. Психологічна безпека особистості викладача вишу. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія «Психологія»* 2012. № 2. С. 443–450.

9. Яковенко С.І. Психологічна безпека працівників органів та підрозділів внутрішніх справ. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2013. № 14 (1). С. 331–339.

10. Edmondson A.C. Psychological safety, trust, and learning in organizations: a group-level lens. *In Trust and Distrust in Organizations: Dilemmas and Approaches*, ed. R.M. Kramer, K.S. Cook, 2004. pp. 239–72. New York: Russell Sage.

11. Soares, André Escórcio & Lopes, Miguel Pereira Social networks and psychological safety: A model of contagion. *Journal of Industrial Engineering and Management (JIEM)*. URL: <http://hdl.handle.net/10419/188640>.

АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОГРАМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ БАТЬКІВ, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ РАНЬОГО ВІКУ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

ANALYSIS OF THE EFFECTIVENESS OF THE PROGRAM OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PARENTS WHO RAISE EARLY CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS

У статті досліджено ефективність програми психологічного супроводу батьків, які виховують дітей раннього віку з особливими освітніми потребами. На початку формувального експерименту нами було визначено якісний і кількісний склад вибірки досліджуваних, що представляють різні психотипічні типи неконструктивних особистісних настанов. Відповідно до цього вибірку респондентів було побудовано так: чотири типи родин, які виховують дітей з особливими освітніми потребами.

Доведено, що отримані дані щодо успішності реалізованої нами програми психологічної підтримки, в експериментальній групі на етапі контрольного дослідження частота прояву позитивних змін модальності всіх окреслених показників простежувалася достовірно вищою, ніж у контрольній групі.

Визначено, що порівняно із традиційною програмою психологічної підтримки впровадження психологічного тренінгу сприяло успішній корекції батьківсько-дитячих взаємин.

Узагальнено отримані результати за першим та другим етапами дослідження в контрольній та експериментальній групах у батьків, для яких характерний низький рівень інтровертовано-педантичної особистісної диспозиції, простежуються позитивні зміни за всіма показниками, які окреслюють структуру їхнього психотипу. Визначено, що отримані на другому етапі дослідження результати за рівнем їхнього вираження є достовірно вищими, ніж на першому етапі діагностики.

Отже, у науковому дослідженні доведено, що порівняно із традиційною програмою психологічної підтримки реалізація психологічного тренінгу забезпечила в батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, удосконалення батьківсько-дитячих взаємин.

Ключові слова: психологічний тренінг, інтровертовано-педантична особистісна диспозиція, домінантно-агресивна особистісна диспозиція, психостенічна особистісна диспозиція, потуральна виховна диспозиція.

стісна диспозиція, потуральна виховна диспозиція.

The article examines the effectiveness of the program of psychological support for parents raising young children with special educational needs. At the beginning of the formative experiment, we determined the qualitative and quantitative composition of the sample of subjects, representing different psychotypal types of non-constructive personal attitudes. Accordingly, the sample of respondents was constructed as follows: four types of families raising children with special educational needs:

It is proved that the obtained data on the success of our psychological support program in the experimental group at the stage of control study, the frequency of positive changes in the modality of all outlined indicators was significantly higher than in the control group.

It is determined that in comparison with the traditional program of psychological support, the introduction of psychological training has contributed to the successful correction of parent-child relationships.

The results obtained in the first and second stages of the study in the control and experimental groups of parents, which are characterized by a low level of introverted-pedantic personal disposition, show positive changes in all indicators that outline the structure of their psychotypic type. It is determined that in the process of the second stage of the study the results obtained by the level of their expression are significantly higher than in the first stage of diagnosis.

Thus, the research shows that compared to the traditional program of psychological support, the implementation of psychological training has provided parents raising children with special educational needs, improving parent-child relationships.

Key words: psychological training, Introverted-pedantic personal disposition, Dominant-aggressive personal disposition, Psychostenic personal disposition, Natural educational disposition.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.5>

Реброва О.О.

аспірант

Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка Національної академії педагогічних наук України

Для дослідження ефективності програми психологічної підтримки батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, спрямованої на надання психологічної допомоги батькам, на подолання неконструктивних настанов у процесі батьківсько-дитячих взаємин, було проведено формувальний експеримент.

На основі отриманих на констатувальному етапі результатів дослідження необхідно зауважити, що здійснена емпірична типологізація родин, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, яка може стати основою процесу сприяння їхньому ефективному психологічному функціонуванню в рамках успіш-

ної технології психологічної підтримки. Під час дослідження було визначено, що змістово-процесуальні та результативні параметри психологічної підтримки батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, визначатимуться переважанням у них різного психотипічного комплексу.

У результаті проведеного аналізу результатів, отриманих під час дослідження на констатувальному етапі, необхідно зазначити, що врахування типологічних особливостей особистісної структури батьків, визначених аналізом емпіричних типів, сприятиме успішній реалізації всіх заходів психологічної підтримки

батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами.

Мета статті – проаналізувати ефективність програми психологічного супроводу батьків, які виховують дітей раннього віку з особливими освітніми потребами.

У результаті поведеного аналізу наукових праць відомих учених, а саме: І. Білої, А. Варги, В. Гарбузової, І. Корнієнка, необхідно зазначити, що вони переконливо доводять, що формування особистості дитини прямо залежить від стилю виховання в родині, батьківського ставлення до неї, основних методів сімейного спілкування та взаємодії. Крім того, учені Т. Богданова, Т. Зімовіна, І. Мамайчук вивчали у своїх дослідженнях специфіку родин, які виховують проблемних дітей, і акцентують увагу на тому, що фізична й емоційна перевантаженість батьків призводить до збільшення рівня їхньої тривожності та навіть посилення патохарактерологічних рис, вони не завжди використовують адекватні виховні стратегії, можуть негативно сприймати індивідуальні особливості дитини, нереалістично здійснювати оцінку перспективи її подальшого розвитку.

Основним методом психологічної допомоги батькам, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, є психологічний супровід. У цьому напрямі працювали науковці І. Баєва, М. Бітянова, О. Зайцева, Е. Зеєр, О. Козирева, В. Мухіна, Л. Слободенюк, які розробляли технології під час психологічного супроводу. Аналіз наукових досліджень учених показує їхню зосередженість на традиції психологічної допомоги родинам, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, передусім на самій дитині, а батьки залишаються лише ресурсом для її розвитку.

Отже, на основі наявних наукових доробок у сучасній психологічній науці, що є теоретичним підґрунтям для подальшого вивчення психологічного супроводу батьків, необхідно узагальнити не досить розроблені її основні аспекти. У наукових працях учених не розглянуто специфіку особистісного та сімейного функціонування на рівні шлюбної (чоловік і дружина) та батьківської (батько й мати) підсистем, не досить наукових доробків у практиці психологічної допомоги членам сімей, які виховують дітей з особливими освітніми потребами.

На початку формувального експерименту нами було визначено якісний і кількісний склад вибірки досліджуваних, що представляють різні психотипічні типи неконструктивних особистісних настанов. Відповідно до цього вибірку респондентів було побудовано так: чотири типи родин, які виховують дітей з особливими освітніми потребами: низький рівень прояву інтровертовано-педантичної

особистісної диспозиції – у 94 досліджуваних; високий рівень прояву домінантно-агресивної особистісної диспозиції – у 148 респондентів; у 69 осіб високі значення прояву психостенічної особистісної диспозиції; 38 осіб із високими показниками потуральної виховної диспозиції.

Для батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами і в яких виражений низький рівень інтровертовано-педантичної особистісної диспозиції, вираженими стали такі показники, як: «астенічний тип», «шизоїдний тип» і «епілептоїдний тип». Виражена в батьків домінантно-агресивна особистісна диспозиція у процесі дослідження буде вивчена на основі таких показників, як: «маскулінність/фемінність», «реактивна агресивність» та «спонтанна агресивність». А дослідження вираженої в батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, психостенічної особистісної диспозиції здійснюється на основі таких п'яти типів: «сенситивний», «лабільний», «циклоїдний», «гіпотимічний», «психостеноїдний». Високий прояв потуральної виховної диспозиції в батьків, які мають дітей із проблемами розвитку, на емпіричному етапі дослідження представлено такими показниками: «збільшення батьківських почуттів», «потурання», «мінімальність санкцій».

Отже, вивчено всі вищеокреслені показники у батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, що на контрольному етапі дослідження визначає результативність усієї системи психологічної підтримки батьків, які мають дітей із вадами розвитку.

З метою оцінювання впровадженої програми психологічного тренінгу для батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, був здійснений аналіз змін у рівні прояву емпіричних показників опитуваних із різним психотипом, було визначено, що простежуються відмінності в отриманих результатах експериментальної і контрольної груп у процесі здійснення двох діагностичних зрізів. Порівняно отримані дані у респондентів двох груп під час констатувального експерименту і формувального (реалізований психологічний тренінг для батьків, які мають дітей із проблемами розвитку).

Аналіз отриманих значень у процесі проведення першого та другого діагностичних зрізів у контрольній і експериментальній вибірці щодо визначення відмінностей між високим рівнем прояву психотипічних якостей у респондентів із низьким рівнем вираження інтровертовано-педантичної особистісної диспозиції дав змогу зробити висновок, що підтвердилась їхня достовірність.

Необхідно зауважити, що після реалізації розробленої нами програми психологічного

тренінгу для батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, спостерігалися позитивні зміни за всіма показниками, що характеризують структуру їхнього психотипу. Під час проведення другого етапу дослідження були отримані вищі значення, ніж на попередньому зрізі.

Тобто простежуються зміни з високим рівнем статистичної значущості (p), про що свідчать отримані результати: шизоїдний тип характеризується $p < 0,001$, астеничний тип – $p < 0,001$, епілептоїдний тип – $p < 0,01$. На основі цих даних необхідно провести детальний аналіз і обґрунтування визначених закономірностей.

Отже, на основі отриманих значень за всіма показниками опитуваних із вираженням низьким рівнем інтровертовано-педантичної особистісної диспозиції можна зробити висновок, що впроваджена програма психологічного тренінгу відіграла важливу роль успішної зміни змістово-структурних компонентів їхнього психотипу в напрямі розвитку якостей здорового консервативного педантизму на основі особистісної інтровертованої спрямованості.

Крім того, отримані значення дають підстави стверджувати, що в контрольній групі респондентів, у яких виражений низький рівень інтровертовано-педантичної особистісної диспозиції після проведення другого етапу дослідження, відбулися деякі зміни, але показники так і не досягнули порога статистичної значущості.

Порівняння отриманих під час дослідження середніх даних прояву показників в опитуваних за результатами проведення двох етапів дослідження свідчить про тенденцію до їхнього збільшення, отже, необхідно втілити програму психологічного тренінгу в наявну традиційну програму психологічної підтримки.

Якщо провести паралель між ефективністю формувальних заходів у рамках наявної традиційної програми психологічної підтримки, а також в умовах реалізації програми психологічного тренінгу опитуваних із низьким рівнем інтровертовано-педантичної особистісної диспозиції, можна дійти висновку про їхню високу результативність, що підтверджують отримані значення в експериментальній групі.

Наступним кроком був аналіз отриманих результатів у контрольній і експериментальній групах щодо виражених відмінностей між рівнем прояву психотипічних якостей у батьків, для яких характерний високий рівень домінантно-агресивної особистісної диспозиції, що сприяло виявленню основних закономірностей.

Аналіз результатів дослідження в експериментальній групі з вираженням високим рівнем домінантно-агресивної особистісної диспозиції після реалізації програми психологічного тренінгу доводить позитивні зміни

за всіма показниками, що характеризують структуру їхнього психотипу. Результати другого етапу дослідження за рівнем вираження мають нижчі значення, ніж на етапі проведення першого зрізу.

Отже, достовірний характер змін із високим рівнем статистичної значущості визначено в таких показниках, як: реактивна агресивність – $p < 0,001$, спонтанна агресивність – $p < 0,001$, маскуліність/фемінність – $p < 0,05$. На основі отриманих даних необхідно здійснити детальний аналіз зазначених закономірностей.

На першому етапі дослідження була виражена реактивна та спонтанна агресивність, але після проведення другого етапу діагностики їхні показники зменшились, агресивність до соціального оточення була змінена в напрямі прагнення до нормального домінування. Крім того, необхідно зазначити, що даний психотип став більш стабільним за параметром «маскуліність/фемінність», тому що головні атрибути вираженого «чоловічого» поведінкового патерна опитуваних ліквідували ознаки гіпертрофованості.

На основі отриманих результатів можна зробити висновок, що в контрольній групі батьків, у яких виражений високий рівень домінантно-агресивної особистісної диспозиції, у процесі проведення другого етапу дослідження простежуються зміни в рівні вираження показників, що окреслюють структуру їхнього психотипу.

За результатами порівняльного аналізу отриманих середніх значень прояву показників визначається достовірність їхніх змін щодо реактивної ($p < 0,05$) та спонтанної агресивності ($p < 0,05$). У результаті проведеного аналізу параметра «маскуліність/фемінність» після повторного дослідження було визначено, що зміна рівня його вираження не показала статистично значущого характеру.

На основі проведеного аналізу отриманих результатів було визначено, що впровадження програми психологічного тренінгу для батьків, яким властивий високий рівень домінантно-агресивної особистісної диспозиції, показало її результативність для експериментальної групи.

Порівняння даних, отриманих у контрольній і експериментальній групах, стосовно виражених відмінностей між рівнем психотипічних якостей у респондентів, яким властивий високий рівень психостенічної особистісної диспозиції, довело їхню достовірну закономірність.

Можна зробити висновок, що в батьків із вираженням високим рівнем психостенічної особистісної диспозиції, які входили в експериментальну групу, після проходження розробленої нами програми психологічного тренінгу спостерігаються позитивні зміни в усіх параметрах, які окреслюють структуру їхнього

психотипу. Після проходження другого етапу дослідження сопстерігалися нижчі показники за рівнем вираження, ніж на першому етапі діагностики.

Якщо інтерпретувати показники контрольної й експериментальної груп, для яких характерний високий рівень психостенічної особистісної диспозиції, зазначимо, що простежуються належні зміни з високим рівнем статистичної значущості, про що свідчать такі дані: циклоїдний тип – $p < 0,001$, лабільний тип – $p < 0,001$, психастеноїдний тип – $p < 0,001$, сенситивний тип – $p < 0,01$, гіпотимічний тип – $p < 0,01$. На основі цього детально обґрунтуємо отримані дані.

Доведено, що переважає тривожності із проявом невпевненості у власних можливостях, страху є змістовими компонентами структури особистісного функціонування респондентів даного типу, у результаті впровадження програми психологічного тренінгу їх трансформовано в симптомокомплекс конструктивних особистісних настанов, які пов'язані з можливістю належного самоконтролю, автономності, упевненості у процесі ухвалення рішень. Ця особливість динамічної трансформації відображена щодо таких якостей «незрілої» людини, як замкнутість, схильність до самоприниження, нерішучість у складних життєвих ситуаціях, високий рівень конфліктності на основі отриманих образ. Отже, можна зробити висновок, що сформований симптомокомплекс психологічних новоутворень у процесі психологічної підтримки батьків даного типу сприяв розвитку конструктивних патернів функціонування особистості.

Проведений аналіз оцінювання результативності впроваджені програми психологічного тренінгу в батьків, яким властивий високий рівень психостенічної особистісної диспозиції, дає підставу говорити про успішність даного тренінгу в експериментальній групі.

Порівняння значень, отриманих на першому та другому етапах дослідження в обох групах, щодо відмінностей між рівнем вираження психотипічних якостей у батьків із характерним проявом високого рівня потуральної виховної диспозиції підтвердило їхню достовірність.

В експериментальній групі з вираженим високим рівнем потуральної виховної диспозиції після проходження психологічного тренінгу спостерігаються значні зміни за всіма окресленими показниками, які характеризують структуру психотипу. Після проходження другого етапу дослідження отримані значення за рівнем вираження стали нижчими, ніж за після першого етапу діагностики.

Отже, за представленими результатами контрольної й експериментальної груп, для яких характерний високий рівень потуральної

виховної диспозиції, можна зробити висновок про достовірний характер змін із високим рівнем статистичної значущості, які відображені в таких параметрах: потурання – $p < 0,001$, розширення сфери батьківських почуттів – $p < 0,01$, мінімальність санкцій / заборон – $p < 0,01$. На основі цього необхідно здійснити детальний аналіз отриманих даних.

Упроваджені психологічний тренінг мав велике значення, тому що сприяв конструктивній зміні стратегії потуральної протекції у процес виховання дитини, результативній корекції їхньої неконструктивної особистісної позиції, пов'язаної з вихованням в дитини некритичної вседозволеності та доступності об'єкта бажань і потреб.

Крім того, за результатами дослідження в контрольній групі у процесі застосування традиційної програми психологічної підтримки простежуються незначні зміни в рівні прояву показників, які окреслюють структуру їхнього психотипу, але не досягнули відповідного порога статистичної значущості.

Отже, у результаті порівняння отриманих значень у батьків, яким властивий високий рівень потуральної виховної диспозиції, у процесі реалізації традиційної програми психологічної підтримки, а також в умовах упровадження психологічного тренінгу, можемо стверджувати, що за показники в експериментальній групі характеризують їхню високу успішність.

У підсумку варто зазначити, що порівняно із традиційною програмою психологічної підтримки впровадження психологічного тренінгу для батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, забезпечило успішну корекцію батьківсько-дитячих взаємин.

Упровадження психологічного тренінгу для батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, було реалізовано на основі гіпотез, з урахуванням отриманих результатів дослідження вибірки, яка складалася із чотирьох груп батьків, що мають дітей із проблемами розвитку, а саме: домінантно-агресивної особистісної диспозиції, інтровертовано-педантичної особистісної диспозиції, психостенічної особистісної диспозиції, потуральної виховної диспозиції. Представлена модель та розроблена нами програма психологічної підтримки батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами; упроваджено психологічний тренінг; детально обґрунтовано отримані результати після впровадження тренінгу, дана оцінка отриманих даних під час дослідження щодо його ефективності.

У процесі дослідження було доведено, що отримані дані стосовно успішності реалізованої нами програми психологічної підтримки, в експериментальній групі на етапі контроль-

ного дослідження частота прояву позитивних змін модальності всіх окреслених показників простежувалася достовірно вищою, ніж у контрольній групі.

Крім того, було визначено, що порівняно із традиційною програмою психологічної підтримки впровадження психологічного тренінгу сприяло успішній корекції батьківсько-дитячих взаємин.

Узагальнюючи отримані результати за першим та другим етапами дослідження в контрольній та експериментальній групах у батьків, для яких характерний низький рівень інтровертовано-педантичної особистісної диспозиції, простежуються позитивні зміни за всіма показниками, які окреслюють структуру їхнього психотипу. Визначено, що у процесі другого етапу дослідження отримані результати за рівнем їхнього вираження є достовірно вищими, ніж на першому етапі діагностики.

Крім того, були проаналізовані закономірності під час порівняння отриманих значень щодо відмінностей між рівнем прояву психотипічних якостей у батьків, яким властивий високий рівень домінувально-агресивної особистісної диспозиції, на основі цього було зроблено висновок, що в експериментальній групі спостерігаються значні зміни за всіма представленими показниками.

Визначено, що у процесі другого етапу дослідження за рівнем вираженості простежуються нижчі дані, ніж за результатами першого етапу діагностики. У респондентів із високим рівнем психастенічної особистісної диспозиції після проходження психологічного тренінгу відмічаються позитивні зміни за всіма показниками, що характеризують структуру їхнього психотипу. Значення, отримані на другому етапі дослідження,

за рівнем вираженості характеризуються достовірно нижчими даними, ніж у процесі проходження першого етапу діагностики. Після проходження психологічного тренінгу в контрольній та експериментальній групах щодо відмінностей між рівнем вираженості психотипічних якостей у батьків, яким властивий високий рівень потуральної виховної диспозиції, виражені позитивні зміни за всіма представленими показниками.

Крім того, було доведено, що порівняно із традиційною програмою психологічної підтримки реалізація психологічного тренінгу забезпечила в батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, удосконалення батьківсько-дитячих взаємин.

Отже, у науковому дослідженні детально обґрунтовано виражену позитивну динаміку за всіма окресленими показниками, які змістовно описують структуру психотипу батьків, які виховують дітей раннього віку з вадами розвитку, після реалізації психологічного тренінгу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Витакер К., Нейпир О. Семья в кризисе: опыт терапии одной семьи, преобразивший всю ее жизнь. Москва : Когито-Центр, 2005. 344 с.
2. Луценко О. Фрайбурзький особистісний опитувальник FPI – перевірка валідності та локальна стандартизація. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна*. Серія «Психологія». 2016. Вип. 61. С. 49–54.
3. Наследов А. SPSS: компьютерный анализ данных в психологии и социальных науках. Санкт-Петербург : Питер, 2005. 416 с.
4. Наследов А. Математические методы психологического исследования: анализ и интерпретация данных. Санкт-Петербург : Речь, 2004. 392 с.

ФАСИЛЯТИВНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЯК ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВА ЯКІСТЬ
ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯFACILITATIVE POTENTIAL AS A PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITY
OF THE FUTURE TEACHER

У статті представлено результати теоретичного дослідження фасиліативного потенціалу як професійно важливої характеристики майбутнього вчителя. Надано визначення ключових понять та розкрито сутність проблеми розвитку фасиліативності і фасиліативного потенціалу в сучасних умовах системних змін і трансформацій в освіті. Фасиліативний потенціал особистості розглянуто як здатність здійснювати психолого-педагогічний супровід, підтримку особистості в процесі комунікації. Оскільки освітній процес здійснюється за законами спілкування, то окреслена характеристика є професійно важливою для майбутніх вчителів.

Фасиліативний потенціал становить єдність таких двох інтегральних складників, як актуалізаційний та ресурсний (власне потенційний). Визначено, що фасиліативність є психологічною якістю, виявом фасиліативного потенціалу, здатністю використовувати цей потенціал за певних обставин, педагогічних ситуацій, за запитом тощо.

Розроблено програму активного соціально-психологічного навчання студентів майбутніх учителів, яка націлена на розвиток їх фасиліативності, формування вмінь здійснення психолого-педагогічного супроводу, ознайомлення з техніками ненасильницького спілкування, методиками самопізнання й особистісного зростання, укріплення власного ресурсу тощо. Вона містила елементи тренінгу особистісного зростання, соціальної та комунікативної компетентності, толерантності, сенситивності, а також вправи з арсеналу когнітивної терапії, психодрами, соціодрами, аксіодрами (робота з цінностями) та ін.

Упровадження цієї програми показало позитивні результати, що дає підстави стверджувати, що саме тренінг фасиліативності є психологічним інструментом, який сприятиме системній самоосвіті і саморозвитку студента-майбутнього педагога як особистості та професіонала.

Ключові слова: фасилітація, фасиліативний потенціал, фасиліація, вчитель-фасилі-

татор, тренінг фасиліативності, психолого-педагогічний супровід.

This article presents the results of a theoretical study of facilitative potential as a professionally important characteristic of the future teacher. The definition of key concepts is given and the essence of the problem of facilitation and facilitative potential development in modern conditions of systemic changes and transformations in education is revealed. Facilitative potential of the personality is considered as the ability to provide psychological and pedagogical support, personality support in the communication process. As the educational process is carried out according to the laws of communication, this characteristic is professionally important for future teachers.

Facilitative potential is a unity of two integral components: actualization and resource (actually potential). It is determined that facilitation is a psychological quality, a manifestation of facilitative potential, the ability to use this potential in certain circumstances, pedagogical situations, on demand, and so on.

The program of active social and psychological training of future teachers is developed, which aims to develop their facilitation, to form the skills of psychological and pedagogical support, to acquaint with techniques of nonviolent communication, methods of self-actualization and personal growth, to strengthen their own resource.

It includes the elements of personal growth training, social and communicative competence, tolerance, sensitivity, as well as exercises of cognitive therapy, psychodrama, sociodrama, axiodrama (work with values) and others.

The implementation of this program has shown positive results, which gives us the reasons to say that it is the facilitation training which is a psychological tool that will promote systematic self-education and self-development of the future teacher as personality and professional as well.

Key words: facilitation, facilitative potential, teacher-facilitator, facilitation training, psychological and pedagogical support.

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.6>

Білоцерківська Ю.О.

к.психол.н.,
доцент кафедри практичної психології
Українська інженерно-педагогічна
академія

Остополець І.Ю.

к.психол.н.,
доцент кафедри загальної психології
Донбаський державний педагогічний
університет

Седашева С.Л.

к.пед.н.,
доцент кафедри практичної психології
Донбаський державний педагогічний
університет

Сьогодні українське суспільство зіштовхнулося з новими викликами, зумовленими низкою причин (політичних, соціально-економічних, фінансових тощо). Усе це, окрім іншого, призвело і до системних змін та трансформацій в освіті. Виникла необхідність розробки нових форм, методів і механізмів навчання,

адже пріоритетом освіти є становлення і розвиток творчої й активної особистості з чітко вираженою суб'єктивністю, сенситивною до нових умов, що постійно змінюються.

На жаль, у педагогічному середовищі недостатньо вчителів, здатних ефективно вирішувати професійні завдання в умовах складної

сучасної ситуації з позицій гуманізму, здійснювати психолого-педагогічний супровід і фасилітацію тих, хто навчається. Становлення педагога з усіма навичками, необхідними для застосування фасилітації щоденно, потребує окремих компетентностей, відповідних професійно важливих рис, особистісних ресурсів тощо.

Із метою вирішення цих питань вивчаються проблеми професіоналізму педагога у філософії, соціології освіти (М.О. Бердяєв, П.П. Блонський, В.І. Луговий, Л.Б. Лук'янова, В.М. Сорока-Росінський, В.Д. Семенов, Я.С. Турбівський та ін.), розробляються теоретичні і практичні аспекти розвитку професійної компетентності (М.Ф. Бирка, Г.С. Богданова, А.А. Вороніков, Н.В. Гузій, Г.В. Єльнікова, Н.В. Кузьміна, Л.Г. Карпова, А. Б. Мудрик та ін.), ведуться дослідження психологічних аспектів діяльності педагога, його особистісних якостей, що визначають розвиток професійних здібностей (І.А. Зязюн, Д.І. Іванова, І.Ю. Остополець М.В. Саврасов, В.А. Семиченко, Я.Л. Пономарьов, В.В. Рибалка та ін.).

На думку дослідників, формування такої інтегративної професійно-особистісної характеристики майбутнього вчителя, як фасилітаційності найбільше відповідає запиту усіх суб'єктів навчально-виховного процесу та забезпечує сучасні вимоги суспільства стосовно гуманізації та демократизації освітнього простору [2, с. 8].

Учитель-фасилітатор має розвивати свій фасилітаційний потенціал. На думку М.Й. Казанжи, фасилітаційний потенціал особистості в загальному вигляді включає: характерну особливість людини, яка визначає міру фасилітаційного впливу на інших; систему цінностей, спонукань, смислів, ґрунтуючись на яких здійснюється та регулюється фасилітаційна діяльність людини; комплекс особистісних здібностей, можливостей (ресурсів), які дозволяють оптимально змінювати прийоми дій відповідно до зміни умов, накопичувати нові знання, вміння та навички фасилітаційної взаємодії; систему особистісних особливостей, які сприяють здійсненню фасилітаційного впливу (але наявність яких не є суворо регламентованою) [4, с. 179]. Терміном «фасилітаційність» позначається психологічна якість людини, яка є виявом її фасилітаційного потенціалу. Дослідниця зауважує, що ця якість відрізняється від риси, властивості особистості меншою стійкістю, оскільки актуалізується в період усвідомленої, цілеспрямованої фасилітаційної діяльності. Ця якість може «згорнутись», ставати латентною, тобто переходити в потенціал у ті періоди, коли немає запиту по допомогу в розвитку іншому [5, с. 93].

Але варто зазначити, що вияв фасилітації не має бути перманентним, оскільки така людина

буде нав'язливою, порушувати особистий простір оточення у своєму бажанні допомогти в їх розвитку. Тому дуже важливо враховувати ці особливості і розвивати фасилітаційний потенціал не як стійку властивість особистості, а як здатність до фасилітації, тобто використовувати цей потенціал за певних обставин, за запитом.

Таким чином, у всьому різноманітті аспектів вивчення професіоналізму педагога не зовсім дослідженим залишається один із ключових елементів, який є необхідною умовою становлення професіонала – розвиток фасилітаційного потенціалу, здатності до фасилітації, реалізації психолого-педагогічного супроводу учнів. Так, не розроблені шляхи і засоби розвитку цих якостей у студентів педагогічних університетів.

Метою статті є вивчення особливостей соціально-психологічного навчання в контексті розвитку фасилітаційного потенціалу в студентів-майбутніх вчителів на ранньому етапі професіоналізації.

Аналіз традиційних форм і методів навчання майбутніх учителів у вищих навчальних закладах, показав, що вони не здатні забезпечити формування необхідних професійно-особистісних якостей майбутнього вчителя в повній мірі.

Одним із ефективних засобів формування важливої професійно-особистісної якості майбутнього педагога фасилітаційного потенціалу, вважаємо активне соціально-психологічне навчання, яке здійснюється в тренінговій роботі. Як підкреслює Н.Є. Афанасьєва, саме тренінг є комплексом активних групових методів, що застосовуються в процесі перетворювального впливу на особистість. Тренінг є багатофункціональним методом навмисних змін психологічних феноменів людини, групи і організації з метою гармонізації її професійного й особистого буття [1, с. 6].

Нами розроблено тренінг фасилітаційності, який був орієнтований на розуміння фасилітації як підходу, розвиток умінь конструювати відповідний дизайн фасилітації згідно із запитом клієнта і логікою фасилітаційного супроводу, набуття навичок використовувати психологічні методи і техніки фасилітації, навчитися працювати з різними станами особистості і групи тощо. Він містив елементи тренінгу особистісної зрілості, соціальної та комунікативної компетентності, толерантності, сенситивності, а також вправи з арсеналу когнітивної терапії, психодрами, соціодрами, аксіодрами (робота з цінностями) та ін.

У розробці авторської програми тренінгу ми виходили з такої концептуальної ідеї, як перфекціонізм особистості, розробленої О.І. Кононенко. Як указує автор, прагнення до самозмін, досконалості, високих стандартів

не є патологічним: людина може отримувати задоволення від цього, причому вона приймає для себе факт наявності межі особистого самовдосконалення. У цьому контексті успіх приносить перфекціоністу задоволення, підвищує його самооцінку або підтримує її на належному рівні [7, с. 174]. Також в основі роботи ми виходили з ідеї того, що розвиток фасилітативного потенціалу студента-майбутнього вчителя має містити високий і достатній рівні таких якостей, як емпатія, рефлексія, лідерство, комунікативність, толерантність, креативність [2, с. 4]. Крім цього, необхідно сформуванню у студентів високу мотивацію до самозмін, самовдосконалення, особистісного зростання, розвивати ціннісно-смісловий, потребово-мотиваційний та поведінковий компоненти.

Робота включала такі блоки: інформаційно-мотиваційний, інструментально-операційний, контрольньо-узагальнювальний. Інформаційно-мотиваційний блок передбачав розробку авторської програми розвитку фасилітативного потенціалу в студентів, формування вмінь фасилітації, а саме тренінгових занять й основних принципів та критеріїв виміру ефективності роботи. Інструментально-операційний блок був спрямований на апробацію авторської програми через інтерактивні соціально-психологічні форми і методи роботи. Контрольно-узагальнювальний блок включав визначення критеріїв оцінки і виміру ефективності впровадженної авторської програми шляхом її апробації в роботі зі студентами.

Ключовими принципами роботи стали:

- залученість кожного до спільної діяльності (партисипативність): співучасть студентів в організації діяльності з тренером, спільне прийняття рішень про форми, способи і норми здійснення взаємодії, колективна відповідальність за прийняті рішення;

- принцип активності, мета якого – перевести процес навчання на рівень максимально можливого засвоєння;

- принцип зворотного зв'язку;

- принцип партнерського (суб'єкт-суб'єктного) спілкування;

- принцип об'єктивізації (усвідомлення) поведінки;

- принцип дослідницької (творчої) позиції;

- принцип спрямованості на застосування результатів, покликаний допомогти учасникам перенести отриманий досвід на практику та ін.

Вищезазначені принципи реалізовувалися такими прийомами і техніками ненасильницького спілкування, як:

- повага і позитивне прийняття іншого як особистості, здатної до роботи над собою, самовдосконалення і саморозвитку;

- вияв педагогічного такту, заснованого на довірі без критики і потурання, простоті спіл-

кування без фамільярності, впливи без придушення самостійності, неординарності, креативності;

- створення ситуацій успіху, похвали;

- звернення до протагоніста на ім'я;

- техніки подання інформації (новозна інформації, подання інформації в різних модульностях, адресне подання інформації з урахуванням потреб групи загалом і окремих учасників);

імітаційні техніки (створення значущих для цілей тренінгу і конкретних осіб ситуації, в яких учасники отримують можливості для апробування нових способів поведінки, прийомів професійної діяльності, тренування в безпечних умовах) та ін.

Уміння цілеспрямовано формувати себе як творчу особистість, яка відповідає новій освітньої парадигми, є вимогою сьогодення, яка стає необхідною для кожного, хто обрав для себе педагогічну професію. Отже, на першому етапі роботи в групі використовувалися вправи для створення позитивної мотивації до самозмін, установлення атмосфери довіри і безумовного прийняття. Важливим завданням було обговорення і розширення розуміння сутності ключових понять, як-от «фасилітація», «фасилітативний потенціал», «психолого-педагогічний супровід», «фасилітація» та ін. Визначено їх роль і значення в діяльності вчителя та структури його професійно важливих якостей.

У процесі роботи здійснювався розвиток уявлення про фасилітацію як особистісно орієнтований підхід у роботі майбутнього вчителя. Із цією метою обговорювалися технології фасилітації, роль і сутність у роботі з різними групами, професійні компетенції фасилітатора (активне слухання, відзеркалювання, парафраз, трекінг, уміння ставити запитання та ін.). Найбільш результативними на цьому етапі були вправи «Хто Я», «Приверни увагу інших», елементи психогімнастики «Передача почуття», «Настрій», «Шеренга», «Годник» та інші з метою «розморожування» групи, створення атмосфери довіри та доброзичливості.

Досить результативною на цьому етапі роботи була вправа «Мозковий штурм», яка використовувалася для відпрацювання взаємодії, спрямованої на обмін думками, ідеями, досвідом щодо реалізації принципів фасилітаційного супроводу. У процесі виконання протагоністи мали змогу генерувати максимальну кількість варіантів без обмежень за короткий час (приймалися навіть фантастичні та абсурдні ідеї). Усі запропоновані ідеї були чітко сформульовані і зафіксовані на дошці, після чого було проведено «Мозковий штурм», у процесі якого обрано провідні ідеї.

У роботі тренінгу протагоністи також ознайомилися з особливостями використання кар-

ток та образних інструментів у роботі фасилітатора. Розглядалася методика «швидкого діалогу» та «піраміда логічних рівнів» Роберта Ділтса для застосування у групових процесах.

На подальших етапах роботи тренінгової групи використовувалися вправи для розвитку фасилітативного потенціалу, в якому, спираючись на дані, отримані попередніми дослідниками [4], виокремлено три основні пов'язані підсистеми: когнітивну (де реалізується функція пізнання), регулятивну (що забезпечує регуляцію діяльності та поведінки, емоційної сфери) та комунікативну (що формується і реалізується в процесі взаємодії людини з іншими).

За час роботи в тренінговій групі відпрацьовувалися вміння ненасильницького спілкування. Цей спосіб комунікації, який був розроблений і запатентований Маршалом Розенбургом ще у 90-х роках минулого століття, дозволяє максимально точно і безболісно доносити позицію та своє бачення ситуації співрозмовникові. Протагоністи засвоювали основні умови успішної комунікації, а саме: виявляти внутрішній намір та бажання зрозуміти іншу людину, а не звинуватити її, уникати оцінок та критики, вміти розпізнавати свої емоції та інших, виявляти емпатійне ставлення та ін. Проводилися такі вправи, як «Психологічний портрет», «Що я бачу, що – переживаю», «Конфлікт», «Добудовування конфлікту» та ін. Результативними були такі ресурсні техніки, як сфокусована бесіда, «консенсус», метод динамічної фасилітації, графічної фасилітації, «вихід за рамки», «саміт позитивних змін» та ін.

Учасники групи мали змогу ознайомитися з інструментами вирішення конфліктів та досягнення консенсусу, особливостями медіації та управління власними емоціями. Використовувалися вправи «Анатомія конфлікту», «Конструктивна поведінка» та ін., широко застосовувалися рольові ігри.

Важливе місце в активному соціально-психологічному навчанні майбутніх учителів відводилося розвитку емпатійного ставлення до інших, емоційної компетентності. Однією з найрезультативніших вправ був «Акваріум». Вона проводилася за типом рольової гри, в якій брали участь кілька осіб, а інші учасники групи виступали у ролі спостерігачів, тобто одні учасники «проживали ситуацію», а інші – аналізували збоку і «співпереживали». Учасники об'єднуються у малі групи, кожна з яких отримує завдання та необхідну інформацію. Стільці розміщуються так, щоб вони утворили кілька концентричних кіл. Найменше (внутрішнє) коло – це місце в «акваріумі», де збираються рибки, щоб поспілкуватися. Зовнішнє коло – це скляні стінки акваріума, за якими перебувають спостерігачі. Одна з груп сідає

у центрі акваріума та утворює своє маленьке коло. Їм пропонувалося прочитати вголос ситуацію-завдання та виконати його. Усі малі групи по черзі займали місця в «Акваріумі», діяльність кожної з них аналізувалася у спільному колі.

Особливістю нашого тренінгу стало поєднання найефективніших методів соціально-психологічного навчання, врахування побажань учасників тренінгу щодо його змісту, вироблення спільними зусиллями правил взаємодії під час групової роботи, побудова партнерських стосунків між тренером і протагоністами. Усе це дозволило зробити навчання безпечним, комфортним і, відповідно, успішним і результативним. Завдяки використанню «активних» та «інтерактивних» методів роботи забезпечувалося краще засвоєння інформації, формувалися необхідні навички й уміння. Студенти-учасники групи не лише обговорювали актуальні питання особистісного і професійного розвитку, а й були активними учасниками відпрацьовування відповідних навичок фасилітації, що сприяло укріпленню особистісних ресурсів.

Визначення результатів ефективності роботи тренінгової групи вирізняються особливою складністю. Це пов'язано з низкою причин:

- у групі складаються особливі довірливі стосунки, за яких знеособлена процедура тестування викликає негативну реакцію («відчуваю себе піддослідним кроликом», «ви, напевне, якусь роботу над нами проводите» – із висловлень учасників) і може порушити сформований стиль взаємин у групі;
 - особистісні зміни відбуваються, як правило, повільно, лише в окремих випадках спостерігається істотна зміна в короткий термін;
 - процес особистісних змін не цілком усвідомлюється учасником групи, що ускладнює їхнє виявлення;
 - сприятлива психологічна атмосфера в групі сприяє виникненню ейфорії щодо особистісних змін, ілюзії істотності особистісного росту;
 - ефективна процесуальна психодіагностика не повинна виділятися на загальному психокорекційному тлі, створювати відчуття іспиту, перевірки, змагання; вона має бути органічно поєднана з процесом психокорекції, бути його складовою частиною, опорою для виконання подальших корекційних вправ.
- Для встановлення ефективності проведеної роботи ми використовували опитувальник, який пропонує Т.С. Яценко [9, с. 105], модифікований відповідно до умов нашої роботи, самозвіти учасників (твори «Я та моя група», «Моя робота в групі», «Що мені дало активне соціально-психологічне навчання», «Як я змінився після активного соціально-

психологічного навчання?»), спостереження та інші методи. Результати діагностики показали, що у понад 85% респондентів зросла впевненість у собі, знизилася тривожність, внутрішня напруженість, чітко визначилися напрями роботи над собою щодо укріплення особистісних ресурсів, підвищився інтерес до своєї майбутньої професійної діяльності, виросла самоповага, підвищилась сенситивність у ситуаціях спілкування, прийняття себе та іншого, здатність проникати у внутрішній світ іншої людини, емпатійні здібності тощо.

Отже, застосування активного соціально-психологічного навчання зі студентами-майбутніми вчителями показало позитивні результати у розвитку особистісних, професійно важливих якостей майбутнього вчителя, зокрема фасиліативності.

Проблема розвитку фасиліативного потенціалу майбутнього вчителя є актуальною в сучасних умовах трансформацій в освіті. Здатність до фасилітації є професійно важливим утворенням, що інтегрує ціннісно-сміслові переконання, ресурси, готовність надавати ефективну допомогу іншій особистості (партнеру) в спільній діяльності, вміння здійснювати психологічний супровід не нав'язливо, відповідно до принципів ненасильницького спілкування.

Розроблено програму активного соціально-психологічного навчання студентів майбутніх учителів, яка націлена на розвиток їх фасиліативності, формування вмінь здійснення психолого-педагогічного супроводу, знайомство з техніками ненасильницького спілкування, методиками самопізнання й особистісного зростання, укріплення власного ресурсу тощо.

Упровадження означеної програми показало позитивні результати, що дає нам всі підстави стверджувати, що саме тренінг фасиліативності є психологічним інструментом, який сприятиме системній самоосвіті і самороз-

витку студента майбутнього педагога як особистості та професіонала.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Афанасьєва Н.Є., Перелигіна Л.А. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу. Харків : НУЦЗ України, 2015. 320 с.
2. Артюхов А., Остополець І. Розвиток фасиліативності у студентів педагогічного вузу, майбутніх вчителів фізичної культури. Проблеми і перспективи розвитку фізичної культури, спорту та формування здорового способу життя різних груп населення. : зб. наук. праць. Слов'янськ : Вид-во Б.І. Маторіна, 2016. С. 3–8.
3. Волкова Л.Й. Формування фасиліативності – інтегративної професійно-особистісної якості у майбутніх вчителів засобами педагогічного тренінгу. *Педагогічний альманах*. 2014. Вип. 22. С. 143–151.
4. Казанжи М.Й. Структура фасиліативного потенціалу особистості: досвід побудови. URL: http://seanewdim.com/uploads/3/2/1/3/3213611/kazanzhy_m.i._the_structure_of_personal_facilitative_potential_creation_experience.pdf
5. Казанжи М.Й. Фасиліативний потенціал як основа фасиліативних проявів людини. *Науковий вісник ПДПУ ім. К.Д.Ушинського*. 2009. № 3. С. 91–99.
6. Казанжи М.Й. Фасилітація в підготовці фахівців соціономічного профілю. *Вісник ОНУ ім. І.І. Мечникова. Психологія*. 2015. Т.20. Вип. 3 (37). Ч. 1. С. 31–42
7. Кононенко О.І. Перфекціонізм особистості: норма чи патологія? URL: <file:///C:/Users/User/Downloads/893-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-1719-1-10-20191113.pdf>
8. Шахматова О. Педагогическая фасилітація: особенности формирования и развития. *Профессиональное образование. «Новые педагогические исследования»*, сб. науч. статей. Москва : ИСОМ, 2006. № 3. С. 118–125.
9. Яценко Т.С. Психологічні основи групової психокорекції: Навчальний посібник. Київ : Либідь, 1996. 264 с.
10. Flemming Funch Преобразующие диалоги: Учебник по практическим техникам для содействия личностным изменениям / перевод с англ. Київ : Д.А. Ивахненко, 1997. 400 с.

КОПІНГ-ПОВЕДІНКА В КОНТЕКСТІ ЇЇ СИСТЕМНИХ ЗВ'ЯЗКІВ

COPING BEHAVIOR IN THE CONTEXT OF ITS SYSTEM RELATIONSHIPS

Копінг-поведінка, яка традиційно трактується як механізм відповіді на стресову ситуацію з метою її подолання або захисту від неї, в статті розглядається як континуум інтерактивних взаємин особистості з мінливими обставинами середовища, де абсолютно однакові дії майже відсутні, тому вимагають нового виконання, створюючи цим основу для відповідних генералізацій і узагальнень. Оскільки кожна дія спрямована на досягнення мети, основна психологічна особливість якої полягає в її антиципації як здатності побачити не тільки шуканий результат, а і шлях, який веде до цього результату, оскільки апробування мети дією зміцнює функціональний складник копінг-поведінки в аспекті збільшення ресурсного арсеналу, що володіє більш високим рівнем узагальненості, і, отже, точності та ефективності.

Розглядаючи інтерактивні відносини як процес обопільного впливу комунікаторів як носіїв відповідного комунікативного і діяльнісного досвіду, ми вказуємо на факт залучення кожного з них до суб'єктного досвіду іншого і деякої взаємної зміни поведінки, взаємин, установок. Оскільки обмін діями і взаємні зміни в процесі такого обміну здійснюються за участю механізмів саморегуляції, що передбачають відповідний інформаційний обмін із середовищем, остільки отримання необхідної для цього інформації визначається тим, як індивід моделює ситуації і які узагальнені моделі у нього складаються. Це означає, що копінг-поведінка як така є наслідком саморегуляції поведінки на основі сформованих комунікативних моделей. Стверджується, що таке моделювання ґрунтується на переживанні індивідом особистісної суб'єктності відповідно до власного соціального інтелекту, що виражається в його ставленні до себе, висхідного до усталених патернів поведінки і психологічних захистів, у яких індивід упевнений на підставі свого минулого досвіду.

Ключові слова: копінг-поведінка, суб'єктність особистості, самоставлення, упевненість у собі, акцентуації, соціальний інтелект, психологічні захисти.

Coping-behavior, which is traditionally interpreted as a mechanism for responding to a stressful situation in order to overcome it or protect against it, in the article is considered as a continuum of interactive relationships of an individual with changing circumstances of the environment, where absolutely identical actions are practically absent and therefore require virtually new execution, thereby creating the basis for appropriate generalizations and generalizations. Since each action is aimed at achieving the goal, the main psychological feature of which is its anticipation as the ability to see not only the desired result, but also the path that leads to this result, insofar as the testing of the goal by action strengthens the functional component of coping behavior in terms of increasing the resource arsenal, which has a higher level of generalization, and, consequently, accuracy and efficiency. Considering interactive relationships as a process of mutual influence of communicators – carriers of the corresponding communicative and activity experience, we thereby note the fact of attracting each of them to the subject experience of the other and some mutual change in behavior, relationships, attitudes. Since the exchange of actions and mutual changes in the course of such an exchange are carried out with the participation of self-regulation mechanisms that provide for an appropriate information exchange with the environment, to the extent that obtaining the necessary information is determined by how the individual models situations and what generalized models he has. This means that coping behavior as such is a consequence of self-regulation of behavior based on the formed communication models. It is argued that such modeling is based on the individual's experience of his personal subjectivity in accordance with his own social intelligence, which is expressed in his attitude to himself, going back to the established patterns of behavior and psychological defenses, in which the individual is sure on the basis of his past experience.

Key words: coping behavior, subjectivity, personality, self-affirmation, self-confidence, accentuations, social intelligence, psychological defenses.

УДК 159.922.8:37.035
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.7>

Велитченко Л.К.

д.психол.н., професор,
професор кафедри сімейної та спеціальної психології і педагогіки
Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського

Ма Фу

аспірант кафедри теорії і методики практичної психології
Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського

Актуальність проблематики копінг-поведінки визначається з'ясуванням умов, необхідних для сприяння формуванню комунікативно розвиненої особистості, що володіє здатністю до адекватної поведінки в різних ситуаціях соціумного буття. Теоретичний план проблеми вказує на можливість пошуку психологічних механізмів, за участю яких виникають і розвиваються поведінкові патерни, що забезпечують індивіду комфортне перебування в соціумних ситуаціях різної спрямованості і комунікативно-діяльнісної організованості.

Проблематика копінгу представлена дослідженнями, присвяченими теоретичним аспектам опанувальної поведінки [8; 9; 12] з розгля-

дом питань про напрями її досліджень [3; 4; 7; 12], з висвітленням її ресурсних [5] і стратегічних аспектів [6], зі зверненням до проблематики особистості та інтегральної індивідуальності [1; 2; 10].

Оскільки копінг-поведінка, будучи за своїм генезисом поведінковим утворенням, здійснюється в інтерактивному плані, підпорядкованому отриманню особистісно значущого результату в контексті соціумного середовища [див. 11], остільки цілком резонним є постановка питання про вплив соціумної обстановки на формування особистісних інтерактивних механізмів, що забезпечують комфортне функціональне перебування в соціумному середовищі.

Відповідь на поставлене запитання ми спробували отримати, змодельовавши соціальні взаємини за допомогою емпіричних відомостей, одержаних від студентів-педагогів першого курсу, про їхні *копінг-стратегії* у зіставленні з даними про їхню *особистість* (тест Міні-Мульт), *ставлення до себе* (тест Століна-Пантілеєва), сформовані патерни поведінки, представлені у вигляді певних *акцентуацій* характеру (тест Шмішека) і психологічних захистів (тест Плутчика), продиктованих особливостями соціального інтелекту (тест Гілфорда).

Уважалося, що об'єктивно одне і те ж соціумне середовище (навчально-професійна діяльність), сприймаючись кожною особою по-своєму, породжує у неї деяку синтетичну функціональну систему, основу якої утворює суб'єкт як відправна точка кожної цілеспрямованої активності. Порівнюючи ці відомості попарно, ми очікували отримати відповідь на питання про значущість зазначених явищ для того, щоб за їх допомогою змодельувати копінг-поведінку.

За результатами значущих кореляцій, поданих у таблиці 1, можна говорити про тісні кореляційні зв'язки між показниками копінг-поведінки та показниками властивостей особистості. Це співвідношення визначається сукупністю додатних і від'ємних значень. Так, показник Іп (шкала іпохондрії) виявив додатні зв'язки з показником С (самоконтроль) на рівні $p \leq 0.01$, Д (дистанціювання), ВУ (втеча-уникання) на рівні $p \leq 0.05$.

Це можна пояснити зниженням суб'єктивно-негативного реагування на складні життєві ситуації, униканням емоціогенних імпульсивних учинків, контролюванням своєї поведінки, мінімізацією впливу емоцій на оцінку ситуації та вибір стратегії поведінки.

Показник депресії (Деп) виявив значущий додатний п'ятивідсотковий зв'язок із показ-

ником самоконтролю (С). Такий зв'язок може означати прагнення і можливості приховування від оточення своїх емоцій та переживань у зв'язку з виникненням проблемної ситуації.

У показника істерії (Іс) виявлено значущі додатні однопроцентні зв'язки з показниками Д (дистанціювання) та С (самоконтроль) ($p \leq 0.01$), що пояснюється схильністю до невротичних захисних реакцій конверсійного типу. Контроль над своїми поведінковими актами викликає досить гостре бажання звернути на себе увагу оточення, а неможливість вирішити будь-яку складну ситуацію супроводжується виникненням симптомів соматичних захворювань.

Показники паранойяльності (Пар) та самоконтролю (С) теж виявили значущий додатний однопроцентний зв'язок ($p \leq 0.01$), що є визначенням уміння контролювати свої зверхні ідеї, вияви агресивності та злості.

Між показниками Пси (психастенія), Ш (шизоїдність) ($p \leq 0.05$), Гі (гіпоманія) ($p \leq 0.01$) та показником самоконтролю (С) також виявлено значущі кореляційні зв'язки. Наявність цих кореляцій пояснює специфіку подолання таких негативних поведінкових виявів, як тривожність, нерішучість, боязкість завдяки активності, рішучості, енергійності, життєрадісності. Ускладнює ситуацію вибору типів поведінки факт емоційної холодності в міжособистісних стосунках.

Важливим є факт і від'ємного значення кореляцій у показника брехні (Бр) з показниками конфронтації (К) на рівні $p \leq 0.01$ та втечі-уникання (ВУ) на рівні $p \leq 0.05$. Цей зв'язок можна пояснити фактом критичного ставлення до себе, незадоволеності оточенням, схильності перебільшувати сутність конфліктів, що викликає імпульсивність, труднощі планування дій, прогнозування їх результату, корегування вибору стратегій поведінки, можливість зниження емоційного дискомфорту.

Таблиця 1

Значущі коефіцієнти кореляції між показниками копінг-поведінки та властивостей особистості

Показники копінг-поведінки	Показники властивостей особистості								
	Іп	Деп	Іс	Пар	Пси	Ш	Гі	Бр	Кор
К								444*	
Д	361*		380**						
С	474**	328*	497*	407*	307*	372*	385**		
ВУ	300*							-291*	-364*

Примітки. Тут і далі коми та нулі опущені. Позначка ** вказує на наявність зв'язку на 1% рівні, позначка * вказує на 5% рівень.

Умовні позначення шкал копінг-поведінки: К – конфронтація; Д – дистанціювання; С – самоконтроль; ВУ – шкала втеча-уникання.

Умовні позначення шкал властивостей особистості: Іп – шкала іпохондрії; Деп – шкала депресії; Іс – шкала істерії; Пар – шкала паранойяльності; Пси – шкала психастенії; Ш – шкала шизоїдності; Гі – шкала гіпоманії; Бр – Шкала брехні; Кор – шкала корекції.

Від'ємний значущий зв'язок показника корекції (Кор) з показником ВУ (втеча-уникання) на рівні $p \leq 0.05$ говорить про уміння вибору адекватної лінії поведінки, покращення соціальної адаптації, контролювання своїх дій у міжособистісних стосунках, зумовлені певним ставленням до себе.

Висновки, які були отримані нами під час вивчення співвідношення показників за тестом Лазаруса та Міні-Мульт спонукали до подальшого вивчення особливостей вибору засобів поведінки у міжособистісних стосунках досліджуваних. Наступним кроком нашого дослідження стало визначення співвідношення між показниками копінг-поведінки та показниками самоствавлення (див. табл. 2).

Загальна картина співвідношення між показниками зазначених психологічних характеристик говорить про належність лише додатних кореляцій. Найбільшу кількість додатних зв'язків на рівні $p \leq 0.05$ виявив показник копінг-поведінки ПСП (пошук соціальної підтримки). Це кореляційні зв'язки з показниками самоствавлення: С3 (самоприйняття), С6 (самозацікавленість), IV (самоінтерес) та S (інтегральне почуття «за» або «проти» особистого «Я» досліджуваного) на рівні $p \leq 0.05$. Належність цих зв'язків пояснюється необхідністю пошуку можливостей уникання поведінкових проблем за рахунок залучення ресурсів, пошуку інформаційної, емоційної і дієвої особистісної підтримки. Дружнє ставлення до себе, згода із самим собою, схвалення своїх планів і бажань, прийняття себе таким, як є, тенденція до збереження свого образу «Я», симпатія, схвалення себе, своїх вчинків спонукає особу до подальшого пізнання себе, доброзичливого ставлення до себе, ствердження своїх поведінкових дій та вчинків.

Показник ПВ (прийняття відповідальності) виявив додатні зв'язки з показниками

I (самоповага) та С2 (ставлення інших) на рівні $p \leq 0.05$. Суб'єктивному визнанню своєї ролі у відповідальності за вирішення проблеми, за вибір поведінкових актів у складних ситуаціях, уміння викликати у інших людей повагу та симпатію допомагає відчуття цінності свого «Я», надання високої оцінки духовності та багатству внутрішнього світу.

Показник К (конфронтація) показав додатний зв'язок із показником С1 (самовпевненість) ($p \leq 0.05$), що може означати впевненість у вирішенні поведінкових проблем за рахунок значущості свого «Я», виконання конкретних дій, спрямованих на зміну ситуації, або на ті негативні емоції, які виникли у зв'язку зі складними життєвими обставинами. Вибір засобів поведінки супроводжується відчуттям сили особистого «Я», високого рівня сміливості у спілкуванні, задоволенням собою, відчуттям своєї компетентності і здатності вирішувати певні життєві питання.

У показника ВУ (втеча-уникання) виявлено кореляційний додатний зв'язок із показником С5 (самозвинувачення) ($p \leq 0.05$). Акцентування своїх недоліків, готовність поставити собі у провину всі свої невдачі можуть бути подолані за рахунок реагування за типом ухилення: заперечення проблеми, фантазування, невиправдані очікування, відволікання тощо. Вибір таких стратегій поведінки спрямований на швидке зниження емоційного напруження в ситуації стресу.

Показник ПП (позитивна переоцінка) показав додатний кореляційний зв'язок С1 (самовпевненість) ($p \leq 0.05$). Це є свідченням орієнтованості на певне філософське осмислення проблемної ситуації, включення її у більш широкий контекст роботи над саморозвитком, що сприяє прийняттю себе у всій широті поведінкових виявів.

Таблиця 2

Значущі коефіцієнти кореляції між показниками копінг-поведінки та самоствавлення

Показники копінг-поведінки	Показники самоствавлення								
	I	IV	С1	С2	С3	С5	С6	S	Кор
К			272*						
Д						234*			
ПСП		242*			272*		261*	238*	
ВУ						223*			-364
ПВ	241*			282*					
ПП			221*					278*	

Примітки. Умовні позначення показників копінг-поведінки: К – конфронтація; Д – дистанціювання; ПСП – пошук соціальної підтримки; ВУ – втеча-уникання; ПВ – прийняття відповідальності; ПП – позитивна переоцінка.

Умовні позначення показників самоствавлення: I – самоповага; IV – самоінтерес; С1 – самовпевненість; С2 – ставлення інших; С3 – самоприйняття; С5 – самозвинувачення; С6 – самозацікавленість, S – інтегральне почуття «за» або «проти» особистого «Я» досліджуваного.

Показник Д (дистанціювання) виявив додатний п'ятивідсотковий кореляційний зв'язок із показником С5 (самозвинувачення), що може бути свідченням спроб подолання негативних переживань за рахунок суб'єктивного зниження значущості проблеми і рівня емоційної залученості до неї, що актуалізує психологічні захисти, серед яких домінуючими є реакції захисту особистого «Я» у вигляді осуду або пошуку пом'якшувальних обставин. Установка на самозвинувачення супроводжується розвитком внутрішнього напруження, відчуттям неможливості задоволення основних потреб.

Отже, вибір типу поведінки сприяє зверненню особистості до своєї сутності, насамперед до особистого «Я». Суб'єктна зосередженість на пошуку шляхів уникання емоційного напруження, що виникає безпосередньо у виборі поведінкового акту, аналізі особистісного досвіду у соціумних взаємовідносинах, викликає диференційованість структур репрезентацій суб'єктом різноманітних явищ навколишнього середовища, вплив якого зумовлено інтенсивністю різної сили. Одним із критеріїв розмежування особистісної організації, визначення домінуючого вектора вибору засобів та типів поведінкових реакцій суб'єкта є його захисні механізми.

Саме тому наступний крок нашого дослідження і полягав у вивченні значущості захисних механізмів для вибору засобів копінг-поведінки особистості. Результати вивчення співвідношення між показниками копінг-поведінки та механізмів психологічного захисту подано у таблиці 3. Вони вказують на значущі одно- і п'ятивідсоткові додатні та від'ємні зв'язки. Майже між усіма показниками механізмів психологічного захисту і копінг-поведінки виявлено кореляційні зв'язки.

Показник ВУ (втеча-уникання) виявив значущі додатні кореляційні зв'язки з показни-

ками Рег (регресія) ($p \leq 0,01$), Гіп (гіперкомпенсація), Зам (заміщення) ($p \leq 0,05$). Наявність таких зв'язків пояснює подолання негативних переживань під час стресових ситуацій у міжособистісному спілкуванні, що у деяких випадках спричиняє виникнення неконструктивних форм поведінки. Складниками таких засобів є використання більш простих і звичних поведінкових стереотипів, отримання задоволення в інших сферах, вирішення емоційного напруження, яке виникло під впливом фруструвальної ситуації, але не призвело до полегшення чи досягнення поставленої мети.

Значущі кореляційні зв'язки виявлено між показниками Д (дистанціювання) і Вит (витіснення), Рег (регресія) на рівні $p \leq 0,05$.

Можливості знайдення рішення у суб'єктивно значущих складних ситуаціях міжособистісного спілкування зумовлені відвертанням інтенсивних емоційних реакцій на фрустрацію, що зумовлює перехід певних бажань, думок, почуттів до несвідомого, спонукає до емоційного супроводу виявів звичних поведінкових стереотипів. Також із показником Рег (регресія) виявлено і значущий кореляційний зв'язок у показника К (конфронтація) ($p \leq 0,05$), що свідчить про вміння здійснювати конкретні дії, спрямовані на зміну ситуації або на реагування труднощів у міжособистісному спілкуванні за допомогою вияву негативних емоцій

На п'ятивідсотковому рівні виявлено і додатні кореляційні зв'язки у показника С (самоконтроль) з показниками Вит (витіснення) і Рац (раціоналізація). Це може бути свідченням факту подолання негативних переживань завдяки стримуванню емоцій, мінімізації їх впливу на оцінку ситуації і вибір стратегії поведінки, високий контроль поведінки, прагнення до самоконтролю під час зберігання емоційних та психовегетативних компонентів, застосування спроб захистити себе від негативного впливу конфлікту шляхом зни-

Таблиця 3

Значущі коефіцієнти кореляції між показниками копінг-поведінки та показниками механізмів психологічного захисту

Показники копінг-поведінки	Показники механізмів психологічного захисту					
	Вит	Зам	Гіп	Рег	Відх	Рац
К				350*		
Д	305*			376*		
С	328*					292*
ПВ					-311*	
ВУ		322*	332*	430**		
ПП				312*		342*

Примітки. Умовні скорочення показників копінг-поведінки: К – конфронтація; Д – дистанціювання; С – самоконтроль; ПВ – прийняття відповідальності; ВУ – втеча-уникання; ПП – позитивна переоцінка.

Умовні скорочення показників механізмів психологічного захисту: Вит – витіснення; Зам – заміщення; Гіп – гіперкомпенсація; Рег – регресія; Відх – відхилення; Рац – раціоналізація.

ження для себе і для інших значущості причин, які викликали цю ситуацію.

Також виявлено додатний кореляційний зв'язок і між показниками ПП (позитивна переоцінка) та Рац (раціоналізація) і Рег (регресія) на рівні $p \leq 0,05$. Кореляційний зв'язок між зазначеними показниками вказує на можливість позитивного переосмислення проблемної ситуації завдяки створенню обґрунтування своєї поведінки та поведінки партнера зі спілкування, дій та переживань, які викликані причинами, що не визнаються суб'єктом через загрозу втрати самоповаги. Важливим моментом є і можливість заміни вирішення суб'єктивно складних завдань на порівняно більш прості і доступні у ситуації, що склалася.

Від'ємний п'ятивідсотковий кореляційний зв'язок між показниками ПВ (прийняття відповідальності) і Відх (відхилення) говорить про можливість необґрунтованої самокритики і надмірної відповідальності, що виявляється у розрядці пригнічених емоцій, спрямованих на більш доступні предмети чи об'єкти.

Отже, визначені характеристики співвідношення показників копінг-поведінки та механізмів психологічного захисту спонукали нас до подальшого вивчення допоміжних аспектів засобів подолання труднощів у поведінковій сфері психічної діяльності суб'єкта і наштовхнули на думку про вивчення акцентуацій, що супроводжують поведінкові вияви. На наш погляд, вивчення цього аспекту функціонування та розвитку особистості є досить важливим моментом аналізу поняття копінг-поведінки, оскільки вони, набуваючи неконструктивного характеру за несприятливих умов у взаємодії з оточенням, можуть за певних умов негативно впливати на цілісну структуру особистості.

Значущі кореляційні зв'язки між показниками копінг-поведінки та показниками акцентуацій характеру наведені в таблиці 4.

Найбільшу кількість значущих зв'язків виявили показники К (конфронтація) і ПП

(позитивна переоцінка). Так, показник конфронтації (К) виявив тісні додатні кореляційні зв'язки з такими показниками акцентуацій характеру, як ГТ (гіпертимний тип), ЗТ (застрягальний тип) на рівні $p \leq 0,01$. Такий зв'язок може свідчити про імпульсивність у поведінці, ворожість, труднощі у плануванні дій, корекцію стратегії поведінки, невиправдану завзятість, що зумовлено здійсненням конкретних дій, спрямованих або на зміну ситуації, або реагування на негативні емоції у зв'язку з труднощами у взаємодії. Специфіку взаємодії визначають високий життєвий тонус, ініціативність, оптимістичність, контактність, жестикуляція, активне бажання діяльності, отримання нових вражень. Зв'язок зазначених показників пояснюється і високим рівнем афективності, схильності до подовжених конфліктів.

У показника конфронтації (К) виявлено також додатний 5% зв'язок із показниками ЕкТ (екзальтований тип) і ДТ (дистимний тип). Цей зв'язок можна пояснити не завжди цілеспрямованою поведінковою активністю, вм'явами ворожості, конфліктності, високою інтенсивністю та екзальтованістю реагування. Зазначені поведінкові вияви доповнюються добросовісністю, загостреним почуттям справдливості.

Показник ПП (позитивна переоцінка) виявив додатні зв'язки з такими типами акцентуацій: ЕкТ (екзальтований тип) ($p \leq 0,01$); ЕмТ (емотивний тип), ПТ (педантичний тип) і ГТ (гіпертимний тип) ($p \leq 0,05$). Зазначені кореляційні зв'язки пояснюються поведінковими реакціями завдяки швидкому зниженню емоційного напруження в ситуації стресу, що супроводжується наростанням поведінкових реакцій, інтенсивністю, чуттєвістю, емоційністю, чуйністю, вразливістю, високою афективністю реагування на певні події, рухливістю, товариськістю, яскравою вираженістю невербальних компонентів спілкування. Активність дещо стримується подовженим переживанням травмувальних

Таблиця 4

Значущі коефіцієнти кореляції між показниками копінг-поведінки та показниками акцентуацій характеру

Показники копінг-поведінки	Показники акцентуацій характеру					
	ДТ	ПТ	ЗТ	ГТ	ЕкТ	ЕмТ
К	244*		302**	321**	271*	
ВУ	233*	330**	326**			
ПРП	311**	231*		278*		
ПП		243*		221*	311**	284*

Примітки. Умовні позначення показників копінг-поведінки: К – конфронтація; ВУ – втеча-уникання; ПРП – планування рішення проблеми; ПП – позитивна переоцінка.

Умовні скорочення акцентуацій характеру: ДТ – дистимний тип; ПТ – педантичний тип; ЗТ – застрягальний тип; ГТ – гіпертимний тип; ЕкТ – екзальтований тип; ЕмТ – емотивний тип.

ситуації, схильністю до частих самоперевірок та формалізму.

Показник ВУ (втеча-уникання) виявив додатні кореляційні зв'язки з показниками ПТ (педантичний тип), ЗТ (застрягальний тип) на рівні $p \leq 0,01$ та ДТ (дистимний тип) ($p \leq 0,05$). Специфікою такого співвідношення є спроба подолання негативних переживань завдяки орієнтованості на високу якість виконаної роботи, особливу акуратність, сумніви у правильності виконання роботи, формалізм, високу завзятість у досягненні поставлених цілей. Ці якості підкріплюються сумлінністю, загостреним почуттям справедливості.

Показник копінг-поведінки ПРП (планування рішення проблеми) також виявив тісні кореляційні зв'язки з показниками ДТ (дистимний тип) ($p \leq 0,01$), ПТ (педантичний тип), ГТ (гіпертимний тип) ($p \leq 0,05$). Можливість цілеспрямованого і планомірного вирішення проблемної ситуації зумовлена сумлінністю, виявом справедливості, пунктуальністю, акуратністю, чистоплотністю, бажанням відповідності Я-ідеалам, активністю у діяльності, оптимізму, орієнтованістю на удачу, авантюризму, гонитвою за переживаннями.

Якщо виходити з того, що кожна особа у своїй поведінці ґрунтується на певних апробованих комунікативною практикою патернах, у яких акцентуються ті чи інші риси, то отримання відомостей про такі акцентуації в зіставленні з відомостями про бажані копінг-стратегії дасть можливість скласти певне уявлення про вплив соціумного середовища на копінг-поведінку конкретного індивіда і вибірки загалом.

Розглядаючи поведінку як активність, ініційовану суб'єктом, що розуміється нами не просто як осередок усіх функцій біологічного і соціумного існування, вважаємо, що ступінь упевненості в їх здійсненні в зіставленні з показниками копінг-стратегій свідчить про ступінь результативності тієї чи іншої стратегії.

Якщо застосувати поняття впевненості в собі щодо копінг-поведінки, то ми можемо дійти висновку про те, що впевнена в собі особа поводить себе в кожній інтерактивній ситуації відповідно до свого уявлення про себе, не вдаючись до пошуку прийомів «підлаштовування» під співрозмовника. Цей висновок ми взяли за основу вивчення питання про системні зв'язки копінг-поведінки. Значущі кореляції між показниками копінг-поведінки та показниками впевненості в собі подано в таблиці 5.

Кореляційний аналіз співвідношення показників копінг-поведінки та впевненості у собі показав досить незначну кількість значущих зв'язків між зазначеними параметрами (як додатних, так і від'ємних). Так, за результатами даних, поданих у таблиці 5, виявлено значущі зв'язки між показниками К (конфронтація) і ІСК (ініціатива в соціальних контактах) на рівні

Таблиця 5

Значущі коефіцієнти кореляції між показниками копінг-поведінки та показниками впевненості у собі

Показники копінг-поведінки	Показники впевненості в собі		
	ЗУС	СС	ІСК
К			497**
С	-331*		
ПСП			339*
ПВ	-357*		
ВУ		-355*	

Примітки. Умовні позначення показників копінг-поведінки: К – конфронтація; С – самоконтроль; ПСП – пошук соціальної підтримки; ПВ – прийняття відповідальності; ВУ – втеча-уникання.

Умовні позначення показників впевненості у собі: ЗУС – загальна упевненість у собі; СС – соціальна сміливість; ІСК – ініціатива в соціальних контактах.

$p \leq 0,01$. Цей зв'язок може означати спроби вирішення проблеми за рахунок здійснення конкретних дій, спрямованих на зміну ситуації або на відреагування на негативні емоції у зв'язку з труднощами, які виникли, а також завдяки ініціативності і підприємливості у соціальній взаємодії, сукупності особистих засобів вирішення проблемної ситуації. Підтвердженням зазначеного є і додатний кореляційний зв'язок між показниками ПСП (пошук соціальної підтримки) і ІСК (ініціатива в соціальних контактах) (на рівні $p \leq 0,05$), що підтверджує припущення щодо можливості використання зовнішніх ресурсів для вирішення проблемної ситуації.

Між показниками С (самоконтроль), ПВ (прийняття відповідальності) у співвідношенні з показником ЗУС (загальна упевненість у собі) виявлено від'ємний кореляційний зв'язок на рівні $p \leq 0,05$. Цей зв'язок може бути поясненням того, що під час спроб визнання суб'єктом своєї ролі у виникненні проблеми та відповідальності за її вирішення, подолання негативних переживань у зв'язку з вирішенням певних труднощів за рахунок цілеспрямованого придушення і стримування емоцій, мінімізації їх впливу на оцінювання ситуації, вибір стратегії поведінки гальмується зниженою здатністю прийняття рішення у складних ситуаціях, відсутністю контролю особистих дій та їх результатів.

Показник ВУ (втеча-уникання) виявив від'ємний зв'язок із показником СС (соціальна сміливість) на рівні $p \leq 0,05$. Такий зв'язок означає, що під час спроб подолання негативних переживань у складній проблемі їх супроводжує вияв негативних емоцій, які зумовлюють вибір певної альтернативи поведінки. Оцінювання особистих навичок та зді-

бностей теж відбувається з негативної точки зору, що може викликати не конструктивність форм поведінки в стресових ситуаціях, наслідком чого є неможливість вирішення проблеми та велика ймовірність накопичення труднощів.

Вивчення співвідношення між показниками копінг-поведінки та соціального інтелекту (див. табл. 6) покликане визначити, наскільки виражена у досліджуваних вибірки здатність: а) передбачити наслідки поведінки в певній ситуації (СВІ); б) до виділення загальних істотних ознак у різних невербальних реакціях людини (СВС); в) розуміти зміну значення подібних вербальних реакцій людини залежно від контексту ситуації (СВТ); г) розуміти логіку розвитку ситуацій взаємодії, значення поведінки людей у цих ситуаціях (СBS).

Таблиця 6

Значущі коефіцієнти кореляції між показниками копінг-поведінки та показниками соціального інтелекту

Показники копінг-поведінки	Показники соціального інтелекту				
	SocINT	СВІ	СВС	СВТ	СBS
К			-411**		
Д					
ПП			-316*		

Примітки. Умовні позначення показників копінг-поведінки: К – конфронтація; Д – дистанціювання; ПП – позитивна переоцінка.

Умовні позначення показників соціального інтелекту: SocINT – рівень розвитку соціального інтелекту; СВІ – здатність передбачити наслідки поведінки в певній ситуації; СВС – здатність до виділення загальних істотних ознак у різних невербальних реакціях людини; СВТ – здатність розуміти зміну значення подібних вербальних реакцій людини залежно від контексту ситуації; СBS – здатність розуміти логіку розвитку ситуацій взаємодії.

Наведені дані свідчать про те, що лише з одним показником соціального інтелекту виявлено кореляційні значущі зв'язки. Отже, показник К (конфронтація) на рівні $p \leq 0,05$ виявив від'ємний кореляційний зв'язок із показником СВС (фактор пізнання класів поведінки), а також показник ПП (позитивна переоцінка) виявив від'ємний кореляційний зв'язок із зазначеним показником соціального інтелекту.

Ці зв'язки пояснюють ті труднощі, які виникають у вияві здатностей під час організації взаємодії з оточенням, що характеризується імпульсивністю, труднощами планування дій, прогнозування їх результатів тощо. У ймовірності недооцінки можливостей дієвого вирішення проблемної ситуації важливу роль відіграє ситуативність та певна відсутність інформації про поведінку, яку можна очікувати.

Отримані результати дають підставу стверджувати, що за кожною копінг-стратегією ховаються індивідуальні особистісні обставини, що визначили своєрідність їх формування. Найбільше кореляцій визначено в копінг-стратегії «Самоконтроль» у шкалах іпохондрії (повільне пристосування, лабільність у конфлікті), депресії (сором'язливість, невпевненість в собі), істерії (прагнення здаватися більш значущим), паранойяльності (схильність до формування надцінних ідей, агресивність, злопам'ятність), психастенії (тривожність, боязкість, нерішучість, постійні сумніви), шизоїдності (поєднання підвищеної чутливості з емоційною холодністю і відчуженістю в міжособистісних відносинах), гіпоманії (енергійність, життєрадісність, контактність, поверховість інтересів).

Треба думати, що знання особою своїх індивідуальних особливостей, почерпнуте з досвіду спілкування, спонукає її до пошуку способів їх нівелювання для отримання шуканого комунікативного результату.

За допомогою використаних нами методик ми отримали можливість зазирнути за фасад досить знеособленого явища – копінг-поведінки, що розглядається як деяке цілком самостійне утворення, спрямоване на подолання стресової ситуації. У нашому трактуванні копінг-поведінка постає як суб'єктний механізм інтерактивних взаємовідносин особистості, пов'язаний із переживанням себе відповідно до рефлексивних фактів самосприйняття, вплив яких нівелюється зверненням до відповідних психологічних захистів, що разом із набором (системою) стійких (акцентуйованих) поведінкових патернів утворюють особистість як функціональну систему, спрямовану на отримання суб'єктно значущого результату. Факт невиявлення виражених кореляцій між показниками копінг-стратегій і впевненості в собі (тест Ромека) ми схильні розглядати як свідчення лабільності і гнучкості особистості, розглянутої як суб'єкт-суб'єктна функціональна система, завдяки чому індивід має здатність нестереотипно підходити до вибору комунікативних дій в інтеракціях.

Копінг-поведінка є поведінкою індивіда у сфері особистісно-суспільних відносин, яка забезпечує йому пристосування до континuumу ситуацій на основі саморегуляції під впливом Я-концепції індивіда, яку він зберігає за допомогою психологічних захистів, індивідуальна сукупність яких разом з усталеними поведінковими патернами утворюють суб'єктну функціональну єдність, яка забезпечує перебування в соціумі, що відповідає рівню розвитку його соціального інтелекту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Величковская С.Б. Влияние индивидуально-психологических характеристик личности на выбор стратегий совладающего поведения. *Психология совладающего поведения*. Т. 1. / под ред. Т.Л. Крюковой, М.В. Сапоровской. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2010. 297 с.
2. Ветрова И.И. Соотношение контроля поведения и стратегий совладания развивающейся личности. *Психологические исследования*. Вып. 1 / под ред. А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко. Москва : ИП РАН, 2006. С. 63–76.
3. Войцеховська О., Закалик Г. Сучасні напрями досліджень копінг-стратегій особистості. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2016. № 2. С. 95–104.
4. Грабовська С., Єсип М. Проблема копінгу у сучасних психологічних дослідженнях. *Соціогуманітарні проблеми людини*. 2010. № 4. С. 188–199.
5. Грандт В. Копінг-ресурси як чинник збереження професійного здоров'я особистості. *Психологія професійної безпеки: технології конструктивного самозбереження особистості*: кол. моногр. / О. Лазорко, Ж. Вірна, Л. Акімова [та ін.]; за заг. ред. Ж. Вірної. Луцьк: Вежа-Друк, 2015. С. 72–84.
6. Дементий Л.И. Дружинина Ю. А. Условия и факторы приобретения стратегий совладающего поведения. *Вестник Омского Университета. Серия: Психология*. 2013. № 1. 2013. С. 13–19.
7. Карамушка Л.М., Снігур Ю.С. Копінг-стратегії: сутність, підходи до класифікації, значення для психологічного здоров'я особистості та організації. *Актуальні проблеми психології*. Т. 1. Випуск 55. С. 23–30.
8. Коваленко А.Б., Родіна Н.В. Дослідження копінг-поведінки: тенденції та перспективи. *Наука і освіта*. 2011. № 9.
9. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения: современное состояние, проблемы и перспективы. *Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика*. 2008. № 4. С. 147–153.
10. Попова В.В. Системное исследование совладающего поведения с позиций теории интегральной индивидуальности. *Вектор науки ТГУ*. 2011. № 4(7). С. 229–231.
11. Сарджвеладзе Н.И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой. Тбилиси : Мецниереба, 1989. 204 с.
12. Шебанова В. І., Шебанова С.Г. Теоретичний аналіз копінг-поведінки у сучасних наукових дослідженнях. *Актуальні проблеми державного управління, педагогіки та психології*: Зб. наукових праць ХНТУ / ред. кол. В.Г. Бутенко, і. П. Лопушинський. Херсон : ХНТУ, 2010. Вип. 2 (3). С. 262–268.

СТРАТЕГІЇ РЕАЛІЗАЦІЇ ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИКИ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

STRATEGIES FOR REALIZATION OF LIFE PROSPECTS OF PERSONALITY AS FACTORS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING

У статті розглядається роль життєвих перспектив та стратегій їх досягнення як чинників психологічного благополуччя особистості. Викладаються теоретичні основи дослідження – роботи вчених, які досліджували характеристики психологічного благополуччя. **Мета** роботи – проведення експериментального дослідження ролі життєвих цілей у формуванні психологічного благополуччя особистості. **Завдання** дослідження – розглянути вплив стратегій досягнення життєвих цілей на психологічне благополуччя особистості. Дослідження проводилось протягом 2020–2021 р. (214 студентів Університету імені Тараса Шевченка (м. Київ)). Визначено особливості впливу особистісних характеристик сприйняття часу на вибір стратегій досягнення життєвих цілей особистості. Основна увага приділяється гнучкості стратегій досягнення життєвих перспектив: включеності, самоконтролю, прийняттю ризику, які посилюють психологічне благополуччя особистості. Проаналізована фантазійність, що може посилювати наміри на майбутні життєві перспективи, але не вирішувати, за рахунок яких дій та стратегій особистість буде їх досягати. Фантазійність може не відповідати реальним можливостям досягнення життєвих перспектив, породжувати стратегії конфронтації, втечі, дистанціювання, відстороненість, уникнення відповідальності. Реалістичність визначених особистістю життєвих перспектив визначає осмисленість життя, здатність упоратись із новою ситуацією, самоврядування, самовпевненість, самоконтроль, взяття відповідальності, обов'язковість, спрямованість на справу. Установлено зв'язок між показниками життєвих цілей особистості і стратегіями їх досягнення (за такими показниками, як включеність, самоконтроль, взяття відповідальності, здатність упоратись із новою ситуацією, самокерованість, спрямованість на справу, фантазійність).

Ключові слова: психологічне благополуччя, життєві стратегії, цілі, перспективи, включеність, самоконтроль, фантазійність.

The article considers the role of life prospects and strategies for achieving them as factors of psychological well-being of individual. The theoretical foundations of the study are presented – the works of scientists who studied characteristics of the psychological well-being. **Purpose** of the work is to conduct the pilot study of the role of life goals in the psychological well-being formation of an individual. The study objective is to consider the impact of strategies for life goals achievement on the psychological well-being of individual. The study was carried out during years 2020–2021 (214 students of Taras Shevchenko University (Kyiv) were involved. Particularities are determined of influence of personal characteristics of time perception on a choice of strategies of life goals achievement of individual. The main attention is paid to the flexibility of strategies for life goals achievement: (inclusion, self-control, risk-taking), which enhance the psychological well-being of individual. Fantasy is analyzed, which can strengthen intentions for future life prospects, but cannot decide through what actions and strategies the person will achieve them. Fantasy may not correspond to real possibilities for life goals achievements, may generate strategies for confrontation, escapement, spacing, alienation, avoidance of responsibility. The reality of the life prospects defined by individual determines the life meaningfulness, ability to cope with a new situation, self-management, self-confidence, self-control, acceptance of responsibility, insistency, and focus on business. The connection is determined between life goals indicators of individual and strategies for their achievement (by indicators: inclusion, self-control, acceptance of responsibility, ability to cope with a new situation, self-control, focus on business, imagination).

Key words: psychological well-being, life strategies, goals, prospects, inclusion, self-control, fantasy.

УДК 316.061.213(477.72)
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.8>

Володарська Н.Д.

к.психол.н., старший науковий співробітник,
провідний науковий співробітник
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних наук України

В умовах сьогодення особистість втрачає відчуття психологічного благополуччя, зростають страхи за майбутнє. Особливо вразливою до викликів сьогодення є молодь як категорія громадян, що перебуває на стадії формування життєвого шляху, життєвих перспектив. Відбуваються зміни в їх ціннісних орієнтаціях, що формують суб'єктивне почуття психологічного благополуччя. Відсутність цілей у житті зумовлює емоційну спустошеність та відчуття безнадійності. Молодому поколінню притаманний максималізм, тоді як юнаки намагаються знайти щось ідеальне, яким є гоніння за найкращою їжею, роботою, дівчиною. У них завищені претензії до життя, безкомпроміс-

ність у рішеннях, бачення та віра тільки в щось конкретне і певне, бачення життя в чорному і білому кольорах, не звертаючи увагу на відтінки. Але це і є чи не найкращим стимулом до досягнення певної цілі життя. Сучасні дослідження психологічного благополуччя людини все більшу увагу приділяють впливу життєвих перспектив на його формування. Особлива увага приділяється стратегіям досягнення поставлених людиною цілей, життєвих планів. Задоволеність життям загалом та його окремими сторонами пов'язані з оцінкою якості життя, в яку входять життєві цілі, перспективи, поставлені особистістю на певних життєвих етапах.

За результатами теоретичного аналізу ми виокремили декілька підходів до вивчення ролі життєвих перспектив та життєвих стратегій їх досягнення в психологічному благополуччі особистості. Дослідження феномена психологічного благополуччя може відбуватись через особливості структурування майбутнього особистості, її перспектив та стратегій їх досягнення. Багато досліджень проблеми психологічного благополуччя розглядають цей феномен як такий, що репрезентує особливості організації життєвих перспектив і стратегій їх досягнення. Життєві стратегії формуються в певних життєвих обставинах і характеризуються певними емоційними переживаннями (негативними і позитивними), баланс яких формує суб'єктивне переживання психологічного благополуччя. Ціль розглядається в інтенціональному (що бажано досягнути) і операціональному (як можна досягнути) значенні [1]. Життєва перспектива, будучи елементом суб'єктивної картини життєвого шляху особистості, є складною ієрархічною системою, що регулює початок життєдіяльності й структурними одиницями якої вважають ціннісні орієнтації, життєві цілі, програми, плани, а також емоційний, когнітивний і поведінковий складники. Невизначеним залишається питання розмежування і виокремлення факторів, що визначають стан суб'єктивного психологічного благополуччя й особливості їх впливу.

Як предмет нашої уваги ми виокремили життєві перспективи особистості та стратегії їх досягнення як чинники психологічного благополуччя. Укажемо на важливість вікового аспекту формування життєвих перспектив та життєвих стратегій. Життєві плани на майбутнє починають формуватись ще в юнацькому віці. Але стабілізація планів, життєвих цілей та осмисленості життя відбувається в період із 20 до 30 років. Тому метою нашого дослідження стало розкриття ролі, місця та впливу життєвих перспектив особистості на психологічне благополуччя саме в цей віковий період.

Завдання нашого дослідження – розкриття детермінувальних особливостей життєвих перспектив та стратегій їх досягнення в переживанні психологічного благополуччя особистості.

1. Встановлення зв'язку між показниками життєвих цілей особистості і стратегіями їх досягнення за показниками: включеність, самоконтроль, здатність упоратись із новою ситуацією.

2. Визначення залежності життєвих цілей від осмисленості життя особистості, ставлення до власного минулого, теперішнього, майбутнього.

3. Визначення співвідношення впливу життєвих перспектив особистості на рівень переживання психологічного благополуччя.

Високий рівень психологічного благополуччя особистості характеризується осмисленістю життя, визначеністю життєвих цілей, перспектив. Гнучкість стратегій досягнення життєвих перспектив, включеність, самоконтроль, прийняття ризику посилюють психологічне благополуччя особистості. Почуття психологічного благополуччя посилює прийняття ризику, контроль дій особистості впливає на вибір життєвих перспектив, їх реалістичність. Фантазійність може не відповідати реальним можливостям досягнення життєвих перспектив, породжувати стратегії конфронтації, втечі, дистанціювання, відстороненість, уникнення відповідальності. Реалістичність визначених особистістю життєвих перспектив визначає осмисленість життя, здатність упоратись із новою ситуацією.

Людина, відчуваючи психологічне благополуччя, здатна на великі досягнення, є максимально продуктивною, виявляє позитив, до якого тягнуться нові люди, знайомі, виникають нові можливості в реалізації життєвих перспектив. Такі стани впливають на формування нових цілей, досягнень, корегують старі стратегії [2; 3]. Життєва перспектива в структурі психологічного благополуччя відіграє роль прискорювача реалізації бажаних почуттів, станів психологічного комфорту. Саме в пошуках шляхів досягнення психологічного благополуччя в особистості формуються стратегії переборення труднощів у кризових ситуаціях, модель власного майбутнього життя [4; 5]. Механізм стратегії життя стає певним універсальним законом, способом самодетермінації розвитку психологічного благополуччя особистості. Вибір життєвих перспектив та шляхів їх досягнення стає основою самореалізації людини в різних сферах її життя. У руслі розробки ідей К.О. Абульханової-Славської та С.Л. Рубінштейна [6; 7], визначаючи поняття психологічного майбутнього, пропонується розрізнити психологічну, особистісну та життєву перспективи як три різних явища. Психологічна перспектива (як здатність уявно та свідомо передбачати й прогнозувати майбутнє) залежить від типу особистості. Особистісна – розуміється як готовність до майбутнього в теперішньому, є показником зрілості особистості, потенціалу її розвитку та сформованості здатності до організації часу життя. Життєва – включає обставини й умови життя, що створюють для особистості за інших рівних умов можливість оптимального життєвого просування, і відкривається тому, хто має життєву позицію, що цілісно визначає майбутнє особистості. Більшість дослідників [8; 9] наполягають на важливості вивчення життєвих перспектив у єдності аспектів ціннісно-смилового та самоорганізації часу життя і діяльності особистості. В.І. Мудрак і Т.А. Павлова

[10] вважають «Вивчаючи проблему цілепокладання, більшість авторів розглядають її як інтегральне особистісне утворення, яке включає взаємопов'язані компоненти відображення потреб і шляхів їх задоволення. Шляхами досягнення поставлених цілей слугували життєві програми та плани особистості, що передбачають визначення етапів досягнення мети і є необхідними умовами переходу від неусвідомлюваного прагнення до усвідомленого цілепокладання» [11].

Узагальнюючи погляди вчених на важливість мети як важливого складника життєвої перспективи особистості, можна розглядати мету в єдності двох моментів: з одного боку, вона є відображенням бажаного майбутнього, тобто усвідомлення предмета потреби, а з іншого – це усвідомлення об'єктивної можливості діяльності й передбачуваних результатів. Життєву перспективу, на наш погляд, необхідно розглядати як цілісну картину майбутнього, яка формується у складному суперечливому взаємозв'язку очікуваних і планованих подій, розглядається в єдності ціннісно-смислових й організаційно-діяльнісних аспектів, де істотними є активність особистості, усвідомлене та реалістичне ставлення до побудови планів на майбутнє. Отож, життєві перспективи особистості ми досліджували у тісному зв'язку з життєвими стратегіями їх досягнення. Оскільки життєві перспективи формують майбутнє особистості, її діяльність та досягнення психологічного комфорту, то це стає чинником розвитку психологічного благополуччя особистості. Особистість вибудовує свої плани дій так, щоб отримати задоволення, впевненість у дієвості своїх розрахунків.

Саме вміння створювати певний образ переживань у життєвих ситуаціях та форми їх досягнення в майбутньому розглядається в гештальт-психології. Запам'ятовування емоційних станів і переживань у довгостроковій пам'яті (формування гештальту) пов'язано з запам'ятовуванням, оцінкою переживань (позитивною чи негативною) [12]. Людина не може не відчувати емоції, вона певною мірою може контролювати вияв тих чи інших емоцій, форму пред'явлення своїх переживань. За ті чи інші форми вияву власних переживань людина несе відповідальність у соціальному оточенні, а також за резонанс цієї поведінки. Саме соціальні «фільтри» формують ці форми. Завдяки цьому процесу «фільтрації» особистість змушена змінювати цілі, плани, перспективи свого життя. Життєві плани іноді мають момент невизначеності, долю фантазії. Про співвідношення таких змістовних характеристик життєвої перспективи, як ціль і план, говориться в роботах Е.І. Головахи, Л.В. Сохань [13]. Згідно з поді-

євим підходом, якого дотримується автор, життєві цілі і плани розрізняються як кінцеві і проміжні події певного етапу життя. Цілі є більш масштабними та дещо менше хронологічними подіями, ніж плани. За допомогою життєвих цілей і планів майбутнє може розглядатись як порівняно впорядкована в часі сукупність подій, які ведуть до досягнення ідеальних результатів, які на цьому етапі життєвого шляху є важливими.

У кризових ситуаціях особистість повертається до усталених стратегій побудови емоційних зв'язків або відбувається пошук нових [14]. Відсутність конгруентності у взаємостосунках особистості з іншими стає перепорою у формуванні психологічного благополуччя. Маніпулятивна стратегія досягнення бажаної цілі в стосунках з іншими не завжди приносить людині стан психологічного благополуччя. Як зазначає Е.Л. Доценко, «у міжособистісній взаємодії відповідальність за вирішення проблеми в досягненні певної мети перекладається на іншого» [15, с. 127]. Досліджуються характеристики суб'єктивного щастя, як-от мета-почуття в роботах сучасних зарубіжних психологів Extremera N., José M., Fernández-Berrocal P. [16]. Питання впливу соціальних зв'язків, комунікацій особистості на її психологічне благополуччя представлено в роботах Селигман [17]. Розглядаються шляхи оптимізації психологічного благополуччя особистості. К. Ріфф розглядає культурний аспект почуття суб'єктивного психологічного благополуччя особистості через її емоційні та когнітивні оцінки власного життя [18]. Широке визнання отримала концепція, розроблена Е. Дінером і його колегами в руслі досліджень суб'єктивного благополуччя особистості [19]. Відповідно до неї задоволеність життям розглядається як когнітивний компонент суб'єктивного благополуччя, що не змішується з афективними компонентами. Задоволеність визначається як глобальна оцінка реального життя через призму суб'єктивних стандартів «щасливого життя», які конструюються самостійно або засвоюються в готовому вигляді із соціального оточення. Загальний рівень задоволеності в кожен конкретний момент часу свідчить про ступінь розбіжності між життєвою реальністю і особистими стандартами «гарного життя».

Резюмуючи ідеї різних авторів, можна припустити, що психологічне майбутнє (життєва перспектива) – це цілісна картина майбутнього в складному взаємозв'язку з життєвими стратегіями досягнення очікуваних і планованих подій, яка є чинником формування психологічного благополуччя особистості. Індивідуально-типологічні особливості особистості, стратегії активності, перспективи, цінності, соціальне оточення, мотиваційно-потребова

сфери є взаємопов'язаними факторами в переживанні суб'єктивного благополуччя. Однак більшість дослідників концентрується на одному з перелічених аспектів. Ми враховуємо ці зв'язки, але концентруємо увагу на устремліннях, перспективах, життєвих планах особистості та стратегіях їх досягнення як важливих детермінант досягнення психологічного благополуччя.

Експериментальне дослідження життєвих перспектив особистості та стратегій їх досягнення як чинників психологічного благополуччя. **Учасники.** У дослідженні брали участь студенти. Загальну вибірку сукупність склали 215 студентів (університет імені Тараса Шевченка, м. Київ). Середній вік склав 30 років (діапазон 17–45 років). **Організація дослідження.** Дослідження проводилося впродовж 2020–2021 рр. **Процедури та інструменти.** Здійснено комплекс діагностичних процедур із метою орієнтування щодо суб'єкта вивчення, рівня психологічного благополуччя особистості. Експеримент передбачав вивчення життєвих перспектив особистості та стратегій їх досягнення і включав три основних етапи: збір інформації, обробку та систематизацію отриманих даних, конструювання висновків. Вимірювання суб'єктивного психологічного благополуччя особистості містить емоційний і оцінювальний компоненти. На жаль, складно поєднати в одній методиці вимірювання обох компонентів, тому були підібрані декілька методик. Методика дослідження психологічного благополуччя («Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф, адаптація Т.Д. Шевеленкової і Т.П. Фесенко), в якій за основу вимірювання життєвих перспектив була взята шкала «цілі в житті».

Життєві цілі як компонент психологічного благополуччя характеризують відчуття сенсу життя і діяльності, усвідомлення цінності власного буття і дій, сприйняття минулого, сьогодення і майбутнього як єдиного і взаємозумовленого. Нами визначено комплекс показників стратегій досягнення життєвих перспектив, що є чинниками психологічного благополуччя особистості. Життєві стратегії визначались за допомогою методики Лазарус [20]. Показники

(конфронтаційний копінг, дистанціювання, самоконтроль, пошук соціальної підтримки, прийняття відповідальності, втеча-унікнення, планування вирішення проблеми, позитивна переоцінка проблеми) визначають тип стратегії досягнення поставлених цілей. Прийняття відповідальності як активна, ініціативна стратегія особистості керується бажаним і необхідним, що збалансовує можливості досягнення і перспективи. У разі виникнення труднощів у досягненні бажаного (оскільки зустрічаючись із новим, невідомим, таким, що не відповідає наміченому, сфантазованому) виникає розгубленість, втеча-унікнення, конфронтаційний допінг, дистанціювання. У таких випадках людина не може спланувати, визначити цілі і засоби, розрізнити, чого може досягти, а чого не може. Це унеможлиблює планування певних етапів у досягненні мети, вибір стратегій реалізації планів, визначення можливого і неможливого, реального і нереального. У такому разі не створюються умови для відчуття психологічного благополуччя. Лише впевненість у власних силах, наявність чітких цілей і здатність їх досягати формують стратегії відповідальності, здатності відстояти власні принципи, що приносить задоволення, почуття психологічного комфорту.

Порівнювались зв'язки показника шкали «цілі в житті» зі шкалами «баланс афекту», «осмисленість життя», «управління середовищем», «людина як відкрита система». Значущість цих зв'язків віддзеркалює вплив життєвих цілей та стратегій їх досягнення на рівень психологічного благополуччя (шкала «психологічне благополуччя»). Високі бали за шкалою «цілі в житті» відобразили, що людина має мету в житті і почуття спрямованості; вважає, що минуле життя мало сенс; дотримується принципів, які були сформовані протягом життя; має наміри щодо майбутнього. Низькі бали – людина позбавлена сенсу в теперішній час; має замало життєвих замислів; у неї відсутнє почуття спрямованості, вона не бачить сенсу у своєму минулому житті; не має перспектив або переконань, що визначають сенс майбутнього. Представлені в таблиці значущі показники кореляції підтверджують гіпотезу

Таблиця 1

Показники значущих зв'язків життєвих цілей особистості з характеристиками психологічного благополуччя (за методикою К. Ріфф) (N=214)

Показники псих. благополуччя	Баланс афекту	Осмисленість життя	Управління середовищем	Людина як відкрита система
Цілі в житті	-,615**	,80**	,854**	,432**
	,000	,248	,000	,000
N	214	214	214	214

** Значущі кореляції на рівні 0,01 (2-х стороння). *Кореляції значущі на рівні 0,05 (2-х стороння)

про важливість балансу між поставленими життєвими перспективами та їх реалізацією як потенціалу власних можливостей особистості, що стає умовою психологічного благополуччя особистості. Від можливості реалізувати поставлені цілі та життєві перспективи залежить отримання задоволення життям. Особистість у реалізації своїх цілей, життєвих планів має витримувати баланс між задоволенням власних потреб і норм та вимог соціального оточення. Людина як відкрита система стосунків із соціальним оточенням отримує задоволення від цієї взаємодії. Намагання зберегти цінності соціально-психологічного простору і знайти своє місце самореалізації в ньому створює умови цього балансу. Саме від цього балансу і залежить те, чи відчуває особистість себе психологічно благополучною або ні. Від реалізації власних перспектив і стратегій їх реалізації залежить переживання благополуччя.

Значущим виявився зв'язок життєвих цілей із показником за шкалою «Управління середовищем». Досягнення життєвих цілей пов'язано з компетенцією в управлінні оточенням, контролі зовнішньої діяльності. Якщо людина ефективно використовує можливості, здатна створювати умови і обставини, що відповідають задоволенню власних потреб і досягнення цілей, то вона створює умови для отримання задоволення. Це формує почуття психологічного благополуччя. Так, якщо людина має труднощі в організації повсякденної діяльності, відчуває себе не здатною змінити обставини, безрозсудно ставиться до можливостей, що їй надаються, позбавлена почуття контролю над тим, що відбувається навкруги, то їй важко ставити цілі і добиватись їх здійснення.

Дослідження показало, що задоволеність життям взаємопов'язано з устремлінням особистості до самостійності у вирішенні проблем, постановкою цілей, визначенням стратегій їх досягнення. Це дає підстави говорити про формування позитивного настрою, позитивних переживань у постанові життєвих перспектив особистості, самостійного вибору стратегій їх досягнення. Саме зв'язок між вибором стратегії самостійного вибору досяг-

нення життєвих перспектив та позитивних емоцій формує почуття задоволеності. Якщо особистість намагається реалізувати свої цілі не беручи відповідальність, то вимоги соціального оточення сприймаються як нав'язані ззовні і не приносять задоволення. Нав'язування ззовні викликає дискомфорт. Стратегія відповідального досягнення цілі, прийняття ризику дає впевненість у власних силах, задоволення та психологічний комфорт, що формує психологічне благополуччя особистості.

Дослідження виявило, що виділені особистісні характеристики становлять певні стратегії досягнення мети, стають вирішальними в отриманні особистістю задоволення, почуття комфорту, що формує почуття психологічного благополуччя. Зіставлення методики життєвих стратегій із рівнем психологічного благополуччя прояснює важливість цього зв'язку в самодетермінації психологічного благополуччя особистості.

Цікавим, на наш погляд, є зв'язок життєвих перспектив зі сприйняттям часу особистістю, на основі якого формується почуття психологічного благополуччя. За допомогою методики Зімбардо визначені значущі показники впливу життєвих цілей на фактор сприйняття особливостей життя залежно від його часу:

1) фактор негативного минулого. Цей фактор визначає рівень несприйняття власного минулого, яке викликає почуття огиди, болі і розчарувань;

2) фактор сприйняття позитивного минулого, що показує рівень сприйняття власного минулого, за умов якого формується подальший життєвий досвід, що сприяє розвитку особистості та її психологічного благополуччя;

3) фактор сприйняття гедоністичного теперішнього життя, але теперішнє бачиться відірваним від минулого і майбутнього, єдина ціль – насолода;

4) фактор сприйняття фаталістичного теперішнього життя, яке бачиться не залежним від волі людини, із самого його початку вже є підпорядкованим фатуму, а особистість – долі;

5) рівень орієнтації на майбутнє, який виявляє наявність у особистості цілей і планів на

Таблиця 2

Кореляційні зв'язки життєвих цілей особистості з характеристиками стратегій їх досягнення (за методиками Мадді N=214)

Показник життєвих стратегій особистості	Показники стратегій досягнення намічених цілей	Прийняття ризику	Контроль	Включеність
Цілі в житті	Кореляції Пірсона	,373	,440	,547
	Знач. (2- стор.)	,000	,000	,000

** Значущі кореляції на рівні 0,01 (2-х стороння). *Кореляції значущі на рівні 0,05 (2-х стороння)

Показники значущих зв'язків життєвих цілей особистості з характеристиками ставлень до певних етапів життя (за методикою Зімбардо. N=213)

Показник життєвих стратегій особистості	Характеристики ставлень до життєвих етапів	Негативне минуле	Майбутнє	Позитивне минуле	Фаталістичне теперішнє життя	Гедоністичне теперішнє
Цілі в житті	Кореляції Пірсона	-,265	,304	,151	-,353	,242
	Знач. (2-стор.)	,000	,000	,028	,000	,000
	N	214	213	213	213	213

** Значущі кореляції на рівні 0,01 (2-х стороння). *Кореляції значущі на рівні 0,05 (2-х стороння)

майбутнє. Ці фактори визначаються за допомогою таких шкал: негативне минуле, гедоністичне теперішнє, майбутнє, позитивне минуле, фаталістичне теперішнє.

Цілі в житті (як складник психологічного благополуччя) розглядаються як життєві перспективи особистості, пов'язані з уявленнями життєвих періодів. Значущими виявились зв'язки з показниками шкал «Майбутнє», «Позитивне минуле». Людина отримує задоволення від планування власного майбутнього та позитивних спогадів минулого життя. Спираючись на позитив із минулого, людина із задоволенням може планувати певні життєві перспективи. Емоційне задоволення залежить від отриманих позитивних емоцій під час досягнення поставлених особистістю життєвих цілей, від реалізації задуманого в часовій перспективі. Зіставлення показників ставлення до життя в часовій перспективі та показників, отриманих під час аналізу методик визначення психологічного благополуччя, дало такі результати. Вибрані стратегії досягнення цілей формують

ставлення особистості до часової організації життя, саморегуляції, способу самореалізації, що стають чинниками психологічного благополуччя особистості. Психологічне благополуччя формується в цілісності зв'язку минулого, теперішнього та майбутнього життя людини. Відображення задоволення в минулому виражається у відображувальній манері, є реставрацією минулого життя, а репрезентація майбутнього спирається виключно на життєву антиципацію, реалізується як зображення життя. Механізми відображення психологічного благополуччя працюють у всіх часових модальностях.

Особливо цікавими були отримані дані щодо впливу стратегії фантазування особистості на рівень психологічного благополуччя. Показник фантазії може лише посилювати наміри на майбутнє, а не вирішувати, за рахунок яких дій та стратегій особистість буде досягати конкретні життєві цілі. Реалістичність визначених особистістю життєвих перспектив визначає осмисленість життя, здатність упо-

Таблиця 4

Коефіцієнти кореляції Пірсона життєвих цілей та стратегій їх досягнення (за методикою Лазарус. N=213)

	Конфронтації	Втечі	Дистанціювання	Планування вирішення проблем	Прийняття відповідальності	Самоконтроль	Пошук соціальної підтримки
Кореляції Пірсона	,005	-,195**	-,140*	,353**	-,052	-,021	,186**
Знач. (2-стор.)	,942	,004	,041	,000	,455	,758	,006
N							

** Значущі кореляції на рівні 0,01 (2-х стороння). *Кореляції значущі на рівні 0,05 (2-х стороння)

ратись із новою ситуацією, самоврядування, самовпевненість, самоконтроль, взяття відповідальності, обов'язковість, спрямованість на справу, пунктуальність, старанність, довіру, терпіння.

Статистично встановлено зв'язок між цілями, операційними та рефлексивно-оцінними критеріями психологічного благополуччя у студентів, використовуючи метод кореляційного аналізу r-Пірсона, $p \leq 0,01$.

Отримані дані свідчать про зв'язок життєвих перспектив і стратегій їх досягнення з психологічним благополуччям особистості. У процесі реалізації певних перспектив активізуються певні стратегії їх досягнення в нових, зокрема кризових, умовах життєдіяльності; тобто під час зміни умов знайомого типу поведінки побудова нової моделі майбутнього супроводжується зміною способів і результату. З одного боку, спостерігається важливість активності особистості в житті соціуму, а з іншого боку необхідність орієнтації на автономність, важливість власних цілей, перспектив. Якщо це вступає у суперечності, то в особистості життя проходить у постійному протистоянні зі світом. Інший варіант досягнення життєвих цілей – це інтроєкція. У такому разі особистість уникає дискусій, живе за старими правилами інших, «як люди кажуть». Особистість відчуває апатію, безініціативність, підкорення авторитету, що дає оманливе відчуття безпеки. Бажання жити «як усі», за стандартами, не виказуючи власних суджень, ускладнює прийняття власного вибору, рішення, створення психологічного благополуччя. Такий стан породжує фантазійність, яка ускладнює формування реалістичних життєвих перспектив, цілей, планів. Фантазійність може не відповідати реальним можливостям досягнення життєвих перспектив, породжувати стратегії конфронтації, втечі, дистанціювання, відстороненість, уникнення відповідальності. Життєві перспективи особистості та стратегії їх досягнення формують умови досягнення психологічного благополуччя особистості.

Таким чином, інтерпретуючи отримані показники, можна стверджувати, що характерними виявами впливу життєвих перспектив на самодетермінацію психологічного благополуччя є: вміння підпорядковувати власну діяльність цілям; потреби у подоланні труднощів; вміння планувати дії; вміння визначати етапи завдання та послідовність проміжних цілей, особливо на тих етапах, що вимагають зусиль і зосередження. Показовим є зв'язок типів досягнення поставлених особистістю життєвих цілей з емоційним ставленням до життя, до власних досягнень, переживанням задоволення від взаємодії із соціальним оточенням. Оцінюючи власні етапи життя як позитивні, людина отримує задоволення, впевне-

ність у позитивному майбутньому. У такому стані особистість активізує побудову життєвих перспектив. Це підтверджує взаємозв'язок вибраних особистістю життєвих планів, цілей, перспектив та стратегій їх досягнення з переживанням комфорту, задоволення, позитивних емоцій, позитивної оцінки дійсності, що стають чинниками психологічного благополуччя.

Емоційна включеність особистості в реалізацію життєвих перспектив активізує вибір нею нових цілей, етапів їх досягнення, особливо тоді, коли вона стикається з труднощами в реалізації своїх планів. Саме вирішення проблем у досягненні мети дає те задоволення, радість, що стає чинником психологічного благополуччя особистості. Фантазування може приносити задоволення від намірених цілей, перспектив, але їх реалізація залежить від обраних стратегій та реалістичності цих стратегій. Життєві перспективи утворюють баланс між бажаним і реально можливим для особистості у їх досягненні. Саме від цього балансу залежить, почуває людина себе щасливою чи ні.

Перспективою дослідження буде створення тренінгу актуалізації життєвих цілей, перспектив і стратегій їх реалізації особистості як умови формування психологічного благополуччя. Упровадження програм тренінгу можливе в консультативних центрах для студентів у вишах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Осин Е.Н., Леонтьев Д.А. Аprobация русскоязычных версий двух шкал экспресс-оценки субъективного благополучия. *Материалы III Всероссийского социологического конгресса*. Москва : Институт социологии РАН, Российское общество социологов, 2008.
2. Сердюк Л.З. Фактори психологічного благополуччя студентів. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2018. Том VI, Вип. 14. С. 51–59
3. Володарська Н.Д. Почуття благополуччя у контексті психології цінностей особистості. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2019. Том VI, Вип. 15. С. 145–155. URL: <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v6/i15/17.pdf>
4. Некрасова Е.В. Исследование проблемы времени в психологии. Барнаул : Изд-во БГПУ, 2000. 124 с.
5. Титаренко Т.М. Временные измерения жизненного пути личности. *Психология личности и время: Тез. Всес. конф.* Черновцы, 1991. Т. 1. С. 17–20.
6. Абульханова-Славская К.А. Жизненные перспективы личности. Психология личности и образ жизни // Под ред. Е.В. Шороховой. Москва : Наука, 1987. С. 149–151.
7. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. Москва, 1976.

8. Мартынюк И.О. Проблемы жизненного самоопределения молодежи. Опыт прикладного исследования. Киев : Наукова думка, 1993. 116 с.
9. Серенкова В.Ф. Типологические особенности планирования личного времени : автореф. дис. ... канд. психол. наук: спец. 19.00.01. Москва, 1991. 20 с.
10. Мудрак В.И., Павлова Т.А. Процессы целеполагания в организации времени. *Психология личности и время* : Тез. Всес. конф. Черновцы, 1991. Т. 2. С. 37–39.
11. Ральникова И.А. Жизненные перспективы личности : психологический контекст : Монография. Барнаул : Изд-во Алт. ун-та, 2002. 152 с.
12. Гингер Серж Гештальт: искусство контакта. Новый оптимистический подход к человеческим отношениям. Москва : ПЕР СЭ, 2002. 320 с.
13. Психология жизненного успеха. Опыт социально-психологического анализа преодоления критических ситуаций // Отв. ред. Н.И. Соболева, Л.В. Сохань, Е. И. Головаха. Киев : Инстит соц. НАН Украины, 1995. 150 с.
14. Панок В.Г. Г.В. Рудь Психологія життєвого шляху особистості : Монографія Київ : Ніка-Центр, 2006. 280 с.
15. Доценко Е.Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита. Санкт-Петербург : Речь, 2003.
16. Diener E. & Seligman M.E. Beyond Money: Toward an Economy of Well Being. *Psychological Science in the Public Interest*. 2004. 5(1). P. 1–31. URL : <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2004.00501001.x>
17. Extremera N., José M., S., & Fernández-Berrocal P. Trait Meta-Mood and Subjective Happiness: A 7-week Prospective Study. *Journal of Happiness Studies*. 2011. 12. P. 509–517. URL : <https://doi.org/10.1007/s10902-010-9233-7>.
18. Keyes C.L.M., Shmotkin D., & Ryff C.D. Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2002. 82(6). P. 1007–1022. URL : <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
19. Diener E., Oishi Sh., & Lucas R. Personality, Culture and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*. 2003. 54. P. 403–425.
20. Крюкова Т.Л., Куфтяк Е.В. Опросник способов совладания (адаптация методики WCQ). *Журнал практического психолога*. Москва : 2007. № 3 С. 93–112.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ МЕДІА НА ЕМОЦІЙНУ СФЕРУ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНУ ПОВЕДІНКУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE MEDIA'S INFLUENCE ON THE EMOTIONAL SPHERE AND ORGANIZATIONAL BEHAVIOR OF SERVICEMEN

У статті розглядаються психологічні особливості впливу медіа на емоційну сферу та організаційну поведінку військовослужбовців. Основна увага приділяється поглибленню знань і уявлень про фундамент емоційної сфери та організаційної поведінки, а також розкриттю сутності медіа та її впливу на військовослужбовців. Предметом дослідження стали особливості впливу медіа на емоційну сферу та організаційну поведінку військовослужбовців. Основні завдання дослідження – розглянути поняття «медіа» та його значення для особистості, провести аналіз поняття «емоція» та факторів, які впливають на емоційні реакції, провести експериментальне дослідження впливу медіа на вияв емоційної сфери. Методами дослідження обрано аналіз і синтез, порівняння, класифікацію, конкретизацію, узагальнення, спостереження та експеримент. У статті використано такі методики: «Визначення загальної емоційної спрямованості особистості» (Б.І. Додонов), «Діагностика рівня емоційного вигорання» (В.В. Бойко), тест Люшера. Математико-статистична обробка даних проведена за допомогою програми Microsoft Excel. Для емпіричного дослідження запрошено військовослужбовців віком від 21 до 50 років різної статі. Така вибірка була здійснена через те, що медіа має вплив на різну вікову категорію, особливо щодо військовослужбовців. Тому що військові – це ті люди, які мають бути завжди обізнаними у всіх актуальних новинах світу. Головним їхнім обов'язком є забезпечення миру та спокою у своїй країні, а одним із факторів, який може завадити це зробити, є вплив медіа. Отож, дослідження показало, що медіа впливає як на низький показник емоційності, так і на високий, але респонденти, які мають більш високий рівень емоційності, піддаються впливу медіа сильніше, ніж ті, у кого емоційність нижче норми, тому що такий вияв впливає на їхню діяльність. На підставі методик виявлено, що в групі військовослужбовців домінують практичні емоції (18%). Також визначено, що у групі немає сформованих симптомів емоційного вигорання, але наявні симптоми на стадії формування, як-от неадекватне реагування (15%), емоційна дезорієнтація (13%), редукція профобов'язків та емоційний дефіцит (12%). Ці симптоми головним чином формуються завдяки впливу медіа.

Ключові слова: медіа, емоційна сфера, організаційна поведінка, вплив, військовос-

лужбовці, класифікація емоцій, інформація.

The article considers the psychological features of the media's influence on the emotional sphere and organizational behavior of servicemen. The main attention is paid to the deepening of knowledge and ideas about the foundation of the emotional sphere and organizational behavior, as well as the disclosure of the essence of the media and its impact on the military. The subject of the study was the peculiarities of the media's influence on the emotional sphere and organizational behavior of servicemen. The main objectives of the study were to consider the concept of media and its significance for the individual, to analyze the concept of "emotion" and the factors influencing emotional reactions, to conduct an experimental study of the influence of media on the manifestation of the emotional sphere. Analysis and synthesis, comparison, classification, concretization, generalization, observation and experiment were chosen as research methods. The following methods are used in the article: method "Determination of general emotional orientation of personality" (BI Dodonov), method "Diagnosis of emotional burnout" (VV Boyko, Luchser test, mathematical and statistical data processing was performed using Microsoft Excel. For the empirical study, servicemen aged 21 to 50 and of various sexes were invited. This sample was made because the media has an impact on different age groups, especially for military personnel. Because the military are the people who should always be aware of all the current news in the world. Their main duty is to ensure peace and tranquility in their country, and one of the factors that can prevent this is the influence of the media. Thus, research has shown that the media affects both low and high emotionality, but respondents who have a higher level of emotionality are more affected by the media than those whose emotions are below normal, because such exposure affects their performance. Based on the methods, it was found that in general, the group of servicemen is dominated by practical emotions – 18%. It was also determined that the group has no symptoms of emotional burnout, but there are symptoms at the stage of formation such as inadequate response – 15%, emotional disorientation – 13%, reduction of professional responsibilities and emotional deficit – 12%. All these symptoms are mainly due to the influence of the media.

Key words: media, emotional sphere, organizational behavior, influence, servicemen, classification of emotions, information.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.9>

Головська І.Г.

к.психол.н.,
доцент кафедри теорії та методики
практичної психології
Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського

Почепцова Д.О.

студентка
Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського

Тема дослідження полягає в тому, що на тлі великої кількості досліджень емоційності проблема впливу засобів масової інформації на емоційну сферу та організаційну поведінку військових привертає мало уваги дослідників. Сучасне суспільство можна охарактеризувати як суспільство, в якому головним багатством є інформація. Об'єк-

тивною закономірністю розвитку такого суспільства стала активізація інформаційних процесів: збільшується обсяг і швидкість передання та отримання інформації, а також прискорюється її обробка. Такі процеси можуть негативно впливати на людину, призводячи до емоційних перевантажень, що може збільшити здатність неадекватно

реагувати на ситуацію. Особливе занепокоєння викликає вплив сучасних засобів масової інформації. Те, що цей вплив наразі здебільшого негативний, ніхто не заперечує. Цей факт підтверджується наявними дослідженнями та загальною ситуацією в суспільстві. Зростання невмотивованої агресії, знищення традиційних людських цінностей, відсутність моральних настанов та духовних лідерів, а також зниження порогу чутливості емоційної сфери – усе це не в останню чергу пов'язане з вектором розвитку ЗМІ. У психологічних дослідженнях досить інтенсивно вивчаються проблеми особливості особистісного, тендерного та професійного сприйняття ЗМІ (А.А. Вугман, М.А. Папантіму, В.І. Громова, А. Шалімова, М.А. Турчінова та ін.); специфіка її впливу на поведінку і ціннісні орієнтації (Г.Г. Єрошина, М.А. Каліманов, Е.А. Пушканова, М.А. Салюков, Г.А. Козубова). Саме тому обрана тема дослідження є дуже актуальною нині, коли йдеться про відсутність контролю над медіаринком та неконтрольований потік інформації, що згубно впливає на формування стійкої емоційної сфери.

Медіа – сукупність організаційно-технічних засобів для передання та відтворення різної інформації у великих кількостях [2]. Сучасна медіасистема будується так:

- друкарська преса (газети, журнали, тижневики тощо);

- електронні аудіовізуальні засоби масової інформації (радіо, Інтернет, телебачення, документальні фільми тощо);

- інформаційні послуги (рекламні та PR-агенції, телеграфні агентства, професійні журналістські спільноти).

Поліграфія посідає особливе місце в системі засобів масової інформації завдяки особливостям передання інформації, як-от фіксація інформації у вигляді текстів та зображень на папері за допомогою друкарського обладнання. Друкована продукція передає інформацію у вигляді друкованого тексту до знакової системи, графічних форм-ілюстрацій (фотографій, малюнків, графіки, плакатів тощо), які потім сприймаються без допомоги будь-яких спеціальних засобів. Для отримання телевізійної чи радіоінформації потрібні спеціальні технічні засоби – приймачі-декодери (радіо, телевізор, магнітофон тощо).

Вивчаючи телевізійне спілкування, виокремлюють такі види впливу:

- вторгнення – вид активного впливу на глядача (незалежно від того, наскільки він готовий отримувати інформацію). Характерне для ситуації браку інформації про характер і ставлення аудиторії;

- догляд – тип впливу, що характеризується взаємним відчуженням комунікатора та ауди-

торії: глядач не намагається зрозуміти автора програми, який не поспішає проникати в душу глядача;

- саморозкриття – тип впливу, що характеризується активним самовираженням комунікатора, позиція якого адресована глядачеві, але не інакше, а скоріше йому самому. У результаті такого монологу глядач віддаляється;

- залучення – тип впливу, що передбачає єдність комунікатора і глядача, тобто їх участі, допомоги, співтворчості, єдиного темпу діяльності, єдиного досвіду минулого, сьогодення та майбутнього. Залучення є найефективнішим видом впливу, оскільки наочність діалогу та близькість комунікатора до проблем та ставлення аудиторії можуть зменшити або навіть усунути бар'єр опору, який мають люди, коли вони відчують себе змушеними впливати на них [4].

Сьогодні ЗМІ є одним із найпотужніших інструментів формування соціального простору в сучасному суспільстві та одним із найважливіших соціальних інститутів. Недарма ЗМІ назвали четвертою владою, адже назва відповідає силі впливу на суспільство загалом та на кожного з його членів зокрема. Таким чином, можна зробити висновок, що медіа залишає вагомий відбиток на нашому образі життя, ідеології і ціннісно-культурних установах.

Емоції – це суб'єктивні реакції людини чи істоти на вплив внутрішніх і зовнішніх подразників, які виявляються у вигляді задоволення, смутку, радості, страху тощо. Слово «емоція» походить від латинського «*emovere*», що означає «рухатися, хвилювати, справляти враження». Супроводжуючи майже будь-який вияв життєдіяльності організму, емоції є одним із головних механізмів внутрішньої і зовнішньої регуляції психічної діяльності і поведінки, спрямованих на задоволення актуальних потреб. Емоційні явища в сучасній психології розуміють як суб'єктивні переживання її відношення до предметів, явищ, подій, інших людей. Маленькі дрібниці, що викликають у нас задоволення, втома, енергія, сум, біль – це прості емоції. Такі емоції характерні як для людей, так і для тварин. У результаті життєдіяльності прості емоції людини стали складними емоціями та почуттями. Характерним для складних емоцій є те, що вони виникають у результаті усвідомлення предмета, який їх пробудив, розуміння їх життєвого значення. Є багато класифікацій емоцій. Найчастіше їх поділяють на такі критерії групи:

- 1) нижчі та вищі;
- 2) позитивні та негативні;
- 3) стенічні та астенічні;
- 4) емоційні реакції та умови.

Примітивні (нижчі) – переживання, пов'язані із задоволенням або незадоволенням фізіологічних потреб.

Вищі – переживання, які виникають на ґрунті задоволення духовних потреб.

Позитивні – емоції, пов’язані із задоволенням потреб.

Негативні – емоції, які викликають почуття незадоволення і вимагають зміни ситуації.

Стенічні – емоції, які підвищують життєдіяльність людини, посилюють активність.

Астенічні – емоції, які пригнічують життєдіяльність організму, знижують енергію суб’єкта.

Завдяки емоціям люди усвідомлюють свої потреби та предмети, на які вони спрямовані.

Прикладом таких емоцій є відчуття задоволення від сприйняття музики, картин та пейзажу. Емоції характеризуються полярністю. Вони виявляються в тому, що кожна емоція, кожне почуття за різних причин можуть виявлятися протилежно чином: «радість – горе», «любов – ненависть», «співчуття – антипатія», «задоволення – незадоволення». Такі переживання мають яскраво виражений позитивний чи негативний відтінок [3]. Емоція сигналізує про благополучний або неблагополучний розвиток подій, про більшу чи меншу визначеність стану суб’єкта в системі його предметних і міжособистісних взаємин, чим забезпечує регулювання, корекцію її поведінки в умовах спілкування і діяльності. Емоції детермінують всю життєдіяльність організму, виконуючи функції оцінки, переживання і мотивації. Також вони є регулятором процесів пізнання, спілкування, мотивації діяльності тощо [6]. Емоції розвиваються та закріплюються, якщо вони знаходять реальне вираження у житті та діяльності солдатів. Тому важливо забезпечити, щоб емоції, викликані у військових за допомогою певних засобів впливу, виражались у їх практичній діяльності. Уважність і повага до військовослужбовця пробуджує його найкращі почуття і підвищує його емоційну сприйнятливість до зауважень і вказівок офіцера, готовності піддаватися впливу.

Питання про роль медіа в емоційній сфері людини було актуальним протягом тривалого часу. На початку ХХ століття, коли нарешті з’явилися і стали широко використовуватися такі засоби передання, як телефон, телеграф, радіо, кіно, є набагато більше можливостей для масових маніпуляцій людьми. Інформація стала доступною для всіх верств суспільства. Актуальність дослідження полягає в тому, що масові комунікації стали відображенням усього інформаційного середовища суспільства та ЗМІ-інформація є найважливішим соціальним, інструментом впливу. Із середини ХХ століття багато іноземних учених почали займатися питанням вивчення впливу ЗМІ на громадську думку та емоційну сферу, тим самим доводячи, що ЗМІ можуть бути хорошим маніпулятором. Сьогодні засоби масової інформації мають дедалі більший вплив

на розвиток особистості, особливо на зміну її емоційності. Формування зразків соціальної поведінки, особистих ідеалів відбувається в складному соціокультурному просторі, де поряд із такими інститутами, як робота та сім’я, важлива (а часом і провідна) роль належить засобам масової інформації. Психіка сучасної людини не може уникнути впливу засобів масової інформації [9].

Відомо, що емоції – це особливий клас суб’єктивних психологічних станів, які відображаються у формі безпосередніх переживань, приємних і неприємних почуттів, ставлення людини до світу та людей, процесу та результатів його практичної діяльності. Клас емоцій включає настрої, почуття, пристрасті, стрес. Це так звані «чисті» емоції. Вони включаються в усі психічні процеси і стани людини. Будь-які вияви його діяльності супроводжуються емоційними переживаннями. Серед показників позитивного процесу розвитку емоційної сфери особистості К. Ізард виокремлює такі:

- підвищений настрій під час включення в референтну групу та задоволеність спільною діяльністю;
- зниження чутливості до критики щодо них шляхом розвитку «психологічного захисту»;
- шкала емоційних змін (не менше місяця);
- легкість зміни бажань під впливом референтної групи та легкість співучасті за допомогою емоційної децентралізації;
- жорсткість і безкомпромісність оцінки оточення за полярною шкалою (або-або) з нестабільною самооцінкою [5].

Ці емоційні показники нормального перебігу формування особистості можуть бути зафіксовані на основі дослідницьких процедур, які прагнуть виявити негативний вплив засобів масової інформації. Поява в поведінці не відповідає цьому періоду особливостей формування особистості або відсутності відповідних емоційних характеристик протягом тривалого часу і є свідченням негативного впливу. Оскільки відхилення, не виправлене вчасно, впливає на центральні процеси особистості, створюючи тим самим передумови для небажаних змін в емоційній сфері. Емоційний досвід людини змінюється і збагачується в процесі розвитку особистості в результаті емпатії, що виникає у спілкуванні з іншими людьми, у сприйнятті творів мистецтва, під впливом засобів масової інформації. Можливо, навіть одночасне переживання протилежних емоцій. Усі емоційні вияви характеризуються орієнтацією (позитивною чи негативною).

Позитивні емоції (задоволення, радість, щастя тощо) виникають тоді, коли є потреби, бажання, успішне досягнення мети діяльності.

Негативні емоції (страх, злість, тривога, страх тощо) дезорганізують діяльність, що призводить до її виникнення, але організовує

дії, спрямовані на зменшення або усунення шкідливих наслідків. Виникає емоційне напруження. Він виникає і розвивається у зв'язку з різними емоційними, психогенними, стресовими та іншими факторами, тобто дуже сильними впливами на мотиваційну, емоційну, вольову, інтелектуальну сфери, що супроводжуються різними емоційними реакціями, переживаннями. Найбільш негативним є те, що тривога лежить в основі багатьох невротичних розладів, особливо неврозу страху, який набувається під впливом певних програм, що транслуються на телебаченні. На думку В.М. Цілуйко, тривога, набута внаслідок негативного впливу ЗМІ, може набувати форми більш серйозних емоційних розладів, із якими людина не може впоратися самостійно. До них належать стрес, апатія, депресія та подібні емоційні стани (розлад, дисфорія, емоційна амбівалентність та інші) [10].

Сприйняття засобів масової інформації – це складний етапний процес, розроблений часом, особливості якого пов'язані з такими факторами, як ступінь усвідомленості соціально значущих проблем, ступінь участі у ситуаціях сприйняття як позитивної, так і негативної інформації, особистий досвід та його вік. Щоб засоби масової інформації мали переконливий вплив на емоційну сферу та вивели соціальну проблему на рівень особистої значущості у людей, їй потрібно зосередитись на:

- суб'єктивній значущості і принципі емпатії (повинна ініціювати індивіда поставити себе на місце представника цільової аудиторії і відображати його інтереси, бажання, мотиви);

- правдоподібність (має логічно та обґрунтовано подавати основну інформацію у формі, що відповідає особливостям сприйняття, увага повинна бути зосереджена на тому, що людина може поставити під сумнів);

- створення цілісного образу та стійкого ставлення до проблеми.

Серед критеріїв психологічного впливу ЗМІ можна виокремити:

- когнітивний компонент (здатність привертати увагу);

- емоційний компонент (здатність викликати емоційно-оцінну позицію);

- поведінковий компонент (бажання доглядати до кінця, навчитися або придумати продовження, переглянути ще раз).

Особливості емоційної сфери військовослужбовців впливають на процес сприйняття ними засобів масової інформації, що залежить від розвитку та послідовності внутрішньо- та міжособистісних компонентів, які базуються на різноманітному особистому досвіді внутрішніх психологічних ресурсів (міжособистісні критерії) у взаємодії із суспільством і досвіді, закріпленому у відповідних навичках

(внутрішньоособистісні критерії) ціннісно-семантичного вибору.[7]

Військовослужбовці з різним рівнем розвитку емоційної, вольової та семантичної сфер мають різні особливості стратегій сприйняття та оцінки медіапродукції, які не зводяться до розуміння, а ґрунтуються на свідомому і несвідомому прийнятті цінностей, переданих через цей спрямований вплив.

Можна виокремити різні рівні сприйняття ЗМІ військовими:

- високий (коли зміст телевізійних програм, фільмів, мультфільмів сприймається суб'єктом на рівні особистої значущості, що має певну особисту цінність);

- середній (коли військовослужбовець може характеризувати соціальну спрямованість сюжету на рівні когнітивного розуміння та аргументації);

- низький (коли військовий погано сприймає та поглинає негативну спрямованість інформаційного складника).

Група військовослужбовців, що мають позитивно високий рівень сприйняття телевізійних програм, має більш високий внутрішньо особистісний критерій сформованості змісту, оскільки відображає стан їхніх дій, учинків на рівні особистого сенсу. Вони мають більш виражену когнітивну мотивацію, пов'язану з прагненням розширити картину пізнавального світу, є більш цілеспрямованими, емоційно-вольова та ціннісно-сміслова сфери є більш насиченими, багатшими, складнішими. Розкрито характерні для цієї групи стратегії сприйняття засобів масової інформації (аналітичну, синтетичну, аналітично-синтетичну та емоційно-оцінну) [1].

Для дослідження впливу медіа на емоційну сферу військовослужбовців використано три методики, які були направлені на визначення напряму емоційної сфери: 1) «Визначення загальної емоційної спрямованості особистості» (Б.І. Додонов); 2) «Діагностика рівня емоційного вигорання» (В.В. Бойко); 3) тест Люшера. Загалом, військовослужбовці психологічно стабільні, завзяті, наполегливі, а також здатні контролювати події, направляти і керувати ними. Це сильні духом люди, які хочуть справити враження і домогтися свого, незважаючи на опір і перешкоди. Ці дані ми з'ясували за допомогою тесту Люшера. Завдяки методикам було виявлено, що в групі військовослужбовців домінують практичні емоції (18%). Також визначено, що у групі немає сформованих симптомів емоційного вигорання, але виділяються симптоми на стадії формування, як-от неадекватне реагування (15%), емоційна дезорієнтація (13%), редукція профобов'язків та емоційний дефіцит (12%). Ці симптоми формуються завдяки впливу медіа.

Отже, слід сказати, що медіа впливає як на низький показник емоційності, так і на висо-

кий, але респонденти, які мають більш високий рівень емоційності, піддаються впливу медіа сильніше, ніж ті, у кого емоційність нижче норми, тому що такий вияв впливає на їхню діяльність. Чим більше у військовослужбовців виражена емоційна сфера, тим сильніше на них впливає медіа, тому що військовослужбовцям не властиво бути занадто емоційними, адже це ті особистості, які повинні в будь-якій ситуації зберігати холоднокровний розум і не показувати своїх емоцій. А вияв емоційної сфери – це привертання уваги та прояв себе, що у військовій справі не підтримується. Уміння людини стримувати свої почуття, відкладаючи їх прояв до більш відповідного моменту, виділяє військового, який уникнув сильного впливу медіа.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абдурахманов Р.А. Военная психология. *Психол. журн.* Т. №1
2. Азарян К.А. Средства массовой информации. Москва, 2015. 47 с.
3. Гозман Л.Я. Психология эмоцийных отношений. Москва : МГУ. 1987. 176 с.
4. Грачев Г.В. Информационно-психологическая безопасность особи: стан і можливості психологічного захисту. Москва, 2008. 125 с.
5. Изард К.Э. Психология эмоций. Санкт-Петербург : изд. Питер, 2000.
6. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. Санкт-Петербург : изд. Питер, 2001. 553 с.
7. Кокун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.
8. Максименко С.Д., Соловйенко В.О. Загальна психологія: Навч. Посібник. Київ : МАУП, 2000. 256 с.
9. Тарасов К.А. До пошуків виходу з пастки екранного насильства. *Світ психології.* 2000, № 2. С. 44.
10. Цілуйко М.В. Вплив засобів масової інформації на формування протиправної поведінки підлітків. *Вісник психосоціальної та корекційно-реабілітаційної роботи.* 2000, № 1. С. 70.
11. James W. Principles of Psychology. New York : Holt, 1890. 712 p.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ, ЯКІ МАЮТЬ ВНУТРІШНІ КОНФЛІКТИ

THE PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION OF ELDERLY PEOPLE WHO HAVE INTERNAL CONFLICTS

У статті розкрито особливості дії механізмів психологічного захисту в людей похилого віку, які перебувають у ситуації внутрішнього конфлікту. Проаналізовано питання психологічного захисту в наукових психологічних дослідженнях. Розглянуто різні трактування цього феномену, класифікації, підходи, розкрито сутність найпоширеніших механізмів психологічного захисту. Установлено позитивні й негативні наслідки дії механізмів психологічного захисту особистості. Зазначено, що психологічний захист – це особлива психічна активність, яка реалізується у формі специфічних прийомів, котрі допомагають на певний час полегшити емоційний стан людини, зняти напруження, викликане конфліктом, змінити сенс події і переживань, інформацію, що розцінюється як несприятлива й руйнівна, уникнути руйнування цілісності образу «Я», щоб не завдати травми базовим уявленням про себе, інших та навколишній світ. Описано соціально-психологічні проблеми людей похилого віку та особливості їхньої «Я-концепції». Визначено, що зміни, притаманні людям похилого віку, вимагають від них постійної адаптації до мінливих життєвих ситуацій, переструктурування стратегій поведінки, що призводить до внутрішньоособистісних конфліктів. За допомогою тесту-опитувальника «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, Г. Келлермана визначено домінуючі механізми психологічного захисту, які застосовують люди похилого віку з наявним внутрішнім конфліктом (проекцію та раціоналізацію), які допомагають знизити психологічне напруження, викликане внутрішнім конфліктом за рахунок або створення ситуації «бути як усі, не виділятися», або знаходження для себе раціонального пояснення несприятливої ситуації. Менш використовуваними є механізми витіснення й заміщення, які не усвідомлюються, не піддаються контролю, не потребують змін від особистості й обираються як більш прості та звичні. Запропоновано шляхи конструктивного подолання внутрішньоособистісного конфлікту, спрямовані на усвідомлення конфліктної ситуації та дії психологічного захисту, вироблення конструктивних стра-

тегій подолання внутрішніх суперечностей, подолання життєвих труднощів, здатність зберегти цілісність особистості, розкрити власні ресурси й потенціал, створення психологічного благополуччя літніх людей.

Ключові слова: психологічний захист, внутрішньоособистісний конфлікт, люди похилого віку, механізми психологічного захисту, витіснення, заміщення, заперечення, проєкція, раціоналізація, регресія, компенсація, гіперкомпенсація, цілісність особистості, психологічне благополуччя.

The article reveals the peculiarities of the action of mechanisms of psychological protection at elderly people who are in a situation of internal conflict. The problem of psychological protection in scientific psychological researches is analyzed. There have been considered the different interpretations of this phenomenon, classifications, approaches; the essence of the most widespread mechanisms of psychological protection is revealed. The positive and negative consequences of the mechanisms of psychological protection of the personality have been revealed. It is noted that psychological protection is a special mental activity which is realized in the form of specific techniques that help to alleviate a person's emotional state for a while, relieve tension caused by conflict, change the meaning of events and experiences. The social and psychological problems of elderly people and peculiarities of their "I-concept" have been described. It is determined that changes that are inherent in elderly people require them to constantly adapt to life situations, restructuring behavioral strategies, which leads to interpersonal conflicts. With the help of the questionnaire "Lifestyle Index" by R. Plutchyk, G. Kellerman there have been identified the dominant mechanisms of psychological protection used by elderly people with existing internal conflict. The ways of constructive overcoming the intrapersonal conflict which are aimed at understanding the conflict situation and psychological protection have been suggested.

Key words: psychological protection, intrapersonal conflict, elderly people, mechanisms of psychological protection, displacement, rationalization, regression, compensation.

УДК 159.964.21–053.9
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.10>

Горецька О.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Бердянський державний педагогічний
університет

Колпакчи О.С.

старший викладач кафедри психології
Бердянський державний педагогічний
університет

Глобальні швидкі перетворення в усіх сферах суспільства впливають на психіку людини й вимагають інтенсивного розвитку особистісних структур, які відповідають за ефективне пристосування до мінливого середовища. Однією з адаптаційних систем особистості є психологічний захист, функцією якого є створення відносного суб'єктивного благополуччя, послаблення психічного напруження, збереження на певний час цілісності особистості, її психічного здоров'я. Захисні механізми часто призводять до численних емоційних і психічних проблем, не вирішуючи внутрішнього кон-

флікту, водночас захищаючи й дозволяючи індивідові пристосовуватися до реальності.

Старість – віковий етап, який має певну специфіку. У цей період особливого значення набуває дія таких законів психічного розвитку, як гетерохронність, специфічність та різноманітність, пластичність і компенсація розвитку психіки, що призводить до внутрішньої розбіжності соматичного й нервово-психічного розвитку людини, зростання індивідуалізації різних осіб, перебудови й суперечливості розвитку різних підструктур у психіці [25]. Новий досвід формується не так швидко, виника-

ють труднощі у вибудовуванні нових рольових взаємин, відносин, цінностей, життєвих стандартів, соціальної ідентифікації; переважають негативне ставлення до власної старості й душевні переживання; відсутні внутрішні ресурси, нове часто викликає негативну реакцію й порівнюється з минулим, тому людина похилого віку часто перебуває в ситуації внутрішньоособистісного напруження й суперечностей, а там, де є суперечності, є й конфлікт.

Переживання людиною похилого віку власної нездатності вирішити певну життєву проблему, складності й суперечності між бажаннями, обов'язками, моральними принципами й особистими прихильностями, порушення рівноваги процесу соціальної адаптації, розбіжність особистих можливостей та вимог оточення, неможливість реалізації власних прагнень, коливання, сумніви – усе це є полем внутрішньоособистісного конфлікту і призводить до виникнення кризових ситуацій, втрати сенсу життя, підвищеної тривожності, агресивності, емоційного напруження і зривів, дезорганізації діяльності, викликає стани безнадійності, безперспективності, сприяє розвитку невротичних реакцій, зменшує активність, руйнує цілісність особистості. Саме наявність у людей похилого віку захисних психічних механізмів, які спрямовані на самозбереження, дозволяє створити ситуацію гармонізації власних станів, звільнення від внутрішніх деструкцій; зберегти психічне здоров'я та більш ефективно діяти в різноманітних життєвих ситуаціях. На думку Н. Савченко, люди похилого віку змушені не лише пристосовуватися до нової ситуації зовні, а й реагувати на зміни в собі. Якби не захисні психічні механізми, то особистостям із ригідною системою поведінки було б не лише складно, а й взагалі неможливо діяти в постійно нестабільних умовах [16].

Сьогодні є багато визначень поняття психологічного захисту та його значення в життєдіяльності людини. Так, Ф. Басін вважає, що психологічний захист – це механізм людської свідомості, який працює повсякденно, допомагає зняти різні напруження у житті особистості. На думку вченого, захист запобігає дезорганізації поведінки, а його дія спрямована на перебудову системи установок [3]. Д. Тітаренко розглядає психологічний захист як систему механізмів, спрямованих на мінімізацію негативних переживань, пов'язаних із конфліктами, які ставлять під загрозу цілісність особистості [18]. В. Ташликов зазначає, що психологічний захист спрацьовує, коли людина не здатна адекватно оцінити почуття тривоги, занепокоєння, які викликані внутрішнім або зовнішнім конфліктом, не може впоратися зі стресом, а задля адаптації до реальності перебудовує її сприйняття й оцінку [17].

Р. Грановська й І. Березна розглядають захисні техніки як систему стабілізації особистості, спрямовану на усунення чи мінімізацію негативних емоцій, які виникають у ситуаціях неузгодженості наявної картини світу з новою й несподіваною інформацією, підкреслюючи, що за допомогою захисних механізмів небезпечна й тривожна для особистості інформація перекручується, трансформується в безпечну і прийнятну для неї [5]. Т. Яценко вважає, що людина використовує психологічний захист у ситуації недопущення до власної свідомості неприйнятих особистісних властивостей і рис характеру [24]. Змістом психологічного захисту, за В. Зливковим, є захист особистості від усвідомлення неприємних висновків, які витісняються у підсвідоме [7]. А. Налчаджян розглядає захисні механізми як більш-менш стійку систему психічних дій, які дозволяють особистості певною мірою адаптуватися в ситуації фрустрації [14, с. 231].

Деякі вчені вважають психологічний захист однозначно непродуктивним засобом вирішення конфлікту (В. Ташликов, Ф. Василюк, І. Стойков та інші). Захисні механізми заважають гармонійному розвитку особистості, її активності, побудові адекватної взаємодії з навколишнім світом. Так, Т. Яценко вважає, що психологічний захист віддаляє індивіда від реальної дійсності і, спотворюючи причини конфлікту, руйнує загальну захищеність «Я» [24]. Р. Грановська й І. Березна також зазначають: «Хоча психологічний захист звужує, обмежує й (або) спотворює повноцінне сприйняття й переживання світу, однак виконує й позитивну функцію (відгороджує свідомість від інформації, що може зруйнувати цілеспрямоване мислення)» [23].

У контексті медичної психології цей вид захисту досліджувався у працях Ф. Александра, який у розробленій ним теорії специфічного емоційного конфлікту психосоматичні захворювання визначає через тип неусвідомленого емоційного конфлікту, фізіологічне вираження наявного безперервного надінтенсивного захисту за типом заперечення чи придушення [1]. М. Шур указує, що нормальний розвиток передбачає десоматизацію – відокремлення душевного компонента активності від тілесного. Психосоматичні захворювання, що виникають у результаті раптового прориву несвідомих інстинктивних бажань, із якими індивід не може впоратися раціонально, стають регресією, тобто ресоматизацією. Учений акцентує, що саме нарцисична регресія є провідною серед усіх форм психосоматичних розладів і призводить до переміщення енергії з об'єкта на «Я» [21]. О. Мітчерліх пропонує концепцію двофазного психологічного захисту або витиснення. Він виділяє психічну фазу недозволеного конфлікту, яка характеризується

виникненню емоційних, поведінкових розладів та інших невротичних симптомів як наслідок дії витіснення, і тілесну фазу, де відбувається перехід на тілесний рівень психічної проблеми [21]. Г. Гродек уважав, що кожна людина використовує хворобу як наслідок і символічне вираження «глибоко прихованих рішень невідомого «Воно» задля захисту [2, с. 26]. В. Мягер, крім патологічного захисту, який призводить до неадекватної адаптації, виокремлює нормальний, профілактичний, такий, що постійно діє у буденному житті [21].

На думку В. Шебанової, психологічний захист має як позитивні (які оберігають психіку від травмування, стабілізують негативні переживання і сприяють більш успішній адаптації), так і негативні наслідки (що заважають людині усвідомити реальність, ускладнюють ефективно вирішення особистісних проблем). У такій ситуації людина уникає вирішення конфлікту, не змінюється, а за рахунок дії захисних механізмів приглушує значущість суперечностей, знімає емоційне напруження, рятує себе від втрати самоповаги, знімає відповідальність за вирішення проблемної ситуації, досягає психологічного комфорту ціною спотворення сприйняття реальності або самоомани [22].

Отже, ми чітко бачимо складність психологічного захисту як об'єкта дослідження. У проаналізованих працях він розглядається в ракурсах різних психічних феноменів: адаптації, діяльності, установки, відносин, психічних розладів, компенсації тощо. Таким чином, хоча проблема психологічного захисту розглядається багатьма зарубіжними й вітчизняними вченими, вона є актуальною як у теоретичному, так і в практичному сенсі, питання сучасної системної й універсальної концепції психологічного захисту залишається відкритим.

Метою статті є теоретичне обґрунтування й експериментальне дослідження особливостей психологічного захисту людей похилого віку, які мають внутрішні конфлікти, із визначенням шляхів їх ефективного долання.

Психологічний захист становить багатомірне явище, а серед його дослідників немає єдиної точки зору на чітке визначення, загальну кількість, ступінь співвіднесеності одне з одним, єдину класифікацію зрілості. Отже, є необхідність у більш ґрунтовному вивченні цього психологічного феномену життя з урахуванням усіх можливих аспектів його ролі в житті людини й розуміння сутності означеного явища та специфіки його виявів.

Концепція психологічного захисту була започаткована З. Фрейдом, котрий уперше відкрив та описав його механізми (1894 рік) як засоби й техніки боротьби особистості з неприємними й нестерпними для свідомості уявленнями та переживаннями. Виходячи

з тривірневої структури особистості, запропонованої З. Фрейдом, коли інстинкти «Воно» вступають у гострий конфлікт із «Зверх-Я», якщо «Я» не вдається подолати цю суперечність, то виникають глибокі переживання, що характеризують внутрішній конфлікт. Щоб подолати внутрішнє напруження, «Я» використовує систему психологічного захисту. Її засобами є захисні механізми, які заперечують або викривляють дійсність і роблять це часто не зовсім свідомо. Основною їх функцією, на думку вченого, є мінімізація чи й витіснення неприємних афектів і нестерпних для свідомості думок та уявлень. Особистісні особливості та стратегії поведінки, як вважає З. Фрейд, становлять різні набори і вияви захисних механізмів. Учений виділяв їх більше 20, підкреслюючи ступінь їх усвідомленості й ефективності дії. Більш розгорнуте пояснення значення поняття захисних механізмів пропонує А. Фрейд, визначаючи їх як діяльність, що починається тоді, коли «Я» схильне до надмірної активності спонукань або відповідних їм афектів, що становлять для нього небезпеку. Авторка виокремила такі вікові етапи розвитку механізмів захисту «Его»: протягом першого року життя – престадія захисту; від одного року до двох років – розвиток механізмів проєкції та інтроєкції; від двох до трьох років – витіснення та інтелектуалізації; від трьох до п'яти років – реактивного утворення й сублимації. Захисні механізми функціонують автоматично, не узгоджуючись зі свідомістю [20, с. 171].

У «Словнику практичного психолога» визначено, що психологічний захист – це спеціальна система стабілізації особистості, спрямована на відсторонення свідомості від неприємних, травмувальних переживань, пов'язаних із внутрішніми та зовнішніми конфліктами, станом тривоги й дискомфорту [9, с. 59].

Н. Мак-Вільямс визначає психологічні захисти як систему технік і способів, спрямованих на зведення до мінімуму відчуття тривоги, негативних переживань, пов'язаних із конфліктами, які ставлять під загрозу цілісність особистості [11]. В. Шебанова зазначає, що під захист підпадають мотиваційні утворення, когнітивні структури, поведінкові патерни. Дослідниця також підкреслює суперечливість ефективності психологічного захисту. Критерієм ефективності захисних механізмів вона вважає ліквідацію тривоги й порятунком від страху [22]. На думку Р. Урсало, С. Зоненберга і С. Лазара, окремі захисні механізми утворюють цілісну систему психологічних бар'єрів, які по-різному фільтрують інформацію: менш небезпечна сприймається, а потім частково трансформується, а найбільш небезпечна відхиляється вже на рівні сприйняття. До компенсаторних функцій психологічного захисту

автори уналежують: переміщення неприємних переживань і думок із рівня свідомості на рівень підсвідомого; неусвідомлене бажання знищити травматичні переживання, замінивши їх згодом на більш прийнятні й комфортні; емоційне блокування критики ззовні [19]. Д. Вайллант запропонував типологію захисних механізмів за рівнем зрілості, визначаючи такі рівні: перший – психотичні механізми (відкидання реальності, спотворення, ілюзорна проекція); другий – незрілі механізми (відхід у хворобу, фантазія, проекція, компульсивність тощо); третій – невротичні механізми (інтелектуалізація, формування реакції, зсув, дисоціація); четвертий – зрілі захисти (сублімація, альтруїзм, антиципація, гумор тощо) [26]. Т. Яценко вважає, що в разі виникнення ситуації невідповідності між тим, якою себе людині приємно було б бачити, та очікуванням інших починають діяти механізми психологічного захисту, спрямовані на те, щоб ці очікування виправдалися. Авторка пропонує структуру психологічного захисту, елементи якої пов'язані між собою та об'єднані в певну складну ієрархічну систему: 1) спрямованість (виявлення особливостей «ідеалізованого «Я» особистості); 2) мета (виявлення специфіки механізму психологічного захисту); 3) цінності (провідні для функціонування захисту); 4) засоби (сукупність технік захисту); 5) результати (наслідки використання певної техніки психологічного захисту для досягнення визначеної раніше мети) [24]. Під впливом дії механізмів психологічного захисту задля задоволення потреби індивіда в самоствердженні за будь-яку ціну викривлюється уявлення людини про інших, ігноруються позитивні риси, відбувається їх знецінення, блокується почуття вдячності, порушується раціональність і послідовність поведінки, посилюються суперечності в стосунках.

Результат дії психологічного захисту поділяють на успішний (припинення імпульсів, які провокують психічне напруження, збереження стійкості особистості на тлі дестабілізуювальних переживань, досягнення відносного особистого благополуччя) і неуспішний (не здатний хоча б на певний час послабити вплив травматичних емоційних переживань, які заважають та пригнічують людину, проблеми при цьому не вирішуються й набувають хронічного характеру) [6].

Слід зазначити, що людина частіше застосовує різні види захисних механізмів залежно від певної для неї травматичної ситуації, тобто можна говорити про певну гнучкість захисту.

Отже, за допомогою захисних механізмів особистість адаптується, рятується від внутрішнього або зовнішнього напруження. Вони надають можливість людині змінювати, викривляти, уникати реальності, надавати їй про-

тилежного значення або переконструювати, розщеплювати її тощо так, щоб дійсність здавалася зручнішою, сприятливішою, а не загрозливою [8, с. 272]. Їхня дія перешкоджає продуктивному розумінню реальності світу та власної особистості [10, с. 213], а під час психотерапевтичної роботи механізми психологічного захисту чинять опір проробленню психотравматичного змісту переживань.

Підсумовуємо: психологічний захист – це особлива психічна активність, що реалізується у формі специфічних прийомів, котрі допомагають на певний час полегшити емоційний стан людини, зняти напруження, викликане конфліктом, змінити сенс подій і переживань, відкинути інформацію, що розцінюється як несприятлива й руйнівна, уникнути руйнування цілісності образу «Я», аби не завдати травми базовим уявленням про себе, інших та навколишній світ.

Люди похилого віку – найбільш психологічно вразлива частина населення, яку болісно вражають різні зміни: зниження функціональних можливостей організму, хвороби, втрата друзів і близьких, припинення професійної діяльності, зміна соціального статусу, відсутність підтримки близьких і суспільства, матеріальні тощо. Усе це поглиблюється ситуацією соціальної невизначеності в суспільстві, зростаючим динамізмом життя, руйнуванням найважливіших життєвих цінностей та їх докорінною переоцінкою, неприємними та тривожними новинами, стресовими подіями, порушенням усталеного ритму життя, що вимагає від людини похилого віку постійної адаптації до мінливих життєвих ситуацій, переструктурування стратегій поведінки. Тому в людей похилого віку виникають конфлікти, які провокуються як суперечностями в самій особистості, так і неузгодженістю зовнішньої інформації та сформованого в особистості образу світу [12]. Якщо сама людина не може змінити цю неприємну конфліктну ситуацію, то психіка починає захищатися. Саме механізми психологічного захисту забезпечують зниження емоційного напруження, регулюють поведінку людини похилого віку, підвищують її пристосовуваність і врівноважують психіку. Спосіб захисту особистості в людей похилого віку залежить від життєвого досвіду, специфіки особистості, особливостей взаємин з іншими, сформованих цінностей і стереотипів поведінки [12]. Зі зміною системи життєдіяльності людини в похилому віці корегується її Я-концепція як динамічна система уявлень про себе, яка, відображаючи події, намагається не порушити основні особистісні позиції та стратегії. Людина зосереджується переважно на позитивних аспектах власної особистості й оточення, уникаючи переживань, які шкодять функціонуванню її «Я» та порушують

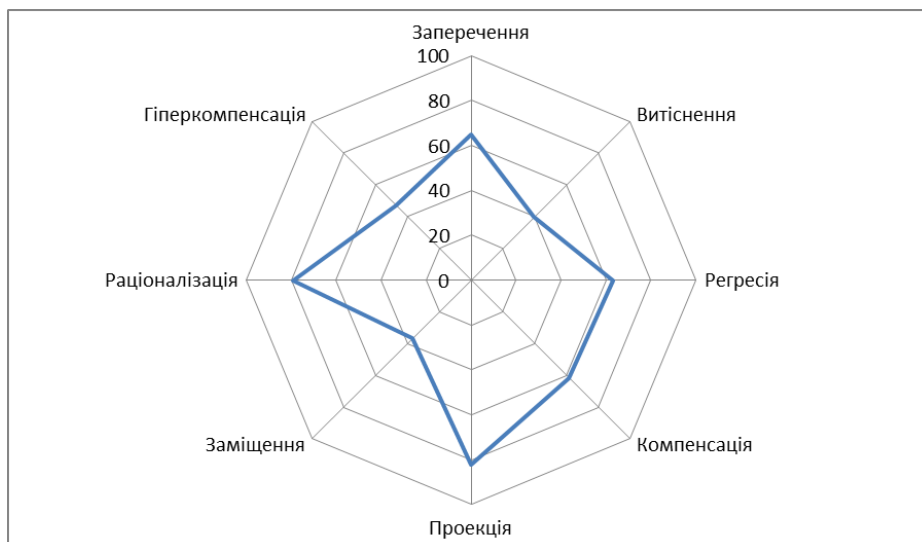


Рис. 1. Розподіл домінантних механізмів психологічного захисту за методикою «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, Г. Келлермана

рівновагу, руйнують цілісність внутрішнього світу та загрожують її психічному здоров'ю [4].

Для виявлення домінантних механізмів психологічного захисту ми використовували методику «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, Г. Келлермана [15]. Діагностуються такі его-захисні механізми, як заперечення, витіснення, регресія, компенсація, проекція, заміщення, раціоналізація, гіперкомпенсація.

Вибірку складала група з 68 осіб віком від 62 до 78 років, які також проходили діагностування за тестом-опитувальником самоствавлення (В. Столін, С. Пантелєєв), де однією зі шкал є внутрішня конфліктність. Респонденти набрали високі показники за цією шкалою, що свідчить про наявність внутрішніх конфліктів, суперечностей, непогодження із собою. Як зазначають респонденти, наявність внутрішніх конфліктів супроводжується переживанням почуття провини й образи, емоційного неблагополуччя, виявами тривожності, занепокоєння, невпевненості в собі, підвищеною збудливістю, гнівливими спалахами, відчуттям меншовартості, непотрібності. Люди похилого віку констатують напруження, відчуття безвиході, часті ситуації розчарування, коли не реалізується якась значуща для них потреба, вони почуваються беззахисними, розбитими, нещасними, утомленими, намагаються надалі уникати труднощів, засмучуються, часто відмовляються від боротьби, намагаються перекласти відповідальність на інших, у важкі хвилини життя іноді поведуться по-дитячому, хочуть, щоб їх пожаліли та вирішили за них складні ситуації. Подолати психологічний дискомфорт, зберегти душевну рівновагу допомагає психологічний захист.

Отже, за результатами методики «Індекс життєвого стилю» маємо такі домінантні механізми психологічного захисту (див. рис. 1).

Найбільше притаманне людям похилого віку цієї вибірки використання проекції як механізму захисту (це найвищі показники) – 82,3%. Приписуючи іншим власні неприйнятні відчуття, почуття, думки тощо, людина похилого віку немов локалізує їх ззовні, що надає їй можливість бути як усі, не виділятися. Таким чином, вона виправдовує, наприклад, власну недоброзичливість, скупість, неохайність, небажання змінюватися тощо. Наприклад: «Пенсіонери в країні обділені», «Держава не допомагає старим – ось вони і злі», «Усім старим тяжко жити – і мені». Також коли людина проектує ззовні, то вона частіше створює власне уявлення про світ як ворожий, якого слід остерігатися. Тому часто люди похилого віку не є привітними з іншими, нещирі, скритні, бояться змін, намагаються тримати все під контролем. Вони демонструють такі властивості: образливість, егоїзм, злопам'ятність, мстивість, загострене почуття соціальної несправедливості, нетерпимість до заперечень, звинувачення на адресу оточення.

Наступний за показниками (79,4%) домінантний механізм психологічного захисту – раціоналізація як спотворення реальності неправдивою аргументацією, псевдорозумним поясненням власних учинків, бажань, почуттів, комплексів, імпульсів, потягів тощо. Людина похилого віку знаходить для себе переконливі докази, щоб захиститися і подолати неприємні переживання, викликані конфліктною ситуацією. Частіше це відбувається шляхом знецінення для себе та інших причин,

які спричинили цей конфлікт або психотравмувальну ситуацію. Наприклад: «Навіщо щось змінювати – усе одно жити недовго залишилося», «Не можу собі цього дозволити, тому що це не корисно для здоров'я», «Я вже стара – тому не розумію нового», «Він би на моєму місці вчинив так само, він мене б не пожалів».

Заперечення як захисний механізм обрало 64,7% респондентів. Ці люди не бажають сприймати інформацію, яка суперечить основним цінностям, установкам особистості, тривожить і загрожує самозбереженню, самоповазі; вони відмовляються визнавати, що сталася якась неприємна подія. Наприклад: «Я не хочу чути про це», «У мене все добре», «Я не дивлюся новини, тому що там тільки про погане розповідають», «Нічого такого не сталося».

63,2% респондентів використовує регресію як захисний механізм. Коли людина похилого віку зіштовхується з проблемною ситуацією, із якою не бажає або не може впоратися самотійно і яка сприяє виникненню негативних почуттів, напруження, то за допомогою цієї захисної стратегії людина створює обстановку психологічного комфорту, обираючи дитячі моделі поведінки, тобто повертається до безпечного і приємного періоду життя. Часто, коли під впливом фруструвальних факторів літня людина не може вирішити складну дилему, вона суб'єктивно замінює складні завдання на більш прості й доступні, виявляє почуття образи, страху, провини, підкоряється, виявляє безпорадність, ставить наївні питання, посилається на інших під час отримання справедливих зауважень, уникає відповідальності, сперечається, капризує, часто вибачається, але при цьому нічого не змінює. Для осіб, які використовують цей механізм захисту, властиві такі особливості: слабкохарактерність, схильність до залежної поведінки, висока сугестивність, труднощі в досягненні мети, швидка зміна настрою, непереносимість самотності, потреба в зовнішньому контролі, розраді, у пошуку нових вражень. На жаль, це перешкоджає об'єктивному баченню себе, ситуації та шляхів її вирішення; гальмує саморозвиток, не дозволяє поводитися відповідально, знецінює власні можливості. Наприклад: «Ну не знаю, як це сталося?!», «Вибачайте, уже стара, не можу цього зробити», «Стару людину кожен може образити», «Узагалі не розумію, чим Ви незадоволені», «Я така слабка, мені потрібна допомога».

61,8% респондентів у ситуації внутрішнього конфлікту використовує компенсацію, яка знижує загострення внутрішнього конфлікту та сприяє підвищенню самоповаги. Людина похилого віку заміщує реальний або уявний недолік, неприємні чи неприйнятні думки, почуття, вчинки, бажання іншими, більш високими цінностями, якостями, властивостями.

Наприклад, людина похилого віку частіше вже слабка фізично, нездатна відповісти на загрозу, тому може використати іронію чи хитрощі, щоб покарати кривдника. Також люди похилого віку часто займаються вирощуванням рослин або доглядом за тваринами, що можна розглядати як компенсацію відсутності реалізації потреби у вихованні й турботі про вже дорослих дітей, онуків або, наприклад, неможливість займатися професійною діяльністю, що сприяє пошуку нових захоплень, хобі. Однак іноді людина похилого віку може привласнювати цінності, установки, думки, моделі поведінки інших, не аналізуючи їх, що не сприяє саморозвитку й вирішенню внутрішнього конфлікту.

Захисні механізми, як-от гіперкомпенсація (47,05%), витіснення (39,7%), заміщення (36,8%), використовуються представниками цієї вибірки рідше.

Так, гіперкомпенсація діє шляхом перебільшеного розвитку протилежних прагнень, принципів, якостей, думок, почуттів тощо. Особа похилого віку, яка раніше демонструвала поведінку скромної, сором'язливої людини, може стати балакучою, надмірно нав'язливою, екстравагантною. Респонденти, які використовують цей механізм, окрім конструктивної трансформації, можуть демонструвати егоцентризм, зарозумілість у поведінці, хвастливість і агресивність, зарозумілість щодо оточення, імпульсивність, деякі форми девіантної поведінки, що тільки загострює наявний конфлікт і підвищує ризик виникнення інших.

39,7% людей похилого віку, які брали участь у дослідженні, захищаються від психічного напруження, тривоги, емоційних страждань, спричинених наявним внутрішнім конфліктом, витісняючи сам факт неприйнятних для них імпульсів, бажань, думок, почуттів, неприємних вчинків, властивостей, що робить їх недосяжним для розуміння й контролю. Вони забувають обставини і сам факт негативного досвіду, абстрагуються від несприятливих подій життя, відсторонено сприймають те, що сталося. При цьому конфлікт зберігається, а емоційне напруження відчувається як зовнішньо немотивована тривога або виявляється через психосоматичні симптоми.

Невеликий відсоток (36,8%) використовує заміщення, тобто респонденти нечасто переспрамовують пригнічені негативні емоції, почуття на більш доступний або безпечний об'єкт. Літні люди підкреслюють, що можуть зробити щось раптово, побуркотіти, обмежити спілкування, що допомагає їм знизити внутрішнє напруження, проте відкритого вияву агресивності, злості, грубості або ненависті до інших не демонструють.

Таким чином, проведений аналіз дії механізмів психологічного захисту серед людей

похилого віку з наявним внутрішнім конфліктом, які брали участь у дослідженні, дозволив визначити, що домінантними механізмами психологічного захисту є проєкція й раціоналізація, які допомагають їм знизити психологічне напруження, викликане внутрішнім конфліктом, за рахунок або створення ситуації «бути як усі», «не виділятися», або знаходження для себе раціонального пояснення несприятливої ситуації. Менш використовуваними є механізми витіснення і заміщення, які не усвідомлюються, не піддаються контролю, не потребують змін від особистості, тому обираються як більш прості і звичні.

Однак ми розуміємо: використовуючи захисні механізми, людина похилого віку не вирішує наявний внутрішній конфлікт, тому потрібно проводити роботу щодо роз'яснення особливостей дії психологічного захисту та навчання конструктивних способів подолання конфліктів.

Так, Р. Грановська пропонує зрозуміти механізм дії психологічного захисту. Вона зазначає, що першим кроком у процесі усвідомлення дії психологічних захистів є усвідомлення конфліктної травмувальної ситуації, який включає адекватну оцінку ситуації та прагнення виявити ті суперечності, які стали причиною конфлікту й викликали відчуття тривоги, страху або гніву; аналіз рівня важливості та наслідків. Другий – усвідомлення психологічного захисту в процесі подолання цієї ситуації. Для цього необхідно створити атмосферу емоційної близькості з людиною; підвищити її самоцінність; допомогти їй систематизувати інформацію для досягнення значущих цілей; сформуванню активну життєву позицію; посилити здатність змінювати власне ставлення, установки; активізувати процес інтелектуальної творчості; використовувати фізичні вправи, творчі заняття [5].

Також робота з цією категорією може бути спрямована на підвищення рівня адаптації, впевненості й стресостійкості; розвиток уміння виокремлювати пріоритетні мотиви й потреби; звільнення від виявів агресивності, тривожності, страхів і почуття провини; здобуття самодостатності; отримання емоційної підтримки, збереження цілісності особистості, метального й фізичного здоров'я.

Люди похилого віку перебувають під постійним впливом зовнішнього і внутрішнього психічного тиску, часто не можуть долати гострі й негативні страждання, викликані боротьбою структур внутрішнього світу, тому за допомогою психологічного захисту психіка забезпечує адаптацію до нових умов життєдіяльності, зберігає стабільність самооцінки й образу світу, підтримує стан психологічного комфорту. Однак тривала дія механізмів психологічного захисту посилює внутрішні суперечності, може

провокувати порушення психічного здоров'я, спотворює сприйняття реальності й себе, позбавляє можливості змінювати ситуацію, набувати нового досвіду. Результати емпіричного дослідження дають змогу стверджувати, що люди похилого віку, які брали участь у дослідженні, використовують проєкцію й раціоналізацію як домінуючі механізми психологічного захисту для створення психологічного благополуччя, а менш використовуваними є витіснення й заміщення. Для ефективного вирішення особистісних проблем, подолання внутрішньоособистісного конфлікту необхідний психологічний супровід літніх, який має бути спрямовано на вироблення конструктивних стратегій подолання внутрішніх суперечностей, життєвих труднощів, здатність зберігати цілісність особистості, розкривати власні ресурси й потенціал, відчувати щастя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Александер Ф. Психосоматическая медицина. Принципы и практическое применение. Пер. с англ. С. Могилевского. Москва : Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. 352 с.
2. Аммон Г. Психосоматическая терапия. Санкт-Петербург : Изд-во «Речь», 2000. 238 с.
3. Бассин Ф.В., Бурлакова М.К., Волков В.Н. Проблема психологической защиты. *Психологический журнал*. 1988. № 3. Т. 9. С. 78–86.
4. Горецька О.В. Особливості ставлення людей похилого віку до себе. *Наука III тисячоліття : пошуки, проблеми, перспективи розвитку* : матеріали II Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції : збірник тез. Бердянськ : БДПУ, 2018. Ч. 1. С. 136–138.
5. Грановская Р.М. Психологическая защита. Санкт-Петербург : Речь, 2007. 476 с.
6. Демина Л.Д., Ральникова И.А. Психическое здоровье и защитные механизмы личности. Барнаул : Изд-во Алтайского государственного университета, 2000. 123 с.
7. Зликов В.Л. Почую лише те, що схочу, або декілька слів про психологічний захист. *Людина і світ*. 1990. №3. С. 22–28.
8. Каліна Н.Ф. Психотерапія : [підручник]. Київ : Академвидав, 2010. 286 с.
9. Конохов, Н.И. Словарь-справочник практического психолога / Н.И. Конохов. Воронеж : НПО «МОДЭК», 1996. 224 с.
10. Копець Л.В. Психологія особистості : [навч. посіб.]. Нац. ун-т «Києво-Могилян. акад.». Київ, 2007. 460 с.
11. Мак-Вильямс Н. Психодинамическая диагностика : Понимание структуры личности в клиническом процессе. *Библиотека психологии и психотерапии*. Вып. 49. Москва : Независимая фирма «Класс», 2001. 480 с.
12. Максимова С.Г., Луницын Б.Г. Социальные фрустрации лиц пожилого и старческого возраста в контексте социально-психологической дезадаптации. *Клиническая геронтология*. № 7. 2001. С. 38–45.

13. Маликова Т.В., Михайлов Л.А., Соломин В.П., Шатровой О.В. Психологическая защита : направления и методы. Санкт-Петербург : Речь, 2008. 232 с.
14. Налчаджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности. Ереван : Издательство АН АрмССР. 1988. 263 с.
15. Плутчик Р. Келлерман Г., Конт Х. Тест-опросник механизмов психологической защиты (Life Style Index). Москва, 1996. 18 с.
16. Савченко Н.І. Роль механізмів психологічного захисту в адаптації особистості до процесу старіння. *Проблеми сучасної психології*. Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України. 2009. Том 2. № 6. С. 249–258.
17. Ташлыков В.А. Психологическая защита у больных с невротами и психосоматическими расстройствами : пособие для врачей. Санкт-Петербург, 1992. 287 с.
18. Тітаренко Д.С. Захисні механізми психіки людини. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2009. Вип.6. С. 182–192.
19. Урсало Р., Зоненберг С. и др. Сопротивление и защита. Тайны сознания и бессознательного : хрестоматия. Мн. : Харвест, 1998. С. 450–464.
20. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы : пер. с англ. Москва : Педагогика – Пресс, 1993. 144 с.
21. Фролова Ю.Г. Психосоматика и психология здоровья : учеб. пособие. 2-е изд., перераб. и доп. Мн. : ЕГУ, 2003. 172 с.
22. Шебанова В.І. Проблематика механізмів психологічного захисту. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки*. 2012. Вип. 37. С. 246–249. URL: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Nchnpu_012_2012_37_67.pdf.
23. Шебанова В.І., Шебанова С.Г. Механізми психологічного захисту та копінгу (совладання) особистості. Херсон : ПП Вишемирський В.С., 2012. 220 с.
24. Яценко Т.С. Особливості взаємозв'язку між свідомою та несвідомою сферами психіки суб'єкта. *Неперервна професійна освіта : теорія і практика: науково-методичний журнал*. 2002. Вип. 4 (8). С. 99–110.
25. Bromley D.B. The Psychology of Human Ageing. London. 1996. 201 p.
26. Vaillant, G.E. Theoretical hierarchy of adaptive ego mechanisms. *Archives of General Psychiatry*. 1971. Vol. 24. P. 107–118.

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СУЧАСНОГО СТУДЕНТСТВА

AGE FEATURES OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF MODERN STUDENTS

У статті розглядається проблема особливостей психологічного благополуччя в сучасних студентів залежно від курсу навчання та віку. Наголошується на значущості проблеми психологічного благополуччя особистості в сучасній психотерапевтичній та психоконсультативній практиці. Закцентовано увагу на широкому поширенні явища дезадаптації студентів у зв'язку з проходженням ними особливого життєвого етапу. Проведено огляд сучасних наукових вітчизняних та зарубіжних досліджень щодо погляду на психологічне благополуччя особистості. Установлено, що явище психологічного благополуччя особистості вказує на сукупність психологічних характеристик людини, які зумовлені комплексом чинників, що забезпечують позитивне функціонування особистості. У результаті аналізу проведеного дослідження встановлено, що другоккурсники виявилися найменш психологічно благополучними, що пов'язуємо із зосередженістю на напруженій навчальній діяльності з пошуком власного сенсу життя, з недостатнім уявленням власних потенційних можливостей, здатностей до реалізації потреб, життєвих цілей. Найнижчі значення за позитивними стосунками з іншими та автономією, метою в житті, самосприйняттям мають другоккурсники, а найвищі – студенти четвертого курсу. Виявлено тенденції до покращення психологічного благополуччя залежно від курсу навчання майбутніх фахівців. Оскільки старшоккурсники більше ознайомлені зі спеціальністю, наближені до практичної діяльності, краще володіють інформацією щодо раціональних шляхів спеціальної підготовки, крім різних потреб, мають декілька варіантів їх задоволення, відчують власну компетентність у багатьох сферах життєдіяльності, знають шляхи до саморозвитку, самоактуалізації, самореалізації, професійно-особистісного зростання, то їх психологічне благополуччя має вищий рівень, ніж у студентів попередніх курсів.

Ключові слова: психологічне благополуччя, студенти, психологічна допомога,

позитивне функціонування, особистість, позитивні стосунки, автономія, самосприйняття.

The article considers the problem of features of psychological well-being in modern students depending on the course of study and age. The importance of the problem of psychological well-being of the individual in modern psychotherapeutic and psychoconsultative practice is emphasized. Emphasis is placed on the widespread phenomenon of maladaptation of students in connection with the passage of a special stage of their lives. A review of modern scientific domestic and foreign research on the view of the psychological well-being of the individual. It is established that the phenomenon of psychological well-being of an individual indicates a set of psychological characteristics of a person, which are due to a set of factors that ensure the positive functioning of the individual. The analysis of the study found that sophomores were the least psychologically well-off, which is associated with a focus on intense learning activities, with the search for their own meaning in life, with insufficient understanding of their own potential, ability to meet needs, life goals. Sophomores have the lowest values on the scales of positive relationships with others and autonomy, purpose in life, self-perception, and the highest – in fourth-year students. The tendencies of improvement of psychological well-being depending on a course of training of future experts are revealed. As seniors are more familiar with the specialty, closer to practical activities, have better information about rational ways of special training, in addition to various needs, have several options to meet them, feel their own competence in many areas of life, know ways to self-development, self-actualization, self-realization, professional personal growth, their psychological well-being, respectively, has a higher level than that of previous students.

Key words: psychological well-being, students, psychological help, positive functioning, personality, positive relations, autonomy, self-perception.

УДК 159. 923.2

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.11>

Джаббарова Л.В.

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

Сучасне суспільство висуває певні вимоги до психотерапевтичної та психоконсультативної практики. Відповідність цим вимогам у межах різних психотерапевтичних підходів містить уявлення про критерії психологічного благополуччя особистості. Розвиток підходів психотерапевтичних шкіл відбувається відповідно до суспільних запитів. Для того, щоб зміцнити власний саногенний потенціал, людині особливо важливо пережити психологічне благополуччя. У разі зникнення почуття внутрішнього задоволення спостерігається напруження, скутість, тілесні «зажими», емоційне «застрягання», поява неузгодженості в діях, зниження креативності та ефективності функціонування в нестандартних життєвих

ситуаціях. Відбувається виснаження компенсаторних можливостей і зниження організмичних ресурсів, що призводить до виникнення тих чи інших психосоматичних розладів. Особливо гостро реагують на ці зміни студенти.

Широко поширене явище дезадаптації студентів у зв'язку з проходженням ними нового життєвого етапу – початку навчання у ЗВО. Збільшення інформаційних навантажень і пов'язана з цим гіподинамія, опанування незвичних методів і форм навчання, ускладнення системи міжособистісних відносин, різка зміна режиму праці та відпочинку викликають тривале емоційне напруження, почуття тривоги.

Проблема психологічного благополуччя особистості – фундаментальна проблема,

яка вивчалася такими науками, як філософія, медицина, психологія. Кожна наука наповнює це поняття особливим змістом. У психології виокремлено різноманітні моделі психологічного благополуччя особистості, зокрема в психодинамічному напрямі психотерапії, гештальттерапії, гуманістичному напрямі, біоенергетичному аналізі, психосинтезі тощо.

Дослідженням психологічного благополуччя особистості займалися такі дослідники, як Н. Бредберн, Е. Діннер, К. Ріфф, О. Кронік, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, Я. Павлоцька, М. Яхода, О. Ворона, С. Ковальов, А. Вороніна, П. Фесенко, Т. Шевеленкова, С. Карсканова, Л. Козьміна, Ю. Олександров, Н. Бахарева, О. Ідобаєва, Н. Каргіна, О. Ширяєва, Е. Паніна, Т. Ємельянова та інші, однак ця тематика досліджена ще не достатньо, відсутній єдиний погляд на визначення цього феномену, що і зумовило вибір напрямку нашого дослідження для поглиблення знань у вказаній сфері.

В останні роки в публікаціях відбивається думка про те, що благополуччя або щастя містить два основних компоненти, як-от гедонія і евдемонія [3]. При цьому гедонія в психологічних термінах характеризується як позитивний афект або задоволення, а евдемонія означає переживання життя як повноцінного, значущого, привабливого. Слід підкреслити, що в теоретичному плані гедонічні переживання задоволення і евдемонічна осмисленість життя суттєво відрізняються. Проте в публікаціях описуються результати емпіричних досліджень, які підтверджують тезу про те, що реальне благополуччя індивіда містить обидва ці компоненти. Так, індивід, який вважає себе щасливим, із великою ймовірністю вказує на відчуття наповненості життя позитивними цілями і змістом, а поєднання гедо-

нічного і евдемонічного благополуччя корелює з більш високим рівнем суб'єктивного благополуччя [2].

Отже, явище психологічного благополуччя особистості вказує на сукупність психологічних характеристик людини, які зумовлені комплексом чинників, що забезпечують позитивне функціонування особистості.

Мета полягає в емпіричному вивченні вікових особливостей психологічного благополуччя студентів.

Для досягнення мети застосовувався опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» (адаптація Т. Шевеленкова, Т. Фесенко) [1].

У дослідженні брали участь студенти Комунального закладу «Харківської гуманітарно-педагогічної академії» Харківської обласної ради віком від 18 до 23 років (250 осіб).

Для визначення особливостей розвитку психологічного благополуччя студентів за віком проведено дисперсійний аналіз за методом Фішера, який дозволив виявити статистично значущі відмінності між середніми значеннями психологічного благополуччя студентів та його складників кожного курсу.

Аналіз отриманих результатів виявив статистично значущі відмінності на рівні $p < 0,01$ між психологічним благополуччям студентів та їхнім віком.

Як видно з таблиці 1, серед студентів 2 курсу (18–19 років) виявилось найменше середнє значення психологічного благополуччя (354,92), найбільше значення психологічного благополуччя (392,69) зафіксовано у студентів 4 курсу (22–23 роки), у студентів 3 курсу (20–21 рік) зазначено показник 383,53.

Детальний аналіз значень психологічного благополуччя студентів 2 курсу, які за нормативними даними опитувальника «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф (адаптація

Таблиця 1

Відмінності психологічного благополуччя студентів та його складників (за методикою К. Ріфф) залежно від віку та курсу

Складники психологічного благополуччя студентів	Курс (вік, роки)		
	2 курс	3 курс	4 курс
	18-19 років	20-21 рік	22-23 роки
Психологічне благополуччя	354,92**±68,54	383,53**±55,52	392,69**±62,27
Позитивні відносини з іншими	58,17**±8,82	63,59**±8,50	65,15**±6,16
Автономія	59,69±22,12	63,07±20,65	64,04±17,07
Управління середовищем	59,08**±8,65	63,86**±7,87	65,91**±7,18
Особистісне зростання	68,58**±21,15	75,88**±23,65	81,15**±25,38
Мета у житті	67,54*±21,62	70,08*±18,93	76,78*±24,15
Самоприйняття	60,03*±12,60	62,85*±8,08	64,18*±6,83
Баланс афекту	97,46±25,72	96,93±20,72	94,22±26,07
Осмисленість життя	76,71±16,49	81,54±15,99	79,67±17,98
Людина як відкрита система	62,13±11,81	63,63±12,29	60,56±8,69

Примітка:*- $p < 0,05$, **- $p < 0,01$

Т. Шевеленкової, Т. Фесенко) перебувають у межах норми, свідчить, що психологічне благополуччя студентів 18–19 років (порівняно з благополуччям студентів іншого віку), на нашу думку, більш регламентоване, не є повним. Можливо, це пов'язано із зосередженістю на напруженій навчальній діяльності, з пошуком власного сенсу життя, з недостатнім уявленням власних потенційних можливостей, здатностей для реалізації потреб, життєвих цілей.

Значення психологічного благополуччя студентів 3 курсу не надто вищі від попередньої категорії студентів. На нашу думку, це пов'язано зі змінами інтересу майбутніх фахівців до професійної діяльності, поглиблення знань у професійній сфері, що дозволяє студентам по-іншому оцінити власні потенційні можливості, ресурси, побачити більше шляхів реалізації життєвих потреб. Оскільки вищезазначене сприяє появі у студентів нових шляхів до самореалізації, то рівень їх психологічного благополуччя підвищується, тим самим підтверджуючи отримані значення під час дослідження.

Показники психологічного благополуччя студентів 4 курсу ще вищі за попередні, що доводить нашу думку щодо тенденції покращення психологічного благополуччя залежно від курсу навчання майбутніх фахівців. Оскільки студенти 22–23 років ще більше ознайомлені зі спеціальністю, наближені до практичної діяльності, краще володіють інформацією щодо раціональних шляхів спеціальної підготовки, крім різних потреб, мають декілька варіантів їх задоволення, відчувають власну компетентність у багатьох сферах життєдіяльності, знають шляхи до саморозвитку, самоактуалізації, самореалізації, професійно-особистісного зростання, їхнє психологічне благополуччя має вищий рівень, ніж у студентів попередніх курсів.

Аналіз отриманих результатів виявив статистично значущі відмінності на рівні $p < 0,01$ між позитивними відносинами з іншими студентами різних курсів та вікових груп.

Як видно з таблиці, серед студентів 2 курсу (18–19 років) виявилось найменше середнє значення позитивних відносин з іншими (58,17), найбільше значення позитивних відносин з іншими (65,15) зафіксовано у студентів 4 курсу (22–23 роки), у студентів 3 курсу (20–21 рік) зазначено показник 63,59.

Отримані значення позитивних відносин з іншими студентів 2 курсу, які за нормативними даними адаптованого Т. Шевеленковою, Т. Фесенко опитувальника «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф перебувають у межах норми, свідчить, що позитивні відносини з іншими студентами 18–19 років (порівняно з відносинами студентів іншого віку) менші, оскільки у майбутніх фахівців молодших курсів все ще триває процес адаптації до

освітнього середовища, налагодження контактів з оточенням, переоцінка життєвих цінностей.

Значення позитивних відносин з іншими студентів 3 курсу вищі від попередньої категорії студентів. Пов'язано це зі збільшенням кола інтересів, контактів з іншими людьми, сфер самореалізації.

Показники позитивних відносин із іншими студентів 4 курсу ще вищі за попередні, оскільки тенденція до підвищення рівня позитивних відносин пов'язана з широким колом контактів у різних сферах життя, які допомагають задовольняти потреби, реалізовувати цілі, самоактуалізуватися.

Отримані результати проведеного аналізу не показали статистично значущі відмінності між автономією та віковими особливостями студентів різних курсів.

Проте видно, що існують відмінності між автономією студентів різних вікових груп, а саме: серед студентів 2 курсу (18–19 років) найменше середнє значення автономії (59,69), найбільше значення автономії (64,04) зафіксовано у студентів 4 курсу (22–23 роки), у студентів 3 курсу (20–21 рік) зазначено показник 63,07.

Значення автономії студентів, їх розбіжності за віковими категоріями свідчать, на нашу думку, про те, що відчуття самостійності, незалежності у студентів збільшується з кожним переходом на старший курс. Це підтверджується таким фактом: чим старшими стають люди молодого віку, тим більше вони прагнуть до самостійного вирішення власних життєвих особистісних і професійних питань.

Аналіз отриманих результатів виявив статистично значущі відмінності на рівні $p < 0,01$ між управлінням середовищем студентів різних курсів та вікових груп.

Як видно з таблиці, серед студентів 2 курсу (18–19 років) виявилось найменше середнє значення управління середовищем (59,08), найбільше значення управління середовищем (65,91) зафіксовано у студентів 4 курсу (22–23 роки), у студентів 3 курсу (20–21 рік) зазначено показник 63,86.

Значення управління середовищем студентів 2–4 курсів, які за нормативними даними адаптованого Т. Шевеленковою, Т. Фесенко опитувальника «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф перебувають у межах норми, свідчать, що управління середовищем студентів підвищується з переходом до старших курсів, оскільки з віком у молодій людині досвід комунікації, налагодження стосунків, спілкування, контролю за діяльністю інших покращується і, відповідно, розвиваються вміння, навички створювати умови для задоволення, реалізації потреб, цілей, а також збільшуються можливості для управління середовищем.

Результати дослідження також показали статистично значущі відмінності на рівні $p < 0,01$ між особистісним зростанням студентів різних курсів та вікових груп.

У таблиці зазначено, що серед студентів 2 курсу (18–19 років) визначилося найменше середнє значення особистісне зростання (68,58), найбільше значення особистісне зростання (81,15) зафіксовано у студентів 4 курсу (22–23 роки), у студентів 3 курсу (20–21 рік) зазначено показник 75,88.

Показник особистісного зростання студентів 2 курсу за нормативними даними адаптованого Т. Шевеленковою, Т. Фесенко опитувальника «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф перебуває в межах норми, показники студентів 3 та 4 курсів – вище норми. Це свідчить про те, що у процесі професійного становлення, опановуючи фахові компетентності, розвиваючи особистісні якості, студенти все більше усвідомлюють необхідність удосконалюватися, саморозвиватися. Чим старшим є студент, тим краще він орієнтується у потребах власного розвитку, чітко визначає як сильні, так і слабкі сторони своїх потенційних можливостей, тим усвідомленіше обирає шляхи для власного зростання.

Аналіз отриманих результатів показав статистично значущі відмінності на рівні $p < 0,05$ між метою у житті студентів різних курсів та вікових груп.

Із таблиці видно, що серед студентів 2 курсу (18–19 років) виявлено найменше середнє значення мети у житті (67,54), найбільше значення мети у житті (76,78) зафіксовано у студентів 4 курсу (22–23 роки), у студентів 3 курсу (20–21 рік) зазначено показник 70,08.

Отримані значення мети у житті студентів 2–3 курсів перебувають у межах норми, показники студентів 4 курсу – вище норми. Це говорить про те, що студенти старших курсів (порівняно з молодшими), краще формулюють, визначають головну мету власного життя, орієнтуються у своїх цінностях та потребах, чітко спрямовують свою діяльність на досягнення цілей.

Результати проведеного аналізу показали статистично значущі відмінності на рівні $< 0,05$ між самоприйняттям та віковими особливостями студентів різних курсів.

Із таблиці видно, що є відмінності між самоприйняттям студентів різних вікових груп, а саме: серед студентів 2 курсу (18–19 років) виявлено найменше середнє значення самоприйняття (60,03), найбільше значення автономії (64,18) зафіксовано у студентів 4 курсу (22–23 роки), у студентів 3 курсу (20–21 рік) зазначено показник 62,85.

Значення самоприйняття студентів, їх розбіжності за віковими категоріями перебувають

у межах норми, що свідчить про те, що студенти старших курсів більш позитивно себе оцінюють (порівняно зі студентами молодших курсів), оскільки мають деякий досвід отримання фаху, краще усвідомлюють власні позитивні, негативні риси, властивості.

Отримані результати проведеного аналізу не показали статистично значущих відмінностей між балансом афекту та віковими особливостями студентів різних курсів.

Проте з таблиці видно, що є відмінності між балансом афекту студентів різних вікових груп, а саме: серед студентів 4 курсу (22–23 роки) найменше середнє значення балансу афекту (94,22), найбільше значення балансу афекту (97,46) зафіксовано у студентів 2 курсу (18–19 років), у студентів 3 курсу (20–21 рік) зазначено показник 96,93.

Значення балансу афекту студентів, їх розбіжності за віковими категоріями перебувають у межах норми, що свідчить про те, що позитивна самооцінка, прийняття себе з усіма недоліками та перевагами, впевненість у собі, власних силах та можливостях притаманна студентам старших курсів, оскільки процес адаптації до освітнього середовища, до нової ролі відбувся (порівняно зі студентами молодших курсів).

Аналіз отриманих результатів не показав також статистично значущі відмінності між осмисленістю життя студентів різних курсів.

Із таблиці видно, що серед студентів 2 курсу (18–19 років) виявлено найменше середнє значення осмисленості життя (76,71), найбільше значення осмисленості життя (81,54) зафіксовано у студентів 3 курсу (20–21 рік), у студентів 4 курсу (22–23 роки) зазначено показник 79,67.

Отримані значення осмисленість життя студентів 2–4 курсів перебувають нижче норми. Це говорить про те, що студенти вищезначених вікових груп не до кінця розуміють власне минуле, теперішнє, не всі бачать життєві перспективи у майбутньому, слабо усвідомлюють сенс життя.

Результати дослідження не показали статистично значущі відмінності й між людиною як відкрита система студентів різних курсів та вікових груп.

У таблиці зазначено, що серед студентів 4 курсу (22–23 роки) визначилося найменше середнє значення за показником «людина як відкрита система» (60,56), найбільше значення за показником «людина як відкрита система» (63,63) зафіксовано у студентів 3 курсу (20–21 рік), у студентів 2 курсу (18–19 років) зазначено показник 62,13.

Показник «людина як відкрита система» студентів 2–4 курсів перебуває в межах норми за нормативними даними адаптованого Т. Шевеленковою, Т. Фесенко опитувальника «Шкали

психологічного благополуччя» К. Ріфф, однак різниця між показниками говорить про те, що кожен рік життя студента характеризується різними особливостями, зокрема властивістю засвоювати нову інформацію. Для студентів 2 курсу така здібність лише починає розвиватися, у студентів 3 курсу ця риса набула достатнього рівня розвитку для самовдосконалення, самонавчання, студенти 4 курсу вважають себе достатньо компетентними, тому нова інформація дуже ретельно ними перевіряється і залишаються лише ті питання, які допоможуть самореалізуватися та самовдосконалитися.

Виявлено тенденції покращення психологічного благополуччя в залежності від курсу навчання майбутніх фахівців. Оскільки старшокурсники більше ознайомлені зі спеціальністю, наближені до практичної діяльності, краще володіють інформацією щодо раціональних шляхів спеціальної підготовки, крім різних потреб, мають декілька варіантів їх задоволення, відчують власну компетентність у багатьох сферах життєдіяльності,

знають шляхи до саморозвитку, самоактуалізації, самореалізації, професійно-особистісного зростання, то їх психологічне благополуччя має вищий рівень, ніж у студентів попередніх курсів.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів досліджуваної проблеми. Подальше її дослідження може здійснюватися у напрямках поглибленого аналізу факторів психологічного благополуччя та взаємозв'язку з темпераментом і характером особистості тощо.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Каргіна Н.В. Основні підходи до вивчення психологічного благополуччя особистості: теоретичний аспект. *Наука і освіта*. Київ, 2015. № 3. С. 48–55.
2. Карсканова С.В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф : процес та результати адаптації. *Практична психологія та соціальна робота: науково-практичний освітньо-методичний журнал*. 2011. № 1. С. 1–10.
3. Киричук О.О. Фасилітативна детермінація психологічного благополуччя особистості: методологічне обґрунтування та теоретичне моделювання. *Проблеми сучасної психології*. 2017. № 38. С. 186–198.

РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ПРОФЕСІЙНОМУ САМОВИЗНАЧЕННІ ПІДЛІТКІВ

THE ROLE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE IN THE PROFESSIONAL SELF-DETERMINATION OF ADOLESCENTS

У статті розглядається роль емоційного інтелекту під час підготовки учнів до професійної орієнтації. Нині помічені колосальні зміни в умовах, що стосуються інститутів освіти, якості навчання фахівців і рівня сформованості знань. Способи навчання в освітніх установах сприяють розвитку кар'єрних, ціннісних і духовних навичок у підлітків. Не дивлячись на те, що в соціумі затребувані розвиток компетентностей в обраній сфері, посидючість в освітніх установах, придушення емоційних спалахів, останні дослідження вчених доводять той факт, що рівень IQ тільки на 20% використовуються людиною протягом усього життя. Разом з тим, водночас дослідження показують, що ступінь їх емоційного інтелекту набагато вищий, ніж у дітей, які старанно навчаються. 80% використовуються у зв'язку з отриманою інформацією і навичками в способах комунікувати з іншими, усвідомлювати і розуміти себе протягом усього життя. Зараз такий феномен, як емоційний інтелект (EQ) має популярність як у науковій сфері, так і в соціальному житті кожного. Важливість теми підкреслює попит, який підтверджує кількість наукових робіт і досліджень, затребуваний запит на отриманні знання з метою духовної просвіти і практичного застосування в повсякденності.

У статті доведено, що рівень емоційного інтелекту є серйозним компонентом, що містить у своєму складі сумарність поведінкових, розумових і чуттєвих навичок, здатних сформувати усвідомлення і розуміння особистих почуттів, почуттів інших і, що не менш важливо, вплинути на взаємодію між людьми. Конструкція самого емоційного інтелекту утворює поведінкові, емоційні і розумові елементи, що формуються в процесі групових сесій із застосуванням перерахованих вище способів взаємодії. Необхідною умовою успішної професіоналізації є активна свідома саморегуляція особистості, яка виражається в умінні управляти своєю поведінкою і своєю діяльністю, що характеризує процес професійного становлення і його спрямованість.

Ключові слова: емоційний інтелект, підлі-

ток, особистість, професійне самовизначення, психодіагностика.

The article considers the role of emotional intelligence in preparing students for vocational guidance. At present, enormous changes have been noticed in the conditions concerning the institutes of education, the quality of training of specialists and the level of knowledge formation. Ways of learning in educational institutions contribute to the development of skills in adolescents in career, values and spirituality. Despite the fact that society demands the development of competencies in the chosen field, perseverance in educational institutions, suppression of emotional outbursts, recent research proves the fact that IQ is only 20% used by humans throughout life. However, studies show that the level of their emotional intelligence is much higher than that of children who study hard. 80% are used in connection with the received information and skills in ways to communicate with others, to realize and understand themselves throughout life. Currently, a phenomenon such as EQ is popular both in science and in the social life of everyone. The importance of the topic is emphasized by the demand, which is confirmed by the growing number of scientific works and researches, the demanded demand for knowledge for the purpose of spiritual enlightenment and practical application in everyday life.

The article proves that the level of emotional intelligence is a serious component, which includes a set of behavioral, mental and sensory skills that can form awareness and understanding of personal feelings, feelings of others and that it is equally important to influence interaction between people. The construction of the emotional intelligence itself forms behavioral, emotional and mental elements, formed in the process of group sessions using the above methods of interaction. A necessary condition for successful professionalization is active, conscious self-regulation of the individual, which is expressed in the ability to manage their behavior and their activities, which characterizes the process of professional development and its orientation.

Key words: emotional intelligence, teenager, personality, professional self-determination, psychodiagnostics.

УДК 616.896-053.6-085.851
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.12>

Завязкіна Н.В.

д.психол.н.,
доцент кафедри психодіагностики
та клінічної психології
факультету психології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Лисенко І.П.

д.психол.н.,
завідувач кафедри клінічної психології
Київський інститут сучасної психології
та психотерапії

Полудень І.В.

магістр психології
Київський інститут сучасної психології
та психотерапії

Підлітковий вік має особливе значення в становленні особистості людини, оскільки він є «перехідним» від дитинства до дорослості. Велика увага в цьому віці приділяється розумінню місця і ролі людини в соціумі. Саме на цьому етапі закладаються основи майбутнього професійного вибору, ставлення до своєї громадянської позиції, сім'ї, соціуму, навколишнього світу та ін. Проведене дослідження дає змогу розробити поради, спрямовані на визначення впливу пізнавального емоційного інтелекту підлітків старших класів із залученням програм, спрямованих на роз-

виток пізнавального емоційного інтелекту підлітків, рекомендацій для вчителів щодо використання різних форм урочної, позаурочної та позакласної діяльності підлітків.

Мета статті – емпірично дослідити роль емоційного інтелекту в професійному самовизначенні підлітків з урахуванням вікових та статевих відмінностей.

У період становлення особистості підлітка особливу роль мають професійні орієнтації старших підлітків, які сприяють самовияву, що суттєво позначається на їх соціалізації. Цей факт свідчить про важливість спрямованості

орієнтацій підлітка і його активності в їх реалізації. Над цієї темою працювали такі дослідники, як І. Зязюн, Е. Карпова, Н. Кічук, Н. Кузьміна, А. Ліненко, Л. Міщик, Г. Нагорна, Л. Хомич). Проблема професійного самовизначення розкривається в роботах Є. Климова, Є. Зеєра, М. Пряжиникова, Є. Головахи та ін. Процес професійного самовизначення розглядається з точки зору узгодження внутрішньоособистісних і соціально-професійних потреб, вибору кар'єри, саморозвитку, а також спрямований на формування практичного ставлення особистості до професії і саморозвитку.

Наразі помічені колосальні зміни в умовах, що стосуються інститутів освіти, якості навчання фахівців і рівня сформованості знань. Способи навчання в освітніх установах сприяють розвитку кар'єрних, ціннісних і духовних навичок у підлітків. Емоційний інтелект відіграє важливу роль у підготовці учнів до професійної орієнтації, яка спрямована на взаємодію з людьми [1; 2; 3; 4; 5].

Поняття «емоційний інтелект» введено П. Селовеєм і Дж. Мейером у 1990 році, з цього моменту багато вчених трактують його по-різному. За визначенням П. Селовея, Дж. Мейєра і Д. Гоулмана, під емоційним інтелектом розуміють групу ментальних здібностей, які сприяють усвідомленню і розумінню власних емоцій і емоцій оточення (модель здібностей). Емоційний інтелект – це здатність ефективно розбиратися в емоційній сфері людського життя (розуміти емоції людей, використовувати емоції для вирішення завдань, пов'язаних із відносинами і мотивацією) [6].

Важливість емоційно-вольової регуляції у професійній діяльності підкреслюється багатьма вченими. Діяльність у багатьох професійних сферах має емоціогенний характер, супроводжується стресами, що зумовлено високою відповідальністю, інтенсивними міжособистісними відносинами. Тому дуже важливим показником ефективності роботи фахівця є емоційно-вольова регуляція. До професійно важливих якостей, які співвідносяться з емоційною сферою, зараховують емоційну врівноваженість, стриманість, емпатію, здатність повести за собою інших, активізувати їхню діяльність, знайти способи емоційно-вольових впливів, комунікативні здібності, здатність керувати емоціями в спілкуванні [1; 7].

Нині дослідження в галузі вивчення впливу емоційного інтелекту на людей, які представляють різні сфери діяльності, досить актуальні. Успішність же будь-якої сфери діяльності багато в чому визначається саме здатністю фахівця вступати в ефективні міжособистісні контакти з колегами і керівництвом, ураховуючи те, що будь-яка сфера діяльності так чи інакше супроводжується напруженими ситуаціями, пов'язаними з необхідністю емоційного реагування.

Рівень розвитку емоційного інтелекту впливає і на внутрішню регуляцію власних емоційних станів, які знаходять своє відображення і в діяльності людей, що показують успіхи в науковій (технічній) професійній діяльності. Інтенсивні міжособистісні контакти висувають високі вимоги до емоційної компетентності представників творчих і наукових професій [1; 8].

Дослідження вираженості рівня емоційного інтелекту в різних видах професійної діяльності ще не досить значні і розгорнуті, тому варто вивчити детально це питання. Порівняння рівня розвитку емоційного інтелекту професіоналів у своїй галузі, які навчаються за цим напрямом, покаже дійсний вплив емоційного фактора на вибір професії та досягнення високого рівня розвитку професіоналізму.

У наукових дослідженнях зроблена спроба розмежувати біологічні та соціальні підстави розвитку емоційного інтелекту. Біологічними передумовами є спадкові задатки емоційної здібності як ступеня успішності адаптації емоційного відгуку на стимул до обставин, правопівкульний тип мислення, екстраверсія тощо; соціальними – емоційна сфера, тобто інтерес до внутрішнього світу людини (у тому числі і до власного), схильність до психологічного аналізу поведінки, цінності, що приписуються емоційним переживанням. Факторами, що визначають розвиток емоційного інтелекту, називають особливості емоційності, когнітивні здібності, уявлення про емоції. Вона підкреслює, що рівень емоційного інтелекту залежить від віку, який значно зростає в період між раннім підлітковим віком (11–13 років) і ранньою дорослістю (20–40 років). Можна припустити, що недостатній рівень емоційного інтелекту може стати тим важелем, який «запускає» механізм віктимної поведінки осіб юнацького віку [1; 7; 9].

Згідно з висунутою метою дослідження використано такі психодіагностичні методики: профорієнтаційну тестову батарею «Магеллано Університет», методику Н. Холла на визначення рівня емоційного інтелекту, методику діагностики рівня рефлексивності А. Карпова.

Оскільки основна мета роботи – установлення впливу емоційного інтелекту на професійне самовизначення підлітків, ми скористалися кореляційним аналізом для того, щоб встановити кореляційні зв'язки шкал опитувальника діагностики емоційного інтелекту Холла зі шкалами опитувальником «Магеллано Університет».

Загальний обсяг вибірки склав 56 підлітків, із яких 36 дівчат та 20 хлопців (віком від 14 до 16 років) – учні 9–10-х класів однієї з київських шкіл за спеціальною міжнародною програмою, яка орієнтована на вступ у вищі навчальні заклади за кордоном та включає викладання майже всіх дисциплін англійською мовою.

Міжнародна програма передбачає обов'язкові професійне самовизначення учнів та вибір вищого навчального закладу наприкінці 9-го – початку 10-го класу.

У процесі емпіричного дослідження встановлено високі кореляційні зв'язки професійних інтересів із показниками емоційного інтелекту за такими шкалами: «Психологічний інтерес» позитивно корелював зі шкалами «Емоційна усвідомленість» (0.303*), «Управління емоціями інших» (0.270*) та «Інтегральна шкала емоційного інтелекту» (0.309*). «Техніко-механічний інтерес» негативно корелював зі шкалами «Самотивація» (-0.302*) та «Інтегральна шкала емоційного інтелекту» (-0.298*). «Соціальна робота» позитивно корелює зі шкалами «Управління емоціями інших» та «Інтегральна шкала емоційного інтелекту»; «Юридичний інтерес» позитивно корелює зі шкалою «Управління своїми емоціями».

Серед чотирьох шкал найбільш привабливих видів діяльності за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено кореляційні зв'язки з такими показниками емоційного інтелекту: «Науково-технічний (культурний) інтерес» негативно корелював зі шкалами «Емоційна усвідомленість» (-0.345**), «Управління своїми емоціями» (-0.350**), «Самотивація» (-0.414**), «Управління емоціями інших» (-0.294**) та «Інтегральна шкала емоційного інтелекту» (-0.430**). «Соціально-психологічний інтерес» позитивно корелював зі шкалами «Емоційна усвідомленість» (0.310*), «Управління своїми емоціями» (0.307*), «Самотивація» (0.311*), «Управління емоціями інших» (0.379**) та «Інтегральна шкала емоційного інтелекту» (0.427**). Шкала «Спілкування» (найбільш привабливі види діяльності) позитивно корелювала зі шкалами «Управління своїми емоціями» (0.341*) та «Інтегральна шкала емоційного інтелекту» (0.2750*).

Серед шкал опитувальника діагностики емоційного інтелекту Холла найбільше кореляції зі здібностями та вмінням вирішувати проблеми встановлено за шкалою «Самотивація». Вона позитивно корелювала зі шкалами «Ставлення до проблем» (0.366**) та «Здатність взаємодіяти з іншими людьми» (0.391**). Шкала «Управління своїми емоціями» позитивно корелювала зі шкалами «Ставлення до проблем» (0.366**) та «Самовизначення» (0.274*).

Серед шкал мотивів і стратегій навчання за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено позитивну кореляцію Контролю тривоги зі шкалами «Управління своїми емоціями» (0.382**), та «Самотивація» (0.306*). Зі шкалою «Емоційна усвідомленість» негативно корелюють шкали «Ставлення до навчального процесу» (-0.321*) та «Концентрація уваги» (-0.306*). Аналіз і відбір інформації негативно корелює з «Управління емоціями інших»

(-0.274*), а «Відбір стратегій навчання» – зі шкалою «Самотивація» (-0.283*).

За допомогою перевірки гіпотез про середні встановлено, що за шкалами опитувальника діагностики емоційного інтелекту Холла дівчата мають достовірно вищий рівень емпатії, ніж хлопці, та достовірно вищий рівень управління емоціями інших ($p = 0.081$). За шкалами опитувальника «Магеллано Університет» встановлено серії відмінності між дівчатами та хлопцями за більшістю напрямів.

Серед шкал професійних інтересів опитувальника «Магеллано Університет» встановлено, що хлопці мають достовірно вищий рівень за шкалами «Гуманітарний», «Лінгвістико-туристичний», «Мистецтво», «Комерційний», «Адміністративний» та «Юридичний» професійні інтереси (рис. 1).

Щодо шкал мотивів і стратегій навчання за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено, що хлопці мають достовірно вищий рівень контролю тривоги (табл. 1).

Щодо шкал «Уміння вирішувати проблеми» за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено, що хлопці мають вищий рівень, ніж дівчата, за шкалою «Ставлення до проблем» (табл. 2).

Оскільки вибірка складалася з учнів двох рівнів за навчанням (9 класи (30 осіб) та 10 класи (26 осіб)), ми вирішили також встановити відмінності між цими групами.

За опитувальником діагностики емоційного інтелекту Холла не встановлено відмінностей між 9 та 10 класами.

Серед шкал професійних інтересів за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено, що 9 класи мають вищий рівень за шкалою «Екологія» (табл. 3).

Серед шкал найбільш привабливих видів діяльності встановлено, що 9 класи мають достовірно вищий рівень за шкалою «У природних умовах» (табл. 4).

Щодо шкали культурних інтересів за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено, що 9 класи мають вищий рівень за шкалою «Гуманітарно-літературний інтерес» (табл. 5).

Щодо шкал мотивів і стратегій навчання за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено, що 9-ті класи мають вищий рівень, ніж 10-ті класи, за шкалами «Аналіз і відбір інформації», «Самоконтроль навчання», «Виділення головних ідей» (табл. 6).

Серед шкали «Уміння вирішувати проблеми» за опитувальником «Магеллано Університет» встановлено, що 9-ті класи мають вищий рівень за шкалою «Здатність сприймати критику і зауваження» (табл. 7)

Рівень емоційного інтелекту є серйозним компонентом, що містить сумарність поведінкових, розумових і чуттєвих навичок, здатних

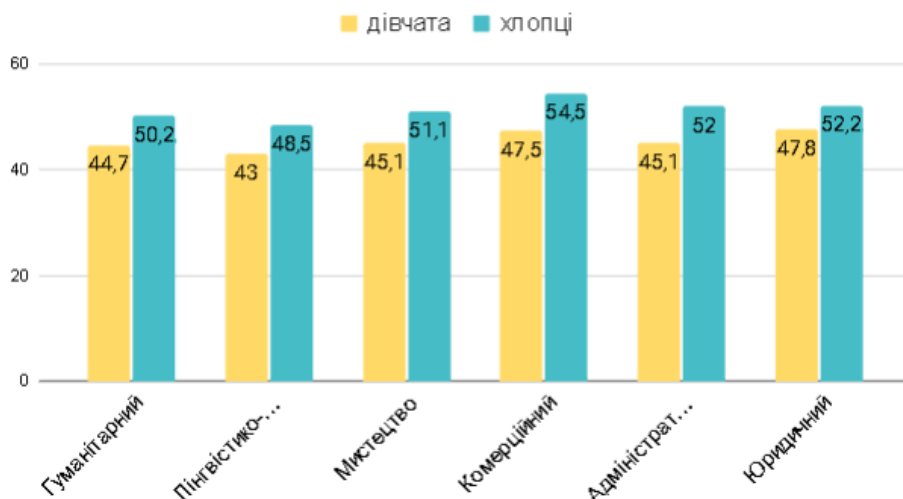


Рис. 1. Розподіл професійних інтересів між дівчатами та хлопцями

Таблиця 1

Відмінності в групах хлопців та дівчат за шкалами мотивів і стратегій навчання за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Контроль тривоги	t-критерій Стьюдента	2.17	54.0	0.017	хлопці > дівчата
Мотивація до навчання	t-критерій Стьюдента	1.55	54.0	0.064	хлопці > дівчата
Виділення головних ідей	U критерій Манна-Уїтні	267	54.0	0.056	хлопці > дівчата

Таблиця 2

Відмінності в групах хлопців та дівчат за шкалами вміння вирішувати проблеми за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Ставлення до проблем	t-критерій Стьюдента	2.63	54.0	0.005	хлопці > дівчата

Таблиця 3

Відмінності в групах 9 і 10 класів за шкалами професійних інтересів за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
Екологія	t-критерій Стьюдента	2.24	54.0	0.015	9 класи > 10 класи

Таблиця 4

Відмінності в групах 9 і 10 класів за шкалами найбільш привабливих видів діяльності за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	p-рівень	Альтернативна гіпотеза
У природних умовах	t-критерій Уелча	2.13	51.8	0.019	9 класи > 10 класи

Таблиця 5

Відмінності в групах 9 і 10 класів за шкалами культурних інтересів за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	р-рівень	Альтернативна гіпотеза
Гуманітарно-літературний	U критерій Манна-Уїтні	244	0.008	9 класи > 10 класи

Таблиця 6

Відмінності в групах 9 і 10 класів за шкалами мотивів і стратегій навчання за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	р-рівень	Альтернативна гіпотеза
Аналіз і відбір інформації	t-критерій Стьюдента	2.04	54.0	0.023	9 класи > 10 класи
Самоконтроль навчання	t-критерій Стьюдента	1.73	54.0	0.044	9 класи > 10 класи
Виділення головних ідей	t-критерій Стьюдента	2.35	54.0	0.011	9 класи > 10 класи

Таблиця 7

Відмінності в групах 9-х і 10-х класів за шкалами «Вміння вирішувати проблеми» за опитувальником «Магеллано Університет»

	Критерій	Статистика	Ступені свободи	р-рівень	Альтернативна гіпотеза
Здатність сприймати критику і зауваження	t-критерій Стьюдента	1.83	54.0	0.036	9 класи > 10 класи

сформувані усвідомлення і розуміння особистих почуттів, почуттів інших і, що не менш важливо, вплинути на взаємодію між людьми. Конструкція самого емоційного інтелекту утворює поведінкові, емоційні і розумові елементи, що формуються в процесі групових сесій із застосуванням перерахованих вище способів взаємодії.

Необхідною умовою успішної професіоналізації є активна свідомо саморегуляція особистості, яка виражається в умінні управляти своєю поведінкою і своєю діяльністю, що характеризує процес професійного становлення і його спрямованість. У теоретичній частині нашого дослідження ми, спираючись на авторитетні джерела, виявили сутність проблеми психологічної готовності студентів, її структурні компоненти, специфічні особливості розвитку особистості підлітків у процесі професійного самовизначення. Завдяки проведеному дослідженню вдалося зазначити етапи цього процесу, визначити мотиви, цілі й особливості спрямованості розвитку підлітка в процесі професійного розвитку, наголосити на вікових та статевих розбіжностях, а також підкреслити роль розвитку емоційного інтелекту та його впливу на професійне самовизначення підлітка.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алексеєнко Т.Ф. Виховання соціально-значущих якостей підростаючої особистості: метод. посіб. / за ред. Т.Ф. Алексеєнко. Ніжин : ПП Лисенко, 2015. 192 с.
2. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітка. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2003. 340 с.
3. Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць / за ред. С.Д. Максименка. Київ : інст. псих. ім. Г.С. Костюка АПН України, 2008. 365 с.
4. Дальто Ф. На стороні підлітка. Санкт-Петербург, 2016. 424 с.
5. Джун Ван. Психологічні особливості самосприйняття як фактор соціалізації підлітків : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Укр. держ. пед. ун-т ім. К.Д.Ушинського. Одеса, 2009. 19 с.
6. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Москва : АСТ, 2008. 478 с.
7. Анопрієнко О.В. Сім'я як чинник виникнення психоемоційних порушень підлітків. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Серія 12. 2012. Вип. 37. С. 171–174.
8. Боришевський М.Й. Особистість у вимірах самосвідомості: монографія. Київ : Еллада, 2012. 608 с.
9. Вовчик-Блакитна О.О. Індивідуальні особливості емоційного розвитку дитини: стратегії педагогічного супроводу. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. № 4. С. 1–3.

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND “LE VIEILLARD ET L’ENFANT”: A REVIEW OF CURRENT EMPIRICAL RESEARCH

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ТА «LE VIEILLARD ET L’ENFANT»: РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

The article examines the impact of the music album “Le vieillard et l’enfant” (“The Old Man and the Child”, 2021) on the psychological well-being of the individual in a crisis life situation. It is determined that psychological well-being is a component of the positive functioning of the individual, which contributes to its social adaptation in a dynamic changing world. In contrast to the concept of “mental health”, “psychological well-being” in its content correlates primarily with the existential experience of a person’s attitude to his own life. That is, it, first of all, exists in the consciousness of the bearer of psychological well-being and is, from this point of view, a subjective reality, characterized by integrity and based on the integral assessment of one’s own existence. Theoretical studies of the connection between emotional state and listening to music are analyzed, the specifics of a music album, the psychological meaning of the novel on which it is based, the key issues of the album and their role in psychological well-being are outlined. The empirical study was conducted by the authors on a sample of 308 women with breast cancer, focusing on the ability to reduce stress, improve the emotional state of women undergoing treatment or recently completed it. It is emphasized that music therapy with cancer patients has a long history and has proven its effectiveness, but traditionally it is conducted using classical music, rather than modern music, including music for children. The study found that most of the music album “Le vieillard et l’enfant” influenced such components of psychological well-being as “positive attitude towards others” and “self-acceptance”, minimized the expression of negative emotions such as anger, shame, guilt and fear and intensified interest, surprise and pleasure. At the same time, there is a decrease in the overall level of stress and an improvement in the emotional state of women in general.

Key words: *psychological well-being, emotional state, music therapy, self-acceptance, crisis, stress.*

У статті розглядається вплив музичного альбому «Le vieillard et l’enfant» («Старий і Дитина», 2021) на психологічне благополуччя особистості у кризовій життєвій

ситуації. Визначено, що психологічне благополуччя є складовою частиною позитивного функціонування особистості, яка сприяє її соціальній адаптації у динамічному й мінливому світі. На відміну від поняття «психічне здоров’я», «психологічне благополуччя» за своїм змістом співвідноситься, зокрема, з екзистенційним переживанням людиною ставлення до власного життя. Тобто воно існує у свідомості власне носія психологічного благополуччя і є суб’єктивною реальністю, що характеризується цілісністю й базується на інтегральній оцінці людиною власного буття. Проаналізовано теоретичні дослідження зв’язку емоційного стану та слухання музики, висвітлено специфіку музичного альбому, психологічний сенс роману, на якому він заснований, окреслено ключові питання, яким присвячено альбом, та їх роль у психологічному благополуччі. Емпіричне дослідження проведене авторами на вибірці із 308 жінок, хворих на рак молочної залози, основна увага приділена можливостям зниження рівня стресу, покращення емоційного стану жінок, які проходять лікування чи нещодавно його завершили. Акцентовано, що музична терапія з онкохворими має тривалу історію та довела свою ефективність, однак традиційно вона проводиться із використанням класичних музичних творів, а не сучасної музики, зокрема музики для дітей. В результаті дослідження встановлено, що найбільше музичний альбом «Le vieillard et l’enfant» вплинув на такі компоненти психологічного благополуччя, як позитивне ставлення до інших і самоприйняття, мінімізував вираженість негативних емоцій на кшталт гніву, сорому, почуття провини та страху, активізував інтерес, подив і задоволення. При цьому спостерігається зниження загального рівня стресу та покращення емоційного стану жінок загалом.

Ключові слова: *психологічне благополуччя, емоційний стан, музична терапія, самоприйняття, криза, стрес.*

UDC 159.923.2:005
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.13>

Zlyukov V.L.

PhD in Psychological Sciences,
Associate Professor,
Head of Laboratory of Methodology
and Theory of Psychology
G.S. Kostiyk Institute of Psychology
of the National Academy of Pedagogical
Sciences of Ukraine

Lukomska S.O.

PhD in Psychological Sciences,
Senior Researcher at the Laboratory
of Methodology and Theory of Psychology
G.S. Kostiyk Institute of Psychology
of the National Academy of Pedagogical
Sciences of Ukraine

Psychological well-being is a component of positive functioning, which, according to C. Ryff, C. Keyes, is characterized by self-acceptance, the ability to create positive relationships with others, autonomy, maturity (it is not about age, but about competence, skill in a particular business), the presence of life goals, personal growth (the desire for self-realization and self-improvement) [13]. In contrast to the concept of “mental health”, “psychological well-being” in its content correlates primarily with the existential experience of a person’s attitude to his own life. That is, it, first of all, exists in the consciousness of the bearer of psychological well-being and is,

from this point of view, a subjective reality, characterized by integrity and based on an integral assessment of one’s own existence.

The novel “La route d’Altamont” (Gabrielle Roy, 1966) is devoted to the coverage of the autobiographical narrative, the peculiarities of the personal identity crisis for different age groups, the succession of generations, the existential problems that are actualized in crisis life situations. Researcher of G Roy’s heritage D. Fortier [4] adapted the text of Roy’s story especially for the music album “Le vieillard et l’enfant” (“The Old Man and the Child”, La Montagne secrète, 2021), which made it possible

to understand it for children from 3 years of age, while preserving its basic problems. namely: childhood, family, self-discovery and the world at large, the desire for independence and desire for adventure, which, in general, characterize the psychological well-being of the person.

Music album “Le vieillard et l’enfant” (2021) consists of the actual lyrics of G. Roy, adapted by D. Fortier, lyrics by Ch. Vézina, music by D. Lavoie and illustrations by Rogé. In the dialogues there is a communicative interaction between the characters, the lyrics and illustrations reflect the key points of G. Roy story – “movement”, “journey”, “plain”, “lake”, “intergenerational interaction”, “reflection”; the autobiographical narrative is emphasized by music using exclusively acoustic instruments. D. Lavoie said that he wanted to reflect the simplicity of the text through music: “The idea was to illustrate the tale with music in a fun, playful and bright form [...] I wanted it to be quite acoustic, close to folk”.

This article highlights the results of an empirical study of the impact of a music album on the psychological well-being of the individual in crisis life situations, in particular in the situation of cancer. The specificity of the empirical study is that 99.6% of the participants did not understand French, and therefore described their own experiences only based on the perception of the melody of the songs and the overall composition of the album.

According to traditional perspectives, the components of subjective wellbeing (SWB) are a greater ratio of positive to negative emotions, and a sense of satisfaction with life [2]. The World Health Organization (WHO) has defined positive mental health as a state of well-being in which the individual is aware of his or her abilities, can cope with the stress of daily life, work productively and contribute to society” [7]. The state of well-being has always existed psychologically in human life. Psychological well-being in the context of the hedonistic approach (N. Bradburn, E. Diener) is determined by achieving pleasure and avoiding unpleasant emotions, while pleasure is interpreted in a broad sense – not only as bodily pleasure, but also derived from achieving meaningful goals and results [2]. Psychological well-being in the eudemonic approach (C. Ryff) is defined as human self-realization in specific living conditions, the search for a creative synthesis between meeting the demands of the social environment and the development of their own individuality. Note that eudemonism is an ancient principle of understanding life, later in ethics – the principle of interpretation and justification of morality, according to which happiness (“bliss”) is the highest goal of human life. The precondition of ancient eudemonism is Socrates’ idea of inner freedom, which is achieved through the self-consciousness of the individual

and his independence from the outside world. One of the critics of eudemonism in ethics was I. Kant, who believed that the motive for a truly moral act can only be a duty, but not the pursuit of happiness [13].

The mediating effects of emotion regulation (reappraisal and suppression) were examined in the relationship between music engagement and well-being. Findings provide initial evidence that engaging with music for the purposes of cognitive and emotion regulation may enhance well-being primarily through the habitual use of cognitive reappraisal. When positive feelings are frequent and intense and negative feelings are relatively low and when activities in life provide satisfaction, subjective well-being of individuals increases. This suggests that anxiety may have a significant relationship with subjective well-being.

Music therapy is a frequently used complementary and creative arts treatment in psychosocial cancer care. The general goal is to relieve symptom distress and to improve quality of life of patients in various stages of an oncological disease [8].

Breast cancer is one of the leading causes of death among women aged 35–50 years and has increasingly become a significant public health burden due to its associated high morbidity, mortality, and tremendous health care costs. Psychosocial distress, in the forms of depression and anxiety, regularly accompanies breast cancer diagnosis and throughout its treatment. Hence, it is important to objectively assess the therapy options that may help this distress [7]. Breast cancer is a condition whose diagnosis may result in extensive emotional, physical, and social suffering. It engenders stress and anxiety related to future prognosis and potential mortality. It may also cause uncertainty about changes in a woman’s body image and treatment options. Patients may experience anxiety regarding surgical experience, coping with acute pain, treatment regimens, financial burdens of care, and disruptions of their personal and professional lives [12].

Studies on the effects of music therapy reported that patients may benefit from music therapy which directly alleviates pain in patients via specific physiological, psychological, and socioemotional mechanisms [6]. With reference to the direct physiological effects, music therapy changes neuronal activity with entrainment to musical rhythms in the lateral temporal lobe and cortical areas devoted to movement. Music is a highly engaging activity which has been associated with improved health and wellbeing in a range of contexts across the lifespan [3]. Research examining the impact of music listening [12] and self-selected music [1] on health and well-being attributes many

of the beneficial effects of music to the cognitive and emotional management of hedonic well-being [9].

The current study aimed to examine the associations between music engagement of music album “Le vieillard et l’enfant” and well-being of women treated for primary breast cancer. This study was designed according to the experimental model and employed the single group pretest-posttest without control group research design.

We employed a mixed methods intervention design, in which qualitative data (i.e., semistructured interview with Healthy-Unhealthy Music Scale and Differential Emotions Scale [14]). In addition, the study used tools such as Ryff Psychological Well-being Scale and Kessler Psychological Distress Scale (K10). Psychological Well-Being Scales (PWBS; Ryff 1989) is a 42 item self-rating inventory that encompasses the six areas of psychological well-being: autonomy, environmental mastery, personal growth, positive relations with others, purpose in life and self-acceptance. C. Izard delineated 12 discrete emotions labeled: Interest, Joy, Surprise, Sadness, Anger, Disgust, Contempt, Self-Hostility, Fear, Shame, Shyness, and Guilt (as measured via his Differential Emotions Scale or DES-IV). Discrete emotion theory states that these specific core emotions are biologically determined emotional responses whose expression and recognition is fundamentally

the same for all individuals regardless of ethnic or cultural differences. Healthy-Unhealthy Music scale (HUMS) is one such assessment tool developed on Australian population that uses music engagement as an indicator of anxiety levels and potential high-risk for depression as assessed by Kessler’s Psychological Distress Scale (K10). A trial was conducted with 308 women treated for breast cancer.

The research results are presented in table 1. Pre-test group differences were explored with T tests. Statistically significant ($p < 0,05$) pre-test differences were entered as covariates in all main analyses and for statistically significant post-test outcomes.

First of all, we note changes in the severity of stress before and after listening to the album, if at the beginning of the study according to the Kessler’s Psychological Distress questionnaire women had a very high level of stress (47.9 ± 2.18), then it decreased statistically significantly (18.5 ± 1.47) and meets the normative indicators on this scale.

Regarding the perception of music in general, the positive effect of music on the psychological state was initially noted by 48.4% of women, and negative – 30.5%, at the end of the study the figures changed – 73.4% noted a positive attitude to music (differences are statistically significant at $p = 0.05$), while negative – 9.1% (differences are statistically significant at $p = 0.001$). Neutral attitudes

Table 1

Impact of a music album “Le vieillard et l’enfant” on psychological well-being

Componets	Pre-test mean and SD	Post-test mean and SD	P
Kessler’s Psychological Distress Scale (K-10)	47,9±2,18	18,5±1,47	0,001**
HUMS Healthy	12,53±1,93	22,46±3,18	0,001**
HUMS Unhealthy	13,07±1,74	7,11±2,84	0,05*
Positive Relations with Others (PWBS)	52,8±2,12	68,2±1,19	0,05*
Autonomy (PWBS)	53,4±2,18	53,8±2,08	0,683
Environmental Mastery (PWBS)	62,1±1,31	62,9±1,87	0,792
Personal Growth (PWBS)	56,1±1,37	57,8±3,91	0,528
Purpose in Life (PWBS)	51,1±2,04	59,5±2,78	0,191
Self-Acceptance (PWBS)	35,8±2,63	67,2±2,53	0,001**
Psychological well-being (PWBS)	311,3±1,94	369,4±2,39	0,006**
Interest	8,8±1,62	9,9±1,07	0,557
Joy	2,1±3,18	9,8±0,24	0,001**
Surprise	5,2±1,23	9,6±1,69	0,007**
Sadness	9,5±0,27	1,8±0,66	0,001**
Anger	2,2±1,13	0,1±0,05	0,05*
Disgust	3,4±2,18	0,1±0,11	0,05*
Contempt	3,9±1,37	0,1±0,15	0,05*
Fear	9,8±3,01	1,1±0,67	0,001**
Shame and Shyness	9,7±2,05	0,5±0,96	0,001**
Guilt	8,9±2,12	1,7±1,94	0,001**

towards music were found in 21.1% and 17.5% of women, respectively.

In terms of psychological well-being, the music album had the greatest impact on such components as Positive Relations with Others ($52,8 \pm 2,12$ and $68,2 \pm 1,19$) and Self-Acceptance ($35,8 \pm 2,63$ and $67,2 \pm 2,53$). Positive Relations with Others is the ability to build trusting relationships, openness, the ability to compromise to maintain relationships, Self-acceptance – positive attitude towards oneself, an adequate assessment of one's own past, not prone to self-blame, is characterized by an invaluable attitude to oneself, tolerance and readiness to accept new experiences. That is, listening to music in a group gave the opportunity to share their positive emotions with others, discuss their experiences and thus – to strengthen them, which, in turn, improved self-esteem, attitude and self-confidence, including opportunities to overcome the disease.

We asked participants to assess their condition by basic emotions before and after listening to the music album. The evaluation was carried out on a 10-point scale – from 0 – this emotion is not true for me now, up to 10 – this emotion is now very strongly expressed.

At the beginning of the study, 92,9% of participants expressed a strong interest in listening to a music album, but 5,5% in the conversation said that “they will not be surprised by anything”. 20 minutes after the listeners listened to the album, their level of interest increased, in particular, women were interested to hear the story on which the album is based and find out who performs the songs they liked best.

The results of static analysis revealed significant differences before and after listening to this album on such basic emotions as joy ($p=0,001$), surprise ($p=0,007$), sadness ($p=0,001$), anger ($p=0,05$), disgust ($p=0,05$), contempt ($p=0,05$), fear ($p=0,001$), shame and shyness ($p=0,001$), guilt ($p=0,001$).

In crisis situations, a person's life is reduced to one point – here and now – the past becomes only memories, and the future – very uncertain, and in the case of cancer – often impossible. In fact, during the crisis, human life is reduced to the present moment. This is clearly demonstrated in the novel “La Route d'Altamont”.

According to D. Fortier: “Childhood and ageing – moments of wonder and peace, at the same time – are transitional stages of the life, when there is an encounter with the immeasurable – a kind of window into what awaiting people: the future life of the child and the inevitable death of the elderly”. An important psychological view, clearly reflected in “Le vieillard et l'enfant” is the value of being in a situation “here and now”, the meeting of past (old age) and future (childhood) occurs in the present, it is here that the two

contrary points of life cycle [11]. Confronting / combining childhood with old age is a key aspect of the paradoxical concept of time reflected in the novel “La Route d'Altamont”, and especially in “Le vieillard et l'enfant” [5]. Thus, opposites that can neither agree nor cancel each other are united in a paradox in which they can coexist simultaneously. Indeed, through the characters of Christine and Saint-Hilaire, G. Roy illustrates the paradoxical course of time, which takes place in the form of pauses and jerks, in a circular motion, where opposites combine – so childhood and old age, the two extreme poles of life, meet and merge into one point at a given point in time. When Christine asks Monsieur Saint-Hilaire what the distant coats of Winnipeg Lake are – its end or its beginning, the old man replies, “The end, the beginning? You ask a strange question! The end, the beginning ... What if it was the same thing! ... Maybe everything ends in a big circle, in which the end and the beginning converge”.

Music therapy is a form of emotional support focusing on difficulties to express psychological distress and difficult feelings, thoughts related to challenging cancer diagnosis, and treatment situation. Engaging in music activities may allow individuals to achieve an optimal balance of affect and, accordingly, enhance hedonic well-being. Music is also often used to manage one's environment and facilitate communication with others. Thus, according to the scales of psychological well-being, it was found that the music album had the greatest impact on such components as Positive Relations with Others and Self-Acceptance. This enhanced sense of autonomy and relatedness to others may explain the positive psychological outcomes described by individuals participating in group musical activities.

There was a statistically significant reduction in stress, improved attitude to music, recognition of its positive effect on well-being. In addition, after listening to the music album, the expression of such emotions as joy, interest and surprise increased significantly and decreased – fear, anger, guilt and shame. Therefore, the tendency to seek opportunities to engage with music to regulate emotions is likely to result in a greater sense of fulfilled personal psychological functioning and social well-being.

REFERENCES:

1. Batt-Rawden K. B. The benefits of self-selected music on health and well-being. *The Arts in Psychotherapy*. 2010. Vol. 37(4). P. 301–310.
2. Diener E., Oishi S., Lucas R. E. Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual review of psychology*. 2003. Vol. 54(1). P. 403–425.
3. Clift S., Hancox G., Morrison I. Choral singing and psychological wellbeing: Quantitative and qualitative

- findings from English choirs in a cross-national survey. *Journal of Applied Arts & Health*. 2010. Vol. 1(1). P. 19–34.
4. Fortier D. L'écriture comme paradoxe: étude de l'oeuvre de Gabrielle Roy. 2002. McGill University.
5. Gilbert P. R. All Roads Pass Through Jubilee: Gabrielle Roy's *La Route d'Altamont* and Alice Munro's *Lives of Girls and Women*. *Colby Quarterly*. 1993. Vol. 29(2). P. 136–148.
6. Groarke J. M., Hogan M. J. Enhancing wellbeing: An emerging model of the adaptive functions of music listening. *Psychology of Music*. 2016. Vol. 44(4). P. 769–791.
7. Huppert F. A. Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied psychology: health and well-being*. 2009. Vol. 1(2). P. 137–164.
8. Karadag E., Uğur Ö., Çetinayak O. The effect of music listening intervention applied during radiation therapy on the anxiety and comfort level in women with early-stage breast cancer: A randomized controlled trial. *European journal of integrative medicine*. 2019. Vol. 27. P. 39–44.
9. Lamont A. Emotion, engagement and meaning in strong experiences of music performance. *Psychology of Music*. 2012. Vol. 40(5). P. 574–594.
10. Luhmann M., Orth U. Studying changes in life circumstances and personality: It's about time. *European Journal of Personality*. 2014. Vol. 28(3). P. 256–266.
11. Marcotte S. Correspondance, autobiographie et journal personnel chez Gabrielle Roy. *Quebec Studies*. 2001. Vol. 31. P. 76–96.
12. Miranda D., Gaudreau P. Music listening and emotional well-being in adolescence: A person-and variable-oriented study. *European Review of Applied Psychology*. 2011. Vol. 61(1). P. 1–11.
13. Ryff C. D., Keyes C. The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 69(4). P. 719–727.
14. Saarikallio S., Gold C., McFerran K. Development and validation of the Healthy-Unhealthy Music Scale. *Child and Adolescent Mental Health*. 2015. Vol. 20. P. 210–217
15. Wheeler B. L., Lesiuk T. L., Burns D. S. Music therapy and music medicine studies in oncology: Part I: a comparison. *Music and Medicine*. 2019. Vol. 11(3). P. 145–159.

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ПРОЯВІВ СТРЕСУ ІЗ ПСИХІЧНИМИ СТАНАМИ

PECULIARITIES OF RELATIONSHIP BETWEEN STRESS MANIFESTATIONS AND MENTAL STATES

Стаття присвячена дослідженню взаємозв'язків проявів стресу з психічними станами. Сучасні суспільні обставини, що ускладнені пандемією, постійно впливають на особистість в соціальних, екологічних, політичних, економічних і багатьох інших сферах, посилюючи вимоги до прояву певних якостей, а також сприяють та підсилюють прояви стресу. Саме тому у сучасному світі однією з основних проблем є психологічний стрес, який реалізується через фізіологічну структуру людини, торкаючись самої сутності людини, порушуючи емоційне, поведінкове і психічне здоров'я особистості. Показано, що проблема стресу є досі вельми актуальною темою, яка не має одностайного погляду на її сутність у науковому співтоваристві. Запропоновано розуміння стресу як реакції людини на неспецифічну ситуацію, що викликає надмірно сильну і тривалу психологічну напругу, яка проявляється на емоційному, інтелектуальному, поведінковому і фізіологічному рівнях та пов'язана з нездатністю людини доцільно і адекватно діяти в ситуації, що склалася. Було проведено емпіричне дослідження за допомогою семи психологічних методик. Розглянуто представлені в психологічній науці ознаки стресу, зокрема, фізіологічного (або біологічного), емоційного (або психологічного, психоемоційного), інтелектуального, а також ознаки поведінкового стресу. Показано, що певні ознаки стресу підкреслюють певні важливі аспекти сутності стресу як явища. Зафіксовано кореляційні взаємозв'язки показників проявів стресу з показниками самовідчуття, дисфорії, з інтелектуальними та поведінковими ознаками стресу, емоційними та фізіологічними симптомами стресу, адаптивними емоційними копінг-стратегіями, неадаптивними емоційними копінг-стратегіями, відносно адаптивними поведінковими копінг-стратегіями, особистісним адаптивним потенціалом, нервово-психічною стійкістю, комунікативними здібностями, упевненістю у собі, знанням власних ресурсів, умінням оновлювати власні ресурси.

Ключові слова: психічні стани, психічне здоров'я, стрес, фізіологічні ознаки стресу, емо-

ційні ознаки стресу, інтелектуальні ознаки стресу, поведінкові ознаки стресу.

The article is dedicated to the research of specific nature of relations between stress manifestations and psychic states. Present day social circumstances, complicated by pandemic, permanently influence a person in social, ecological, political, economical and many other spheres, intensifying demands to certain qualities' demonstration, stimulate and enforce stress manifestation. For this reason psychological stress is one of the main problems in today's world, which occurs through person's physiological structure, touching the essence of a human, frustrating emotional, behavioral and psychic health of a person. It is evidenced that the problem of stress is still extremely important subject which does not have unanimous point of view at its essence in academic community. The understanding of stress is offered as a reaction of a person to a non-specific situation, generating permanent extra strain, which appears in emotional, intellectual, behavioral and physiological levels and is related to inability of a person to act in the existing situation in rational and proper manner. There was performed the empirical investigation by means of seven psychological methods. Signs of stress represented in psychological science are esteemed as: physiological (or biological) stress, emotional (or psychological or psycho emotional), intellectual stress and also the signs of behavioral stress. It is evidenced that certain signs of stress emphasize certain important aspects of the essence of stress as a phenomenon. The correlation between the symptom of sign of stress and the state of health, dysphoria, intellectual and behavioral signs of stress, emotional and physiological symptoms of stress, adaptive emotional coping strategies, non-adaptive emotional coping strategies, relatively adaptive behavioral coping strategies, personal adaptive potential, nervous-psychic resistance, communicative capabilities, self-confidence, awareness of personal resources and ability to renovate them is fixed.

Key words: psychic states, psychic health, stress, physiological signs of stress, emotional signs of stress, intellectual signs of stress, behavioral signs of stress.

УДК 159.9+612.176:616-056.3(045)
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.14>

Іванова О.С.

orcid.org/0000-0002-5653-3661
аспірант кафедри теорії і методики практичної психології
Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського

У сучасному світі майже для кожної людини однією з найважливіших проблем залишається психологічний стрес. Він торкається сутності людини, порушуючи емоційне, фізіологічне, поведінкове і психічне здоров'я. У світлі спалаху пандемії коронавірусу всіх зачепили вимоги щодо карантинних обмежень та режиму самоізоляції. Унаслідок цього звичний спосіб життя нашого суспільства змінився миттєво. Ця обставина призвела до випробовування справжнім стресом, що проявляється у всіх по-різному на інтелекту-

альному, емоційному та фізичному рівні особистості.

Сучасні суспільні обставини, що ускладнені пандемією, постійно впливають на особистість в соціальних, екологічних, політичних, економічних і багатьох інших сферах, сприяють та підсилюють прояви стресу, висуваючи нові вимоги до стресостійкості особистості.

Питання подолання стресу вже вивчене багатьма вченими, які запропонували достатньо теорій і впровадили не одну терапевтичну практику. Але ситуація, що склалася за останній

рік, вимагає уточнення сутності стресу і пошуку нових механізмів для його подолання в нових умовах буття. Саме тому метою дослідження виступило питання вивчення проявів стресу та їх взаємозв'язку з різними психічними станами людини в умовах пандемії.

Аналізуючи різні наукові джерела, можна засвідчити, що у різні періоди тема стресу була предметом дослідження багатьох таких вітчизняних вчених, як Л.М. Аболін, Е.І. Бистрицька, В.А. Бодров, О.М. Валуйко, Н.Є. Водоп'янова, О.В. Гошкодеря, Р.М. Грановська, Л.А. Китаєв-Смик, І.Д. Ладанов, Л. Леві, Р.С. Немов, Л.Є. Паніна, Н.В. Самоукіна, В.В. Суворова, Р.А. Тигранян, О.Я. Чебикін, О.М. Черепанова, Ю.В. Щербатих та інших.

Вивченням різних аспектів проблеми стресу у закордонній науці займалися такі вчені, як Дж. Віткін, Д. Грінберг, Г. Купер, Г.М. Борневерсер, Г. Сельє, Дж. Брайт, Ф. Джонс, Л. Джуел, Т. Кокс, Р. Лазарус та інші.

Загальновідомо, що засновником вчення про стрес вважається Ганс Сельє. Вчений вважав, що стрес – це неспецифічна реакція організму на підвищену вимогу до нього [19]. Термін «неспецифічна реакція» стосується того факту, що типову реакцію викликає широкий спектр впливів, стресорів, включаючи такі позитивні фактори, як просто нові події. У своїх працях він приділяв особливу увагу фізіологічним проявам стресу в організмі людини.

Досі цікавим та важливим є той факт, що у своїй теорії Ганс Сельє розводив поняття стресу і дистресу. Стрес вважається корисним, якщо він призводить до адаптації, а дистрес шкідливий і веде до різних психосоматичних захворювань. Автор підкреслював, що стрес може бути як приємним, так і неприємним для людини, водночас дистрес – тільки неприємним [11].

Якщо звернутися до етимології поняття, то стрес (від англ. "stress") – це тиск, натиск; гніт, навантаження, напруга.

Аналізуючи різну літературу, можна зазначити, що стрес – це неспецифічна (загальна) реакція організму на вплив (фізичний або психологічний), що порушує його гомеостаз, а також викликає відповідний стан нервової системи або організму в цілому [14].

Так, на думку В.В. Суворової, стрес – це «функціональний стан організму, що виникає в результаті зовнішнього негативного впливу на його психічні функції, нервові процеси або діяльність периферичних органів» [5].

У свою чергу П.Д. Горізонтов розглядав стрес як «загальну адаптивну реакцію організму, що розвивається у відповідь на загрозу порушення гомеостазу» [13].

У літературі трапляються визначення стресу як «напруги, що виникає при появі загрозливих або неприємних чинників життєвої ситуації» [16].

Таке визначення переформується з позицією Р.С. Немова щодо стресу. Він наголошує, що стрес є станом надмірно сильної і тривалої психологічної напруги, яка виникає у людини, коли її нервова система одержує емоційне перевантаження [6]. Стрес – це стан душевного (емоційного) і поведінкового розладу, пов'язаного з нездатністю людини доцільно і розумно діяти в ситуації, що склалася [7].

Л.А. Китаєв-Смик, здійснивши поглиблений аналіз, виділяє кілька визначень терміна «стрес» [3, с. 23], серед яких: 1) дуже несприятливий і негативний вплив на організм, який може бути неприємним тільки для однієї людини; 2) особливо несприятлива для організму фізіологічна або психологічна реакція на дію стресора; 3) фізіологічні, психологічні, соціально-психологічні, робочі та інші реакції, що виникають при будь-яких відповідях організму на екстремальні вимоги зовнішнього середовища; 4) комплекс адаптаційних реакцій організму, але тільки тих, які схожі й однаково виникають при різних адаптаційних станах. Симптоми таких реакцій подібні при будь-яких типах впливу. Вони однакові при різних станах, а не специфічні для одного або іншого з них.

На підставі вищезазначеного та проведеного аналізу можна дійти висновку, що досі у науковій літературі немає одноставного розуміння стресу. Умовно можна виділити декілька підходів щодо його розуміння. Такі вчені, як Г. Сельє, П.Д. Горинзонтова, Р.А. Тигранян, Л.А. Китаєв-Смик та ін., розглядають стрес як певну реакцію організму, що проявляється у відповідь на зовнішню і внутрішню загрозу.

Дещо інший ракурс вивчення стресу спостерігається в роботах В.В. Суворової, Р.С. Немова, які його розуміють як стан надмірно сильної і тривалої психологічної напруги, яка виникає у людини в ситуаціях психологічного перевантаження.

Також можна говорити про підхід щодо розуміння стресу як напруги життєвих ситуацій, які розглядали Л.А. Сундеева, Є.А. Шейкіна; та впливу на організм, пов'язаного з активацією пізнавальної діяльності особистості, на думку Р. Лазаруса.

Розуміння сутності стресу ускладнюється тим, що соціологи, психологи, фізіологи, психіатри у своїх теоріях використовують споріднені поняття психологічного стресу, емоційного стресу, психоемоційного стресу та ін.

У роботах В.А. Бодрова можна зустріти таке визначення: «Психологічний стрес – це своєрідна форма віддзеркалення суб'єктом складної, екстремальної ситуації, в якій він знаходиться. Специфіка психічного віддзеркалення зумовлюється процесами діяльності,

особливості яких (їх суб'єктивна значущість, інтенсивність, тривалість протікання тощо) в значній мірі визначаються вибраними або прийнятими цілями, досягнення яких спонукає до вмотивованої діяльності. У процесі діяльності мотиви наповнюються емоційно, сполучаються з інтенсивними емоційними переживаннями, які відіграють особливу роль у виникненні і протіканні стану психічної напруженості» [1].

Р. Лазарус і С. Фолкман вважають, що психологічний стрес – це значущі для благополуччя особистості відносини з середовищем, які піддають випробуванню наявні ресурси організму і у низці випадків можуть їх перевищувати. Характер і інтенсивність стресової ситуації визначається «ступенем розбіжності між вимогами, які пред'являє конкретна діяльність до особи, і тими потенціями, якими володіє суб'єкт [4]».

Таким чином, психологічний стрес – це особливий психічний стан, що характеризується неспецифічними системними змінами активності психіки людини, що виражають її організацію та мобілізацію в зв'язку з виниклими підвищеними вимогами нової ситуації. Психологічний стрес не може бути ідентичний фізіологічному, оскільки має свої психологічні особливості, він може виникати самостійно, а також ініціювати і змінювати біологічний стрес.

Стрес може виявлятися в різних аспектах людини. К.В. Судаков у своїй монографії підкреслював значущість [15]. Розглядаючи визначення емоційного стресу, можна також відзначити, що емоційний стан, викликаний нестабільною ситуацією, спричинює нездатність особистості зібратися і зрозуміло діяти. А.Г. Маклаков [17] писав, що за сприятливих умов емоційно стресовий стан може трансформуватися в оптимальний звичний стан, а за несприятливих умов – у стан нервово-емоційної напруги, що суттєво знижує рівень працездатності, ефективного функціонування систем і органів людини, а також витрачає енергетичні ресурси організму. О.М. Вейн писав про те, що хронічні захворювання нашого часу виникають на тлі емоційного неблагополуччя, гострого або хронічного емоційного стресу [2, с. 3–4].

На відміну від тварин людина здатна реагувати на реальну фізичну загрозу, а також на спогади або асоціації, пов'язані з нею. Механізм психологічного стресу запускається і посилюється при згадці будь-яких невдач, травм, провалів, невдалих публічних виступів, у разі недостатньої мотивації для подолання сформованої важкої ситуації, негативних установок на те, що не вийде подолати перешкоду, а так само від завищених очікувань і неоднозначної, незрозумілої для людини ситуації, рішення якої невизначено.

На підставі вищезазначеного в нашій роботі ми будемо розглядати фізіологічні (або біологічні) ознаки стресу, емоційні (або психологічні, психоемоційні) ознаки, інтелектуальні ознаки стресу, а також поведінкові ознаки стресу. Всі ознаки стресу проявляються у формі реакції особистості в певних психологічних сферах на різні ситуації життя. В цілому ця реакція визначає індивідуальні відмінності у реагуванні на стрес. Тобто думки, емоції та почуття, а також певне ставлення до даної ситуації визначають індивідуальні ознаки прояву стресу та зумовлюють певний психологічний стан. Отже, дослідники підкреслюють важливі аспекти сутності стресу як явища.

Загалом стрес може викликатися стресовими ситуаціями, до яких належать усі сильні фізичні і нервово-психічні навантаження, в тому числі надзвичайно важка робота, охолодження і перегрів, нестача кисню у повітрі, гіпоглікемія, захворювання, операції, рани, шумовий вплив, раптовий переляк, неспокій, біль і гнів. Вченими встановлено, що ефекти надсильного впливу на психіку, що її пошкоджують, зумовлені не самим стресором, а реакцією людини на нього [8].

Так, у своїх роботах Г. Сельє у центр уваги виводив гомеостатичну модель самозбереження організму і мобілізації ресурсів для реакції на стресор. Усі агенти, що діють на організм, він поділив на специфічні (вірус грипу викликає грип) і неспецифічні стереотипні ефекти стресу, які проявляються у вигляді загального адаптаційного синдрому. Цей синдром у своєму розвитку проходить три стадії: 1) реакцію тривоги; 2) стадію резистентності; 3) стадію виснаження. Г. Сельє ввів поняття адаптаційної енергії, яка мобілізується шляхом адаптаційної перебудови гомеостатичних механізмів організму. Її виснаження, на думку вченого, незворотне і веде до старіння і загибелі організму [9; 10; 12].

Отже, враховуючи всі переваги та недоліки у розумінні стресу, в нашій роботі під стресом ми будемо розуміти реакцію людини на неспецифічну ситуацію, що викликає надмірно сильну і тривалу психологічну напругу, яка проявляється на емоційному, інтелектуальному, поведінковому та фізіологічному рівнях та пов'язана з нездатністю людини доцільно і адекватно діяти в ситуації, що склалася.

Для проведення емпіричного дослідження проблеми стресу ми обрали такі методики:

1) диференціальний опитувальник переживання самотності (ДОПО) – оригінальний психодіагностичний інструмент, спрямований на вивчення самотності як багатовимірного феномену, що включає в себе як негативні сторони, що лежать на поверхні і давно використовуються об'єктом наукового вивчення, так і позитивні сторони, які менш очевидні і рідше потрапляють

в фокус уваги, але відіграють велику роль у розвитку зрілої особистості, що самодетермінується. Методика створена і схвалена у 2013 році Є.М. Осніним і Д.О. Леонтьєвим;

2) методику «Комплексна оцінка проявів стресу» (КОПС), розроблену Ю.В. Щербатих. Дана методика дозволяє оцінити інтелектуальні та поведінкові ознаки, емоційні та фізіологічні симптоми стресу;

3) методику для психологічної діагностики копінг-механізмів (МПДКМ). Методика Е. Нейм дозволяє досліджувати 26 ситуаційно-специфічних варіантів копіngu, розподілених за трьома основними сферами психічної діяльності на когнітивний, емоційний і поведінковий копінг-механізми;

4) методику самооцінки функціонального стану САН (В.А. Доскін і ін.). Методика призначена для оперативної оцінки самопочуття, активності і настрою;

5) опитувальник «Визначення нервово-психічної напруги» (НПН). Опитувальник спрямований на діагностику психічної напруженості в умовах складної (екстремальної) ситуації або її очікування;

6) багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ). Він розроблений А.Г. Маклаковим і С.В. Чермяніним та призначений для оцінки адаптаційних можливостей особистості з урахуванням соціально-психологічних і деяких психофізіологічних показників, що відображають узагальнені особливості нервово-психічного і соціального розвитку [18];

7) опитувальник психологічної ресурсності особистості (ОПРО), автором якого є О.С. Штепа. Діагностична мета опитувальника – це визначення психологічних ресурсів особистості та її уміння ними оперувати [20].

Дослідження особливостей прояву стресу здійснювалось 2021 року на базі Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського». В емпіричному дослідженні взяли участь 44 опитуваних віком від 18 до 48 років.

В емпіричному дослідженні застосовано широкий діагностичний інструментарій. Були виміряні такі діагностичні характеристики: інтелектуальні, поведінкові, емоційні, фізіологічні ознаки стресу, комплексна оцінка ознак стресу (ці 5 характеристик належать методиці «Комплексна оцінка проявів стресу»); ізоляція, самотність, відчуження, дисфорія, проблема самотності, потреба в компанії, радість самоти, ресурс усамітнення, спільне переживання самотності, залежність від спілкування, позитивна самотність (методика «Диференціальний опитувальник переживання самотності»); адаптивні когнітивні копінг-стратегії, адаптивні емоційні копінг-стратегії, адаптивні поведінкові копінг-стратегії, неадап-

тивні когнітивні копінг-стратегії, неадаптивні емоційні копінг-стратегії, неадаптивні поведінкові копінг-стратегії, відносно адаптивні когнітивні копінг-стратегії, відносно адаптивні емоційні копінг-стратегії, відносно адаптивні поведінкові копінг-стратегії (методика для психологічної діагностики копінг-механізмів); достовірність, нервово-психічна стійкість, комунікативні здібності, моральна нормативність, особистісний адаптивний потенціал (Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ)); упевненість у собі, доброта до людей, допомога іншим, успіх, любов, творчість, віра у добро, прагнення мудрості, робота над собою, самореалізація у професії, відповідальність, знання власних психологічних ресурсів, уміння оновлювати власні ресурси, уміння вміщувати власні ресурси (опитувальник психологічної ресурсності особистості); загальна, слабка, помірна, надмірна нервово-психічна напруга (опитувальник «Визначення нервово-психічної напруги» (НПН)); самопочуття, активність, настрої (методика самооцінки функціонального стану (САН)).

За методикою «Комплексна оцінка стресу» у жодного (0%) з досліджуваних в цей момент життя значущий стрес не був визначений. 33 (75%) опитаних відчують помірний стрес, який може бути компенсований за допомогою раціонального використання часу, періодичного відпочинку і оптимального урегулювання ситуації, що виникла. Для 10 (23%) опитаних потрібне застосування спеціальних методів подолання стресу. У них виражене напруження емоційних і фізіологічних систем організму, що виникло у відповідь на сильний стресорний фактор, який не вдалося компенсувати. І тільки в одного опитаного, що становить 2%, виявлено стан сильного стресу, для успішного подолання якого бажана допомога психолога або психотерапевта. Така величина стресу говорить про те, що організм наближений до межі можливостей чинити опір стресу.

За даною методикою ми проаналізували конкретні ознаки стресу у досліджуваних. Було виявлено, що у 4 (9%) досліджуваних наявний високий рівень інтелектуальних ознак стресу, у 17 (39%) – середній, у 18 (41%) – низький.

За даною методикою ми проаналізували певні ознаки стресу у досліджуваних. Було виявлено, що у 2 (5%) досліджуваних наявний високий рівень поведінкових ознак стресу, у 11 (25%) – середній, у 28 (64%) – низький.

Дещо інша ситуація з емоційними ознаками стресу у досліджуваних. Так, було виявлено, що у 7 (16%) досліджуваних високий рівень емоційних ознак стресу, у 12 (27%) – середній, у 18 (41%) – низький.

Фізіологічні ознаки стресу було зафіксовано у 3 (7%) досліджуваних на високому рівні,

у 9 (20%) – на середньому, у 23 (52%) – на низькому.

Застосування методів математичної статистики, а також аналізу проведених кореляцій дозволило виявити взаємозв'язки показника «Комплексна оцінка проявів стресу» з такими діагностичними критеріями, як самовідчуття ($r=0,509^{**}$; $p \leq 0,01$), дисфорія ($r=0,433^{**}$; $p \leq 0,01$), інтелектуальні ознаки стресу ($r=0,646^{**}$; $p \leq 0,01$), поведінкові ознаки стресу ($r=0,672^{**}$; $p \leq 0,01$), емоційні симптоми стресу ($r=0,819^{**}$; $p \leq 0,01$), фізіологічні симптоми стресу ($r=0,509^{**}$; $p \leq 0,01$), адаптивні емоційні копінг-стратегії ($r=-0,656^{**}$; $p \leq 0,01$), неадаптивні емоційні копінг-стратегії ($r=0,597^{**}$; $p \leq 0,01$), відносно адаптивні поведінкові копінг-стратегії ($r=0,329^*$; $p \leq 0,05$), ОАП (особистісний адаптивний потенціал) ($r=-0,712^{**}$; $p \leq 0,01$), НПС (нервово-психічна стійкість) ($r=-0,756^{**}$; $p \leq 0,01$), КС (комунікативні здібності) ($r=-0,438^{**}$; $p \leq 0,01$), упевненість у собі ($r=-0,461^{**}$; $p \leq 0,01$), знання власних ресурсів ($r=-0,390^{**}$; $p \leq 0,01$), уміння оновлювати власні ресурси ($r=-0,421^{**}$; $p \leq 0,01$).

Розглянемо та проаналізуємо отримані кореляційні зв'язки більш докладно.

Як ми можемо бачити, певні ознаки стресу з математичною достовірністю пов'язані з показниками самотності. Зокрема, загальна оцінка прояву стресу пов'язана з показником самовідчуття та показником дисфорії ($r=0,509$; $p < 0,01$ та $r=0,433$; $p < 0,01$). Це може свідчити, що стрес пов'язаний та виявляється у формі зниженого настрою, а також характеризується роздратуванням, почуттям неприязні до ото-

чуючих з можливими афективними проявами та підвищеною агресивністю. Крім того, було зафіксовано зв'язок стресу з показником самовідчуття, що виявляється в усвідомленні людини себе як усамітненої.

Водночас цікавим є факт відсутності кореляційних зв'язків показників самотності з поведінковими та фізіологічними ознаками стресу. Тобто фізичне виснаження (перенапруга м'язів, втомленість, головний біль тощо), викривлення поведінкових патернів у зв'язку з переживанням стресу не впливає на відчуття самотності.

Отримані результати свідчать про обернений зв'язок комплексної оцінки стресу, а також конкретних ознак стресу з показником адаптивної емоційної копінг-стратегії. Тобто збільшення стресового навантаження зменшує емоційний стан з активним обуренням і протестом щодо труднощів та знижує впевненість в наявності виходу в будь-який ситуації. Це підтверджує кореляційний зв'язок показників стресу з неадаптивними емоційними копінг-стратегіями «придушення емоцій», «покірність», «самозвинувачення», «агресивність». Ці моделі поведінки характеризуються пригніченим емоційним станом, станом безнадійності, покірності і недопущенням інших почуттів. Також проявляється переживання злості, а почуття провини покладається на себе й інших.

Комплексний показник стресу, а також показник емоційних і фізіологічних ознак стресу демонструє наявність прямих кореляційних зв'язків з відносно адаптивними варіантами поведінкових копінг-стратегій –

Таблиця 1

Статистично достовірні взаємозв'язки між показниками, які характеризують ознаки стресу, та показниками самотності

Показники	ОПС	ІОС	ПОС	ЕОС	ФОС
Ізоляція	–	0,491 ^{**}	–	0,357 [*]	–
Самовідчуття	0,509 ^{**}	0,336 [*]	–	0,447 ^{**}	–
Дисфорія	0,433 ^{**}	–	–	–	–

Примітки: 1) ОПС – оцінка прояву стресу; ІОС – інтелектуальні ознаки стресу; ПОС – поведінкові ознаки стресу; ЕОС – емоційні симптоми стресу; ФОС – фізіологічні симптоми стресу; 2) * – кореляція статистично достовірна на рівні $p < 0,05$; ** – кореляція статистично достовірна на рівні $p < 0,01$.

Таблиця 2

Статистично достовірні взаємозв'язки між показниками, які характеризують ознаки стресу, та показниками адаптивності копінг-стратегії

Показники	ОПС	ІОС	ПОС	ЕОС	ФОС
Адаптивні емоційні копінг-стратегії	-0,656 ^{**}	-0,553 ^{**}	-0,373 [*]	-0,584 ^{**}	-0,504 ^{**}
Неадаптивні емоційні копінг-стратегії	0,597 ^{**}	0,601 ^{**}	0,406 ^{**}	0,520 ^{**}	0,364 [*]
Відносно адаптивні поведінкові копінг-стратегії	0,329 [*]	–	–	0,324 [*]	0,355 [*]

Примітки: 1) ОПС – оцінка прояву стресу; ІОС – інтелектуальні ознаки стресу; ПОС – поведінкові ознаки стресу; ЕОС – емоційні симптоми стресу; ФОС – фізіологічні симптоми стресу; 2) * – кореляція статистично достовірна на рівні $p < 0,05$; ** – кореляція статистично достовірна на рівні $p < 0,01$.

Статистично достовірні взаємозв'язки між показниками, які характеризують ознаки стресу, та показниками адаптаційних можливостей особистості

Показники	ОПС	ІОС	ПОС	ЕОС	ФОС
ОАП	-0,712**	-0,595**	-0,381*	-0,608**	-0,524**
НПС	-0,756**	-0,604**	-0,308*	-0,627**	-0,521**
КС	-0,438**	-0,370*	-0,313*	-0,387**	-

Примітки: 1) ОПС – оцінка прояву стресу; ІОС – інтелектуальні ознаки стресу; ПОС – поведінкові ознаки стресу; ЕОС – емоційні симптоми стресу; ФОС – фізіологічні симптоми стресу; ОАП – особистісний адаптивний потенціал; НПС – нервово-психічна стійкість; КС – комунікативні здібності; 2) * – кореляція статистично достовірна на рівні $p < 0,05$; ** – кореляція статистично достовірна на рівні $p < 0,01$.

«компенсація», «відволікання», «конструктивна активність». Тобто підвищення рівня стресу активізує поведінку, що характеризується прагненням до тимчасового відходу від вирішення проблем за допомогою алкоголю, лікарських засобів, занурення в улюблену справу, подорожей, виконання своїх заповітних бажань. Конструктивність цих стратегій залежить від значущості та вираженості ситуації подолання.

Психологічний аналіз кореляцій також доводить, що ознаки стресу тим більші, чим менший особистісний адаптивний потенціал ($r = -0,712^{**}$; $p \leq 0,01$), нервово-психічна стійкість ($r = -0,756^{**}$; $p \leq 0,01$) та комунікативні здібності ($r = -0,438^{**}$; $p \leq 0,01$).

Підвищення стресового навантаження знижує поведінкову регуляцію, підвищує схильність до нервово-психічних зривів, знижує самооцінку та реальність сприйняття ситуації.

Також отримані кореляції засвідчують, що чим більше людина комунікабельна, тим менша в неї комплексна оцінка стресу. І навпаки, зі збільшенням замкненості, труднощами у встановленні контактів збільшуватимуться прояви стресу.

Отримані обернені кореляції між показниками стресу і показниками упевненості у собі, знання власних ресурсів, уміння оновлювати ресурси означають, що зі збільшенням ознак стресу зменшуватиметься самодостатність у прийнятті рішень, вміння наполягати на своєму, адекватне сприйняття причин неуспіхів та уміння коригувати власну поведінку, здат-

ність довіряти собі. Із збільшенням стресового навантаження людина потроху втрачає реалістичність оцінювання своїх психологічних можливостей та їх меж, а також своїх індивідуальних особливостей. Також це свідчить про зменшення можливості доступу до способів позбавлення напруги й уміння їх задіювати з метою заспокоїтись та відчутти внутрішню рівновагу.

На підставі теоретичного та емпіричного аналізу можна зробити такі висновки:

1) показано, що проблема стресу є досі вельми актуальною темою, яка не має одностайного погляду на її сутність у науковому співтоваристві;

2) проаналізовано визначення стресу в межах досліджень різних вчених та теорій, умовно виділено декілька підходів щодо розуміння стресу як реакції, як стану, як напруги;

3) запропоновано розуміння стресу як реакції людини на неспецифічну ситуацію, що викликає надмірно сильну і тривалу психологічну напругу, що проявляється на емоційному, інтелектуальному, поведінковому та фізіологічному рівнях та пов'язана з нездатністю людини доцільно і адекватно діяти в ситуації, що склалася;

4) розглянуто представлені в психологічній науці ознаки стресу, зокрема, фізіологічного (або біологічного) стресу, емоційного (або психологічного, психоемоційного), інтелектуального стресу, а також ознаки поведінкового стресу. Показано, що певні ознаки стресу підкреслюють важливі аспекти сутності стресу як явища;

Таблиця 4

Статистично достовірні взаємозв'язки між показниками, які характеризують ознаки стресу, та показниками за методикою ОПРО

Показники	ОПС	ІОС	ПОС	ЕОС	ФОС
Упевненість у собі	-0,461**	-0,523**	-	-0,375*	-
Знання власних ресурсів	-0,390**	-0,394**	-0,304*	-0,382*	-
Уміння оновлювати власні ресурси	-0,421**	-0,328*	-	-0,392**	-0,329*

Примітки: 1) ОПС – оцінка прояву стресу; ІОС – інтелектуальні ознаки стресу; ПОС – поведінкові ознаки стресу; ЕОС – емоційні симптоми стресу; ФОС – фізіологічні симптоми стресу; 2) * – кореляція статистично достовірна на рівні $p < 0,05$; ** – кореляція статистично достовірна на рівні $p < 0,01$.

5) підбрано широкий діагностичний інструментарій, що вміщує сім психологічних методик та 51 показник, що досліджується;

6) емпірично виявлено, що у 9% досліджуваних спостерігається високий рівень інтелектуальних ознак стресу, у 39% – середній, у 41% – низький. Що стосується поведінкових ознак стресу, то у 5% досліджуваних зафіксовано високий рівень, у 25% – середній, у 64% – низький. Емоційні ознаки стресу у 16% досліджуваних відповідають високому рівню, у 27% – середньому, у 41% – низькому. Фізіологічні ознаки стресу було зафіксовано у 7% досліджуваних на високому рівні, у 20% – на середньому, у 52% – на низькому;

7) за допомогою методів математичної статистики були виявлені взаємозв'язки показників проявів стресу з показниками самовідчуття, дисфорії, інтелектуальними ознаками стресу, поведінковими ознаками стресу, емоційними симптомами стресу, фізіологічними симптомами стресу, адаптивними емоційними копінг-стратегіями, неадаптивними емоційними копінг-стратегіями, відносно адаптивними поведінковими копінг-стратегіями, особистісним адаптивним потенціалом, нервово-психічною стійкістю, комунікативними здібностями, упевненістю в собі, знанням власних ресурсів, умінням оновлювати власні ресурси.

Подальшими дослідженнями маємо намір емпірично виявити особливості психотерапії в системі подолання стресових станів та в реабілітації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бодров В.А. Роль личностных особенностей в развитии психологического стресса. *Психические состояния* : хрестоматия. СПб : Питер, 2000. 151 с.
2. Вейн А.М. Предисловие к сборнику научных трудов, посвященных эмоциональному стрессу. *Роль эмоционального стресса в генезе нервно-психических заболеваний*. М., 1977. С. 3–4.
3. Китаев-Смык Л.А. Психология стресса. М. : Наука, 1983. 367 с.

4. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования : *Эмоциональный стресс*. Л. : Лениздат, 1970. 202 с.

5. Маслова Т.М. Динамика тревожности студентов вуза в процессе их профессионального становления. *Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия «Педагогика и психология»*. 2014. № 4 (30). С. 168–171.

6. Немов Р.С. Психология. : Кн. 1. Общие основы психологии. М., 1999. С. 442.

7. Немов Р.С. Психология. : Кн. 1. Общие основы психологии. М., 1999. С. 680.

8. Николаева Е.И. Психофизиология. Психофизиологическая физиология с основами физиологической психологии. М. : ПЭР СЭ; Логос, 2003. 464 с.

9. Селье Г. Очерки об адаптационном синдроме. М. : Медгиз, 1960. 253 с.

10. Селье Г. На уровне целого организма. М. : Наука, 1972. 123 с.

11. Селье Г. Стресс без дистресса. М. : Прогресс, 1982. С. 23.

12. Селье Г. Стресс без дистресса. Рига : Виеда, 1992. 109 с.

13. Спилбергер Ч.Д., адаптация Ю.Л. Ханина. Исследование тревожности. Диагностика эмоционально-нравственного развития. СПб, 2002. С. 124–126.

14. Стресс: психологические, биохимические и психофизиологические аспекты : учебное пособие. Челябинск : Издательский центр ЮУрГУ, 2017. 82 с.

15. Судаков К.В. Индивидуальная устойчивость к стрессу. М., 1998. 266 с.

16. Сундеева Л.А., Шейкина Е.А. К вопросу о детской тревожности и страхе. *Балтийский гуманитарный журнал*. 2017. Т. 6. № 4 (21). С. 410–412.

17. Маклаков А. Общая психология. URL: http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/makl/19.php.

18. Многоуровневый личностный опросник «Адаптивность». URL: https://psylab.com.ua/tools_Многоуровневый_личностный_опросник_Адаптивность”.

19. Селье Г. Стресс без дистресса. URL: http://bookz.ru/authors/sel_e-gans/distree/page-2-distree.html.

20. Штепа О.С. Опитувальник психологічної ресурсності особистості: результати розробки й апробації авторської методики. URL: <http://vislib.onu.edu.ua/index.php/2227-6246/article/view/156722/156090>.

ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ОСОБИСТОСТІ ЮНАКІВ ІЗ РІЗНИМИ ТИПАМИ СУБ'ЄКТИВНОГО КОНТРОЛЮ

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTIC OF THE PERSONALITY OF ADOLESCENTS WITH DIFFERENT TYPES OF SUBJECTIVE CONTROL

Стаття присвячена проблемі психологічних особливостей особистості юнаків з різним рівнем інтернальності. Суб'єктивний контроль визначає усвідомлення ступеню власної відповідальності за результат діяльності. Можливість тримати під контролем свій життєвий шлях та обставини життя зумовлена високим почуттям відповідальності та надає людині впевненості в особистісному розвитку та становленні, що є особливо актуальним в юнацькому віці, для якого є характерним особистісне та професійне самовизначення.

Метою дослідження є визначення індивідуально-психологічних особливостей юнаків з різним рівнем інтернальності. В емпіричному дослідженні використано психодіагностичні методики «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера та «16-факторний особистісний опитувальник» Р.Б. Кеттла. Статистичний аналіз даних було проведено за допомогою непараметричних методів – критерію U Манна-Уїтні та рангової кореляції Спірмена. До участі в дослідженні залучено 100 студентів Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського середнього віку 19,5 років. Статистичний аналіз результатів дозволяє стверджувати про наявність достовірного зв'язку між рівнем інтернальності та такими властивостями особистості юнаків, як товаришність, емоційна стабільність, експресивність, життєрадісність, сміливість, розвинута уява, самовпевненість, низька тривожність та екстраверсія. Юнаки з високим рівнем інтернальності відрізняються від юнаків-екстерналів екстраверсією, відкритістю, адаптивністю, емоційною зрілістю, емоційністю, соціальною контактністю та впевненістю, багатством уяви, відсутністю тривоги, задоволеністю життям та схильністю до встановлення соціальних контактів. Такі індивідуально-психологічні особливості особистості, як екстраверсія, емоційна зрілість, соціальна орієнтація, впевненість в собі, низький рівень тривожності, виступають основою зрілого та відповідального відношення до подій життя, що відображається в усвідомленні власної відповідальності за результат своєї діяльності та життєві обставини і виражається в інтернальному локусі контролю особистості.

Ключові слова: *властивості особистості, локус контролю, інтернальність, екстернальність, емоційна зрілість, екстраверсія.*

The article is devoted to the problem of psychological personality traits of adolescents with different levels of internality. Subjective control determines the awareness of the degree of responsibility for the result of activity. The ability to control of your life and life circumstances is conditioned by a high sense of responsibility and provides an individual with confidence in personal development and formation, which is especially relevant in adolescence characterized by personal and professional self-determination. The aim of the research is to determine the individual psychological characteristics of adolescents with different types of control. The empirical study employed psychodiagnostic techniques "Internal-External Locus of Control Scale" by J. Rotter and "16 Personality Factors Test" by R. B. Kettel. Statistical analysis of the data was performed using nonparametric methods: Mann-Whitney U test and Spearman's rank correlation. The study involved 100 students of Ushynsky University average age 19.5 years. Statistical analysis of the results suggests a reliable relationship between the level of internality and such individual psychological characteristics of young people as sociability, emotional stability, expressiveness and cheerfulness, courage, imagination, self-confidence, low anxiety and extraversion. Adolescents with a high level of internality differ from external adolescents in extraversion, openness, adaptability, emotional maturity, emotionality, social contact and confidence, richness of imagination, life satisfaction and propensity to establish social contacts. The individual psychological features of personality as extraversion, a wide range of social contacts, emotional maturity and stability, social orientation, self-confidence, low level of anxiety, life satisfaction, adaptability are the basis of a mature and responsible attitude to life events, which is reflected in the awareness of responsibility for the results of their activity and life circumstances and expressed in internal locus of personality control.

Key words: *personality traits, locus of control, internality, externality, emotional maturity, extraversion.*

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.15>

Ільницька Л.А.

старший викладач кафедри теорії та методики практичної психології Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського

Стаття присвячена проблемі психологічних особливостей особистості юнаків з різним рівнем інтернальності. Суб'єктивний контроль визначає усвідомлення ступеню власної відповідальності за результат діяльності. Можливість тримати під контролем свій життєвий шлях та обставини життя зумовлена високим почуттям відповідальності та надає людині впевненості в особистісному розвитку і становленні, що є особливо актуальним в юнацькому віці, для якого є характерним особисті-

стісне та професійне самовизначення. Одним з головних чинників розвитку локусу контролю є індивідуально-психологічні характеристики особистості (О.С. Дмишко, Т.В. Кириченко), тому актуальним постає питання дослідження психічних властивостей юнаків з різним типом суб'єктивного контролю.

Дослідження проблеми локусу контролю започаткував Джуліан Роттер. Він виділив два типи суб'єктивного контролю відповідно до місця їх локалізації – внутрішній (інтернальний)

та зовнішній (екстернальний). Локус контролю – це усвідомлення суб'єктом того, якою мірою він контролює можливість отримання певного результату у відповідь на власну поведінку. Екстернальний контроль дає пояснення подій життя через зовнішні фактори, а інтернальний – через внутрішні [14]. Типи контролю виступають індивідуальною характеристикою особистості та визначають її поведінку.

Поняття внутрішнього контролю пов'язане зі ступенем усвідомлення того, що через власну поведінку можна чинити вплив на події та ситуації. Людина із внутрішнім контролем відчуває себе ініціатором подій. Вона докладає максимум зусиль для активного втручання в ситуацію, щоб здійснювати на неї вплив в рамках досягнення власної мети. Особистість з внутрішнім контролем бере на себе відповідальність за дії і поведінку і впевнена в тому, що виникнення подій у житті визначається її поведінкою. Натомість суб'єкти з зовнішнім контролем вважають, що їхні дії та обставини життя контролюються зовнішніми силами, такими як доля, випадковість, вплив інших осіб [13].

Інтернальність тлумачиться науковцями як особистісна якість, яка визначає здійснення вибору в певній ситуації та можливість особистості керувати своєю поведінкою (Д.В. Карась) і включає усвідомлення відповідальності та активну життєву позицію (А.О. Реан) [5; 9].

Локус-контроль розглядається у зв'язку з копінг-поведінкою (Г.А. Алтинова, Д.В. Ганін, О.А. Демчук, О.В. Зінченко, С.О. Яковлева). При цьому Д.В. Ганін приділив увагу взаємному зв'язку змін локусу контролю та копінг-поведінки з віком [1]. О.А. Демчук розглядає інтернальність в структурі особистості і пов'язує інтернальний суб'єктивний контроль з проявом впевненості та відповідальності в копінг-поведінці [2]. О.В. Зінченко та Г.А. Алтинова зробили акцент на дослідженні локусу контролю у зв'язку з копінг-поведінкою в обдарованих дітей. Зокрема, вони визначили, що дівчата мають більший високий рівень інтернальності поряд з юнаками [4]. С.О. Яковлева вбачає в інтернальності чинник вибору особистістю ефективних копінг-стратегій поведінки, яка визначає адаптивність та успішну соціалізацію [12].

Проблема локусу контролю представлена психологами в контексті розвитку особистості студентів як майбутніх професіоналів. Т.С. Кетлер-Митницька розглядає інтернальність як чинник саморозвитку особистості студентів, а Т.В. Кириченко – як чинник розвитку саморегуляції студентів [6; 7].

Вчені О.П. Саннікова та І.А. Страцинська досліджують локус контролю у зв'язку з проникливістю особистості і розглядають його як компонент структури саморегуляції, який

визначає здатність особистості до саморозвитку і самореалізації [10]. Т.Ю. Ульянова описує зв'язок суб'єктивного контролю зі схильністю особистості до конфліктної поведінки [11]. О.С. Дмишко дослідила психологічні чинники суб'єктивного контролю в підлітковому віці. Зокрема, вона показала особливості зв'язку локусу контролю з психічними властивостями підлітків [3]. Ельмар Коц розглядає інтернальний локус контролю як чинник успішності, зокрема в професійній сфері і бізнесі [13].

Мета дослідження – визначення індивідуально-психологічних особливостей юнаків з різним типом локусу контролю.

Завдання дослідження:

1) встановити статистичний зв'язок інтернальності з індивідуально-психологічними особливостями особистості осіб юнацького віку;

2) визначити психологічні властивості особистості юнаків, які є характерними для інтернального локусу контролю.

В емпіричному дослідженні використано психодіагностичні методики «Рівень суб'єктивного контролю» Дж. Роттера в адаптації Є.Ф. Бажина, К.А. Голинкіної, О.М. Еткінда та «16-ти факторний особистісний опитувальник» Р.Б. Кеттела [8]. Статистичний аналіз даних було проведено за допомогою непараметричних методів. Це критерій U Манна-Уїтні та рангова кореляція Спірмена. Обробка результатів проводилася за допомогою комп'ютерної програми SPSS 20.0. До участі в дослідженні було залучено 100 студентів Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського середнього віку 19,5 років.

За показником інтернальності вибірку було поділено на дві підгрупи. До першої увійшли юнаки з інтернальним типом контролю (45% досліджуваних), до другої – з екстернальним типом (55% досліджуваних). Порівняння показників двох груп досліджуваних здійснювалося за допомогою критерію U Манна-Уїтні. Воно представлено в таблиці 1.

Аналіз результатів вказує на статистично достовірні відмінності між інтерналами та екстерналами за показниками товариськості (фактор «А», $U=860,0$; $p=0,008$), емоційної стабільності (фактор «С», $U=698,0$; $p<0,0001$) та розвинутої уяви (фактор «М», $U=766,0$; $p=0,001$). Юнаки з інтернальним локусом контролю мають більш високі показники за цими шкалами і відрізняються товариськістю, відкритістю, адаптивністю, добротою, емоційною зрілістю і стійкістю, стриманістю та багатістю уявою. Встановлено значимі відмінності за шкалами сміливості – фактор «Н» ($U=784,0$; $p=0,001$), самоконтролю – фактор «Q3» ($U=878,5$; $p=0,012$) та екстраверсії – фактор «F2» ($U=849,0$; $p=0,006$). Однак не встановлено

Індивідуально-психологічні особливості юнаків з різним типом локусу контролю

Параметр	Критерій U Манна-Уїтні	Рівень значи-мости	Медіана	
			Досліджувані з вираженою інтернальністю	Досліджувані з вираженою екстернальністю
Фактор «А»	860	0,008	7	6
Фактор «В»	1192	0,748	5	5
Фактор «С»	698	0,000	7	6
Фактор «Е»	1162,5	0,598	6	6
Фактор «F»	960	0,051	6	6
Фактор «G»	1116	0,394	6	6
Фактор «Н»	784	0,001	8	6
Фактор «I»	1014	0,114	6	6
Фактор «L»	1153,5	0,555	6	6
Фактор «M»	766	0,001	7	6
Фактор «N»	1203	0,808	5	6
Фактор «O»	768,5	0,001	5	6
Фактор «Q1»	1125	0,426	7	7
Фактор «Q2»	1160	0,588	5	4
Фактор «Q3»	878,5	0,012	8	6
Фактор «Q4»	1127,5	0,441	6	6
Фактор «F1»	743,5	0,001	5	6
Фактор «F2»	849	0,006	8	7
Фактор «F3»	984,5	0,075	5	6
Фактор «F4»	1179	0,682	6	6

статистично значущого зв'язку між рівнем інтернальності та рівнем самоконтролю (фактор «Q3»), що суперечить усталеним уявленням про тісний зв'язок інтернальності зі здатністю особистості до самоконтролю. Юнаки-інтернали на відміну від екстерналів мають високі показники активності, екстраверсії, сміливості в соціальному середовищі, емоційності. Для осіб з інтернальним контролем є властивим нижчий рівень тривожності за показниками фактору «O» ($U=768,5$; $p=0,001$) та фактору «F1» ($U=743,0$; $p=0,001$), аніж в осіб з екстернальним контролем. Інтерналам характерні впевненість в собі, життєрадісність, безпечність, задоволеність життям. Встановлено відсутність відмінностей в двох підгрупах досліджуваних за фактором «F» – експресивністю ($U=960$; $p=0,051$). Отже, юнаки з екстернальним локусом контролю відрізняються від юнаків з інтернальним контролем впевненістю в собі, відсутністю тривожності, екстраверсією, товариськістю, емоційною стабільністю, сміливістю, спокоєм, розвинутою уявою.

Кореляційний аналіз емпіричних даних дозволяє говорити про наявність достовірного позитивного зв'язку між рівнем інтернальності та фактором «А» – товариськістю ($r=0,325$; $p=0,001$), фактором «С» – емоційною стабільністю ($r=0,429$; $p<0,0001$), фактором «F» – експресивністю ($r=0,314$; $p=0,001$), фактором

«Н» – сміливістю ($r=0,444$; $p<0,0001$) і фактором «F2» – екстраверсією ($r=0,389$; $p<0,0001$). Фактори «А», «С», «F», «Н» та «F2» пов'язані між собою позитивним зв'язком на рівні $p<0,0001$. Товариськість, соціальна активність і сміливість, розширена сфера соціальних контактів, відкритість, вираженість емоцій, емоційна зрілість та стабільність, реалістичність перебувають між собою в тісному взаємозв'язку та характерні для осіб з інтернальним типом контролю. Активність, соціальна орієнтація, відкритість до контактів, емоційна зрілість дозволяють особистості дати об'єктивну оцінку оточуючій дійсності та відповідно до неї ефективно здійснювати регуляцію діяльності, усвідомлюючи власну відповідальність за життя і події, які в ньому відбуваються.

Інтернальність позитивно корелює з фактором «М» – розвинутою уявою ($r=0,213$; $p=0,034$). У юнаків-інтерналів присутній більш високий рівень розвитку уяви, творчого потенціалу, ідеалістичності мислення порівняно з екстерналами. Встановлено відсутність статистично значущого зв'язку між фактором «М» та іншими властивостями особистості.

Існує від'ємний кореляційний зв'язок між рівнем інтернальності та фактором «O» – тривожністю ($r=-0,315$; $p=0,01$) і фактором «F1» – високою тривожністю ($r=-0,334$; $p=0,01$). Це вказує на притаманність особам з інтерналь-

ним типом контролю впевненості в собі, життєрадісності, задоволеності життям, а також на відсутність таких характеристик, як тривожність і боязкість. Фактори «О» та «F1» пов'язані між собою позитивним зв'язком на рівні $p < 0,0001$. Чим вищий рівень впевненості в собі, активності і сміливості в соціальному середовищі, тим вищий рівень задоволеності життям і рівень усвідомлення особистістю відповідальності за події власного життя. Це виражається у високому рівні інтернальності.

На рівнях значимості $p < 0,001$ і $p < 0,05$ виявлено позитивний кореляційний зв'язок інтернальності в галузі досягнень і невдач та інтернальності у сфері сімейних і виробничих відносин з факторами «С», «Н» і «F2», а також статистично значущий від'ємний зв'язок з фактором «О» та фактором «F1». Емоційна зрілість, емоційна стабільність, активність, екстраверсія, соціальна сміливість, впевненість в собі, відсутність схильності до тривожності і задоволеність життям дозволяють особистості взяти на себе відповідальність за досягнення, успіхи та невдачі, а також за події сімейного і професійного життя. Інтернальність у сфері досягнень і невдач проявляється в почутті відповідальності за досягнуті позитивні результати та негативні події життя, у впевненості в можливості успішно досягати поставлених цілей в майбутньому, у прагненні до самозвинувачень у зв'язку з виникненням поразок і невдач. Особи з високою інтернальністю в сімейних відносинах вважають, що вони можуть своєю поведінкою визначати обставини сімейного життя. Інтернали у виробничих відносинах приписують професійні успіхи та невдачі собі і вважають за необхідне самостійно організувати робочий процес та професійне зростання. Екстернали пов'язують життєві успіхи та невдачі, а також обставини сімейного і професійного життя з випадковими факторами, з везінням, впливом оточуючих та з іншими зовнішніми чинниками.

Інтернальність у сфері міжособистісних відносин має позитивний кореляційний зв'язок на рівні $p < 0,05$ з екстраверсією (фактор «F2») та соціальною сміливістю і товариськістю (фактор «Н»). Здатність до встановлення соціальних контактів, сміливість в соціальних відносинах, чуттєвість, чуйність дозволяють суб'єкту відчувати впевненість у встановленні міжособистісних відносин, тим самим визначають інтернальний тип контролю в соціальній сфері.

Інтернальність у сфері здоров'я має від'ємний зв'язок на рівні $p < 0,05$ з високою тривожністю. Чим вищий рівень інтернальності, тим нижчий рівень тривожності, а також занепокоєння щодо стану власного здоров'я.

Статистичний аналіз результатів вказує на наявність достовірного зв'язку між рівнем

інтернальності та такими властивостями особистості юнаків, як товариськість, емоційна стабільність, експресивність та життєрадісність, сміливість, розвинута уява, самовпевненість, низька тривожність та екстраверсія. Юнаки з високим рівнем інтернальності відрізняються від юнаків-екстерналів відкритістю, адаптивністю, емоційною зрілістю, емоційністю, соціальною контактністю та впевненістю, багатством уяви, відсутністю тривоги, задоволеністю життям, схильністю до встановлення соціальних контактів. Такі індивідуально-психологічні особливості особистості, як емоційна зрілість, соціальна орієнтація, впевненість в собі, виступають основою зрілого та відповідального ставлення до подій життя, що відображається в усвідомленні власної відповідальності за результат своєї діяльності та життєві обставини і виражається в інтернальному локусі контролю.

Інтернальний тип суб'єктивного контролю корелює з товариськістю, соціальною активністю і сміливістю, розширеною сферою соціальних контактів, відкритістю, експресивністю, емоційною зрілістю та стабільністю, реалістичністю, які перебувають між собою в тісному взаємозв'язку. Для інтерналів характерними є пов'язані між собою впевненість в собі, задоволеність життям, низький рівень тривожності.

Екстраверсія, соціальна орієнтація, відкритість до контактів, емоційна зрілість і стабільність дають можливість реалістичної оцінки особистістю дійсності та подій життя. Впевненість у собі, сміливість, високий рівень активності, низький рівень тривожності дають змогу особистості здійснювати регуляцію діяльності на основі об'єктивної картини дійсності, усвідомлювати відповідальність за події власного життя, що виражається у високому рівні інтернальності.

Перспективами подальшого дослідження ми вважаємо визначення ролі життєвого досвіду в розвитку інтернальності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ганин Д.В. Возрастные изменения локуса контроля и копинг-стратегий поведения. *Азимут научных исследований*. 2018. Т. 7. № 2 (23). С. 355–357.
2. Демчук О.А. Локус контроля у структурі Я-концепції особистості як когнітивна детермінанта вибору копинг-стратегій. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*, 2016. Вип. 2 (1). С. 53–58.
3. Дмишко О.С. Психологічні детермінанти розвитку локус-контролю підлітків : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Львів, 2012. 238 с.
4. Зинченко Е.В., Алтынова А.А. Копинг-стратегии одаренных подростков с разным уровнем субъективного контроля. *Северо-Кавказский психологический вестник*. 2020. № 18/2. С. 15–27.
5. Карась Д.В. Взаимосвязь личностной интернальности с параметрами субъективного

конструирования и структурой аргументации осуществления личностного выбора (на примере выбора психологического направления подготовки при поступлении в ВУЗ). *Психология и психотехника*. 2018. № 3. С. 58–68.

6. Кетлер-Митницька Т.С. Психологічні умови позитивного впливу інтернальності на саморозвиток майбутніх психологів: теоретичний аналіз. *Проблеми сучасної психології*. 2021. № 1 (20). С. 36–44.

7. Кириченко Т.В. Локус контролю як механізм розвитку саморегуляції у майбутніх учителів. *Молодий вчений*. 2017. № 6 (46). С. 326–330.

8. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты : учеб. пособ. Самара : «Бахрах-М», 2001. 672 с.

9. Реан А.А. Проблемы и перспективы развития концепции локуса контроля личности. *Психологический журнал*. 1998. Т. 19. № 4. С. 3–13.

10. Саннікова О.П., Страцинська І.А. Індивідуальна специфіка психологічної проникливості інтерналів та екстерналів. *Наука і освіта*. 2015. № 11–12. С. 12–18.

11. Ульянова Т.Ю. Специфіка локалізації контролю конфліктних та неконфліктних осіб. *Теорія і практика сучасної психології*. 2020. № 1. Т. 1. С. 86–90.

12. Яковлева С.А. Особенности совладающего поведения старшеклассников с учетом локуса контроля. *Ученые записки Забайкальского государственного университета*. 2012. № 5. С. 259–263.

13. Koetz E. Persönlichkeitsstile und unternehmerischer Erfolg von Existenzgründern : dissertation ... Doktors der Philosophie. Osnabrück. 2006. 264 s.

14. Rotter J. B. Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*. 1966. Vol. 80. №1. P. 1–28.

ЦИФРОВІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ЗА ГІБРИДНИХ ВИКЛИКІВ DIGITALIZATION OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE AT HYBRID CHALLENGES

Цифрові технології проникли у більшу частку сфер життя особистості, що має свою амбівалентність позитивного і негативного впливів. У статті піднімається проблема цифровізації психологічної допомоги, окреслено її можливості і наведено виклики, з якими стикається людина у цифрову епоху. У час інформаційно-технічного прогресу особистість функціонує у полі гібридних викликів, що характеризуються помісю реальних і віртуальних небезпек, які невпинно модифікуються у більш складні форми та прогресують щодо впливовості на психіку людини, тому метою дослідження стало обґрунтування і розроблення програмного засобу для оцінки психоемоційних станів особистості за гібридних викликів сучасності. Представлений програмний засіб «РДЦ-1» створювався для побудови комплексної психологічної діагностики, що спрямована на виявлення гострого й хронічного стресу, соматичних проявів, індивідуально-психологічних характеристик, реакції на труднощі, з якими стикається людина, та встановлення шляхів вирішення актуальних проблем. Дослідження проводилося на базі державного закладу «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України». У дослідженні прийняло участь 244 особи у віці від 21 до 75 років. Середній вік – 44,5 ± 11,3 року. За результатами експериментальних даних у 31,1% виявлено погіршення емоційного стану, у 9% встановлено незадовільний емоційний стан. Погіршення фізичного стану – у 29,1%, незадовільний фізичний стан – у 5,3%, зниження працездатності – у 18,9%, наявність окремих ознак посттравматичного стресового розладу (ПТСР) – у 31,9% респондентів, а власне ПТСР (за результатами психологічних характеристик) – у 13,2%. Цифровізація психологічної допомоги дає змогу прискорити і підвищити якість психодіагностичного процесу, допомогти знайти першопричину, чітко спланувати корекційну роботу, виявити групи ризику.

Ключові слова: особистість, суспільство, психодіагностика, інформаційні технології, програмний засіб, емоції, ПТСР.

Digital technologies have penetrated most areas of a person's life, which has its ambivalence of positive and negative influences. The human acts today in a field of hybrid challenges, characterized by a mixture of both real and virtual dangers, which are constantly modified into more complex forms and progress in terms of impact on the human psyche. The purpose of the article is to substantiate and develop an app for assessing the psycho-emotional states of the individual in modern hybrid challenges. The presented app "RDC-1" was created to build a comprehensive psychological diagnosis aimed to identify acute and chronic stress, somatic appearances, individual psychological characteristics, reactions to difficulties the person is faced with, and establishing ways to solve modern issues. The study was conducted on the basis of the state institution "Scientific and Practical Medical Rehabilitation and Diagnostic Center of the Ministry of Health of Ukraine". The study involved 244 people aged 21 to 75 years. The average age is 44.5 ± 11.3 years. According to the results of experimental data, 31.1% of respondents showed deterioration of emotional state, 9% have unsatisfactory emotional state. Deterioration of physical condition is 29.1%, unsatisfactory physical condition is 5.3%, decreased ability to work established for 18.9%, the availability of some signs of post-traumatic stress disorder (PTSD) have 31.9% of respondents and PTSD (according to psychological characteristics) have 13.2% of respondents. Digitization of psychological help allows to speed up and improve the quality of the psychodiagnostic process, help to find the root cause, clearly plan corrective work, as well as to identify risk groups. The results can be used to develop medical, psychological and rehabilitation measures for people with PTSD.

Key words: personality, society, psychodiagnostics, information technologies, software, emotions, PTSD.

УДК 159.942/.944/.96
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.16>

Кабанцева А.В.
к.психол.н.,
доцент кафедри психіатрії,
психотерапії, наркології і медичної
психології
Донецький національний медичний
університет

XXI ст. характеризується інтенсивним розвитком цифрових технологій. Вони стрімко входять у різні галузі і сфери життя людини з метою збільшення комфорту і розширення її можливостей. Але поряд із технічним прогресом існує достатньо широкий колорит викликів сьогодення, поєднання яких набирає гібридного окрасу, що примножує негативний вплив на людську психіку, знижуючи ресурсний потенціал особистості і посилюючи розвиток психічної патології серед населення як однієї країни, так і всього світу в цілому.

Сьогодні цифровізація суттєво охопила простори економічної розбудови країни та формування національної безпеки, сектор промисловості й фінансів, соціальну діяльність, систему охорони здоров'я та освіти.

Зокрема, цифрові технології представлено у діагностиці різних проявів фізичного і психічного станів особистості [1–4], а отже, цифрові досягнення повинні бути більш активно впроваджені у модернізацію психологічної допомоги населенню у час соціально-економічних негараздів та гібридної війни, що спрямована проти здорової конкурентоспроможної особистості та міцної нації.

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, психічні та поведінкові розлади проявляються у понад 25% усіх людей у певні періоди їхнього життя й є дуже поширеними в усьому світі. Виняткове значення серед психічних розладів займають тривожні і стресові розлади, пов'язані з такими надзвичайними подіями, як війни, терористичні акти,

пандемії, великі техногенні аварії та природні катаклізми [5–7].

Наукові дослідження показують, що за тривожних розладів діагностуються наявність постійної внутрішньої напруги, порушення концентрації і розподілу уваги на дійсні загрози [8]. Отже, відбувається зниження процесів адаптації та реагування на події, що відбуваються на тлі виснаження ресурсів організму, й у подальшому це може призвести до розвитку психосоматичних і глибших форм психічних хвороб.

Мета роботи – обґрунтувати та розробити програмний засіб для оцінки психоемоційних станів особистості за гібридних викликів сучасності.

Несприятливі тенденції соціально-політичних подій останніх років, серед яких – військовий конфлікт, соціально-економічна нестабільність, інформаційна війна, відображаються на самопочутті населення, особливо негативний тиск підвищується через гібридність цих викликів, з якими стикається людина у сучасних умовах свого буття.

Само поняття «гібрид» прийшло з галузей агрономії та селекціонерства, що означає тваринний або рослинний організм, виведений за допомогою гібридизації (схрещування). Друге тлумачення – це помісь одного з іншим [9]. І це поняття все частіше зустрічається у соціальній і політичній сферах суспільства у вигляді поняття «гібридна війна». Останнє характеризується розпалюванням конфлікту, прогресуванням ворожих дій із використанням різноманітних методів, технік і форм впливу. При цьому перевага надається не класичному веденню бойових дій та використанню реальної зброї, а першочерговим є створення інформаційного тиску і збільшення масштабів кібервійни.

Таким чином, гібридність викликів представляється тим, що поряд із реальними складнощами, що призводять до зниження рівня життя (збільшення безробіття, зменшення виробництва, підвищення тарифів на комунальні послуги, продукти харчування, соціальне обслуговування та ін.), існує «інформаційна підтримка» цих явищ, примножуючи у разі дійсний стан справ усередині суспільства та країни взагалі. За таких обставин відбувається підміна понять, що вносять суттєвий дисонанс у розуміння істинної ситуації теперішнього часу. Для подібного розробляються цілі спеціальні концепції для проведення подібних складних операцій, що супроводжуються поширенням фейкових подій, надшвидкою і радикально протилежною зміною новин, а також чітко спланованим посиленням емоційного забарвлення.

Отже, у час інформаційно-технічного прогресу цифри особистість функціонує у полі гібридних викликів, що характеризуються

помісся реальних і віртуальних небезпек, які невпинно модифікуються у більш складні форми та прогресують щодо впливовості на психіку людини. Подібні речі значно збільшили частину населення з психологічними проблемами, що потребує кваліфікованої спеціалізованої допомоги [10]. У зв'язку із цим актуальною стала проблема своєчасного виявлення зазначеної категорії людей. Дана потреба детального вивчення психологічного стану населення України позначила необхідність створення програмного засобу для охоплення більшого числа людей і скорочення часу для обробки діагностичного матеріалу.

У рамках виконання науково-дослідної роботи за замовленням МОЗ України «Розроблення системи реабілітації медико-психологічного спрямування особам в умовах інформаційно-психологічної війни» (2020–2022 рр., № держреєстрації – 0120U101304) та за результатами минулих досліджень [11] розроблено програмний засіб «РДЦ-1». Дана розробка створювалася з метою виявлення актуального психоемоційного стану та можливості ведення моніторингу. Психологічна діагностика є комплексною та спрямована на виявлення гострого й хронічного стресу, соматичних проявів, індивідуально-психологічних характеристик, реакції на виникаючі труднощі та шляхи вирішення актуальних проблем.

Для розроблення програмного засобу були впроваджені авторська анкета та чотири надійні валидизовані психологічні методики: авторська анкета «Оцінка особистості, яка пережила події, пов'язані з бойовими подіями»; тест 1 – МШПР (Міссісіпська шкала посттравматичного стресового розладу – для діагностики посттравматичного стресового розладу); тест 2 – SCL-90-R (методика SCL-90-R – для дослідження актуального психоемоційного стану та визначення невідкладних психічних проблем); тест 3 – ОСП (Опитувальник суїцидального ризику в модифікації Т.М. Разуваєва – виявлення рівня сформованості суїцидальних намірів та попередження серйозних спроб самогубства); тест 4 – ОСП (Опитувальник Лазаруса – для визначення копінг-механізмів, способів подолання труднощів у різних сферах психічної діяльності, копінг-стратегій).

Дослідження проводилося на базі державного закладу «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України». У дослідженні взяли участь 244 особи у віці від 21 до 75 років. Середній вік – 44,5 ± 11,3 року. У співвідношенні за статеву ознакою більше переважали жінки (рис. 1).

За результатами анкетування встановлено, що свідками військових дій вважають себе 63,9% респондентів (156 осіб), морально постраждали – 67% (168 осіб), а матеріально –

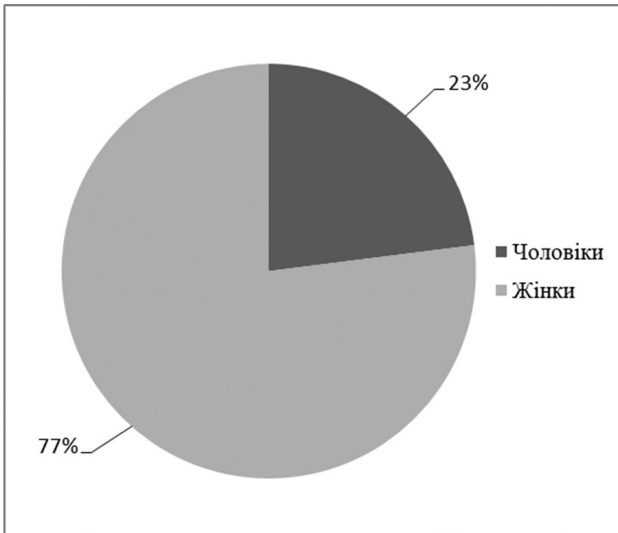


Рис. 1. Співвідношення вибірки за статевою ознакою

33% (76 осіб). Під час анкетування респондентам надавалася можливість відзначити, які емоції у них переважали останнім часом. Таким чином, було засвідчено, що такими емоціями стали тривога (150 осіб), безпорадність (56 осіб), роздратування (79 осіб), страх (45 осіб), відчай (44 особи), смуток – (40 осіб), байдужість – (13 осіб). Задля наочного розуміння і відсоткового співвідношення результату представлено на рис. 2.

У 31,1% (76 осіб) виявлено погіршення емоційного стану, у 9% (22 особи) встановлено незадовільний емоційний стан. Погіршення фізичного стану – 29,1% (71 особа), незадовільний фізичний стан – 5,3% (13 осіб), зниження працездатності – 18,9% (46 осіб).

Оцінка поточного психічного стану показала наявність окремих ознак посттравматичного стресового розладу (ПТСР) у 31,9% респондентів (78 осіб), а власне ПТСР (за результатами психологічних характеристик) – у 13,2% (33 особи).

Під час вивчення окремих симптомів психічної та соматичної патології (табл. 1) виявлено соматизацію (81 особа), ознаки депресії (92 особа) та тривожність (85 осіб).

Таблиця 1

Прояви соматичної і психічної патології серед респондентів

Категорії	Відсоткове співвідношення
Ознаки депресії	37,7%
Тривожність	34,3%
Соматизація	33,2%

Виявлені респонденти були направлені на консультацію психіатра для донозологічної діагностики (за наявності окремих ознак ПТСР) і формування клінічного діагнозу (клієнти з ПТСР).

Під час вивчення рівня сформованості суїцидальних намірів у 28,7% респондентів спостерігалася негативна концепція навколишнього світу (соціальний песимізм). У цієї групи респондентів переважало вороже прийняття світу, яке не відповідає уявленням про сприятливі або задовільні для людини відносин з оточуючими.

Злам культурних бар'єрів як пошук культурних цінностей і нормативів, що виправдовують суїцидальну поведінку або частково вважають її привабливою, встановлено у 17,6% клієнтів. Даний показник діагностує культ самогубства, що вимагає більш детального вивчення

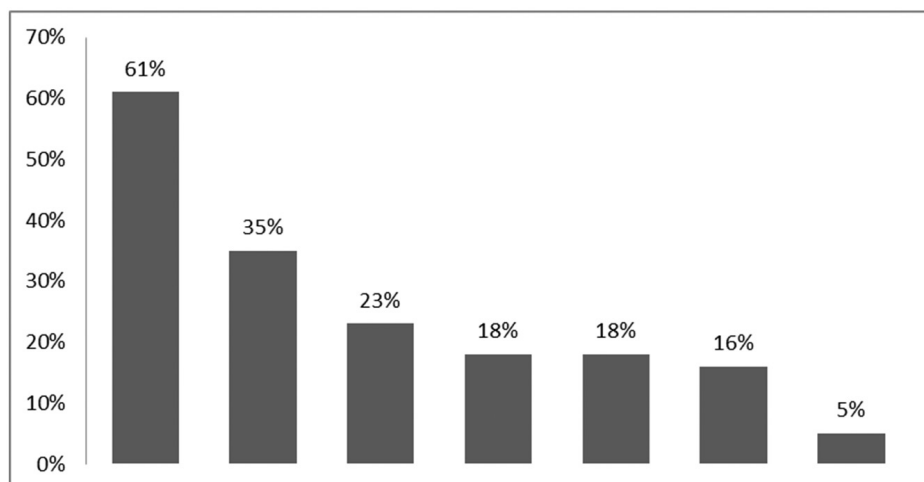


Рис. 2. Самооцінка переважних емоцій серед респондентів

Примітка: 1 – тривога; 2 – роздратування; 3 – безпорадність; 4 – страх; 5 – відчай; 6 – смуток; 7 – байдужість

особистості з метою виявлення патологічних установок і аутоагресії з обов'язковою консультацією лікаря-психіатра. Тільки у 20,5% респондентів чітко переважало глибоке розуміння почуття відповідальності за близьких і почуття обов'язку жити.

Не менш важливим і актуальним стало вивчення копінг-стратегій кожного респондента як способу протистояння гібридним викликам і можливості подолання труднощів у різних сферах психічної діяльності. Задля успішного та комфортного існування та чи інша стратегія повинна мати адаптивний рівень прояву. Чим яскравіше виражений копінг, тим сильніше спостерігається дезадаптація людини. За результатами дослідження найбільш вираженими та напруженими копінгами стали такі види: «Планування рішень проблеми» – 61,1% (149 осіб), «Прийняття відповідальності» – 47,5% (116 осіб), «Соціальна підтримка» – 45,5% (111 осіб). Існує пряма кореляція між цими трьома позиціями. Під час розрахунків коефіцієнта автокореляції ($r_t, t-1 = 1 \rightarrow 1$), згідно зі шкалою Чеддока $0.9 < r_t, t-1 < 1$, це дуже високий і прямий зв'язок. Це характеризується тим, що респонденти цілеспрямовано аналізують ситуації й опрацьовують можливі варіанти поведінки і власні дії з урахуванням об'єктивних умов, минулого досвіду і наявних ресурсів, використовують можливість застосування зовнішніх ресурсів для вирішення проблемної ситуації, зокрема відбувається пошук інформаційної, емоційної і дієвої підтримки від оточуючих, але при цьому простежується ймовірність надмірної раціональності, недостатньої власної емоційності, інтуїтивності і спонтанності в поведінці. Висока відповідальність формує надмірну пильність у прийнятті рішень, призводить до невиправданої самокритики, переживання почуття провини і незадоволеності собою. Зазначені особливості є чинниками ризику розвитку депресивних станів.

Високі показники копінг-стратегії «Самоконтроль», що встановлені у 41,6% респондентів (104 особи), говорить про спроби подолання негативних переживань, пов'язаних з актуальними проблемами, відбувається за рахунок цілеспрямованого придушення і стримування емоцій, мінімізації їхнього впливу на оцінку ситуації і вибір стратегії поведінки, високий контроль поведінки, прагнення до самовладання. Тим самим виникають труднощі вираження переживань, потреб і спонукань у зв'язку з проблемною ситуацією, і переважає надконтроль поведінки.

Високий рівень «Конфронтації» (26,2% – 64 респонденти) робить спроби вирішення проблеми за рахунок не завжди цілеспрямованої поведінкової активності, здійснення конкретних дій, спрямованих або на зміну ситуації,

або на реагування негативних емоцій у зв'язку з появою труднощів. За вираженої переваги цієї стратегії спостерігаються імпульсивність у поведінці (іноді з елементами ворожості і конфліктності), ворожість, перешкоди у плануванні дій, прогнозуванні їхнього результату, корекції стратегії поведінки, невиправдана завзятість. Своєю чергою, «Уникнення» (19,7% – 48 респондентів) і «Дистанціювання» (25% – 61 респондент), припускають спроби подолання особистістю негативних переживань у зв'язку з труднощами за рахунок реагування за типом ухилення: заперечення проблеми, фантазування, невиправдані очікування, відволікання. І, як наслідок, неможливість розв'язання проблеми, ймовірність накопичення труднощів, короткостроковий ефект зроблених дій зі зменшення емоційного дискомфорту.

Таким чином, за цифровізацією психологічної допомоги стоїть успішна розбудова цього напрямку в майбутньому, оскільки цифрові технології надають можливість прискорити і підвищити якість психодіагностичного процесу, допомогти знайти першопричину, чітко спланувати корекційну роботу, виявити групи ризику.

Через низький супротив стресу, відсутність правильної копінгової поведінки суспільні події й особові негаразди стають травматичними для особистості, психічні реакції якої можуть бути різного характеру, що залежать від інтенсивності і тривалості впливу негативних чинників.

Цифрова оптимізація масових досліджень виконує загальносоціальну й окрему медико-психологічну функції, акцентує увагу фахівців медичної ланки на психологічних проблемах пацієнтів, а це сприяє формуванню партнерських відносин між лікарем, пацієнтом та психологом. Такий підхід – запорука попередження розвитку психічної патології, профілактика проявів агресивної поведінки та інших протиправних дій серед населення.

Цифровізація психологічної ланки у її поєднанні з медичною є основою для розроблення організаційно-правових принципів і положень формування медико-психологічної, соціальної підтримки, розроблення механізмів, форм і методів психологічного захисту особистості у час гібридних викликів, а також прогнозування їхніх наслідків у сучасних умовах інформаційного середовища.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Selivanova K.G., Avrunin O.G., Zlepko S.M., Zyska T. Kalimoldayev M. Virtual training system for tremor prevention. Information Technology in Medical Diagnostics II: Proceedings of the International Scientific Internet Conference "Computer Graphics and Image Processing" and the XLVIII th International Scientific and Practical Conference "Application of Lasers in Medicine and Biology", Editor by Wojcik, Pavlov, Kalmodaev. 2018. ISBN 978-0-367-17769-0. 2018. P. 9–14.

2. Avrunin O.G., Tymkovich M.Y., Moskovko S.P. Using a priori data for segmentation anatomical structures of the brain. *Przeegląd Elektrotechniczny*, 2017. №. 3. P. 102–105. DOI: 10.15199/48.2017.05.20.

3. Костін Д.О., Кабанцева А.В. Розробка пристрою з біологічно-зворотним зв'язком для оцінки актуального стану здоров'я людини. *25-й Міжнародний молодіжний форум «Радіоелектроніка та молодь у XXI столітті»* : зб. матеріалів форуму. Т. 1. Харків : ХНУРЕ, 2021. С. 149–150.

4. Гуменюк В.В., Антонов В.Г., Кабанцева А.В. Информационные технологии в медико-психологическом контроле. *Медицинский и психологический контроль состояния человека* : сборник научных работ / под ред. проф. О.А. Панченко. ИПП «Контраст», 2016 С. 20–28.

5. Sonpaveerawong J., Limmun W., Chuwichian N. Prevalence of Psychological Distress and Mental Health Problems among the Survivors in the Flash Floods and Landslide in Southern Thailand, *Walailak J Sci & Tech*, 2017. №. 16. P. 255–264.

6. Wichaidit S., Songwathana P., Balthip K., and Woods M. Healing Strategies among Thai Buddhist

Widows after Sudden of Loss of Spouse in Terrorist Attacks, *Walailak J Sci & Tech*. 2018. №. 16. P. 243–254.

7. Neria Y., Nandi A., Galea S. Post-traumatic stress disorder following disasters: a systematic review. 2008. № 38. P. 467–480. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0033291707001353>.

8. Bar-Haim Y., Lamy D., Pergamin L., Bakermans-Kranenburg M., van IJzendoorn M.H. 2007. Threat-related attentional bias in anxious and nonanxious individuals: a meta-analytic study. *Psychol. Bull.* 133:1–24. DOI: 10.1037/0033-2909.133.1.1.

9. Академічний тлумачний словник : вебсайт. URL: <http://sum.in.ua/s/ghibryd> (дата звернення: 21.05.2021).

10. Кабанцева А.В., Костін Д.О., Гуменюк В.В. Людина в інформаційній загрозі. *The 9th International scientific and practical conference "Dynamics of the development of world science"* (May 13-15, 2020) Perfect Publishing, Vancouver, Canada. 2020. С. 550–559.

11. Кабанцева А.В., Панченко О.А. Паніка як психологічний фактор інформаційної небезпеки особистості. *Психологія і особистість*. 2020. Вип. 2(18). С. 9–22.

ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТУ МІЖ ВЧИТЕЛЯМИ ТА ПІДЛІТКАМИ

PSYCHOLOGICAL APPROACHES TO CONFLICT RESOLUTION BETWEEN TEACHERS AND ADOLESCENTS

У статті розглядається конфлікт як складна структура, де передує певна (конфліктна) ситуація, що має значення для розуміння його сутності. Науковці виділяють два основні підходи до вивчення конфліктів – соціологічний і психологічний. Визначено, що соціологічний підхід досліджує конфлікт між суспільством і особистістю. Особливість психологічного підходу полягає в тому, що центром дослідження є внутрішній світ людини. В його основі лежить принцип конструктивного вирішення конфліктів, тобто дозвіл особистісних конфліктів сприяє розвитку самої особистості, розкриттю її творчого потенціалу, а позитивне вирішення міжособистісних конфліктів є виходом на новий рівень розуміння інших, побудови з іншими людьми якісно нових відношень.

Основна увага зосереджується на теоретико-методичних засадах дослідження. Так, розглянуто дослідження Е. Дюркгейма, який вважав, що основою особистісного конфлікту є подвійність свідомості громадського та особистісного. У працях Н. Смелсера зазначається, що конфлікт – це проблема вибору під час вирішення будь-яких життєвих завдань. Т. Парсонс вважав, що особистісний конфлікт являє собою вибір різних соціально значущих вчинків. Георг Зіммель уявляв особистість із заданим способом бачення. Відповідно до цих бачень людина конструює різні «світи» культури – релігію, філософію, науку, мистецтво тощо. На основі аналізу психолого-педагогічної літератури розкрито методику формульованого етапу експерименту і етапи її впровадження. Ця методика складалась із низки вправ, тренінгів, самозвітів, які давали можливість відчувати, усвідомити ситуацію і адекватно в ній діяти. Розроблена програма готовності вчителя до конструктивного вирішення конфліктних ситуацій дозволяє отримати наукове уявлення про конфлікт і дає змогу визначити стиль поведінки вчителя.

Результати проведення тренінгової діагностики та аналіз самозвітів показали, що у третини вчителів відбулися позитивні зміни. У половини групи виникли сумніви в продуктивності колишнього стилю роботи, частина з них була готова до змін. Четверть групи залишилася на своїх попередніх позиціях.

Ключові слова: конфлікт, джерело конфліктів, принцип конструктивного вирішення конфлікту, підлітки, взаємодія підлітків та вчителів.

The article considers the conflict as a complex structure, which is preceded by a certain (conflict) situation, which is important for understanding its essence. Scholars distinguish two main approaches to the study of conflict: sociological and psychological. It is determined that the sociological approach explores the conflict between society and the individual. The peculiarity of the psychological approach is that the centre of research is the inner world of person. It is based on the principle of constructive conflict solution: the solution of personal conflicts contributes to the development of the individual, the disclosure of its creative potential; a positive solution to interpersonal conflicts is to reach a new level of understanding of others, building qualitatively new relationships with other people. The main focus is on the theoretical and methodological foundations of the study, so considered the studies of Durkheim, who believed that the basis of personal conflict is the duality of public and personal consciousness. Smelser considered the problem of choice in solving life's problems

Parson's "personal conflict" which is a choice of various socially significant actions, Georg Simmel represented a person with a given way of seeing. And, according to these forms, person constructs different "worlds" of culture: religion, philosophy, science, art, etc.

Based on the analysis of psychological and pedagogical literature specified the method of the formative stage of the experiment and the stages of its implementation, which consisted of a series of exercises, trainings, self-reports, which gave the opportunity to feel, understand the situation and act adequately in it. The program of teacher readiness for constructive conflict solution allows to get a scientific opinion of the conflict and allows to determine the style of teacher's behavior.

Results after training diagnosis and analysis of self-reports showed that a third of teachers have positive changes. Half of the group had doubts about the productivity of the old style of work, some of them were ready for change. Quarter of the group remained in their previous positions. **Key words:** Conflict, source of conflicts, the principle of constructive conflict solution, adolescents, interaction of adolescents and teachers.

УДК 159.9+316+373

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.17>

Кавиліна Г.К.

к.пед.н.,
викладач кафедри сімейної
та спеціальної педагогіки і психології
Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського

Основне джерело знань про конфлікти – це практичний досвід, що являє собою накопичення протягом життя знань, які передаються із покоління в покоління як принципи поведінки. Науковці розглядають конфлікт як складну структуру, де передує певна (конфліктна) ситуація, що має значення для розуміння його сутності [2].

У науці виділяють два основні підходи до вивчення конфліктів – соціологічний і психоло-

гічний, кожен з яких має своє розуміння виникнення, протікання і вирішення конфліктів.

Так, соціологічний підхід досліджує конфлікт між суспільством і особистістю. Соціологи розглядають конфлікт як природне явище і стан норми, тому конфлікти не можна вирішити, а слід говорити про їх регулювання. Для цього в демократичних суспільствах є відповідні соціальні інститути.

У психологічному підході центром дослідження є внутрішній світ людини. Велика увага

приділяється мотивам і причинам їх зіткнень, які призводять до особистісних конфліктів.

В основі психологічного підходу лежить принцип конструктивного вирішення конфліктів, тобто дозвіл особистісних конфліктів сприяє розвитку самої особистості, розкриттю її творчого потенціалу, а позитивне вирішення міжособистісних конфліктів є виходом на новий рівень розуміння інших людей, побудови з ними якісно нових стосунків.

На жаль, сьогодні заклади середньої освіти зазнають впливу негативних наслідків суспільної ситуації. У зв'язку з цим виникає проблема не тільки психологічної готовності вчителя конструктивно вирішувати конфліктні ситуації, принесені в школу ззовні, а й його вміння формувати у підлітків навички вдалого розв'язання конфліктів у майбутньому. Навчальна діяльність являє собою складну й багатозначну систему, де цілі і шляхи їх досягнення сприймаються вчителем і підлітками по-різному. Підлітки знаходяться на відповідальному етапі входження в самостійне життя. У спілкуванні з вчителями розширюються соціальні межі сприйняття і накопичується досвід суспільних відносин. Для учнів старших класів характерна готовність до спілкування з вчителем на новому, зокрема особистісному, рівні. Однак вчитель часто не готовий реформувати свої погляди. Отже, він не в змозі вийти на вищий рівень спілкування з підлітком. Це впливає на виникнення широкого спектру конфліктних ситуацій у навчальній діяльності [3; 4].

Аналіз проблеми дозволив побачити і сформулювати шляхи і засоби, що дозволяють конструктивно вирішувати конфлікти між підлітками і вчителями.

Проблема конфліктної поведінки особистості турбувала філософів з найдавніших часів. Період Середньовіччя презентував внутрішній світ людини як поле бою між добром і злом, спокусами плоті і прагненням до чеснот. Філософія Нового часу стала оцінювати можливість душевного світу як обов'язкової структурної характеристики особистості. Так, у Е. Дюркгейма основою особистісного конфлікту є подвійність свідомості громадського та особистісного життя. У працях Н. Смелсера висвітлюється проблема вибору під час вирішення будь-яких життєвих завдань. Схоже розуміння висловлює Т. Парсонс. Він зазначає, що особистісний конфлікт являє собою вибір різних соціально значущих вчинків. Німецький філософ Георг Зіммель уявляв особистість із заданим способом бачення. Відповідно до цих думок людина конструє різні «світи» культури – релігію, філософію, науку, мистецтво тощо. Кожен з цих світів має свою внутрішню організацію, свою унікальну логіку. Оскільки індивід завжди живе в кількох світах, то ця множинність станів і є джерелом глибинних внутрішніх конфліктів.

Засновником досліджень про особистісні конфлікти є Зигмунд Фрейд [1]. Дослідник запропонував психодинамічну теорію, засновану на структурній моделі особистості. Ця модель має такі особливості:

- реалізує принцип задоволення;
- підпорядкована принципу реальності;
- виступає як совість.

Автор визначив внутрішньоособистісний конфлікт як суперечливі взаємодії цих складових частин особистості в процесі її соціалізації.

Вплив З. Фрейда на подальший розвиток психології особистості був величезним. Його послідовники заперечували ті чи інші положення його системи, але їх категоріальний апарат зберігав спорідненість з теорією основоположника психоаналізу. У контексті конфліктології суперечки між психоаналітиками становлять принциповий інтерес. Так, З. Фрейд стверджував, що дитина, порівнюючи себе з батьками, починає відчувати безсилля [1].

А. Адлер це спостереження зробив принциповим у своїй роботі. Базою своєї теорії він вважав те, що в дитинстві будь-яка людина переживає почуття неповноцінності. У конфлікті між почуттям безсилля та бажанням отримати високий результат закладене прагнення особистості подолати свою слабкість і досягти вершини можливого. З огляду на це майбутнє сприймається як період часу, який принесе компенсацію. Процес компенсації неповноцінності А. Адлер вважав творчою силою, здатною привести особистість до вищих досягнень. Навіть реальні недуги і дефекти можуть бути подолані цієї силою. Історія підтвердила той парадоксальний факт, що деякі великі музиканти мали дефекти слуху, а деякі великі художники – дефекти зору. Долаючи свою неповноцінність, особистість розвиває в собі почуття спільності, яке А. Адлер вважав вродженим прагненням людини до співпраці, взаєморозуміння, взаємопідтримки.

К. Юнг заснував свою теорію на конфліктній природі самої особистісної установки. Дослідник виділив вісім особистісних типів і класифікував їх за чотирма психічними функціями – мисленням, відчуттям, почуттям і інтуїцією. В основу такої типології був покладений конфлікт суб'єктивного і об'єктивного (інтроверсії – екстраверсії).

Карен Хорні [5] акцентувала увагу на значенні впливу навколишнього середовища на формування особистості. Основу мотивації людини авторка бачила в почутті занепокоєння (базальної тривоги), яке виникає у дитини через ізолюваність і безпорадність в потенційно ворожому світі. Ця тривога веде до формування неврозу у дорослої людини. Щоб впоратися з почуттям безпорадності і ворожості, людина вдається до різних захисних стратегій. Автор виділяє десять таких стратегій, які були названі невротичними

потребами: 1) в любові і схваленні; 2) в керівному партнері; 3) в чітких обмеженнях; 4) у владі; 5) в експлуатаванні інших; 6) в суспільному визнанні; 7) в захопленні собою; 8) в честолюбстві; 9) в самодостатності і незалежності; 10) в бездоганності і незаперечності [5].

Відштовхуючись від концепції З. Фрейда, Е. Фромм будує свою систему внутрішньоособистісних конфліктів, в якій можна виділити два підходи.

Перший являє собою ставлення до життя, прийняття або неприйняття його. Другий – це конфлікт особистості і її взаємозв'язок з суспільством.

Основою теорії Дж. Келлі є ідея про те, що людина судить про світ за допомогою понятійних систем (моделей), які вона створює і потім намагається пристосувати до об'єктивної дійсності. Це пристосування не завжди є вдалим. Відповідно до своєї теорії автор розглядає деякі емоції (тривогу, загрозу, ворожість), які формують той або інший внутрішньоособистісний конфлікт.

У повсякденній свідомості конфлікт викликає напругу, дискомфорт. Він пов'язаний з неприємностями, часто асоціюється з нерозумінням і сваркою.

Конфліктуюча особистість нерідко сприймається як неприємна. Часто висловлюються побажання взагалі уникати конфліктів, прагнення підтримувати відносини за будь-яку ціну. Але в реальному житті найменші розбіжності в поглядах провокують конфлікт, що розділяє людей на «ми» і «вони». Іншу людину завжди можна розглядати з двох точок зору, зокрема, як партнера і як супротивника. Коли перед нами супротивник, то будь-яка розбіжність поглядів викликати конфлікт. У цьому випадку слово «конфлікт» викликає почуття страху, переживання за нездатність відстояти свою точку зору, утримати свою позицію.

У конфліктології ще не затвердилось загальновизнане розуміння суті конфлікту. З одного боку, він розглядається як зіткнення позицій. З іншого боку, його трактують як грань спілкування, ситуативну несумісність, конкурентну взаємодію.

Багатозначність розуміння конфлікту породжує велику кількість його визначень (до 150, за даними А.С. Карміна). У контексті нашого дослідження ми ґрунтувалися на розумінні конфлікту як зіткнення протилежно спрямованих цілей, інтересів, позицій, думок чи поглядів суб'єктів взаємодії.

Різноманіття підходів до поняття «конфлікт» породжує велику кількість їх класифікацій (П.С. Аккоф, А.Я. Анцупов, Ф.М. Бородкін, Н.В. Гришина, А.А. Єршов, А.Г. Здравомислов, Н.М. Коряк та ін.).

Конфліктна ситуація (Т. Дуткевич) визначається низкою параметрів, що характеризують

її виникнення і розвиток. Так, у формуванні конфліктної ситуації важливі не тільки цілі, переслідувані учасниками конфліктогенної взаємодії, їх взаємні рольові позиції, правила взаємодії, а і психологічні характеристики сприйняття ситуації і неузгодженостей. Важливим також є ставлення до можливості зміни обстановки і готовності до цього. Стратегія поведінки також відіграє важливу роль.

Конфліктна ситуація може виникнути або з ініціативи опонентів, або об'єктивно. Крім того, вона може переходити до нових учасників навіть в разі, коли початок її покладено суб'єктивними обставинами, випадковістю або коли причини конфлікту давно зникли. Конфліктна ситуація може створюватися навмисно заради досягнення певної мети, але може бути породжена і без певної мети. Іноді конфліктна ситуація створюється людиною на шкоду собі через психологічні властивості особистості.

Отже, вчені у рамках різних психологічних підходів глибоко досліджують конфлікт. Зокрема, науковці дослідили вплив соціальних умов, процес виникнення конфліктів і способи їх вирішення або врегулювання, мотиви (часто неусвідомлювані), причини виникнення конфліктів і умови їх вирішення.

Дослідження проводилось у ЗОШ № 65 м. Одеси. У дослідженні брало участь 62 вчителі і 90 підлітків. Досліджені були поділені на групи – експериментальну (30 вчителів) і контрольну (32 вчителі).

Практичною основою нашого експериментального дослідження було визначення такої проблеми: вчителі, які творчо працюють, були незадоволені частими конфліктами з підлітками в процесі навчальної діяльності. Ми провели серію бесід з вчителями та підлітками, відвідали уроки та зібрали фактичний матеріал, що характеризує причини і характер конфліктної взаємодії вчителів і учнів у навчальному процесі.

Проведене опитування вчителів та підлітків показало, що більшість педагогів і учнів сприймає конфлікт на побутовому рівні як негативне явище. Однак опитані вчителі та підлітки бачать у конфлікті і позитивні боки, уявляють його як можливість краще пізнати одне одного, висловити свою думку, прояснити ситуацію, вирішити загальну проблему.

Нами використувались такі методики:

1) методика вимірювання особистісної та ситуативної тривожності Ч.Д. Спілберга, адаптована Ю.Л. Ханіним, що дозволяє виміряти тривожність і як особистісну властивість, і як стан у певній ситуації. Така методика є надійною й інформативною. Вона включає в себе інструкцію та 40 питань-суджень, 20 з яких оцінюють ситуативну тривожність і 20 – особистісну;

2) методика діагностики схильності особистості до конфліктного поводження К. Томаса, адаптована Н.В. Гришиною. Автор пропонує розглядати конфлікт як форму поведінки особистості в різних конфліктних ситуаціях, які є деструктивними чи продуктивними для людини. В опитувальнику пропонується 5 способів і 12 варіантів поведінки у конфлікті;

3) методика визначення ригідності нервової системи А. Лачінса. У контексті нашого дослідження був застосований варіант тесту, заснований на обліку швидкості перемикавання написання тексту різними стилями. Різниця в кількості написаних речень за той самий проміжок часу свідчить про певний рівень ригідності.

Відповідно до обраних методик було виявлено рівні готовності до вирішення конфліктів між підлітками та вчителями.

Результати визначення рівня тривожності показали в експериментальній групі 22 вчителі (73% низького і помірного рівня як особистісної, так і ситуативної тривожності, що сприяє адекватній поведінці вчителя в конфліктних ситуаціях і дозволяє знаходити конструктивні шляхи їх вирішення). У контрольній групі дані були менш однорідними. Так, у 20 вчителів (68%) була висока особистісна і ситуативна тривожність; у 24% – висока ситуативна тривожність при помірній особистісній; у 8% – помірна особистісна і ситуативна тривожність.

Високий рівень особистісної тривожності як фактор неповної адаптації викликає реакцію уникнення, що проявляється у збільшенні дистанції спілкування.

Що стосується вчителів з помірними показниками особистісної та ситуативної тривожності, то в цих випадках позначається непрофесіоналізм вчителя. При виборі способу поведінки в конфліктній взаємодії істотна роль належить ригідності, яка є найважливішою складовою частиною темпераменту. Таким чином, рівень ригідності визначається комплексом як природних, так і соціальних якостей особистості.

Діагностування особистісних якостей вчителів дозволило дійти висновку, що вони мають серйозні проблеми у взаєминах із підлітками і характеризуються високим рівнем ситуативної тривожності, негативними установками у спілкуванні з учнями старших класів, користуються закріпленими механізмами психологічного захисту в різних ситуаціях спілкування зі старшокласниками. У конфліктних ситуаціях вчителі надають перевагу тільки двом стилям поведінки – уникненню і суперництву.

Підлітки склали портрет вчителя, де поставили на перші місця професіоналізм, розуміння учня, почуття гумору. Однак у загальний портрет такі якості вчителя не ввійшли, оскільки вони не були відзначені вчителями. Цей факт, на нашу думку, є показовим для

подальшого дослідження проблеми підготовки вчителів до конструктивного вирішення конфліктних ситуацій.

Експериментальне дослідження складалося із двох частин – теоретичного курсу, який передбачав проведення лекційно-семінарських занять, на яких мали розглядатися основні поняття кожного напрямку, і соціально-психологічного тренінгу.

Основою теоретичної частини програми є аналіз взаємодії, що включає чотири таких напрями:

- 1) теорію станів (структурний аналіз);
- 2) аналіз взаємодії та спілкування;
- 3) аналіз психологічних ігор;
- 4) аналіз життєвих сценаріїв (скриптоаналіз).

Наступною частиною програми був соціально-психологічний тренінг особистісного зростання вчителя. Мета тренінгу полягала в розширенні соціального поля когнітивної, емоційно-вольової і поведінкової сфер особистості вчителя. Досягнення мети забезпечувалося вирішенням таких завдань: 1) дослідження психологічних проблем учасників тренінгової групи, індивідуальне та групове консультування; 2) вивчення учасниками тренінгу психологічних закономірностей і ефективних способів міжособистісного спілкування; 3) розширення соціального поля вчителя з метою корекції його поведінки; 4) сприяння особистісному зростанню і реалізації творчого потенціалу вчителя.

Для досягнення цілей кожного етапу тренінгу використовувалися вправи, які давали можливість відчутти, усвідомити ситуацію і адекватно в ній діяти.

Розуміння партнерами один одного визначалося вмінням виходити на один з каналів комунікації (візуальний, аудіальний, кінестетичний), а також переходити з одного каналу на інший.

Вправа «Передача емоцій». Необхідно передати вираз свого емоційного стану своєму партнеру. Процес триває до тих пір, поки є емоції, які можна передати. Вправа виконувалася в два етапи – передача негативних емоцій (одне чи два кола), потім передача позитивних емоцій. Дана вправа дозволяє побачити складнощі в усвідомленні емоцій, а також важкість контролю на ранньому етапі їх прояву. Це заняття допомагає вчителю усвідомити свої емоції на більш ранніх стадіях їх розвитку, перервати ланцюг негативних емоцій і перевести їх на позитивні.

Вправа «Драбинка» репрезентувала собою схему виникнення і розвитку конфліктної ситуації. Партнери в парах вели діалог, який сприяв появі конфліктної ситуації. Комуніканти розвивали її, посилюючи емоційну напругу. Дії у вправі мають закінчитися тоді, коли один з партнерів буде не в змозі відповісти більш сильним емоційним монологом. Вправа дає

уявлення про закономірності розвитку конфліктної ситуації, переходу її в конфлікт (дії), виявляє складність усвідомлення і контролю за переходом конфліктної ситуації в некерований процес, а також визначає роль емоцій в ескалації конфліктів.

Вправа «Будова зверху і будова знизу» – це діалог двох партнерів, де один грає провідну роль, зокрема, проявляє ініціативу в темі розмови, активно веде діалог, а другий не проявляє ініціативи, пасивно підтримує запропоновану тему («будова знизу»). Через певний час партнери міняються ролями. Вправа допомагає відпрацьовувати комунікативні навички, техніки активного ведення діалогу, вміння переходити з пасивного стану співрозмовника в активний (перехоплення ініціативи), формує навички аргументації, переконання в своїй думці партнера.

Вправа «Перевтілення» являє собою роботу в парах, де один грає роль режисера, другий – актора. Режисер називає який-небудь предмет або явище природи (діамант, який блищить на сонці; троянда, що розквітає; грозова хмара, що насувається). Актор зображує запропонований образ, намагається передати не тільки зовнішню схожість, але і характерні особливості, сутність даного предмета або явища. Партнери грають обидві ролі по черзі. Така вправа сприяє розвитку спостережливості, здатності бачити сутність предмета за його зовнішніми проявами, вмінню проаналізувати і відобразити предмет.

Вправа «Пошук прихованих якостей» являє процес самоаналізу, тобто усвідомлення прихованих найважливіших характеристик особистості. Така вправа передбачає знання своїх унікальних особливостей, за якими не тільки оточуючі можуть відокремити цю особистість від інших, але і сама особистість здатна усвідомити їх у себе. Вправа пропонується на завершальному етапі тренінгу. Вона узагальнює інформацію, отриману під час проведення попередніх вправ, і є показником успішності виконаної роботи учасниками тренінгу.

Тренінг тривав 40 годин протягом п'яти днів з експериментальною групою (30 осіб).

Отримані дані ми описали наступним чином. У вчителів контрольної групи, що опинилися на високому рівні (21%), була сформована адекватна самооцінка і готовність до конструктивного розв'язання конфліктних ситуацій. З основною частиною вчителів, що опинилися на середньому рівні (48%), необхідно продовжити серію тренінгів для закріплення практичних навичок позитивної поведінки в конфліктних ситуаціях. З учителями, що опинилися на низькому рівні (25%), необхідна тривала робота з підвищення теоретичного рівня психологічної компетенції, навчання самоаналізу професійної діяльності, проведення повторних тренінгів.

Отже, в результаті експериментального дослідження були виявлені особистісні якості вчителів, які були поділені на контрольну і експериментальну групи. Експериментальна група вчителів (склала третину від тих, які брали участь в експерименті) характеризувалася низьким рівнем ситуативної тривожності, в конфліктних ситуаціях у них переважала орієнтація на співпрацю і пошук компромісу, була відсутня негативна установка в комунікаціях, з механізмів психологічного захисту в спілкуванні переважала миролюбність і була відсутня агресія.

Перераховані характеристики дають непряме підтвердження високої й адекватної самооцінки вчителів і засвідчують їхню готовність приймати конструктивні рішення в конфліктних ситуаціях. Контрольна група вчителів характеризувалася переважанням високого рівня ситуативної тривожності, в конфліктних ситуаціях вони надавали перевагу уникненню і суперництву, з механізмів психологічного захисту в спілкуванні перевага надавалася уникненню і агресії. У них була виявлена негативна установка в комунікації. Зокрема, застосовувалася як завуальована, так і відкрита жорстокість.

Аналіз отриманих даних визначив зміст роботи з контрольною групою вчителів. Для цього була розроблена програма соціально-психологічного тренінгу. Результати діагностики та аналіз самозвітів показав, що у третини вчителів відбулися позитивні зміни. У половини групи виникли сумніви в продуктивності колишнього стилю роботи, частина з них була готова до змін. Четверть групи залишилася на своїх попередніх позиціях.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Зигмунд Фрейд. Основные психологические теории в психоанализе / перевод М.В. Вульф. Москва : АСТ, 2006. 400 с.
2. Тихомирова Є.Б., Постолюк С.Р. Конфліктологія та теорія переговорів : підручник. Рівне : Перспектива, 2007. 389 с.
3. Рудзевич І.Л. Теоретичні аспекти проблеми психологічних особливостей юнацького віку в контексті педагогічних конфліктів. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. Вип. 4. Кам'янець-Подільський : ПП «Медобори», 2006, 2013. 252 с.
4. Штефан Л.А. Становлення та розвиток соціальної педагогіки як науки в Україні (20–90-ті рр. XX ст.) : дис. ... докт. пед. наук : 13.00.01. Харків, 2002. 492 с.
5. Хорни К. Невротическая личность нашего времени : учеб. Москва : Академический проект, 2006. 140 с.
6. Ярослав Л.О. Конфликтологическая компетентность как предмет психологического исследования. *Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут ім. Ігоря Сікорського»*. Серія «Філософія. Психологія. Педагогіка» Київ, 2009.

КАР'ЄРНІ ОРІЄНТАЦІЇ СУЧАСНОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ (НА ПРИКЛАДІ ОКРЕМОЇ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ)

CAREER ORIENTATIONS OF MODERN STUDENT YOUTH (ON THE EXAMPLE OF A SEPARATE SPECIALIZATION)

У статті досліджено особливості самореалізації молодшої людини в професійній сфері. Стрімкі зміни ринку праці й набуття сучасних soft skills, специфічних вмінь висувають підвищені вимоги до молодого фахівця, що не зводяться тільки до вузькопрофесійних навичок, а пов'язані з глибинними, смисловими орієнтирами особистості, здатної до постійного саморозвитку і творчості.

У статті наведено результати теоретико-емпіричного дослідження кар'єрних орієнтацій та пов'язаних з ними психологічних особливостей сучасної студентської молоді (на прикладі офіс-менеджерів). Обрання такої вибірки продиктоване тим, що молодь у зв'язку з соціально-економічною та політичною ситуацією в Україні є найбільш вразливою та незахищеною категорією населення в ситуації побудови успішної професійної кар'єри.

У дослідженні був використаний комплекс психодіагностичних методик (комп'ютерний комплекс NS-Психотест), в який увійшли такі вимірювальні інструменти: методика діагностики ціннісних орієнтацій у кар'єрі «Якорі кар'єри» (Е. Шейн, адаптований В.А. Чікер, В.Е. Винокуровим); «Індивідуально-типологічний опитувальник» (Л.М. Собчик); «Мотиваційний тест» (Ф. Герцберг, адаптація Н. Тіпатовою); «16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла». Репрезентативну вибірку дослідження склали 176 здобувачів старших курсів ЗВО України (майбутніх офіс-менеджерів).

За результатом застосування кореляційного аналізу встановлено, що кар'єрні орієнтації здобувачів тісно пов'язані з їх психологічними особливостями. Для майбутніх офіс-менеджерів такою професійно значущою особистісною особливістю є поєднання різного ступеня вираженості ригідності, емоційної стійкості, чутливості, тривожності, спонтанності тощо. Показано, що провідними кар'єрними орієнтаціями є стабільність роботи, досягнення особистісного успіху та сам зміст роботи.

Розгляд мотиваційних переваг у кар'єрних орієнтаціях окремих здобувачів показав, що вони суспільні за природою та індивідуальні за сутністю, ієрархічно підпорядковані залежно від їх суб'єктивно-ціннісної значущості для особистості.

Ключові слова: особистість, кар'єрні орієнтації, студентська молодь, офіс-менеджер,

професійна кар'єра, психодіагностичний комплекс.

The article examines the features of self-realization of a young person in the professional sphere. Rapid changes in the labor market, the acquisition of modern soft skills, specific skills, make increased demands on the young specialist, which are not limited to narrow professional skills, but are associated with deep, meaningful guidelines of a person capable of continuous self-development and creativity.

The report presents the results of a theoretical and empirical study of career orientations and related psychological features of modern student youth (on the example of office managers). The choice of such a sample is dictated by the fact that young people, due to the socio-economic and political situation in Ukraine, are the most vulnerable and vulnerable category of the population in a situation of building a successful professional career.

The study used a set of psychodiagnostic techniques (computer complex NS-Psychotest), which included the following measuring tools: methods for diagnosing value orientations in the career "Career Anchor" (E. Shane, adapted by V.A. Chicker, V.E. Vinokurova); "Individual-typological questionnaire" (L.M. Sobchik); "Motivational test" (F. Herzberg, adaptation by N. Tipatov); "16-factor personality questionnaire R. Kettell". A representative sample of the study consisted of 176 applicants for senior courses of the Free Economic Relations of Ukraine (future office managers).

As a result of the application of correlation analysis, it was found that the career orientations of applicants are closely related to their psychological characteristics. For future office managers, such professionally significant personal characteristics turned out to be a combination of varying degrees of rigidity, emotional stability, sensitivity, anxiety, spontaneity, and so on. It has been shown that the leading career orientations are job stability, personal success and the actual content of the work.

Consideration of the motivational advantages in the career orientations of individual applicants showed that they are social in nature and individual in nature, hierarchically subordinated depending on their subjective and value significance for the individual.

Key words: personality, career orientations, student youth, office manager, professional career, psychodiagnostic complex.

УДК 159.9.075

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.18>

Казанжи М.Й.

д.психол.н., професор,
професор кафедри загальної
та диференціальної психології
Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського

Вдовіченко О.В.

д.психол.н., доцент,
доцент кафедри теорії та методики
практичної психології
Південноукраїнський національний
педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського

Актуальність обраної теми полягає в тому, що у зв'язку з суспільно-політичною та соціально-економічною ситуацією в Україні та загалом у світі все більш важливими для пересічного громадянина стають питання працевлаштування та побудови кар'єри, особливо така тенденція посилилася через пандемію COVID-19. Найбільш вразливою та незахищеною в такій ситуації є молодь, яка ще не має досвіду побу-

дови успішної кар'єри і часто взагалі залишається без досвіду практичної діяльності за спеціальністю.

На думку І. Гриценко, важливим показником професійної самореалізації особистості виступає її кар'єра, що розглядається як цілеспрямоване посадове і професійне зростання, поступове просування службовими сходами. Це зумовлює важливість дослідження

економічних, соціальних та психологічних факторів, які впливають на це зростання, визначаючи успішність кар'єрного поступу особистості [2, с. 44–45]. Надалі вчена у своєму дослідженні відзначає, що кар'єрні орієнтації визначаються ціннісними компонентами у структурі професійної кар'єри і змістовно характеризують напрями і способи реалізації саморозвитку особистості. Так, результати експериментальних досліджень лабораторії професійної кар'єри Інституту професійно-технічної освіти НАПН України засвідчують, що багато учнів на етапі навчання в ПТНЗ не мають чітких і конкретних уявлень про своє професійне майбутнє, демонструють низький рівень знань про технології професійного й посадового зростання, не володіють навичками їх реалізації у практичній діяльності [2, с. 48].

Отже, вивчення кар'єрних орієнтацій, особливо на завершальному етапі підготовки здобувачів у закладі вищої освіти, є нагальною соціальною проблемою та серйозним дослідницьким завданням, вирішення якого дає змогу встановити кар'єрні цілі та побудувати професійні плани задля успішності розвитку особистості в цілому [3].

Розуміння прагнень особистості, її внутрішніх спонукань, мотиваційних устремлень неможливе без знання її психологічних особливостей, соціальних умов. Дослідження цього питання є доконечною необхідністю на шляху сприяння професійному розвитку, що є частим запитом на індивідуальних консультаціях та позначає напрям ефективного особистісного менеджменту.

Метою дослідження є виявлення провідних кар'єрних орієнтацій та пов'язаних з ними психологічних особливостей сучасної студентської молоді (на прикладі офіс-менеджерів).

Вивчення співвідношення особистісно-професійного розвитку та кар'єрного зростання відкриває горизонти дослідження ефективності їх взаємовпливів, інтегруючих посилень, а також, навпаки, зниження ефективності цієї взаємодії, взаємних послаблень, зниження особистісного потенціалу тощо [9].

Професійні орієнтації й кар'єрне зростання були предметом вивчення багатьох дослідників (Л.М. Мітіна, Р.Л. Кричевский, Т.Ю. Тодішева, Е. Шейн, Ф. Герцберг, Н.Н. Дороніна, Т.Н. Харланова та ін.). Водночас актуальний науковий інтерес зберігається щодо виявлення співвідношення особистісних особливостей та професійних орієнтацій щодо виокремлення значущих механізмів підвищення ефективності професійної діяльності.

Задля досягнення поставленої мети було використано теоретичні та емпіричні методи дослідження. Теоретичний аспект проведеної роботи передбачав узагальнення наявних відомостей щодо проблем кар'єрних устрем-

лень осіб молодого віку. На емпіричному етапі була сформована репрезентативна вибірка дослідження (176 здобувачів старших курсів ЗВО м. Одеси та України загалом). Був підібраний комплекс психодіагностичних методик, в який увійшли такі вимірювальні інструменти:

1) Методика діагностики ціннісних орієнтацій в кар'єрі «Якорі кар'єри» (Е. Шейн, адаптована В.А. Чікер, В.Е. Винокуровим), що дозволяє виявити такі кар'єрні орієнтації, що спонукаються певними цінностями. Зокрема, це такі орієнтації: професійна компетентність, менеджмент, автономія (незалежність), стабільність роботи, стабільність місця проживання, служіння, виклик, інтеграція стилів життя, підприємництво [7];

2) «Індивідуально-типологічний опитувальник» (Л.М. Собчик), що часто використовується фахівцями в профконсультуванні і спрямований на виявлення таких характеристик, як агравація, екстраверсія/інтроверсія, спонтанність, агресивність, ригідність, сензитивність, тривожність, лабільність [11];

3) «Мотиваційний тест» (Ф. Герцберг, адаптація Н. Типатова). Суттю даного тесту є виявлення провідних факторів мотивації працівників, а його застосування дозволяє оцінити мотиваційну структуру досліджуваного [10]. Результати застосування даної методики важливі задля розуміння того, що спонукає досліджуваного до діяльності, які мотиви є провідними на шляху до організації ефективного менеджменту персоналу [4];

4) «16-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла» (форма С), застосування якого дає змогу встановити багатогранну інформацію про досліджуваного [5].

Варто зауважити, що всі ці інструменти входять в комп'ютерний комплекс НС-Психотест, який призначений для оцінки рівня розвитку професійно важливих якостей з метою професійного відбору (для досить великого переліку професій). Саме цим психодіагностичним комплексом ми скористалися в даному дослідженні. Цей комплекс був розроблений згідно з професіограмою певної спеціальності. Вибірку склали досліджувані, які навчались в різних закладах вищої освіти м. Одеси. Після завершення навчання посадою, на яку вони претендували (і висловлювали бажання її зайняти), була посада офіс-менеджера. З огляду на те, якому фаху вони надають перевагу, зупинимось на значущих для них якостях.

За допомогою методики діагностики ціннісних орієнтацій в кар'єрі «Якоря кар'єри» [7] ми встановили, що найважливішими для досліджуваних є такі кар'єрні орієнтації, як досягнення особистісного успіху (ДОсУсп), зміст роботи (ЗмРоб) та стабільність роботи (СтРоб).

Отже, зупинимось на розгляді кореляційних зв'язків між даними кар'єрними орієнтаціями

та іншими психологічними характеристиками, які є професійно значущими.

Таблиця 1
Значущі коефіцієнти кореляції між показниками психологічних характеристик особистості

		Кар'єрні орієнтації		
		ДОсУсп	ЗмРоб	СтРоб
Професійно значущі психологічні особливості та деякі кар'єрні орієнтації	Р	234**	169*	199**
	ЕмСт			185*
	Інт	-264**	-321**	165*
	Сенз	-215**	-248**	302**
	Спонт	-243**	197**	-166*
	Тр	-234**		
	ЗмРоб	655**		-265**
	БезТр		188*	
	Конфл		271**	-167*

Примітки: 1) умовні позначення: ригідність – Р, емоційна стійкість – ЕмСт, тривожність – Тр, сензитивність – Сенз, спонтанність – Спонт, досягнення особистісного успіху – ДОсУсп, інтернальність – Інт, комунікабельність – Ком, зміст роботи – ЗмРоб, стабільність роботи – СтРоб, безтурботність – БезТр, конфліктність – Конфл; 2) рівні значущості взаємозв'язків: $p \leq 0,05$ – «*», $p \leq 0,01$ та $p \leq 0,001$ – «**»; 3) $n = 176$ досліджуваних.

Результати проведеного кореляційного аналізу показали наявність як додатних, так і від'ємних значущих зв'язків між провідними кар'єрними орієнтаціями та психологічними характеристиками, які є професійно важливими для обраної спеціальності.

Так, встановлено, що ригідність (Р) додатно на 1% та 5% на рівні значущості корелює з означеними кар'єрними орієнтаціями. Цей результат потребує додаткового обговорення, оскільки загальновідомим фактом (Л.М. Мітіна, Р.Л. Кричевский, В.О. Бодров та ін.) є значущість гнучкості у діяльності менеджерів задля швидкого прийняття рішень в умовах, що змінюються. Важливим є прийняття ефективних рішень як щодо комунікації в колективі, так і задля підвищення його згуртованості [1; 8].

Водночас Т.Ю. Тодишева справедливо зауважує, що особистісна гнучкість як професійно важлива якість менеджерів по-різному може бути у них виражена. Дослідження особливостей менеджерів-виконавців показало, що за специфікою гнучкості-ригідності їх можна поділити на чотири групи. Якраз в третю групу входять менеджери-виконавці, успішність їх діяльності напряму залежить від того, наскільки чітко вони дотримуються інструкції та виконують посадові обов'язки. Прояв креативності у них не заохочується, приймаються переважно стандартні рішення, а шляхи вирішення проблемних ситуацій дик-

туються наявними інструкціями та приписами. Не дивно, що й особистісна гнучкість у представників даної групи не виражена, а професійна продуктивність при цьому досить висока [12]. Досліджувані з нашої вибірки майбутніх офіс-менеджерів якраз і не мають значних творчих завдань, повинні підтримувати діяльність офісу, а проблемні ситуації розв'язувати згідно з наявними інструкціями. Отже, не дивно, що зі всіма провідними кар'єрними орієнтаціями пов'язана саме ригідність. Також такі кореляції можна пояснити тим, що психологічний портрет сучасної молоді досить суперечливий. Так, з одного боку, це романтики, для яких дуже важливі сімейні цінності (щастя, вірна дружба, взаємна любов). З іншого боку, вони жорсткі прагматики, які цінують здоров'я, престиж, матеріальне благополуччя та готові докладати неабиякі зусилля для отримання хорошої освіти, але при цьому бажають після навчання мати легку і прибуткову роботу. Для них дуже важлива свобода думок, суджень, дій [6, с. 58–60]. І. Гриценко визначає, що кар'єрні орієнтації учнів ПТНЗ проявляються в особливостях постановки кар'єрних цілей і подальшому плануванні ними власної професійної кар'єри. З'ясовано, що в процесі навчання в ПТНЗ запорукою кар'єрного успіху молоді є її готовність до самоактуалізації, формування уміння планувати й реалізовувати власну професійну кар'єру [2, с. 48].

За результатами кореляційного аналізу можна стверджувати, що максимально високі чи низькі значення інтернальності, сензитивності та спонтанності не будуть сприяти професійній діяльності, оскільки з кар'єрними орієнтаціями вони мають різносторонні зв'язки. Наприклад, сензитивність від'ємно на 1% корелює з кар'єрними орієнтаціями досягнення особистісного успіху (ДОсУсп) та змісту роботи (ЗмРоб) але додатно на 1% – зі стабільністю роботи (СтРоб). Залежно від значущості кар'єрної орієнтації для кожного окремого досліджуваного сензитивність буде сприяти професіоналізації або ж буде певною особистісною перепоною тощо.

Варто відмітити, що наразі ми не обговорюємо, наскільки виявлені психологічні особливості здобувачів можуть сприяти їхньому професійному розвитку. Така зумовленість досліджувалась [9]. Було встановлено, що особистісно-професійний і кар'єрний розвиток зумовлюють як зовнішні, так і внутрішні умови. Серед особистісно-професійних характеристик важливими є поведінкова гнучкість, самосвідомість, компетентність, спрямованість на діяльність, певні ціннісні орієнтації, лідерські навички, мотивація до побудови кар'єри тощо [9].

Зупинимось на встановлених нами провідних кар'єрних орієнтаціях досліджуваних. Це стабільність роботи, що свідчить про потребу

в безпеці та стабільності, соціальних гарантіях, а також в довготривалому контракті з організацією чи підприємством, яке має стабільну репутацію [7]. Також досліджувані зорієнтовані на досягнення особистісного успіху та сам зміст роботи. Усвідомлення власних кар'єрних орієнтацій є важливим кроком на шляху професіоналізації, адже, як зазначає Т.Н. Харланова [13], здобувачі часто окреслюють власні кар'єрні орієнтації досить невизначено, абстрактно, аморфно та невпорядковано, що знижує їх роботу над собою як майбутнім фахівцем протягом навчання в закладі вищої освіти через відсутність стимулу.

Зупинимось на окресленні мотивації досліджуваних. Наведемо декілька прикладів мотиваційних переваг окремих членів вибірки.

Досліджуваний 1 (21 рік, стать чоловіча). Фінансова винагорода є одним з основних стимулів для роботи, також важливим є відчуття своєї потрібності, визнання заслуг та похвала/критика керівника. Його стимулює до роботи усвідомлення важливості поставлених завдань, а також підкреслення високого рівня особистої відповідальності. Він потребує зовнішнього контролю. Його стимулює до роботи розуміння перспектив кар'єрного зростання. У нього є виражене прагнення займатися тільки справою, в якій він успішний, а невдачі його дуже демотивують. Стимулом до роботи є інтерес, прагнення зробити щось потрібне і досить складне. Також до роботи його стимулює відчуття підтримки і належності до колективу, стосунки, які в ньому склалися.

Досліджуваний 18 (23 роки, стать жіноча). Не визначено високого рівня мотивації. На середньому рівні перебувають кар'єра, просування по службі, зміст роботи, фінансові мотиви, відповідальність роботи, досягнення особистого успіху, суспільне визнання, стосунки з керівництвом. Практично не мотивує співпраця в колективі. За результатами мотиваційного тесту можна припустити, що досліджувана не зовсім мотивована до професії. Перелік визначених мотивацій, які проявляються на середньому рівні, лише на деякий час дозволить займати посаду офіс-менеджера. Через невеликий період часу така людина може прийняти рішення про звільнення.

Досліджуваний 49 (22 роки, стать жіноча). Домінуючим стимулом до роботи є інтерес, цікавість, прагнення зробити щось нове і досить складне. Зацікавлюють складні завдання. На середньому рівні відображаються такі мотиваційні особливості: фінансова винагорода, кар'єра, просування по службі, досягнення особистого успіху, співпраця в колективі, відповідальність роботи. Низький рівень мотивації до професійної діяльності проявляється у стосунках з керівництвом і суспільному визнанні.

Отже, мотиваційні переваги окремих досліджуваних мають індивідуальну специфіку, попри схожість загальних характеристик, що входять до структури мотивації їх професійної діяльності.

Усе вищевикладене дозволило дійти таких висновків:

- сучасній студентській молоді важко інтегруватися в професійну сферу через соціально-економічну нестабільність суспільства та невизначеність, розмитість власних кар'єрних орієнтацій;

- процес виокремлення кар'єрних орієнтацій тісно пов'язаний з психологічними особливостями студентів. Для майбутніх офіс-менеджерів такою професійно значущою особистісною особливістю є поєднання різного ступеня вираженості ригідності, емоційної стійкості, сензитивності, тривожності, спонтанності тощо;

- встановлено, що провідними кар'єрними орієнтаціями майбутніх офіс-менеджерів є стабільність роботи, досягнення особистісного успіху та сам зміст роботи;

- виокремлення та усвідомлення власних кар'єрних орієнтацій є важливим кроком до професіоналізації, оскільки воно дозволяє стимулювати розвиток професійно важливих якостей, набувати відповідних знань, вмінь та навичок;

- мотиваційні переваги кар'єрних орієнтацій сучасних студентів суспільні за природою та індивідуальні за сутністю, їх структура детермінована ієрархічною підпорядкованістю суб'єктивно-ціннісної значущості.

Напрямок подальшої роботи вбачаємо в організації належного психологічного консультування молоді щодо планування та розвитку професійної кар'єри з урахуванням їх індивідуально-психологічних особливостей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бодров В.А. Психология профессиональной пригодности : учебное пособие для вузов. М. : ПЕР СЭ, 2001 511 с.
2. Гриценко І. Проблеми формування кар'єрних орієнтацій учнів професійно-технічних навчальних закладів. *Науковий вісник Інституту професійно-технічної освіти НАПН України. Серія «Професійна педагогіка»*. 2017. № 13. С. 44–50. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvpto_2017_13_8.
3. Доронина Н.Н. Карьерные ориентации студентов ВУЗа. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kariernye-orientatsii-studentov-vuza-1/viewer>.
4. Захарьян Е.М., Позднякова А.С. Тест Фр. Герцберга как инструмент изучения мотивации трудовой деятельности персонала организации : материалы X Междунар. студенч. научн. конф. «Студенческий научный форум». URL: <https://scienceforum.ru/2018/article/2018001507>.
5. Капустина А.Н. Многофакторная личностная методика Р. Кеттела. СПб : Речь, 2001. 112 с.

6. Манджиева Е.В. Ценностные ориентации современной молодежи. Социальные практики современной молодежи: поиск новых идентичностей : материалы Всероссийской науч.-практ. конф. с международным участием. Барнаул, 21–22 мая 2009 г. / ред. С.Г. Максимова. Барнаул : Изд-во Алт. ун-та, 2009. С. 58–60.

7. Методика диагностики ценностных ориентаций в карьере «Якоря карьеры» (Э. Шейн, перевод и адаптация В.А. Чикер, В.Э. Винокурова). URL: <http://testoteka.narod.ru/prof/1/10.html>.

8. Митина Л.М., Кричевский Р.Л. Профессиональная социализация личности. Кемерово : Кемеровский ОИУУ, 1996. 249 с.

9. Митина Л.М., Митин Г.В., Акованцева Л.И., Колмакова И.Г. Личность профессионала: развитие и карьера : материалы VI заочной Международной научно-практической Интернет-конференции «Личность профессионала: развитие, образование, здоровье». URL: <https://sites.google.com/site/licnostprofessionalna/home/teoretiko-metodologiceskie-osnovy-issledovanij-razvitia-obrazovania-i-zdorova-professionalna/licnost-professionalna-razvitie-i-karera>.

licnostprofessionalna/home/teoretiko-metodologiceskie-osnovy-issledovanij-razvitia-obrazovania-i-zdorova-professionalna/licnost-professionalna-razvitie-i-karera.

10. Мотивационный тест Герцберга. URL: <https://fb.ru/article/281108/motivatsionnyiy-test-gertsberga>.

11. Тест ИТО Л.Н. Собчик (Индивидуально-типологический опросник / Методика Собчик). URL: <https://psycabi.net/testy/354-test-ito-l-n-sobchik-individualno-tipologicheskij-oprosnik-metodika-sobchik>.

12. Тодышева Т.Ю. Личностная гибкость в профессиональной деятельности менеджеров. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/lichnostnaya-gibkost-v-professionalnoy-deyatelnosti-menedzherov/viewer>.

13. Харланова Т.Н. Развитие карьерных ориентаций студенческой молодежи в процессе профессиональной подготовки : дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова». Москва, 2015. 261 с.

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА В ПЕРІОД КРИЗИ СЕРЕДЬНОГО ВІКУ ШЛЯХОМ ПСИХОКОРЕКЦІЇ У ПРОЦЕСІ АСПП ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ ХУДОЖНІХ ТВОРІВ

PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE DURING THE CRISIS OF THE MIDDLE AGES THROUGH PSYCHO CORRECTION IN THE ASPC PROCESS WITH THE ARTISTIC WORKS USE

У статті розглядається проблема надання психологічної допомоги у період кризи середнього віку у глибинно-корекційному процесі за методом активного соціально-психологічного пізнання (АСПП), розробленим академіком НАПН України Т.С. Яценко, із використанням репродукцій художніх творів. Продемонстровано важливість розширення самоусвідомлення шляхом проходження психокорекції із використанням символічного стимулюючого матеріалу, зокрема художніх картин, у процесі глибинного пізнання психіки суб'єкта у зрілому віці. Висвітлено актуальну тему знаходження нового ефективного діагностико-корекційного інструментарію у роботі практичного психолога із людиною, яка звертається за допомогою у даній період психічного розвитку. Констатовано необхідність розкриття утаємничених змістів психіки, що пов'язані із едіпальним періодом (6–7 років) розвитку суб'єкта. Саме цей період пов'язаний з активізацією витіснень, в основі яких лежать травмуючі переживання, породжені фрустрацією потреб дитини. Перекодування інформації на мову символів (форма маскування від свідомості) компенсує відсутність можливостей безперешкодного вияву її у поведінці. Розкриття логіки поведінки, що задається несвідомою сферою, уможливується при орієнтації психолога на закономірності функціонування цілісної психіки в її свідомих і несвідомих проявах, розуміння взаємозв'язку та функційної несумісності водночас двох сфер та використання архетипно-інстинктивної здатності психіки до опредметненя візуалізованої самопрезентації. Засвідчено ефективність глибинно-корекційної роботи із використанням художнього твору (візуалізованого самопрезентанта), яка сприяє розкриттю глибинних цінностей, усвідомленню причин внутрішньої суперечності психіки суб'єкта, що відкриває перспективи самокорекції та самовдосконалення. Згідно з психодинамічною теорією задачею глибинного пізнання є переорієнтація вектору енергетичної спрямованості психіки суб'єкта, який заданий едіпальними залежностями, у напрям вирішення актуальних життєвих задач.

Ключові слова: вік, криза, розвиток психіки, самоусвідомлення, свідоме, несвідоме.

The article considers the problem of providing psychological assistance during the crisis of middle age in the depth correctional process by the method of active social and psychological cognition (ASPC), developed by Academician of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine T.S. Yatsenko, using the reproductions of artistic works. The importance of expanding self-awareness through psychocorrection with the use of symbolic stimulus material, including artistic works, in the process of depth mental cognition of the subject in adulthood has been demonstrated. The topical issue of finding new effective diagnostic and corrective tools in the work of a practical psychologist with a person who seeks help in this period of mental development has been covered. It was stated that it is necessary to reveal the secret contents of the psyche, which is associated with the oedipal period (6-7 years) of the development of the subject. This period is associated with the intensification of displacement, which is based on traumatic experiences caused by frustration of the child's needs. Transcoding information into the language of symbols (a form of masking from consciousness) compensates for the lack of opportunities for its unimpeded manifestation in behavior. The discovery of the logic of behavior, given by the unconscious sphere, becomes possible when the psychologist focuses on the laws of functioning of the whole psyche in its conscious and unconscious manifestations, understanding the relationship and functional incompatibility of two spheres and using the archetypal-instinctive ability of the psyche to the objectification of visualized self-presentation. The effectiveness of depth correction work using the reproductions of artistic works (visualized self-presentant), which helps to reveal deep values, awareness of the causes of internal contradictions of the psyche of the subject, which opens up prospects for self-correction and self-improvement. According to psychodynamic theory, the task of depth cognition is the reorientation of the vector of energy orientation of the subject's psyche, which is given by oedipal additions, in the direction of solving current life problems.

Key words: age, crisis, development of psyche, self-awareness, conscious, unconscious.

УДК 159.964.22
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.19>

Камінська А.М.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Університет митної справи та фінансів

Панфілова Г.Б.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Університет митної справи та фінансів

Чириченко Ю.В.

д.екон.н.,
професор кафедри психології
Університет митної справи та фінансів

Вивчення проблеми психологічної допомоги суб'єкту у період кризи середнього віку потребує розкриття поняття «криза». Згідно з філософським словником криза (від. грец. «κρίσις» – «переломний момент», «криза») – це соціальна ситуація, породжена гостим конфліктом між новим змістом і старою формою в розвитку суспільних явищ. Для ліквідації кризи потрібна докорінна якісна зміна, докорінна перебудова соціального явища, соціаль-

ного інституту, установи, структури чи способів їхнього існування [14, с. 245]. Розрізняють екологічну, філософську, політичну, економічну, психологічну та ін. кризи. У психології кризою позначають психологічні проблеми особистості, зумовлені труднощами її адаптації в середовищі. Життєва криза розглядається як переломний момент в житті людини, якісний перехід з одного психічного стану в інший. Життєві кризи можуть бути зумовлені

внутрішніми (розвиток психіки, який реалізується у формі онтогенезу та філогенезу) або зовнішніми обставинами (будь-які зміни, що потребують від суб'єкта знаходження нових способів адаптації в нових умовах).

Проблема, яка заявлена в даному дослідженні потребує розкриття поняття вікових криз, які є найбільш характерними кризами становлення особистості. Короткий психологічний словник трактує вікові кризи як «умовне позначення більш або менш виражених станів конфліктності, які виникають під час переходу від одного періоду вікового розвитку до іншого» [7, с. 157]. За словами Л.С. Виготського, критеріями визначення основних періодів індивідуального психічного розвитку є суттєві якісні ознаки, взяті в їх системному зв'язку, який виявляє цілісні новоутворення, характерні для кожного вікового етапу.

Вікова психологія (галузь психологічної науки) досліджує вікову динаміку психіки людини. Розділами вікової психології є такі: «Дитяча психологія», «Психологія молодшого школяра», «Психологія підлітка», «Психологія ранньої юності», «Психологія дорослої людини», «Психологія старості». У цьому дослідженні акцент зроблено на одному з вікових періодів розвитку особистості – періоді середнього віку. Аналіз наукової літератури свідчить про більшу розробленість науковцями проблеми розвитку особистості і допомоги їй у цьому процесі у вікових періодах від народження до ранньої юності (Л.С. Виготський, О.М. Леонтьєв, Д.Б. Ельконін та ін.). У меншій мірі були вивчені особливості переживання криз періоду дорослості (Е. Еріксон, М. Стайн, К.-Г. Юнг та ін.). Останнім часом кількість робіт з даного питання зростає, що пов'язано із пошуком ефективних методів психокорекційної роботи задля забезпечення психологічного благополуччя особистості [2; 6; 8; 10; 11; 12; 13].

Вікова періодизація психічного розвитку, яку запропонували науковці (Л.С. Виготський, О.М. Леонтьєв, Д.Б. Ельконін, Е. Еріксон, Л.І. Божович, А.В. Петровський, Д.И. Фельдштейн та ін.), за різними критеріями вказує на період від 25 до 55 років як на дорослий вік. У нашій роботі ми досліджували старший дорослий вік (за періодизацією Е. Еріксона) від 40 років.

У науковій літературі вказують, що у період кризи середини життя відбувається переоцінка минулого, огляд минулих і справжніх досягнень і втрат, переоцінка особистісних цілей, цінностей, з'являються нові можливості піти за особистими мріями і вибрати новий напрям діяльності. Також у цей час криза становлення може бути обтяжена зовнішніми обставинами – розривом звичних соціальних зв'язків, непередбачуваними змінами побутових або матеріальних умов життя. Кризою

зрілого віку (30–50 років) можна назвати втечу від себе або від світу, а насправді від важкого завдання знайти шляхи примирення між сенсом життя і наявним існуванням [6, с. 14].

Психічний розвиток являє собою неперервний процес, а кризи становлення особистості є невід'ємною складовою частиною всього її життя. Розвиток особистості від дитинства до юності пов'язаний із вихованням та набуттям нових якостей, і на цьому шляху поряд із дитиною є дорослі люди, які допомагають у подоланні психологічних криз цих періодів. Криза середнього віку пов'язана із самоусвідомленням, і більшою мірою суб'єкт залишається сам на сам із проблемами, які являють собою певний особистісний життєвий шлях. У цей період відбувається переосмислення цінностей, особистісного зростання, знаходження нових змістів життя. З одного боку, криза ускладнює розвиток, а з іншого боку, вона відкриває нові перспективи, активізує внутрішні резерви людини. О.М. Леонтьєв наголошував: «Людина – це не безпорадна істота: вона сама розпоряджається собою, і в її волі вибрати собі ті чи інші цілі в житті. Підліток, який усвідомив себе як член суспільства, шукає в ньому «точку відліку» для себе <...> Юнак осмислює своє місце в цьому світі, свої ідеали, рушійні мотиви <...> Зрештою, зріла людина визначає свої позиції <...> Таким є поступальний рух людського життя, в процесі якого विकристалізовується наше «я» <...> Наш ідеал – гармонійна особистість» [9, с. 382].

Велике значення у цей період надається вибору, який зробить людина: долати кризу та самовдосконалюватись, досягати гомеостазу або впасти у депресію, безвихідь. К. Хорні вказувала на те, що аналітик може бути здивований тим, що, попри велику роботу, яка була проведена із клієнтом, в ньому нічого не змінюється, хоча було досягнуто багато в його просуванні й усвідомленні особистісних переживань. Це пов'язано із опором до змін, які б мали привести до більшої відповідальності за життя та сприяли б зростанню зацікавленості у собі.

Мюррей Стайн наголошує, що середина життя являє собою період глибокої психологічної трансформації. Якби люди мали уявлення про значення і динаміку цього процесу, вони б були здатні краще долати кризу. Для подолання кризи середини життя деяким людям необхідно звернутись до психолога, який допоможе впоратися з тривогами цього періоду і, можливо, побачити їх значення для майбутнього, адже будь-яка криза містить в собі можливість змін і зростання. На його думку, в цей період інтенсивно проявляються почуття прихильності до інших людей, переживання їх втрати, відчуття самоідентичності, надії і відчаю. Одних людей криза

середини життя ламає, інших робить цілісними [13].

Цікавими є роздуми М.М. Амосова про процес формування особистості, який, на його думку, умовно можна поділити на три етапи. Це так званий імпринтинг в ранньому дитинстві (приблизно до двох років), виховання через спрямований зовнішній вплив учителів, батьків, друзів та самовиховання і створення своїх переконань Науковець зазначає: «<...> Найважчим для розуміння є третій етап – самовиховання, коли людина творчо переосмислює те, чому її вчили» [1]. Згідно з психодинамічною теорією Т.С. Яценко, глибинне психологічне пізнання відкриває перспективу самоусвідомлення і подальшого самовиховання. Щоб відбулись психологічні зміни, необхідним є прикладання вольових зусиль суб'єкта, адже психолог лише каталізує процеси усвідомлення суперечливості психічного стану, допомагає відкрити утаємничені змісти, що пов'язані із едіпальною залежністю. На її думку, зміни відбуваються «через отримання рефлексивних знань суб'єктом пізнання, розвінчання ілюзій, породжуваних захистами, та поглиблення розуміння інфантильних детермінант особистісних проблем (внутрішніх суперечностей), які сприяють реконструюванню примітивних структур психіки завдяки багаторівневому розширенню самосвідомості суб'єкта» [17, с. 7].

Глибинне пізнання психіки суб'єкта за методом АСПП, розробленим академіком НАПН України Т.С. Яценко, підпорядковується законам позитивної дезінтеграції і вторинної інтеграції на більш високому рівні, а також принципу додатковості, який реалізується через принцип невід'ємності свідомої й несвідомої сфери та принцип «із іншого» [15]. Таке пізнання ґрунтується на спонтанній та невимушеній поведінці суб'єкта, базується на використанні можливостей психіки до архетипно-візуалізованої форми самопрезентації.

Наведемо фрагмент роботи із використанням художнього твору (рис. 1), який був запропонований психологом респонденту через його глибокий психологічний зміст, закладений у шахових символах та інших образах [4], які презентовані на картині. Попередні дослідження [3; 5; 16; 18; 19] засвідчили можливість проєкції індивідуальних змістів психічного стану на репродукцію художнього твору. Провідним у цьому процесі є механізм проєктивної ідентифікації. Сприйняття художнього твору актуалізує проєкцію, що виявляє латентні акценти особистісного досвіду суб'єкта. Відбувається ідентифікація, тобто суб'єкт отожднює себе з образами та символами на репродукції полотна, деякі елементи картини респондент нівелює. Художнє полотно стає презентантом психічного стану через його «привласнення» і «оживлення» в процесі діало-



Рис. 1. Картина Т. Саломоні «Гра життя»

гічної взаємодії психолога (П.) і респондента (В.), що є початком глибинного пізнання.

П. 1. Які почуття викликає у вас ця картина?

В. 2. Загалом я її сприймаю позитивно. Я з дитинства любила грати у шахи із батьком.

П. 3. Цей образ у плащі на картині можна віднести до вас?

В. 4. Так. Це я граю у шахи. Я люблю чимось бути зайнятою, мене це захоплює.

П. 5. Ця людина грає одна. Дійсно, є такий вид гри в шахи. Як тобі така гра? Чи це лише через те, що це не твоя картина? Якби автор намалював ще когось, тоді тобі було б комфортніше?

В. 6. Я люблю бути іноді наодинці, але не довго. І мені подобається з кимось займатись однією і тією ж справою, щоб моє уподобання теж було цікавим тому, з ким я поруч. Це об'єднує.

П. 7. Можна сказати, що якщо людина не цікавиться тим, що для тебе важливе, то тобі краще залишатись на самоті, чи по життю ти з тими, хто також цим цікавиться?

В. 8. Так, якщо людині не цікаво те, що для мене важливо, я намагаюсь з цією людиною або менше, або взагалі не спілкуватись, бо немає про що. Не хочу на це витрачати час, бо раніше намагалася перейти на інтереси іншої людини, щоб зробити приємне і зберегти стосунки, але тепер зрозуміла, що просто треба бути поряд із схожими людьми.

П. 9. То раніше тобі вдавалось зберегти стосунки, а зараз чому такі зміни? З якого періоду ти відчуваєш такі зміни (менше спілкуєшся тощо), і чи це допомагає відчувати більше духовну рівновагу?

В. 10. Так. Я могла зберігати стосунки, але це все вимагало багато внутрішніх затрат. Для мене важливо, щоб стосунки були міцними і вічними. Це в мене із моєї батьківської сім'ї. Але я якось відчула, що це не робить мене щасливою. Я вважала, що мене теж будуть під-

тримувати, відчувати мої потреби, якщо я буду залучатись. Але це не так. Останніми роками я таке відчуваю. Років п'ять, але з наростанням.

П. 11. Ви сказали, що ця картина загалом несе позитивне враження? Які ще елементи можуть на це вказувати?

В. 12. Свічки напроти цієї фігури за шаховою дошкою. Я думаю, що це можуть бути мої батьки і дві сестри, які були зі мною у дитинстві, це було досить гармонійно. Хтось чимось займався, і ми знаходили порозуміння.

П. 13. Тобто зараз, якщо в твоїй теперішній сім'ї не зацікавлені тим, що тобі важливо, то тобі важко це приймати?

В. 14. Так. І не тільки у сім'ї, а й на роботі також. Якщо те, чим я захоплена, не цікавить інших, то я навіть вважаю, що мені така робота не підходить. Хоча чисто за регламентом те, що я роблю, влаштовує роботодавця. А також я відчуваю, що вже в мене немає бажання і сил робити у сім'ї те, що важливо для всіх, окрім мене. Щось дуже змінилось. Я хочу відчувати радість, щоб в моїй сім'ї об'єднували нас і всі хатні, і інші справи. Усі виросли, усі можуть бути помічниками, але всі звикли до того, як є. Мене це не влаштовує.

П. 15. Але раніше все було так, як і зараз, змінилось лише ваше ставлення?

В. 16. Так.

П. 17. Люди, якщо вони не проходять психокорекцію, більшою мірою не міняються. Рідні вас завжди бачили такою і сприймали вас за всіма вашими справами. Ви вважаєте, що ваші зміни їм не прийнятні?

В. 18. Так. Я це відчуваю. Їх змінити я не можу, а сама я вже це все робити не хочу і не можу, це не цікаво все робити самій. Мені це не потрібно.

П. 19. То як би ви назвали цю картину?

В. 20. «Мое дитинство і моя мрія». Я хотіла своїм прикладом показати, як я хочу, щоб всі робили разом, дружно, як має бути, а всі просто звикли, що я сама все це роблю. Я сподівалась на їх сумління і розуміння з боку чоловіка. Я спочатку його оберегала, щоб він міг після роботи відпочити, поки я не працюю на роботі, а займаюсь нашою дитиною, але все це переросло у звичку. Всім комфортно, окрім мене. Зараз я радість отримую, тільки коли приходжу до своїх батьків. Але моя мрія полягає в тому, щоб в мене була радість з чоловіком у нашій сім'ї.

П. 21. Ви бачите, що один з вузлів іде до будинку, там стоїть свічка. Чи звернули ви увагу на ці елементи картини?

В. 22. Так. Мене ці старовинні руїни приважують. Вони не страшні, це просто з часом так сталося, але основна стіна вціліла, і можна ще відновити все, бо це важлива будівля, її не можна зносити, вона історична.

П. 23. Надія ніколи не вмирає. При тому, що ви кажете, що нічого не міняється, а ви відчуваєте (бо вже і були певні ситуації), що і не зміниться, все ж таки психіка вірить і очікує, що все можливо. Але можна змінити тільки ваше ставлення до цього: або робити все, як було, або спробувати не робити (усміхається) і подивитись, як підуть справи. Адже, як ви кажете, вже всі виросли, то можна просто спробувати іншу форму поведінки. Але треба пам'ятати, що є зона ризику.

В. 24. Так, я розумію, що я буду знову все робити, але взагалі не відчувати сімейної єдності, як всі ці роки. Поки я була зайнята дитиною, я не думала, що щось має бути по-іншому. Я пам'ятаю маму, вона все сама робила і не нарікала. І зараз каже, що було важко, але у неї були свої справи, у батька своїх в домі справ вистачало. Кожний робив так, як дозволяла совість.

П. 25. Тобто ви інтроєктували риси характеру матері, бачили, що їй важко, але все ж таки у своїй сім'ї робили так само. Об'єктні відносини із своєї сім'ї дитинства ви перенесли на свої актуальні відносини.

В. 26. Так. Ви знаєте, мені не подобалось, що жінка має постійно щось робити. Хоча моя мама завжди казала: «А хто, якщо не я». І вона була задоволена своїм життям. А мені так не подобається. Ви знаєте, мені зараз таке спало на думку, що я так само, як і в дитинстві, мабуть, хотіла б, щоб за мене робили, а не я (усміхається), бо я все роблю, а мені чомусь важко. Хоча це звичайні речі. Ні, є речі, які я роблю із задоволенням, але потім бачу, що ніхто не приєднується до мене це робити, і я починаю сердитись.

П. 27. То можна так сказати, що постать, яка сидить, і ті вузлики, що напроти, – то така собі гра за правилами, які ви засвоїли у своїй сім'ї і хотіли б їх перенести в свою теперішню сім'ю? Але ваш чоловік був вихований в інших умовах, у нього і гадки немає, як все це формувалось, він звик до того, як є.

В. 28. Так, я зараз розумію, що це якоюсь мірою в мене є незадоволення, що взагалі жінки багато що мають робити. Я не задоволена, що мама була прикладом того, що жінка має практично за все нести відповідальність. У мене дуже хороша мама, але я відчуваю зараз незадоволення нею, бо вона мені це передала, хоча я розумію, що я це і маю робити, бо я жінка, мати, дружина. І ще я зараз зрозуміла, відчула, що я робила всі ці роки із певним задоволенням все, просто зараз я не відчуваю, що все це робиться разом з кимось. Якби хтось просто сидів поряд і розмовляв зі мною, поки я щось роблю, мене б це задовольняло. Я не відчуваю присутності в сім'ї кожного члена. Кожен живе окремо. І я згадала, що в моїй сім'ї із батьками ми були щасливі, навіть коли

було важко робити багато речей, бо ми все це робили разом і відчували, що у нас один за всіх, і всі за одного. Це і було щастя!

П. 29. З одного боку, такі амбівалентні почуття до первинного лібідного об'єкта (матері) дають можливість усвідомлювати витоки та логіку поведінки, а через те і відчуття незадоволеності. Це дає перспективу по-іншому подивитись на ситуацію, спробувати нові продуктивні форми поведінки, бо це актуальне незадоволення у сім'ї йде ще з незадоволення у дитинстві мамою. І зараз несвідомо ви хочете показати, що ви краща жінка, ніж мама, що ви не збираєтесь робити так багато, як вона, бо це з вашої точки зору ще тоді, коли ви були дівчинкою, не задовольняло вас. З іншого боку, знайдено ще один зміст, що дійсно відчуття щастя також пов'язано із об'єктними відносинами у сім'ї, коли ви були дитиною. Існує невідповідність між умовами вашої батьківської і власної сім'ї, адже ваш чоловік все ж таки не з вами виховувався, тому в нього є інший досвід. Ви маєте можливість на все це подивитись через іншу призму, зокрема через усвідомлення таких взаємозв'язків, та знайти шляхи вирішення актуального життєвого питання й досягнути внутрішньої рівноваги, в чому вам бажаю успіхів.

В. 30. З такого ракурсу я на це навіть ніколи б і не змогла подивитись. Я ніколи не думала, що в мене є це незадоволення мамою, вона прекрасна, працьовита, добра людина. Вона нас – дітей – ніколи нічого не змушувала робити. Вона тільки просила нас навчатись. Але ми із задоволенням допомагали в усьому. Мені треба подумати про це, я не хочу мати негативні почуття до матері. А ще якось спонтанно відкрився такий простий зміст мого щастя (усміхається). Я здивована і відчуваю прилив енергії. Я відчуваю, що щастя є, воно можливе, воно поряд, а відношення до нього сформувалось в дитинстві. І справа не в тому, що я багато роблю, тому потребую допомоги. Щось сталося інше із почуттями, взаємовідносинами, а не з хатніми клопотами. Мені треба про все подумати. Дуже Вам дякую!

Аналіз стенограми глибинно-корекційної роботи з респондентом В. із використанням художнього твору вказує на вплив умовних цінностей, які пов'язані із об'єктними відносинами у батьківської сім'ї і сформувались у едіпальний період розвитку психіки, який обтяжений формуванням дисфункційних програм. Ослаблення цих програм входить до завдань психокорекції, що може окреслити перспективи гармонізації психіки суб'єкта. Запропонована картина (рис. 1) сприяла пізнанню тих аспектів психіки, що не піддаються безпосередньому спостереженню, але визначають зміст психіки в її суперечливій сутності і мають здатність проєктуватись назовні.

Т.С. Яценко наголошує: «наша психологічна недосконалість – це міра неусвідомленості внутрішньої суперечливості» [17, с. 107]. Отже, усвідомлення енергетичної різноспрямованості свідомої і несвідомої сфер дозволяє людині розширити можливості власного потенціалу завдяки особистісному вдосконаленню. У людини відкривається перспектива вибору поведінки, вона може прогнозувати власні результати.

Таким чином, у період кризи середнього віку суб'єкт часто залишається сам на сам із своїми проблемами, якщо вони зумовлені зовнішніми обставинами, або із знаходженням нових змістів і цілей у житті, які є невід'ємною складовою частиною розвитку особистості. Психологічна допомога тим, хто її потребує, є завданням практичної психології. Використання художніх творів у даному дослідженні показало ефективність глибинної пізнавальної та психокорекційної роботи на даному етапі становлення особистості. Розкрито взаємозв'язок наявних життєвих проблем із особистісною проблемою, яка пов'язана з едіпальним періодом розвитку суб'єкта, що задає ригідні форми поведінки та заважає вирішенню актуальних життєвих задач та самореалізації. Особистісна проблема – це проблема, яка не усвідомлюється самим суб'єктом, детермінується наслідками едіпової залежності, тому не може бути вирішена без допомоги психолога. Представлена діагностико-корекційна робота показала, що відкриття змістів несвідомого дозволяє респонденту розкрити логіку поведінки та суперечливість психіки, що відкриває перспективи у вирішенні особистісної проблеми шляхом набуття навичок самовиховання, що потребує певних зусиль. Відбувається певна переструктуризація поглядів й усталених психологічних зв'язків, що сприяє вивільненню значної енергії, яка з мортідної перетворюється на енергію лібідо. У такий спосіб відбувається гармонізація психіки суб'єкта.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Амосов Н.М. Отступление. Моделирование личности. Киев. URL: <http://icfcst.kiev.ua/amosov/bookru/203>.
2. Дмитрієва С.М. Долання кризи середнього віку за допомогою арттерапії як чинник особистісного зростання / С.М. Дмитрієва, З.П. Косарева. Конкурентоспроможність в умовах глобалізації: реалії, проблеми та перспективи : матеріали десятої Міжнародної науково-практичної конференції / за ред. Саух І.В. Житомир : Вид-во ЖФ КІБІТ, 2016. С. 64–69.
3. Камінська А.М., Панфілова Г.Б., Полянничко О.М. Використання художніх творів за темами комплексу психомалюнків у процесі глибинного пізнання психіки суб'єкта. *Габітус*. Том 1. Одеса : Гельветика, 2020. Вип. 19. С. 117–121. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2020/19-2020/19-2020.pdf>.

4. Камінська А.М. Використання художніх творів із шаховою символікою у процесі глибинного пізнання суб'єкта. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 12 «Психологічні науки»*. К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014. № 45 (69), С. 103–109.
5. Камінська А.М. Особливості використання художніх творів у процесі глибинного пізнання психіки суб'єкта : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Луцьк, 2016. 455 с.
6. Красиков В.И. Синдром существования. Томск, 2002. 256 с.
7. Краткий психологический словарь / сост. Л.А. Карпенко ; под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. Москва : Политиздат, 1985. 431 с.
8. Кузікова С.Б. Психологічні особливості перебігу кризи середнього віку / С.Б. Кузікова, Т.І. Щербак. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. Випуск 2. Херсон, 2020. С. 132–138.
9. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения : В 2-х т. Т. I. М. : Педагогика, 1983. 392 с., ил.
10. Лисенко Л.М. Вікові кризи дорослості: причини та шляхи вирішення. 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. 165–167.
11. Панфілова Г.Б. Изучение и коррекция Я-концепции студентов с использованием метафорических ассоциативных карт. *Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»*. Додаток 1 до Вип. 37. Том IV (72) : Тематичний випуск «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору». К. : Гнозис, 2016. С. 195–202.
12. Панфілова Г.Б. Упровадження тренінгових форм роботи з формування позитивної Я-концепції студентів в умовах геополітичних викликів сьогодення. *Теорія і практика сучасної психології* : збірник наукових праць. Запоріжжя, 2018. Вип. № 5, С. 153–156. URL: http://www.tpsp-journal.kpu.zp.ua/archive/5_2018/32.pdf.
13. Стайн М. В середине жизни. Юнгианский подход. М. : Когито-Центр, 2009. 160 с.
14. Філософський словник / за ред. В.І. Шинкарука. К. : Головна редакція Української Радянської Енциклопедії АНУ РСР, 1973. 600с.
15. Яценко Т.С. Динамика развития глубинной психокоррекции: теория и практика : монография. Днепропетровск : Инновация, 2015. 567 с.
16. Яценко Т.С. Методология глубинно-коррекционной подготовки психолога / Т.С. Яценко, А.В. Глузман. Днепропетровск : Инновация, 2015. 396 с.
17. Яценко Т.С. Методология професійної підготовки практичного психолога / Т.С. Яценко, О.В. Глузман, О.М. Усатенко. Дніпропетровськ : Інновація, 2014. 192 с.
18. Яценко Т.С. Основи глибинної психокорекції: феноменологія, теорія і практика : навч. посіб. К. : Вища школа, 2006. 382 с.
19. Яценко Т.С. Психологічний аналіз репродукцій художніх творів у підготовці психологів : навч. посіб. / Т.С. Яценко, В.І. Бондар, Л.Я. Галушко, А.М. Камінська, О.В. Педченко. Дніпро ; Київ : Інновація, 2018. 300 с.

МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ З ПЕДАГОГІЧНИМ КОЛЕКТИВОМ ЯК ПРОФІЛАКТИКА ПІДЛІТКОВОГО БУЛІНГУ

METHODS OF PSYCHOLOGICAL WORK WITH TEACHING TEAM AS PREVENTION OF ADOLESCENT BULLYING

У статті визначено та обґрунтовано актуальність проблеми цькування в освітньому середовищі навчального закладу, що спричинене поширеністю даного явища і його небезпекою для фізичного і психічного здоров'я людей. Булінг є однією з форм деструктивної конфліктної взаємодії, що відрізняється гостротою і тривалістю наслідків, які виявляються у всіх його учасників. Шкільний булінг негативно впливає на розвиток та формування особистості підлітка. У статті відображені дані вітчизняних і зарубіжних досліджень, які вказують на високий ступінь поширення цього явища в середовищі школярів підліткового віку. Автором визначено, що учасниками булінгу можуть бути не лише жертва та нападник, а й інші учасники навчально-виховного процесу, які можуть виконувати роль спостерігача або захисника. Також у статті описано типи, різновиди та фази булінг-поведінки, визначено низку факторів та причин, які впливають на її формування. Зокрема, це індивідуально-психологічні, поведінкові, соціальні, особистісні, внутрішньо-сімейні конфлікти. Автором сформульовано мету, завдання та рівні профілактики булінгу у шкільному середовищі. Визначено, що основною проблемою реалізації профілактичних заходів є відсутність комплексних профілактичних програм протистояння цькуванню на різних рівнях шкільного життя. Проте автор статті відводить значуще місце та роль педагогові у здійсненні первинної профілактики даного явища. Підкреслено, що саме класний керівник є важливим компонентом реалізації профілактичних форм та методів. Він повинен володіти необхідними знаннями, уміннями та навичками сприйняття, інтерпретації внутрішнього емоційного стану дитини. Також автор акцентує увагу на взаємозв'язку профілактики булінгу та емоційної грамотності класних керівників, яка визначається рівнем їхнього емоційного інтелекту.

Ключові слова: булінг, підлітки, профілактика, емоційний інтелект, педагогічний колектив.

The article identifies and substantiates the urgency of the harassment problem in the educational institution environment, which is caused by the prevalence of this phenomenon and its danger to physical and mental health. Bullying is a form of destructive conflict interaction, which differs in the severity and duration of the consequences that are manifested in all its participants. School bullying negatively affects the development and formation of the adolescent's personality. The article reflects the data of domestic and foreign studies, which indicate a high prevalence of this phenomenon among adolescents. The author determined that participants in bullying can be not only the victim and the attacker, but also other participants in the educational process, who can act as an observer or defender. The article also describes types and phases of bullying behavior, as well as identifies several factors and causes that affect its formation, including individual psychological, behavioral, social, personal, intra-family conflicts. The author formulates the purpose, objectives, and levels of bullying prevention in the school environment. It is determined that the main problem of implementation of preventive measures is the lack of comprehensive preventive programs to combat bullying at different levels of school life. However, the author of the article assigns a significant place and role to the teacher in the implementation of primary prevention of this phenomenon. It is emphasized that the class teacher is an important component of the implementation of preventive forms and methods; he/she must have necessary knowledge, skills and abilities of perception, interpretation of the inner emotional state of the child. The author also emphasizes the relationship between the success of bullying prevention and emotional literacy of class teachers, which is determined by the level of his emotional intelligence.

Key words: bullying, adolescents, prevention, emotional intelligence, teaching staff.

УДК 159.9:37
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.20>

Колеснікова А.Е.
аспірантка II курсу
Київський інститут сучасної психології
та психотерапії

Сьогодні одним з найбільш актуальних завдань, які стоять перед українською системою освіти, є створення та підтримка безпечного освітнього середовища. Почуття захищеності безпосередньо впливає не тільки на загальний емоційний стан учнів, але також є запорукою успішного розвитку. На жаль, статистика свідчить, що майже в кожному навчальному закладі періодично відбуваються ситуації, пов'язані з тим, що одні діти цілеспрямовано переслідують і ображають інших. Ідеться не про конфлікти між дітьми, в яких іноді виграє один, а іноді – інший. Ми говоримо про систематично повторювані ситуації, в яких один займає позицію переслідувача, а інший – жертви. У науковій літературі це явище дістало назву «булінг» (у перекладі з англ. мови “bully” – «хуліган, гру-

біян, задирака, насильник») – цькування, дискримінація. Нині проблемі дослідження і профілактики булінгу приділяється велика увага. Згідно з оцінками ООН в глобальних масштабах щорічно кожна друга дитина у віці 2–17 років стикається з насильством в тій чи іншій формі. У всьому світі близько 300 мільйонів дітей у віці 2–4 років регулярно піддаються жорстоким дисциплінарним заходам з боку дорослих, третина учнів у віці 11–15 років переживає знущання з боку своїх однолітків, кожна третя дитина відчуває емоційне насильство (Доповідь ООН про стан справ у світі в галузі профілактики насильства щодо дітей, 2020 р.). Згідно із даними ВООЗ Україна входить до десятки країн Європи за рівнем розповсюдження булінгу серед школярів 11–14 років.

Перші публікації, присвячені проблемі шкільного цькування, були зафіксовані ще у 1905 році. Їх автором був К. Дьюкс. Саме його наукові дослідження стали підґрунтям для низки праць європейських дослідників.

Аналізуючи причини та фактори булінгу, не можна оминати увагою питання освітнього середовища навчального закладу. Як визначає Д. Жарова, на це впливає низка причин. По-перше, це неоднозначна позиція педагогів щодо булінгу. Вчителі більш схильні шукати джерела цькування в психологічних особливостях підлітків, ніж пов'язувати їх з власною поведінкою і з атмосферою в школі. Крім того, іноді вчителям вигідно підтримувати булінг в підліткових класах, використовуючи його як інструмент підтримки дисципліни.

По-друге, вчителі часто не усвідомлюють ні справжніх причин, ні масштабів булінгу. Вони розглядають під цькуванням суто фізичні прояви агресії, недооцінюючи такі форми насильства, як наклеп, поширення чуток, примус, псування майна. Часто школа займає позицію ігнорування, що в підсумку призводить лише до закріплення агресивної поведінки кривдників.

По-третє, формальні відносини з учителем в підлітковому віці виступають фактором булінгу. Іншими словами, вчителі створюють такі норми й умови соціалізації, формують таку соціальну ситуацію розвитку, яка сприяє проявам булінгу серед учнів [4]. Наукові дослідження засвідчують, що переважання у педагогічних колективах вчителів з високим ступенем контролю над навчальним процесом і при цьому з доброзичливим ставленням до учнів корелює зі зменшенням числа жертв, кривдників і свідків булінгу.

Безперечно, поведінка вчителів, їхні педагогічні методи впливу на підлітків можуть виступати одним із факторів, що спричиняють булінг. Водночас не можна оминати увагою той факт, що саме педагог, зокрема класний керівник, виступає важливим компонентом профілактики булінгу у середовищі навчального закладу. Він керує усіма процесами (як навчальними, так і виховними), які відбуваються в учнівському колективі, саме на його плечі лягає значне емоційне навантаження. Класний керівник виступає уже не лише як джерело передачі інформації, а й як особа, яка допомагає дітям зрозуміти та прийняти власний емоційний стан, навіть якщо він пов'язаний із негативними емоціями (агресія, цькування тощо). Для цього педагогові потрібно бути емоційно грамотним, уміти об'єктивно оцінити ситуацію, володіти навичками вирішення конфліктних ситуацій у підлітковому середовищі.

Реалії сучасного шкільного життя засвідчують, що психолог, який працює на базі загаль-

ноосвітньої школи, не завжди може вчасно зреагувати на прояви цькування у середовищі навчального закладу. У цій ситуації саме класні керівники – це ті особи, які одні із перших повинні розпізнати булінг, вчасно втрутитися та надати допомогу як жертві, так і агресорові. Ми вважаємо, що лише злагоджена робота класного керівника, шкільного психолога і батьків зможе викоренити дане негативне явище і створити сприятливу психологічну атмосферу в класі. Виявити факт цькування може вчитель, оскільки він часто бачить дітей і може проводити з учнями різні позакласні заходи. На жаль, все частіше ми стикаємося з тим, що у педагогічних працівників відсутні необхідні знання, уміння та навички профілактики підліткового булінгу. Також вони володіють низьким рівнем емоційної грамотності. Це зумовлює пошук нових та ефективних методів навчання педагогів протидіяти шкільному цькуванню, одним із яких є гештальт-терапія як фундамент та база для педагогічної опори в роботі із дітьми.

Сучасні науковці, зокрема С.Ю. Тарасова, А.К. Осницький, С.Н. Еніколопов, у своїх працях розглядають булінг як одну з форм агресії. На думку дослідників, демонстрація агресії сприяє формуванню страху у потенційних жертв булінгу, тим самим зміцнюючи позицію агресора. Також було відзначено, що існує велика ймовірність перетворення жертв цькування на майбутніх агресорів. У них можуть відзначатися ознаки емоційної і поведінкової нестійкості, а також підвищені показники рівня тривожності і агресії [13].

За словами С.В. Кривцової, булінг – це повторювані протягом тривалого часу агресивні дії одних дітей щодо інших [7, с. 18].

Український науковець Н.В. Тілікіна визначає: «Булінг (цькування) – це агресивна свідомо або несвідомо поведінка однієї дитини, групи дітей, молоді або будь-якого з дорослих по відношенню до іншої дитини або дітей, що виражається у фізичному та /або психологічному жорстокому ставленні та поведженні» [12, с. 6].

Феномен булінгу активно вивчається у сучасній психологічній науці, проте основоположні концепції його розуміння були закладені ще у 1970 роках ХХ ст. у публікаціях таких науковців, як Д. Олвеус, А. Пікас та П. Хайнеманн. Завдяки роботам Д. Олвеуса, Е. Роланда і інших учених у 1978 році поняття «булінг» було введене в науковий обіг. Значний теоретичний внесок зробили також і британські науковці В. Бесаг і Д. Лейн. Російські фахівці звернулися до проблеми цькування майже на десятиліття пізніше від своїх зарубіжних колег (В.Р. Петросянц, М.Г. Нечаєва, І.С. Бердишев, В.І. Вишневіська, І.С. Кон, С.Ю. Тарасова, А.К. Осницький, С. Н. Еніколопов, С.В. Кривцова та ін.).

Українські учені почали вивчати проблему булінгу лише з 2005 року.

Питання попередження булінгу серед школярів лежить в основі профілактичних програм, розроблених зарубіжними вченими – Д. Олвеусом, П. Смітом, К. Купером, К. Рігбі й іншими. У вітчизняній науці інтерес до даної проблеми представлений у наукових працях В.С. Собкіна, Д.Н. Соловйова, О.А. Селіванової, М.Г. Нечаєвої, А.А. Бочавер та інших.

Таким чином, здійснюючи аналіз сучасних наукових фахових видань щодо проблеми шкільного булінгу та особливостей його профілактики, ми визначили ключову позицію класного керівника у даному процесі, а також необхідність формування у вчителів навичок використання елементів гештальт-терапії як ефективного методу профілактики цькування.

Провівши аналіз наукових джерел, можна визначити, що булінг – це специфічний різновид агресивної поведінки, який характеризується сукупністю ознак, притаманних для всіх його різновидів:

1) це свідомо та цілеспрямована агресивна поведінка. Агресор усвідомлює, що його дії фізично чи психологічно нашкодять жертві. Основною метою насильницьких дій є зниження соціального статусу жертви, а також підвищення власної позиції у групі однолітків;

2) агресивні дії мають систематичний характер. На відміну від одиничних випадків прояву агресії, булінг передбачає, що агресор тримає жертву у постійному тривожному стані очікування нападу;

3) існує цілеспрямований намір нападника, суттєвий дисбаланс сил між агресором та жертвою, внаслідок якого вона не може дати відсіч нападнику. При цьому агресор зловживає силою або впливом. Перевагою нападника може бути не лише фізична сила, а й соціальний статус у групі, соціальна компетентність, впевненість у собі, вік, стать тощо.

У процесі булінгу як негативному явищі соціальної взаємодії беруть участь не лише агресор та жертва. Так, В.Р. Петросянц визначає, що учасники булінгу виконують певні ролі. Перелічимо їх:

1) булер (агресор) – ініціатор цькування. Часто це діти з нарцисичними рисами характеру, що прагнуть до влади, самоствердження за рахунок інших, хочуть бути «крутими», мати авторитет серед однолітків, займати лідерські позиції в класі. Проявляючи агресію до слабших, вони самостверджуються, підвищують власну самооцінку [10];

2) жертви – особи, які є об'єктами знущань. Часто це соціально ізольовані та відчужені особи, які характеризуються підвищеним рівнем тривожності, мають низьку самооцінку, не впевнені у собі, мають проблеми у налагодженні комунікації з однолітками, ухиля-

ються від конфліктів, надмірно чутливі, замкнуті і сором'язливі [10];

3) спостерігачі. У освітньому середовищі школи основна маса дітей займає позицію спостерігачів булінгу. Вони часто відчують страх у школі, а також почуття безпорадності перед обличчям насильства, навіть якщо воно спрямоване не на них безпосередньо. Спостерігачів поділяють на тих, які надають допомогу (допомагають булеру, але не беруть безпосередньої участі, закликають однолітків до подальшого насильства); посилювачів, які відіграють лише незначну роль у булінгу (наприклад, можуть насміхатися із жертви); аутсайдерів – випадкових спостерігачів, які зовсім не беруть участі у булінгу, але спостерігають за ним; відповідачів, безпосередньо залучених до захисту та втішення жертви після знущань [11].

4) захисники. У шкільному класі захисниками можуть бути діти, які займають у соціометричному дослідженні статус «зірка» або / і «улюблені». Однак не завжди в класі присутні захисники, що негативно позначається на всій соціальній структурі класного колективу [10].

Досліджуючи проблему булінгу, ми визначили, що існують різні його типології, в основу яких покладені певні ознаки:

1) характеристика об'єкта – вік (підлітковий булінг), стать (булінг над жінками), стан (булінг над інвалідами), етична приналежність, соціальний статус тощо;

2) соціальне середовище або сфера, в якій відбувається цькування – булінг в сім'ї (батьківський), в школі (шкільне цькування), булінг на робочому місці тощо [1].

3) характер насильницьких дій. Розрізняють фізичний, вербальний і соціальний булінг. Фізичний булінг передбачає, що жертва піддається фізичним нападам з боку кривдника. Вербальний різновид включає в себе приниження, глузування, погрози, наклеп. Соціальний булінг – це ігнорування, виключення з групи, злодійство або псування майна жертви;

4) за характером прояву булінг буває прихований і прямий [8]. Прихований булінг проявляється у формі ігнорування, бойкоту, маніпуляцій, поширення неправдивих чуток. Така форма прояву цькування більш характерна для дівчат. Прямий булінг передбачає пряму фізичну агресію, сексуальне (дії сексуального характеру) чи психологічне насилля (нанесення психологічної травми, дія на психологічний стан особи).

Американські науковці визначають такі види булінгу:

1) перепалки (флеймінг) – обмін короткими емоційними репліками;

2) напади – постійні виснажливі атаки (harassment);

3) наклеп (denigration) – поширення неправдивої та образливої інформації;

4) обман, виманювання конфіденційної інформації і її розповсюдження (outing&trickery), отримання особистих даних з метою їх розміщення в мережі Інтернет;

5) відчуження (остракізм, ізоляція);

6) кіберпереслідування;

7) хеппіслепінг (HappySlapping – радісне побиття) – побиття, що записується на камеру та розміщується в соціальних мережах [9].

Російський науковець О.В. Євтихій виокремлює фази булінгу. Перелічимо їх:

1) створення умов (несприятливий психологічний мікроклімат у шкільному колективі, високий рівень емоційної напруженості);

2) початкова фаза. Ця фаза характеризується пошуком винного, який стає жертвою агресивних нападів однолітків, для розрядки і зняття емоційної напруги;

3) активна фаза, у ході якої глузування і прояви агресії стають прив'язаними до жертви, набувають систематичного характеру і не залежать від її реальних дій і вчинків;

4) фаза часткової або повної ізоляції об'єкта булінгу від участі в колективних заходах;

5) ескалація конфлікту, що змушує жертву покинути колектив [3].

Аналіз наукової літератури дає можливість нам визначити причини булінгу та об'єднати їх у такі групи:

1) індивідуально-психологічні (занижена чи неадекватно завищена самооцінка, імпульсивність, надмірна агресивність, конфліктність тощо);

2) поведінкові (схильність до вандалізму, прогулювання навчальних занять, ранні сексуальні контакти, рання судимість тощо);

3) соціальні (культ насилля у суспільстві, вплив ЗМІ, поведінка батьків, наявність асоціальних друзів тощо);

4) внутрішні сімейні конфлікти (розлучення батьків, поява новонародженої дитини, завищені вимоги до навчальної успішності, що не відповідають особливостям дитини, сімейне неблагополуччя, насилля тощо);

5) особистісні (статеве дозрівання та пов'язані з цим проблеми фізіологічного та психологічного характеру, рівень вихованості).

Булінг в освітньому середовищі навчального закладу являє собою серйозну проблему. Значна кількість дітей підліткового віку щодня стикається з утисками та знущаннями в школі. У середніх і старших класах в підлітків, як правило, формується потреба отримати схвалення і повагу з боку значущих людей і оточуючих, зокрема і з боку своїх однолітків, що робить потенційних жертв булінгу ще більш уразливими в ситуації виникнення цькування.

Ми відзначали, що класний керівник відіграє надзвичайно важливу роль у профі-

лактиці булінгу. На результативність даного процесу впливає його здатність адекватно сприймати, інтерпретувати емоційний стан дитини, тому важливо не лише формувати у педагогів необхідні теоретичні знання і практичні навички, а й підвищувати їхній рівень емоційної грамотності.

У зарубіжних методиках оцінки особистості поряд з визначенням IQ – кількісної оцінки рівня інтелекту – визначають також і EQ – здатність людини оперувати емоційною інформацією. При цьому оцінці підлягають точність оцінки та вираження емоційного стану, використання емоцій в процесі розумової діяльності, розуміння та управління ними. Перелік цих навичок дозволяє говорити про важливість емоційної грамотності класного керівника, тому що емоції – це первинне джерело людської енергії та інформації.

У контексті взаємозв'язку успішності профілактики булінгу та емоційної грамотності класних керівників варто відзначити кілька значущих моментів.

По-перше, визначальним вектором взаємин в ході профілактики булінгу є рівень емоційного інтелекту класного керівника. Високий рівень інтелекту, високі предметні знання і тривалий стаж роботи педагога не завжди дозволяють досягти бажаних результатів. Причиною цього може бути емоційний непрофесіоналізм педагога, який породжує дискомфорт, страх, байдужість з боку підлітків. Такий спектр емоцій унеможливорює обробку і засвоєння матеріалу та негативно впливає на сприйняття інформації. Отже, використання емоцій в профілактиці булінгу – це базова складова частина успішності та результативності його попередження [5].

По-друге, завдання педагога ускладнюється значними відмінностями рівня емоційного інтелекту учнів. У школі класний керівник має справу із значною кількістю дітей, що спричиняє емоційне навантаження на нього. На перший план виходить уміння педагога розуміти дитячі емоції, що дозволяє точніше реагувати на ситуацію і керувати своїм емоційним станом. Ще більшого емоційного професіоналізму вимагає керування емоціями дітей. Непродуктивним, на наш погляд, є деструктивне придушення емоцій на основі залякування, нетерпимості, дисциплінарних покарань. Класний керівник повинен уміти створювати сприятливі умови для переживання підлітком емоційного благополуччя, адекватно оцінювати рівень сформованості власних умінь і здібностей [5].

Профілактика булінгу повинна включати в себе такі аспекти, як запобігання, попередження, застереження, усунення та контроль. Вона передбачає зміну соціальної, сімейної, особистісної ситуації за допомогою зміни

особистісних орієнтацій шляхом застосування спеціальних педагогічних і виховних заходів, що сприяють поліпшенню якості життя і поведінки.

Попередження та запобігання булінгу в школі реалізується на таких рівнях: особистісному, груповому, загальношкільному, соціальному. У профілактичній діяльності класного керівника основне місце займає робота з окремими учнями і з класом в цілому. Профілактика цькування, реалізована класним керівником серед школярів підліткового віку, здійснюється за рахунок корекції наявних соціальних девіацій і сприяння баченню школярами здорового і безпечного способу життя, вибудовування відносин в групі на основі взаємодопомоги, об'єднання підлітків в ході спільної особистісної та колективно значимої діяльності, зняття протиріч між індивідуальним і груповим.

Основною метою профілактичних заходів шкільного цькування є допомогти дітям навчитися впоратися зі стресовою ситуацією і агресією.

Завданнями профілактики булінгу є:

- підготовка педагогів для роботи з важкими дітьми;
- сприяння поліпшенню соціального самопочуття учнів;
- психолого-педагогічна освіта батьків;
- усунення психотравмуючої і соціально небезпечної ситуації;
- розвиток толерантності та соціальної компетентності школярів;
- зміна уявлень учнів про себе і про відносини з оточуючими.

Отже, попри різноманітність наукових підходів до визначення сутності булінгу як психологічного явища, загальноприйнятого і чітко сформульованого визначення цього поняття немає. Науковці, які досліджують процес шкільного цькування, трактують його крізь призму власного суб'єктивного розуміння. Це ускладнює розробку комплексних профілактичних програм протистояння цькуванню на різних рівнях шкільного життя. Причина проявів булінгу комплексна, а значить профілактика і вирішення даної проблеми повинні бути спрямовані на всіх учасників освітнього процесу та враховувати гендерну специфіку. Важливу роль у попередженні та боротьбі з шкіль-

ним цькуванням відіграє класний керівник та його вміння вчасно розпізнати булінг-поведінку підлітків.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волкова И.В. Характеристики подросткового буллинга и его определение. *Вестник Мининского университета*. 2016. № 2 (15). С. 26.
2. Гаврилова О. Вспомнить, что значит быть ребенком. *Вестник гештальт-терапии* : сб. ст. вып. № 1 / под ред. И. Погодина. Мн., 2008.
3. Евтихов О.В. Моббинг: фазы развития и его профилактика. URL: <http://coffice.net/content>.
4. Жарова Д.В., Терех Е.Ю. Психологические особенности подросткового буллинга. *Научно-педагогическое обозрение. PedagogicalReview*. 2018. № 1 (19). С. 79–84.
5. Каменская Ю.А. Эмоциональная грамотность как составляющая инновационного потенциала преподавателя высшей школы. URL: <https://eprints.kname.edu.ua/30690/>.
6. Кедрова Н. Перевод с детского, или игра в принцессу с проблемами. *Гештальт-терапия с детьми*. Вып.1 / Под ред. Н. Кедровой. М. : Московский гештальт-институт. 2002. С. 39–45.
7. Кривцова С.В., Шапкина А.Н., Малыгина М.П. Школьный буллинг: прояснение понятий. *Вопросы психологии*. 2019. № 3. С. 17–28.
8. Макарова Ю.Л. Гендерные особенности поведения участников подростковой буллинг-структуры. *Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования*. 2017. Т. 6. № 5А. С. 181–192.
9. Маланцева О.Д. Буллинг в школе. Что мы можем сделать? *Социальная педагогика*. 2007. № 4. С. 90–92.
10. Петросянц В.Р. Проблема буллинга в современной образовательной среде. *Вестн. ТГПУ*. 2011. № 6. С. 151–154.
11. Плутицька К.М. Підходи до розуміння булінгу як форми шкільного насильства. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету. Серія «Юриспруденція»*. 2017. Вип. 29 (2). С. 78–80.
12. Про булінг (цькування) та як його подолати. Дітям, молоді та дорослим про важливе. Київ : ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», 2020. 40 с.
13. Тарасова С.Ю., Осницкий А.К., Ениколов С.Н. Социально-психологические аспекты буллинга: взаимосвязь агрессивности и школьной тревожности. *Психологическая наука и образование*. 2016. Том 8. № 4. С. 102–116.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РИЗИКУ ВИНИКНЕННЯ ПОРУШЕНЬ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ В ЖІНОК

RISK FACTORS FOR EATING DISORDERS IN WOMEN

У статті представлені результати дослідження особистісних особливостей як психологічних чинників ризику виникнення порушень харчової поведінки у дівчат-підлітків та молодих жінок.

Метою нашого дослідження було виявлення чинників ризику порушень харчової поведінки у жінок різних вікових категорій (дві групи жінок від 15 до 32 років). У дослідженні в онлайн-форматі взяли участь 55 дівчат і жінок. Проводилась оцінка характерних ознак харчових порушень, ступеня незадоволення своєю зовнішністю, рівня самооцінки, різних аспектів самоставлення, проявів перфекціонізму та рівня тривожності. За допомогою факторного аналізу були виділені основні чинники, що визначають взаємозв'язок особливостей харчової поведінки і особистісних характеристик. За допомогою регресійного аналізу була проведена оцінка чинників ризику для розвитку основних ознак порушень харчової поведінки (прагнення до худорби і булімія) у жінок різного віку.

За результатами дослідження було виявлено, що у дівчат віком 15–23 р. відзначається більша схильність до виникнення епізодів переїдання і використання очисних шлунково-кишкових процедур, у них частіше фіксується низька самооцінка і негативне самоставлення. Не було виявлено значимих відмінностей в оцінці жінками образу свого тіла відповідно до віку. Дана оцінка в усіх випадках мала тенденцію до негативного сприйняття різного ступеня прояву. Факторний аналіз показників порушень харчової поведінки і особистісних особливостей в досліджуваних групах показав, що порушення харчової поведінки у жінок тісно пов'язані з негативним ставленням до свого тіла і з показниками тривожності. За допомогою регресійного аналізу були виявлені показники, що впливають на прагнення до худорби і булімічної поведінки, які відрізнялися між групами респонденток за віком. Отже, порушення харчової поведінки у жінок молодого віку зумовлюються різними психологічними характеристиками – особистісними особливостями, що потребують психопрофілактики як превентивної роботи щодо виникнення даних розладів.

Ключові слова: нервова анорексія, нервова булімія, компульсивне переїдання, перфекціонізм, самооцінка, харчова поведінка, порушення харчової поведінки, психологічні чинники.

The article presents the results of a study of personality traits as psychological risk factors for eating disorders in adolescent girls and young women. The aim of our study was to identify risk factors for eating disorders in women of different ages (two groups of women from 15 to 32 years). The study involved 55 (girls) women online. The characteristics of eating disorders, the level of self-esteem, various aspects of self-esteem, the degree of dissatisfaction with their appearance, manifestations of perfectionism and the level of anxiety were assessed. With the help of factor analysis, the main factors that determine the relationship between eating behavior and personal characteristics were identified. Using regression analysis, risk factors for the development of the main signs of eating disorders (bulimia and cravings for leanness) in women of different ages were assessed.

According to the results, it was found that girls aged 15–23 years, there is a high tendency to episodes of overeating and the use of cleansing gastrointestinal procedures, they are more likely to have low self-esteem and more negative self-esteem. There were no significant differences in women's assessment of their body image depending on age. This assessment in all cases tended to have a negative perception of varying degrees of manifestation. The analysis of indicators of eating disorders and personality traits in the studied groups showed that eating disorders in women are closely related to the negative attitude towards their body and with indicators of anxiety. The regression analysis revealed indicators influencing the desire for thinness and bulimic behavior, which differed between groups of respondents by age. Thus, eating disorders in young women are determined by various psychological characteristics – personality traits that require psycho prophylaxis as a preventive measure against these disorders.

Key words: anorexia nervosa, bulimia nervosa, compulsive overeating, perfectionism, self-esteem, eating behavior, eating disorder, psychological factors.

УДК 159.9:442.98
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.21>

Кудла Т.В.
магістрантка кафедри психології та педагогіки
Хмельницький національний університет

Антонова З.О.
к.психол.н.,
доцент кафедри психології та педагогіки
Хмельницький національний університет

Ханецька Н.В.
к.психол.н.,
доцент кафедри психології та педагогіки
Хмельницький національний університет

На сучасному етапі розлади харчової поведінки залишаються складною і багатоаспектною проблемою, яка потребує подальших пошуків шляхів вирішення. У виданнях Міжнародної класифікації хвороб (МКХ: 10, 11) [10] з'явилися діагностичні рубрики, що описують нові для клініцистів різновиди розладів харчової поведінки. Це такі розлади: унікаючий обмежувальний розлад харчової поведінки, розлад румінації, компульсивне переїдання. Переосмислюються критерії раніше описаних і широко відомих захворювань – нервової анорексії та нервової булімії. Також завдяки розвитку нейробіологічних наук змінюються погляди на основні етіо-

патогенетичні чинники в розвитку різних харчових порушень. Наприклад, на думку С.М. Вулік [18, с. 65], тривалий час зосередження на соціокультурних і сімейних чинниках перешкоджало справжньому розумінню причин і підтримуючих факторів в генезі нервової анорексії. Сьогодні дослідження порушень харчової поведінки більшою мірою зосереджені на таких феноменах, як нейрокогнітивне порушення [2, с. 4], інтерцепція [6; 15], генетика [7, с. 36], ендокринна дисфункція [7, с. 11], структурні зміни і функціональні порушення в роботі центральної нервової системи [1, с. 12–35], вплив мікробіома [13, с. 32] тощо.

Найчастішими ознаками розладів харчової поведінки в підлітковому та молодому віці є такі: обмежувальні дієти, переїдання і булімічні епізоди (суб'єктивні та об'єктивні), очисні процедури шлунково-кишкового тракту, компульсивні фізичні вправи, а також значний вплив на самооцінку форми тіла і ваги. Як правило, нервова анорексія маніфестує в середньому підлітковому віці, а нервова булімія в старшому підлітковому віці [4, с. 34–39]. Деякі ознаки розладів харчової поведінки тісно пов'язані з власне підлітковим періодом, зумовлюючись не стільки спотворенням образу тіла, а радше його загальною незадоволеністю [9, с. 45]. Часто це пов'язано з постійним порівнянням себе з ідеалізованими медіаідеалами та відфотошопленими зображеннями однолітків у соціальних мережах. Нав'язливе порівняння досягає безпрецедентних масштабів завдяки Інтернету та технічним засобам доступу до нього [3, с. 69]. Через це може спостерігатися більше поширення атипичних різновидів порушень харчової поведінки, коли відсутній один або кілька ознак розладу. У дослідженні Portela de Santana M.L., da Costa Ribeiro H.J., Giral M. та Raich R.M., в якому брала участь група молодих людей у віці від 12 до 23 років, кількість осіб з атипичними формами становила 77,4% від загальної кількості діагностованих розладів харчової поведінки. Крім того, в межах цього дослідження було встановлено, що показники поширення нервової анорексії та нервової булімії у вибірці осіб підліткового та молодого віку становили 0,3–2,2% і 0,1–2% [19]. Дане дослідження підтвердило тенденцію загальних популяційних досліджень порушень харчової поведінки.

Особливе значення набуває і низка особистісних характеристик. Наприклад, самооцінка, особливо в підлітковому та юнацькому віці, може бути тісно пов'язана з формуванням власного образу тіла і схильністю до перфекціонізму. Часто низький рівень самооцінки впливає на задоволеність формою і розміром тіла та корелює з високим рівнем патологічної харчової поведінки, яка пов'язана з контролем ваги [6]. Досі існує невелика кількість досліджень, що дозволяють оцінити взаємозв'язок порушень харчової поведінки та особливостей особистості у жінок від підліткового до молодого віку.

Варто зазначити, що підлітковий та юнацький вік є складним періодом фізичного і психічного росту та розвитку, а розлади харчової поведінки можуть бути безпосередньо пов'язані з різними переживаннями дистресів у цей період [7, с. 23]. Отже, якщо здійснити дослідження особистісних чинників, що сприяють формуванню порушень харчової поведінки у дівчат-підлітків та молодих жінок, можна розробити диференційовані підходи до психопрофілактичних заходів щодо попередження даних розладів.

Метою нашого дослідження було виявлення психологічних чинників ризику порушень харчової поведінки у дівчат-підлітків та молодих жінок.

У нашому дослідженні взяло участь 55 дівчат-підлітків та жінок молодого віку. Дослідження проводилось в онлайн-форматі. Середній вік вибірки респонденток становить 24,5 р. (від 15 до 32 років). Під час аналізу соціально-демографічних характеристик (рівень освіти, виховання та зростання в повній/неповній сім'ї, соціально-економічний статус) у досліджуваних жінок значних відмінностей не було знайдено. Середні значення індексів маси тіла також не мали значних відмінностей. Відповідність віковим нормам визначалась на основі аналізу перцентильних таблиць. Варто відмітити, що досліджувана вибірка жінок знаходилась в межах 5–50 перцентилів, що могло свідчити про мінімізацію в групі респонденток з надлишковою масою тіла та відсутність осіб з критично низькою вагою, яка могла бути пов'язана з вираженою обмежувальною харчовою поведінкою. Основним нашим завданням було проведення порівняльного аналізу харчової поведінки та особистісних особливостей досліджуваних жінок. За допомогою регресійного аналізу визначались чинники, що пов'язані з генеральними ознаками розладів харчової поведінки – прагненням бути худю та булімією.

З метою діагностики та оцінки характерних ознак харчових розладів використовувалася «Шкала оцінки харчової поведінки» (ШОХП / О.А. Ільчик, С.В. Сивуха, О.А. Скугаревський, С. Суїхі) [14]. Факторна структура опитувальника дозволяла виділити 7 параметрів. Перелічимо їх:

- 1) прагнення до худорби;
- 2) булімія;
- 3) незадоволеність власним тілом;
- 4) неефективність;
- 5) перфекціонізм;
- 6) недовіра в міжособистісних стосунках;
- 7) інтероцептивна некомпетентність.

Дана шкала дала можливість оцінити ступінь прояву різних ознак, характерних для розладів харчової поведінки, визначаючи їх на рівні тенденцій без клінічно окреслених феноменів, що дозволяють встановити той чи інший діагноз. Таким чином, можна говорити про ширший континуум відхилень від нормальної харчової поведінки, що містить ціннісне ставлення до їжі та її прийому, стереотипи харчування в звичайних умовах і в ситуації стресу, поведінку, орієнтовану на образ свого тіла і діяльність, спрямовану на формування цього образу [3, с. 47–49]. У такому контексті ідеться не про розлади, а саме про порушення харчової поведінки.

Для оцінки ступеня незадоволеності своєю зовнішністю як складовою частиною образу тіла ми використовували «Опитувальник образу власного тіла» (ООВТ / О.А. Скугарев-

ський, С.В. Сивуха) [13]. Згідно з когнітивною теорією психіки незадоволеність власним тілом має два компоненти – оцінний (заснований на мисленні) і перцептивний (заснований на сприйнятті). На думку авторів, оцінний компонент ставлення до тіла, що вимірюється зазначеною методикою, відображає глобальну оцінку тіла (задоволеність або незадоволеність вагою, формою (фігурою) тіла, певними його частинами), а також емоції і почуття з приводу зовнішності. Когнітивний аспект як переконання щодо зовнішності і фігури передбачає певну поведінку (наприклад, уникнення споглядати себе в дзеркалі, постійно зважуватися, відвідувати тренажерні зали). Дана шкала є зворотною, тобто високий бал свідчить про негативну оцінку образу тіла, а низький бал – про позитивну оцінку образу тіла. Значення балів від 13 і вище говорить про виражене незадоволення власним тілом (максимальний бал за шкалою – 48).

З огляду на важливу роль самооцінки, особливо в підлітковому та юнацькому віці при порушеннях сприйняття образу тіла і в розвитку порушень харчової поведінки [6, с. 10], було проведено дослідження за допомогою опитувальника «Визначення рівня самооцінки» за С.В. Ковальовим. Згідно з інструкцією у даній методиці потрібно висловити своє ставлення до 32 суджень, що стосуються самооцінки особистості. Обробка результатів проводиться підсумовуванням балів за всіма 32 судженнями з виставленням загального бала, що визначає високий (0–25 балів), середній (26–45 балів) або низький (46–128 балів) рівень самооцінки. У зв'язку з відмінностями наповнення Я-образу (пов'язаного не лише з образом тіла), що формується на основі знань і уявлень про себе, в тому числі і у формі оцінки прояву тих чи інших власних рис, проводився опитувальник самоствавлення (В.В. Столін, С.Р. Пантелєєва). Цей опитувальник складається з 57 тверджень, на кожне з яких досліджуваній повинен відповісти «так» або «ні». Методика дозволяє виявити три рівні самоствавлення, що відрізняються за ступенем узагальненості: глобальне самоствавлення; самоствавлення, диференційоване на самоповагу, аутосимпатію, очікуване відношення від інших та самоінтерес; рівень конкретних дій (готовності до них) стосовно свого «Я».

За даними багатьох досліджень було виявлено, що перфекціонізм значною мірою пов'язаний з симптомами порушень харчової поведінки у підлітків та юнаків [2, с. 25–33]. У зв'язку з цим в нашому дослідженні проводилася оцінка рівня перфекціонізму за багатовимірною шкалою перфекціонізму Хьюїтта-Флетта (в адаптації І.І. Грачової). Методика складається з трьох субшкал, кожна з яких вимірює ступінь прояву одного з таких складників перфекціонізму

у досліджуваного: перфекціонізму, орієнтованого на себе; перфекціонізму, орієнтованого на інших; соціально приписаного перфекціонізму. Сума балів, набрана респондентом за всіма субшкалами, відображає загальний рівень перфекціонізму (інтегральна шкала).

Також зустрічаються деякі дослідження стосовно 50%-ї коморбідності розладів харчової поведінки з тривожними розладами [12], при цьому рівень тривоги може визначати ступінь прояву симптомів харчових порушень [11, с. 24–28]. У нашому дослідженні даний параметр вимірювався за допомогою багатовимірної оцінки тривожності (Є.Є. Малкова). Методика містить 100 питань, на які респондентам пропонується відповісти «так» або «ні» і які формують 10 шкал. Використання даного інструменту дозволило провести індивідуальний аналіз структури тривожності у дівчат та жінок в поєднанні з проблемами, що виникають у них вдома, на роботі, під час навчання, у відносинах з оточуючими (однолітками, вчителями, батьками, партнерами тощо).

Математико-статистичний метод застосовувався для обробки отриманого емпіричного матеріалу і математичної верифікації виявлених закономірностей. Відповідно до поставлених завдань дослідження проводилася статистична обробка за допомогою пакета програм SPSS Statistics 20.0, а також використовувалася описова статистика (частота, аналіз середніх значень) і критерій Пірсона для аналізу взаємозв'язку номінативних змінних.

Ми проаналізували особливості харчової поведінки за допомогою ШОХП у дівчат в 1 групі (від 15 до 23 років) та в 2 групі (від 24 до 32 років) (див. табл. 1). Порівняльний аналіз першої та другої груп виявив статистично значущі відмінності за шкалами «Булімія» ($p < 0,01$) і «Перфекціонізм» ($p < 0,05$), а також тенденцію до більш високих показників у дівчат від 15 до 23 років за шкалою «Незадоволеність тілом» ($p = 0,085$).

За результатами проведення методики ООВТ (зворотна шкала) було виявлено, що в першій групі дівчат оцінка образу тіла є негативною ($16,40 \pm 10,45$), водночас у другій групі цей показник знаходиться на межі нормальної і негативної оцінки ($13,84 \pm 11,60$). Значущих відмінностей між жінками з першої та другої груп виявлено не було.

За даними методики «Тест-опитувальник визначення рівня самооцінки» (зворотна шкала) був виявлений низький рівень самооцінки в обох групах ($68,63 \pm 20,68$ – в першій групі; $58,68 \pm 20,02$ – в другій групі), при цьому спостерігалася статистично значуща відмінність за даною шкалою ($p < 0,05$).

Порівняльний аналіз самоствавлення у дівчат першої групи (15–23 роки) і в жінок другої групи (24–32 роки) (див. табл. 2) показав

Порівняльний аналіз харчової поведінки у жінок різного віку

Показник	1 група (15–23 роки)	2 група (24–32 роки)
Прагнення до худорби	5,63±2,89	5,72±1,84
Булімія	3,41±2,11*	1,48±0,47*
Незадоволення власним тілом	7,59±6,69	5,40±2,87
Неефективність	6,09±2,80	5,72±2,84
Перфекціонізм	5,05±1,71**	4,24±1,36**
Недовіра в міжособистісних стосунках	5,68±2,57	4,92±2,53
Інтероцептивна некомпетентність	6,56±2,14	6,04±2,48

Примітка*: (* – $p < 0,01$, ** – $p < 0,05$)

наявність суттєвих статистичних відмінностей за такими шкалами: «Глобальне самоставлення» ($p < 0,05$), «Самоповага» ($p < 0,001$), «Самовпевненість» ($p < 0,05$), «Самокерування» ($p < 0,01$) і «Саморозуміння» ($p < 0,01$). Усі показники були вищими у жінок другої групи (віком від 24 до 32 років).

Порівняльний аналіз даних, отриманих за допомогою «Багатовимірної шкали перфекціонізму Хьюїтта-Флетта», виявив статистично значущі відмінності за шкалою «Соціально запропонований перфекціонізм» ($p < 0,05$), а також за інтегральною шкалою перфекціонізму ($p < 0,05$). Обидва показники виявилися вищими в першій групі дівчат (15–23 роки) ($62,97 \pm 15,86$ і $181,81 \pm 27,62$) порівняно з другою групою ($54,72 \pm 9,70$ і $161,08 \pm 23,69$).

Далі проводився порівняльний аналіз даних, отриманих за допомогою «Методики багатовимірної оцінки тривожності». Були отримані статистично значущі відмінності за такими шкалами: «Тривога, пов'язана з оцінкою оточуючих» ($p < 0,05$), «Тривога, що виникає в ситуаціях самовираження» ($p < 0,05$). Була виявлена тенденція до відмінностей за шкалами «Загальна тривожність» ($p = 0,085$) і «Тривога в стосунках з батьками» ($p = 0,075$). Усі зазначені показники

були вищими у дівчат першої вікової групи. Однофакторний дисперсійний аналіз виявив статистично значущі відмінності за такими шкалами: «Загальна тривожність» ($p < 0,05$), «Тривога в стосунках з батьками» ($p < 0,05$) і «Тривога, що виникає в ситуаціях самовираження» ($p < 0,05$). Була визначена тенденція до відмінностей за шкалою «Тривога, пов'язана з оцінкою оточуючих» ($p = 0,072$).

Таким чином, нами було виділено 6 чинників, які впливають на розвиток порушень харчової поведінки у молодих жінок. Це такі чинники: позитивне самоставлення, негативна оцінка тіла, сором'язливість, уникнення, перфекціонізм, соціальна тривога. Дані чинники відображають взаємозв'язок самовідносин з самооцінкою, негативною оцінкою власного тіла з почуттям некомпетентності, недовіри до оточуючих з бажанням бути ідеальною і з низькою ефективністю, високої тривожності зі звинуваченнями себе, перфекціонізму, спрямованого на себе і на оточуючих, з тривогою, пов'язаною з ситуаціями навчання, роботи з тривогою, пов'язаною з ситуаціями самовираження. Порушення харчової поведінки у дівчат першої вікової групи (15–23 роки) тісно пов'язані з негативним ставленням до свого тіла і триво-

Таблиця 2

Порівняльний аналіз самоставлення у жінок різного віку

Показник	1 група (15–23 роки)	2 група (24–32 роки)
Глобальне самоставлення	13,83±5,52***	17,20±5,68***
Самоповага	6,89±3,10*	9,36±2,38*
Аутосимпатія	7,11±3,93	8,44±3,75
Очікуване ставлення інших	8,29±2,76	8,92±1,99
Самоінтерес	5,68±1,83	6,20±1,92
Самовпевненість	3,71±1,84***	4,80±2,10***
Ставлення інших	4,89±1,66	5,04±1,27
Самоприйняття	4,47±2,00	4,96±1,81
Самокерування	4,16±1,43**	5,08±1,08**
Самозвинувачення	4,80±1,69	5,44±2,24
Саморозуміння	2,36±1,44**	3,16±1,66**

Примітка*: (* – $p < 0,01$, ** – $p < 0,05$)

гою в ситуаціях перевірки знань в освітньому процесі. Крім цього, порушення харчової поведінки пов'язані з тривогою у стосунках з батьками і схильністю до вегетативного реагування, а також з очікуванням негативної оцінки від оточуючих в разі невідповідності їх очікуванням.

З метою дослідження чинників ризику порушень харчової поведінки серед досліджуваних жінок різного віку проводився регресійний аналіз. Залежними змінними були визначені такі показники ШОХП: «Прагнення до худорби», «Булімія» (як критерії, що найяскравіше відображають суть клінічно оформлених розладів харчової поведінки). Регресійний аналіз проводився в кожній групі двічі з кожним з даних показників. Незалежними змінними визначили показники оцінки образу тіла, самооцінки, самоставлення, перфекціонізму і тривожності. Спочатку для першої групи дівчат залежною змінною була обрана шкала «Прагнення до худорби». У результаті проведення аналізу була отримана регресійна модель, яка є статистично достовірною ($p < 0,01$). Дана модель включає в себе такі показники, як очікуване ставлення інших, оцінка образу власного тіла, саморозуміння, тривога у стосунках з батьками, при цьому вона пояснює 62% дисперсії.

Отже, на схильність до худорби у дівчат віком 15–23 роки впливають такі чинники, як очікуване позитивне ставлення інших, негативна оцінка образу власного тіла, низьке саморозуміння, висока тривога у взаєминах з батьками.

Далі проводився регресійний аналіз, в якому залежною змінною була обрана шкала «Булімія». У результаті проведення аналізу була отримана регресійна модель, яка також є статистично достовірною ($p < 0,01$). Дана модель включає в себе такі показники, як самозвинувачення, оцінка образу власного тіла, тривога в ситуаціях самовираження, при цьому вона пояснює 59% дисперсії. Таким чином, на ступінь прояву булімічних тенденцій в групі дівчат 15–23 р. впливають такі показники, як негативна оцінка образу власного тіла, підвищена вегетативна реактивність і низька аутосимпатія.

Регресійний аналіз проводився для групи жінок віком 24–32 р. Спочатку залежною змінною була обрана шкала «Прагнення до худорби». У результаті проведення аналізу була отримана регресійна модель, яка є статистично достовірною ($p < 0,01$). Дана модель включає в себе такі показники, як самозвинувачення, оцінка образу власного тіла, тривога в ситуаціях самовираження, при цьому вона пояснює 66% дисперсії. Таким чином, на схильність до худорби у жінок віком 24–32 р. впливають такі чинники, як самозвинувачення, негативна оцінка образу власного тіла, висока тривога в ситуаціях самовираження.

Далі залежною змінною була обрана шкала «Булімія». У результаті проведення аналізу

була отримана регресійна модель, яка включає в себе такі показники, як оцінка образу власного тіла і самоповага, при цьому вона пояснює 81% дисперсії. На ступінь прояву булімічних тенденцій в групі жінок 24–32 р. впливають такі показники, як негативна оцінка образу власного тіла і низька самоповага.

Порівняльний аналіз двох вікових категорій досліджуваних жінок дозволив виявити низку статистично значущих відмінностей. Було виявлено, що у дівчат першої вікової групи відзначається велика схильність до виникнення епізодів переїдання і використання очисних шлунково-кишкових процедур. Дівчата віком 15–23 р. мають вищі очікування щодо досягнень і менше схильні пробачати собі недоліки порівняно з жінками віком 24–32 роки. У дівчат першої вікової групи нижча самооцінка і більш негативне самоставлення: вони меншою мірою поважають себе, невпевнені в собі, менш послідовні і гірше розуміють себе, а також менше очікують від оточуючих інтерес до себе порівняно із жінками другої вікової групи.

Також було встановлено, що дівчата 15–23 р. більш тривожні, особливо в ситуаціях соціальної взаємодії, схильні пред'являти надзвичайно високі вимоги до себе і чекати того ж від оточуючих. У зв'язку з цим може виникати посилення тривоги, оскільки цим вимогам складно (а іноді і неможливо) відповідати. При цьому досягнення ідеалу для таких дівчат є вкрай необхідним, щоб заслужити схвалення і прийняття оточуючих. Виникає своєрідне замкнене патологічне коло, що включає в себе тривогу, патологічний перфекціонізм і низьку самооцінку.

Проведене дослідження дозволило окреслити низку психологічних чинників, що сприяють розвитку порушень харчової поведінки у жінок різного віку. Отримана інформація дозволила розробити рекомендації та алгоритми превентивної роботи для фахівців, які працюють у сфері психопрофілактики розладів харчової поведінки. На нашу думку, незалежно від віку респонденток необхідне проведення психотерапевтичної роботи в індивідуальному і/або груповому форматі з метою формування у жінок позитивного образу тіла і позитивного самоставлення, особливо пов'язаного з підвищенням аутосимпатії і зниженням самозвинувачення. Групова форма роботи переважно є ефективнішою, оскільки дозволяє пропрацювати труднощі у соціальній взаємодії, допомагає знизити тривогу в ситуаціях оцінки оточуючими і самовираження, а також в спілкуванні з батьками, колеги, партнерами тощо. Додатково може бути рекомендована психопрофілактична і психокорекційна робота з членами родини, батьками жінок з метою вибудовування позитивних взаємин в сім'ях, а також навчання батьків та партнерів налагодженню

емоційного контакту і наданню емоційної підтримки своїм донькам, дружинам. При зверненні дівчат та жінок до клінічних спеціалістів з подібними проблемами разом із основними діагностико-лікувальними заходами рекомендується направляти їх на консультацію до психолога з метою виявлення схильності до виникнення розладів харчової поведінки, коморбідних депресивних і тривожних розладів, а також проведення супутньої психокорекції. Практичним психологам навчальних закладів необхідно проводити профілактичні та просвітні заняття з питань порушень харчової поведінки серед учнів шкіл, студентів професійних та вищих навчальних закладів, а також використовувати діагностичні методики з метою виявлення чинників ризику (перфекціонізму, підвищеної тривожності, низької самооцінки тощо) з метою їх своєчасного попередження.

Подальші дослідження можуть допомогти вдосконалити профілактичні заходи для контингенту, що знаходиться в групі ризику розвитку розладів харчової поведінки, тобто дівчат підліткового та юнацького віку. На нашу думку, виявлення додаткових клінічно корисних маркерів, в тому числі в сфері особистісного функціонування, може мати важливі наслідки для терапії і позитивного прогнозу розладів харчової поведінки з можливістю визначення психосоматичного благополуччя дівчат-підлітків та молодих жінок. Попри ймовірність нейробіологічного генезу формування клінічно оформлених харчових розладів в даній групі респонденток, можна сказати, що на початкових етапах змін в харчуванні важливу роль відіграють саме психологічні особливості особистості. З огляду на це необхідні подальші лонгитюдні дослідження на великих вибірках з оцінкою низки супутніх клінічних показників із залученням в дослідження групи жінок, що мають клінічно виражені розлади харчової поведінки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абсаямова Л.М. Психологічна допомога при розладах харчової поведінки. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2017. № 3. С. 35–43.
2. Ананьева Н.И., Саломатина Т.А., Попов Ю.В., Пичиков А.А., Ахмерова Л.Р., Андреев Е.В. фМРТ состояния покоя и воксель-базированная морфометрия пациентов с нервной анорексией. *Лучевая диагностика и терапия*. 2019. № 1. С. 26–27.
3. Грачев В.В., Шевченко Ю.С. Особенности нейрокогнитивного дефицита у больных нервной анорексией (критический обзор). *Неврологический вестник*. 2016. № 48 (1). С. 69–76.
4. Кириленко М.І. Харчові розлади як наслідок жорстких стандартів краси. *Фармацевт-практик*. 2019. № 5. С. 46.
5. Ковальчук З.Я. Психологічні аспекти порушення харчової поведінки у жінок. *Інсайт: Психологічні виміри суспільства*. 2019. № 2. С. 91–98.
6. Кульчицька А., Федотова Т. Соціально-психологічні аспекти формування харчової поведінки в підлітковому віці. *Психологічні перспективи*. 2019. № 33. С. 178–191.
7. Литвин-Кіндратюк С.Д. Харчова активність особистості: традиційні й інноваційні стратегії. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. 2000. № 5 (1). С. 160–165.
8. Малкина-Пых И.Г. Терапия пищевого поведения. Москва, 2007. 1040 с.
9. Матвеев А.А. Репрезентация эмоций у больных нервной булимией. *Вестник Московского университета*. 2008. № 4. С. 38–53.
10. Международная классификация болезней (10-й пересмотр): классификация психических и поведенческих расстройств. 2004. 300 с.
11. Менделевич В.Д. Руководство по аддиктологии : монография. СПб : Речь, 2007. 129 с.
12. Мойзріст О.М. Види порушень харчової поведінки. *Збірник наукових праць К.-Подільського національного університету ім. І. Огієнка Серія «Проблеми сучасної психології»*. 2009. № 6 (2).
13. Пичиков А.А., Попов Ю.В., Яковлева Ю.А., Ананьева Н.И., Саломатина Т.А., Ахмерова Л.Р., Андреев Е.В. Динамика нарушенной interoцепции у пациенток с нервной анорексией в процессе лечения. *Обзорение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева*. 2019. № 4 (2). С. 68–77.
14. Скугаревский О.А. Методы диагностики нарушения пищевого поведения. *Инструкции по применению*. Регистрационный № 28-0206 от 21.06.2005 г. Белорусский государственный медицинский университет.
15. Скугаревский О.А. Нарушения пищевого поведения и возможность их скрининговой оценки. *Вопросы организации и информатизации здравоохранения*. 2003. № 3. С. 41–44.
16. Шебанова В.І. Розлади харчової поведінки в дзеркалі механізмів психологічного захисту. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2013. № 2. С. 48–51.
17. Bannink R, Pearce A, Hope S. Family income and young adolescents' perceived social position: associations with self-esteem and life satisfaction in the UK millennium cohort study. *Arch Dis Child*. 2016; 101(10). Pp. 917–921.
18. Bulik C.M., Blake L., Austin J. Genetics of Eating Disorders: What the Clinician Needs to Know. *Psychiatr Clin North Am*. 2019. № 42(1) Pp. 59–73.
19. Bulik C.M, Flatt R., Abbaspour A., Carroll I. Reconceptualizing anorexia nervosa. *Psychiatry Clin Neurosci*. 2019. № 73 (9). Pp. 518–525.
20. Ely A.V., Wierenga C.E., Kaye W.H. Anxiety Impacts Cognitive Inhibition in Remitted Anorexia Nervosa. *Eur Eat Disord Rev*. 2016. № 24 (4). Pp. 347–51.
21. Frank G.K.W. Neuroimaging and eating disorders. *Curr Opin Psychiatry*. 2019. № 32 (6). Pp. 478–483.

ТИПОЛОГІЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ З РІЗНИМ РІВНЕМ РОЗВИТКУ ЕМПАТІЙНОСТІ

TYPOLOGY OF EMOTIONAL INTELLIGENCE WITH DIFFERENT LEVELS OF EMPATHY DEVELOPMENT IN YOUNG PEOPLE

У статті розглядаються визначення типів емоційного інтелекту в юнацькому віці. Ці типи детерміновані емпатійністю та внутрішніми чинниками. Вибірка становила 283 особи раннього та пізнього юнацького віку (15–23 роки). Завдяки факторному аналізу, який був здійснений в програмі Statistica 6.0, виділилися типи емоційного інтелекту. Такий тип, як регулятивний, вказує на здатність справлятися зі власними емоціями, переживати емоції різного діапазону, глибини та інтенсивності, викликати й підтримувати бажані емоції й тримати під контролем небажані. Розуміючий (когнітивний) тип характеризується розумінням власних емоцій, умінням аналізувати емоції інших й використовувати їх у розумовій діяльності. Емоції допомагають усвідомити, проаналізувати особистісні якості, особистісні риси іншої людини і передбачити, як вдало застосовувати їх. Людина з таким типом емоційного інтелекту може адекватно оцінити себе, свої справжні потреби, бажання. Розуміння емоцій починається зі здатності розпізнавати причини виникнення певної ситуації та можливості вдалого складання узагальненого образу іншої людини. Амбівалентний тип характеризується різною взаємодією в певних ситуаціях. Емоції є важливою частиною взаємодії з іншими, при цьому вони можуть мати як деструктивний, так і конструктивний характер. Афіліаційний тип базується на прихильності до інших через потребу в спілкуванні, постійному знаходженні поруч. У результаті задоволення мотиву афіліації між людьми створюються довірливі та щирі стосунки, засновані на симпатіях та взаємодопомозі. Емпатичний емоційний інтелект наповнений переживаннями з приводу власних почуттів та почуттів інших. У його рамках проявляється чуйність до іншого. Під час взаємодії між людьми інтереси інших стають децю вагомішими за власні. Людина здатна емоційно реагувати на переживання, проникати у внутрішній світ інших людей, розуміти чужі та власні переживання.

Ключові слова: емоційний інтелект, типи емоційного інтелекту, емпатія, регуляція, афіліація.

The article considers the definition of types of emotional intelligence determined by empathy and its internal factors in young people. The sample consisted of 283 people of early and late young people (15-23 years). Due to factor analysis, which were carried out in the program Statistica 6.0, the types of emotional intelligence were identified. This type, as regulatory, indicates the ability to cope with their own emotions, to experience emotions of different range, depth and intensity, to evoke and maintain desired emotions and to control unwanted ones. The understanding (cognitive) type is characterized by understanding one's own emotions, analyzing the emotions of others and using them in mental activity. They help to understand, analyze the personal qualities, personal traits of another person and predict how to successfully apply them. This type can adequately assess themselves, their true needs, desires. Understanding emotions begins with the ability to recognize the causes of certain situations, the ability to successfully compose a generalized image of another person that she feels. The ambivalent type is characterized by different interactions in certain situations. Emotions are an important part of interaction with others, and they can be both destructive and constructive. The affiliation type is based on commitment to others, due to the need to communicate, to be constantly near. Satisfying the motive of affiliation creates trusting, sincere relationships between people based on sympathy and mutual assistance. Empathetic emotional intelligence experiences about one's own feelings and the feelings of others. Sensitivity to another is shown. With such interaction, human interests become somewhat more important than their own. A person is able to react emotionally to experiences, to penetrate into their inner world, to understand the experiences of others and their own.

Key words: emotional intelligence, types of emotional intelligence, empathy, regulation, affiliation.

УДК 159.922.8 2
<https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.22>

Лаас М.В.

аспірантка кафедри соціальної та практичної психології
Житомирський державний університет імені Івана Франка

Сучасне суспільство постійно зазнає змін, що призвели до актуалізації досліджень емоційного інтелекту. Учені вважають, що він допоможе досягти успіху у професійній та особистісній сфері. Проблема емоційного інтелекту досліджується в психології особистості, емоцій, інтелекту. Мета дослідження полягає у виокремленні типів емоційного інтелекту, детермінованих емпатійністю. Для виконання завдань дослідження використовувалися певні методики. Однією з них був опитувальник «ЕІІн» Люсіна [7, с. 3–22] для діагностування інтегрального показника рівня сформованості емоційного інтелекту особистості та його структурних складових частин. Він містить такі шкали: міжособистісний емо-

ційний інтелект, внутрішньоособистісний емоційний інтелект, розуміння емоцій, управління емоціями, загальний емоційний інтелект. Шкала міжособистісного емоційного інтелекту вміщає в себе такі субшкали, як розуміння чужих емоцій, управління чужими емоціями. Шкала внутрішньоособистісного емоційного інтелекту містить такі субшкали, як розуміння власних емоцій, управління власними емоціями, контроль експресії.

Ще ми використовували тест на визначення інтегральної емпатії у підлітків та юнаків Л.П. Журавльової [4, с. 154–161]. Тест використовувався для з'ясування інтегрального показника емпатії та рівня її розвитку, форм прояву (анти-емпатія, індиферентність, співпереживання,

співчуття, внутрішнє сприяння, реальне сприяння не на шкоду собі та реальне сприяння на шкоду собі (альтруїстична емпатія)).

Наступна методика – методика діагностики емоційної зрілості особистості (далі – МДЕЗО) О.С. Кочаряна, М.А. Півня [10], де використувалися такі шкали: рефлексія емоцій, емоційна саморегуляція, емоційна експресивність, прийняття власних емоцій.

Також ми у дослідженні використовували опитувальник «Діагностика емоційної зрілості» О.Я. Чебикіна [12], спрямований на вивчення особливостей емоційної сфери.

Тест-методика діагностики мотивів афіліації А. Мехрабіана [9] дає можливість дослідити типові поєднання мотивів «прагнення до людей» та «страх бути відкинутим». Самоактуалізаційний тест (далі – САТ) містить такі шкали, як гнучкість поведінки, сензитивність, спонтанність, самоповага, самоприйняття, контактність, пізнавальні потреби.

Також використано 16-факторний особистісний опитувальник форми С.

Емоційний інтелект є однією з головних складових частин досягнення успіху. Для юнацького віку є важливим його розвиток, адже він допомагає активно включитися в різні події життя, правильно будувати стосунки з оточенням, реалізовуватися як у професійному (взаємодія з керівництвом та колегами), так і в особистісному (взаємодія з партнером та дітьми) напрямі, приймати правильні рішення для досягнення успіху. Вчені визначають емоційний інтелект як здатність розуміти стосунки між людьми. Така здатність проявляється в емоціях, умінні керувати цими емоціями на основі інтелектуального аналізу і синтезу [2, с. 25].

Науковці трактують емоційний інтелект як групу ментальних здібностей, які сприяють усвідомленню і розумінню власних емоцій і емоцій оточуючих [14, с. 31]. Емоційний інтелект розглядається як здатність людини тлумачити власні емоції і емоції оточуючих, щоб використовувати отриману інформацію для реалізації власних цілей [3, с. 51]. Емоційний інтелект також розуміється вченими як здатність до розуміння власних і чужих емоцій і управління ними, завдяки якій людина ідентифікує емоції, контролює їх, розуміє те, що спричинило їх виникнення, як чинити в певній ситуації [8, с. 12].

В.Д. Шадріков виділяє три таких компоненти емоційного інтелекту: інтелект індивіда, інтелект суб'єкта діяльності та інтелект особистості [13]. У цих компонентах прослідковується ієрархічність. Індивід розглядається як людська особина, у якій емоційний інтелект виступає здібністю. З часом така особина стає суб'єктом діяльності. В емоціях людина набуває досвіду й емоційної компетентності.

Н.В. Ковригою [6] поглиблено підхід до операціоналізації феномена емоційного інтелекту, що базується на визначенні механізму взаємозв'язку зовнішнього та внутрішнього світу у функціонуванні емоцій і виокремленні на цій основі внутрішніх (диспозиційних) та зовнішніх (доступних сенсорному сприйманню) компонентів емоційного інтелекту.

Емоційний інтелект досліджується як складне утворення, тому виокремлюють дві його форми – міжособистісний і внутрішньо-особистісний інтелект. Під міжособистісним емоційним інтелектом розглядається здатність людини розуміти інших, усвідомлювати мотиви їхньої поведінки та ставлення до роботи, обирати шляхи ефективної співпраці з оточуючими [1, с. 23]. Під внутрішньоособистісним емоційним інтелектом розуміється властивість людини, спрямованої лише на себе, здатність формувати точну, адекватну модель власного «Я» та використовувати її для ефективної життєдіяльності [1, с. 23].

Також виділяють чотири такі складові частини емоційного інтелекту: точність оцінки і вираження емоцій, використання емоцій в розумовій діяльності, розуміння емоцій, керування емоціями [1, с. 31]. Інші вчені виділяють п'ять таких складових частин емоційного інтелекту: знання власних емоцій, їх самоусвідомлення, керування емоціями, самомотивацію, емпатію, підтримання взаємостосунків [3, с. 52]. Такий чинник розвитку емоційного інтелекту, як емпатія, є чи не одним з головних у розвитку емоційного інтелекту. Л.П. Журавльова вважає, що емпатія – це особлива форма психічного відображення суб'єктом (емпатуючим) об'єктивної реальності, що опосередкована внутрішнім світом суб'єкта (емпата). Суть емпатії полягає у відображенні суб'єктом емпатії переживань емпата і трансформації цих переживань у власні [5, с. 154]. Емпатійний процес має біполярну спрямованість: він розвивається як у бік просоціальної, так і у бік асоціальної поведінки.

Існують такі форми прояву емпатії: антиемпатія, індіферентність (пасивне споглядання ситуації), співпереживання, егоцентричне емпатійне ставлення, переживання з приводу почуттів іншого (співчуття). Моделювання поведінки (внутрішнє сприяння) – це пасивне емпатійне ставлення, реальне сприяння не на шкоду собі – це активне емпатійне ставлення (альтруїстичне). На думку А.П. Сопикова, існує три таких види емпатії: емоційна, пізнавальна, поведінкова [11]. Емоційного інтелекту не існує поза емпатією. Однак, крім позитивних проявів, у емпатії існують і негативні. Найважливіша продуктивна форма емпатії в міжособистісних відносинах виражається в підтримці міжособистісної взаємодії людей і в збереженні зв'язків. У міжособистісних нефор-

мальних взаєминах емпатія допомагає краще розуміти тактику взаємодії і спілкування з співрозмовником.

У юнацькому віці вкрай необхідно розвинути емпатійні здатності для успішної реалізації себе в соціумі, комфортності у спілкуванні з однолітками та іншими членами спільноти. Емпатія в юнацькому віці сприяє розвитку вміння брати на себе відповідальність, планувати свою поведінку. Емпатія є умовою, необхідною для успішного процесу міжособистісної взаємодії і ресурсом подолання стресу.

У міжособистісних відносинах деструктивні сторони емпатії виражаються у:

- формі психоемоційного виснаження особистості;
- дестабілізації продуктивної активності особистості;
- забутті особистістю самої себе.

Названі форми деструктивного впливу емпатії пов'язані одна з одною і деякою мірою зумовлюють виникнення іншої форми деструктивного впливу. Психоемоційне виснаження особистості через згубний вплив емпатії відбувається найчастіше у людей тих професій, що допомагають іншим людям, коли особистість має навантаження на нервову систему і підвищені переважання.

Зі свого боку психоемоційне виснаження особистості часто призводить до дестабілізації продуктивної активності особистості. У стані грубого психоемоційного виснаження знижується результативність трудової, ігрової, навчальної діяльності. Це не дозволяє особистості досягти необхідних результатів діяльності.

Наступною формою деструктивного впливу емпатії є забуття особистістю самої себе через сильні співчуття іншій людині. Через сильне співчуття людина забуває про себе і повністю перемикається на світ іншого індивіда з усіма його проблемами, перемогами і турботами. Така форма емпатійного сприйняття не є позитивною для особистості через те, що вона призводить до гальмування особистісного зростання. У такому разі емпатія служить руйнівним початком для особистості і впливає на перебіг несприятливих процесів у її організмі.

За факторними навантаженнями виділено три фактори. Найбільше пов'язаними з першим фактором виявилися якості «Управління чужими емоціями», «Розуміння власних емоцій», «Внутрішньоособистісний та міжособистісний емоційний інтелект», «Розуміння та управління емоціями загалом» (за опитувальником «ЕмІн»); з другим фактором – «Екстраекспресивність», «Екстрасаморегуляція», «Саморегуляція», «Інтроемпатія», «Емпатія»; з третім фактором – «Сприймання не на шкоду собі».

Перший фактор пояснює 11% дисперсії, другий – 18%, третій – 28%, четвертий – 29%. Вдалося факторизувати 86% сукупності даних за допомогою виділених факторів.

Використовуючи метод математичної статистики та факторний аналіз, можна виділити типи емоційного інтелекту залежно від ролі різних форм емпатії.

Регулятивний емоційний інтелект – це управління власним емоційним станом через вплив особистості на саму себе. Завдяки цьому особистість здатна долати власні деструктивні емоції, переживати емоції різного діапазону, глибини та інтенсивності, викликати й підтримувати бажані емоції й тримати під контролем небажані. Така особистість володіє прийомами стабілізації та тонізації свого емоційного стану, проявляє гнучкість поведінки, що допомагає швидко адаптуватися до будь-яких умов.

Розуміючий (когнітивний) емоційний інтелект – це самопізнання, розуміння власних емоцій та використання їх у розумовій діяльності. Такий інтелект допомагає усвідомити, проаналізувати особистісні якості, інтереси, етичні та моральні норми, пізнати себе та свої емоції, передбачити те, як можна вдало застосувати емоції. Такий тип допомагає адекватно оцінити себе, свої справжні потреби, бажання. Розуміння власних емоцій починається зі здатності розпізнати, зрозуміти причини їх виникнення і наслідки, до яких вони призведуть. Важливим є розуміння й аналіз емоцій інших. Емоції допомагають проаналізувати особистісні риси іншої людини, її інтереси та на основі цього скласти узагальнений образ людини, уявлення про її настрій, почуття. Це допоможе вірно змодельовати поведінку у взаємодії з іншими людьми.

Амбівалентний емоційний інтелект ще можна назвати ситуативним, тобто поведінка залежить від ситуації. Одного разу людина вчиняє так, а іншого – зовсім інакше. Вона є впевненою й може йти на поступки заради когось, а може й не йти. У такому разі важливим є підтримання взаємовідносин, контроль над емоціями іншої людини, навички спілкування в поєднанні з емпатійною співдією. Завдяки емоціям особа легко встановлює та підтримує контакти з іншими, активно взаємодіє з людьми. Завдяки навичкам спілкування людина контролює емоції інших. Децентрація та моральна рефлексія допомагають проявляти конструктивну поведінку у взаємодії з оточуючими.

Спілкування сприяє прояву раніше засвоєних емоційних знань людини. Емоції є важливою складовою частиною спілкування, при цьому вони можуть мати як деструктивний, так і конструктивний характер. Деструктивне спілкування охоплює дії, що тією чи іншою мірою

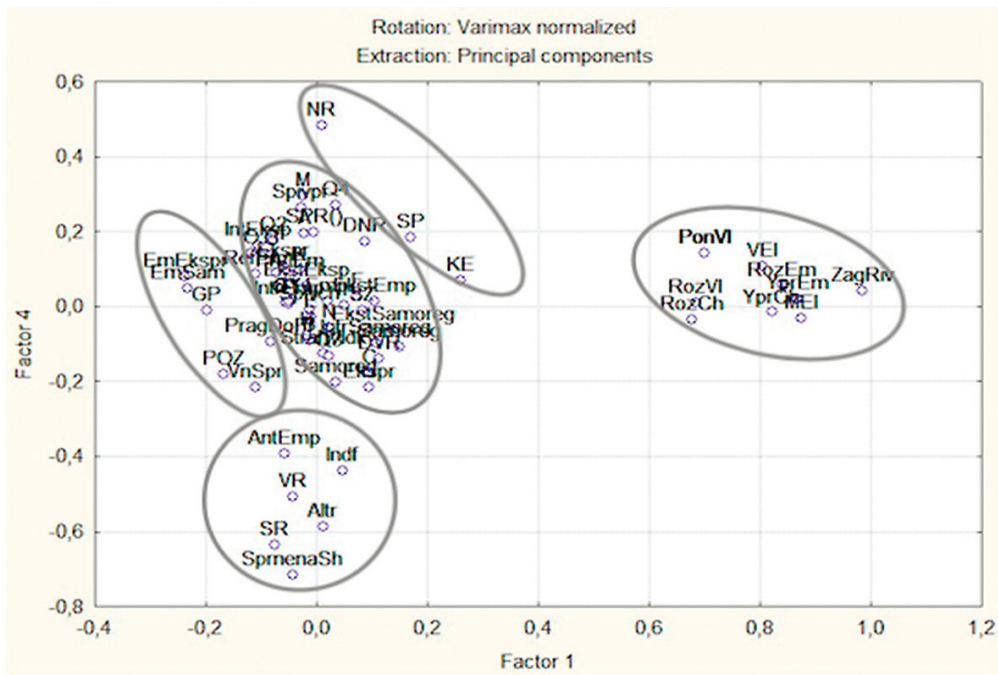


Рисунок 1. Типи емоційного інтелекту залежно від ролі різних форм емпатії

Примітки:

- 1) емоційний інтелект: MEI – міжособистісний емоційний інтелект, YprCh – управління чужими емоціями, RozCh – розуміння чужих емоцій, VEI – внутрішньоособистісний емоційний інтелект, YprVI – управління власними емоціями, RozVE – розуміння власних емоцій, KE – контроль експресії, RozEm – розуміння емоцій, YprEm – управління емоціями, ZR – загальний рівень емоційного інтелекту;
- 2) рівні емпатії: DVR – дуже високий рівень емпатії, VR – високий рівень, SR – середній рівень, NR – низький рівень, DNR – дуже низький рівень, Dis – дисонансна емпатія;
- 3) форми емпатії: AntEmp – антиемпатія, Indf – індиферентність, SPR – співпереживання, SPCH – співчуття, VnSpr – внутрішнє сприяння, SprnenaSh – сприяння не на шкоду собі, Altr – альтруїстична емпатія;
- 4) особистісна зрілість за О.Я. Чебикіним: IntEks – інтроекспресивність, EkstrEks – екстраекспресивність, Ekspr – експресивність, IntSamoreg – інтросаморегуляція, EksSamoreg – екстрасаморегуляція, Samoreg – саморегуляція, IntEmp – інтроемпатія, EksEmp – екстраемпатія, Empat – емпатія;
- 5) мотиви афіліації: PragDoPr – прагнення до прийняття, StrVidk – страх відкидання;
- 6) МДЕЗО: Ekspes – експресивність, Samor – саморегуляція, RefEm – рефлексія емоцій, EmSam – емоційна саморегуляція, EmEspr – емоційна експресивність, PrVIE – прийняття власних емоцій;
- 7) самоактуалізація: GP – гнучкість поведінки, Sens – сензитивність, Sp – спонтанність, SY – самоповага, SPR – самоприйняття, K – контактність, POZ – пізнавальні потреби.

перешкоджають спільній діяльності, створюючи перепони на шляху до порозуміння (конкуренція, конфлікт). Неконструктивне управління емоціями проявляється у трьох формах вираження – придушенні, маскуванні, симуляції непережитої емоції. Це призводить до порушення емоційного здоров'я.

Афіліаційний емоційний інтелект – це потреба в афіліації та співпраці, потреба у контролі емоцій інших, соціальної відповідальності.

Людина потребує спілкування з іншими, взаємодії, приналежності до соціуму, що призводить до виникнення наміру взаємодії з іншими. Потреба у спілкуванні та приналеж-

ності до соціуму допомагає встановлювати з іншими довірливі, позитивні відносини. Зовнішньо це може проявлятися в дружньому виразі обличчя, збільшенні тривалості контакту очей, повторі жестів співрозмовника. Така людина прихильна до інших, товариська, легко співпрацює з іншими, постійно прагне знаходитись поруч з ними. У результаті задоволення мотиву афіліації між людьми створюються довірливі, та щирі стосунки, засновані на симпатіях та взаємодопомозі. Особистості з розвиненим мотивом афіліації виявляють велику активність й ініціативу в спілкуванні з оточуючими [9].

Характеристиками емпатичного емоційного інтелекту є сприйняття емоцій інших та їх ідентифікація, переживання з приводу почуттів інших людей. В основі функціонування афективного компоненту лежить механізм ідентифікації та емоційне зараження, що зумовлює реалізацію співпереживаючого типу емоційного інтелекту. Особистість ідентифікує свої емоції з емоціями інших, розуміє їх через усвідомлене чи неусвідомлене ототожнення з власними, емоційно заражається від інших. Проявляється чуйність до іншого. Під час такої взаємодії інтереси іншої людини стають дещо вагомішими від власних. Людина здатна емоційно реагувати на переживання інших людей, проникати в їхній внутрішній світ, розуміти їхні переживання, думки, почуття, пережити ті самі емоції, що й інша людина, через ототожнювання з нею. Це допомагає відчувати підтримку, розуміння й будувати відносини з іншими.

Отже, виділено певні типи емоційного інтелекту. Регулятивний інтелект вказує на здатність справлятися зі власними емоціями, пережити емоції різного діапазону, глибини та інтенсивності, викликати й підтримувати бажані емоції й тримати під контролем небажані. Розуміючий (когнітивний) тип характеризується розумінням власних емоцій, аналізом емоцій інших і використанням їх у розумовій діяльності. Емоції допомагають усвідомити, проаналізувати особистісні якості, особистісні риси іншої людини і передбачити те, як вдало застосовувати їх. Розуміння емоцій починається зі здатності розпізнати причини виникнення певних ситуацій, знайти можливість вдало скласти узагальнений образ іншої людини та того, що вона відчуває. Амбівалентний тип характеризується різною взаємодією в певних ситуаціях. Емоції є важливою частиною взаємодії з іншими, при цьому вони можуть мати як деструктивний, так і конструктивний характер. Афіліаційний тип базується на прихильності до інших, потребі в спілкуванні, прагненні постійно перебувати поруч. У результаті задоволення мотиву афіліації між людьми створюються довірливі й щирі стосунки, засновані на симпатії та взаємодопомозі. Емпатичний емоційний інтелект характеризується переживаннями з приводу власних почуттів та почуттів інших. Під час такої взаємодії інтереси людини стають дещо вагомішими за власні. Людина здатна емоційно

реагувати на переживання, проникати у внутрішній світ інших людей, розуміти переживання чужі та власні.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гарднер Г. *Структура разума: теория множественного интеллекта* / пер. с англ. М., 2007. С. 281.
2. Гарскова Г.Г. Введение понятия «эмоциональный интеллект» в психологическую теорию : тез. научн.-практ. конф. *Ананьевские чтения*. 1999. С. 25–26.
3. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. ВКТ. 2009. 160 с. URL: <http://likebook.ru/books/download/185850>.
4. Журавльова Л.П. Діагностика емпатії та її форм у підлітковому та юнацькому віці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 12 «Психологічні науки»*. К. 2010. Вип. 31 (55). С. 154–161.
5. Журавльова Л.П. Психологія емпатії : монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. 328 с.
6. Коврига Н.В. Стресозахисна та адаптивна функції емоційного інтелекту : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології» ; Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2003. 20 с.
7. Люсин Д.В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта : опросник ЭМИН. *Психологическая диагностика*. 2006. № 4. С. 3–22.
8. Люсин Д.В. Структура эмоционального интеллекта и связь его компонентов с индивидуальными особенностями: эмпирический анализ. *Социальный интеллект: теория, измерение, исследования* : сб. науч. тр. / под ред. Д.В. Люсина, Д.В. Ушакова. М. : ИП РАН, 2004. № 4. С. 129–140.
9. Магомед-Эминов М.Ш. *Мотивация достижения: структура и механизмы* : дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.01. М., 1987.
10. Півень М.А. Розробка методики діагностики емоційної зрілості особистості. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. К., 2013. Том 11. С. 224–232.
11. Сопиков А.П. Механизм эмпатии. *Вопросы психологии познания людьми друг друга и самопознания*. Краснодар : Изд-во Кубан. ун-та, 1977. С. 89–95.
12. Чебикін О.Я. Становлення емоційної зрілості особистості : моногр. К. : СВД Черкасов, 2009. 230 с.
13. Шадриков В.Д. Ментальное развитие человека. М. : Издательство «Аспект Пресс», 2007. С. 19.
14. Mayer J.D., Salovey P. What is emotional intelligence? *Emotional development and emotional intelligence: educational implications*. N.Y. : Perseus Books Group, 1997. P. 3–31.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК КОМПЛЕКСУ НЕПОВНОЦІННОСТІ ТА ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ В ДІВЧАТ СТУДЕНТСЬКОГО ВІКУ

THE INTERRELATION BETWEEN THE INFERIORITY COMPLEX AND EATING BEHAVIOR OF FEMALE STUDENTS AT STUDENT AGE

Стаття присвячена проблемі впливу комплексу неповноцінності на харчову поведінку дівчат студентського віку. Проведено теоретичний аналіз досліджуваної проблеми з уточненням понять «харчова поведінка», «порушення харчової поведінки» і «комплекс неповноцінності». Авторами досліджено комплекс неповноцінності як комплекс психологічних і емоційних хворобливих переживань людини, що виражаються в почутті власної уцербності і переваги оточення. Хворобливе усвідомлення своїх недоліків може з'явитися через психологічні травми, дискримінацію, невдачі та через інші причини. Цей стан істотно впливає на самопочуття і поведінку людини. Розглянуто також такі види харчової поведінки, як: обмежувальна харчова поведінка, яка характеризується навмисними зусиллями, спрямованими на досягнення або підтримання бажаної ваги за допомогою самообмеження в харчуванні; емоційна харчова поведінка, за якої бажання поїсти виникає у відповідь на негативні емоційні стани, екстернальна харчова поведінка, за якої бажання поїсти стимулює не реальне почуття голоду, а зовнішній вигляд їжі, її запах, текстура або вид інших людей, які приймають їжу.

Експериментальним шляхом встановлено, що в дівчат студентського віку комплекс неповноцінності домінує на високому та середньому рівнях. У харчовій поведінці більш виражені емоціогенна й екстернальна харчова поведінка. Дівчатам студентського віку притаманно заїдати хвилювання та споживати їжу не тоді, коли вони відчувають голод, а під впливом зовнішніх стимулювальних чинників. Для них характерний також обмежувальний тип харчової поведінки, коли дівчата-студентки можуть дотримуватись жорстких дієт. Під час встановлення взаємозв'язку між комплексом неповноцінності та харчовою поведінкою результати показали, що високий рівень комплексу неповноцінності може призвести до екстернального й обмежувального типів харчової поведінки. Отримані результати спонукають до більш детального подальшого дослідження харчової поведінки, що включатиме більшу кількість методик та концепцій; поглиблення дослідження особливостей взаємо-

зв'язку комплексу неповноцінності і харчової поведінки в дівчат студентського віку.

Ключові слова: харчова поведінка, порушення харчової поведінки, комплекс неповноцінності, захисні механізми, студентський вік.

The article is devoted to the problem of the influence of the inferiority complex on eating behavior at girls of student age. The theoretical analysis of the researched problem with specification of concepts "food behavior", "violation of food behavior" and "inferiority complex" is carried out. The authors consider the inferiority complex as a complex of psychological and emotional painful human experiences, expressed in a sense of self-worth and superiority of others. Painful awareness of someone's shortcomings can arise from psychological trauma, discrimination, failure and other causes. This condition significantly affects the well-being and behavior of a person. The following types of eating behavior are also considered: restrictive eating behavior, which is characterized by intentional efforts to achieve or maintain the desired weight through self-restriction in nutrition; emotional eating behavior due to which the desire to eat arises in response to negative emotional states; and external eating behavior when the desire to eat stimulates not the real feeling of hunger, but the appearance of food, its smell, texture or the view of other people who eat.

It is experimentally established that at girls of student age the inferiority complex dominates at high and average levels. Emotional and external eating behavior are more pronounced in eating behavior. Student girls tend to get excited and eat not when they are hungry, but under the influence of external stimuli. They are also characterized by a restrictive type of eating behavior, when student girls can keep to strict diets. In establishing the relationship between inferiority complex and eating behavior, the results showed that a high level of inferiority complex may lead to external and restrictive types of eating behavior. The obtained results encourage for a more detailed further research of eating behavior, which will include more techniques and concepts; going more in-depth exploration of the interrelation between inferiority complex and eating behavior at girls of student age.

Key words: eating behavior, eating disorders, inferiority complex, protective mechanisms, student age.

УДК 159.923:613.24/.25]-057.87-055.25
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.23>

Мелоян А.Е.

к.психол.н., професор,
професор кафедри прикладної
психології
Донбаський державний педагогічний
університет

Іванкович А.О.

студентка III курсу
факультету гуманітарної
та економічної освіти
Донбаський державний педагогічний
університет

У наш час спостерігається тенденція до значного зростання кількості людей із розладом харчової поведінки. Найчастіше це спостерігається в дівчат студентського віку. Навколишній світ нав'язує свої ідеали, через це в дівчат спостерігаються високі вимоги до себе та до своєї зовнішності. Усе постійно змінюється, водночас змінюються уявлення про норми і цінності. З безперервним потоком інформації, що поглинає, людина вже не може зрозуміти: відповідає вона їм, чи ні. Пород-

жене цим почуття невпевненості посилюється ситуаціями, що його провокують, і поступово перетворюється на систему негативних емоцій у вигляді низької самооцінки, боязні невдач, заниженого рівня потреб, тривалим почуттям неповноцінності, переростає в комплекс.

Особливістю порушення харчової поведінки є комплекси, які блокують життя людини і не дають їм реалізуватися повною мірою. Комплекси особистість набуває в дитинстві або в юності, якщо не намага-

ється позбутися їх, вони здатні перерости у психічне порушення.

Комплекс неповноцінності є структурою самоставлення особистості, що виявляється у хворобливому переживанні людиною невідповідності нормам і цінностям значущого оточення [4, с. 308].

Проблема комплексу неповноцінності вивчалася в дослідженнях таких вітчизняних і закордонних учених, як: А. Адлер, З. Фрейд, К. Ройджерс, Д. Майерс, А. Маслоу, В. Мясіщев, О. Бодалев, Л. Божович, Л. Виготський, А. Личко, Л. Столяренко й інші.

Згідно з А. Адлером, в основі комплексу неповноцінності лежить страх бути знехтуваним і непотрібним, а також страх самотності. На його думку, почуття неповноцінності починається в ранньому дитинстві, коли дитина стикається з різними обмеженнями, зумовленими віком, фізичним та інтелектуальним розвитком. Водночас відбувається витіснення даного почуття в підсвідомість і набуття через це характеру постійної незадоволеності. Це також одна із причин міжособистісних і внутрішньоособистісних конфліктів. Нездатність компенсувати дефект або подолати життєву ситуацію, тим самим подолати відчуття власної неповноцінності, є наслідком переростання останнього в комплекс неповноцінності. Якщо комплекс неповноцінності не виходить подолати в дитинстві або підлітковому віці, то у зрілому віці це може призвести до неврозів [1, с. 64].

Комплекс неповноцінності є загостреним, перебільшеним переживанням власної слабкості та недосконалості. А. Адлер виділив у ньому декілька елементів: нерозвинене почуття власної гідності, відсутність позитивних рис і здібностей, що дозволяють досягти успіху, безпідставна переконаність у переважанні над собою інших людей, боязкість і нерішучість [2, с. 4].

Він уважав, що комплекс може сформуватися через декілька причин, а саме: через фізичні вади, надмірну батьківську опіку, яка не дає можливості навчитися вирішувати проблеми самостійно, або ж, навпаки, через відсутність батьківської уваги. Надлишок батьківської уваги та її дефіцит однаковою мірою можуть спровокувати формування комплексу неповноцінності, тому що перешкоджають формуванню самостійності та впевненості в собі [9, с. 189].

Отже, А. Адлер уважав, що почуття неповноцінності – нормальне, властиве всім від народження почуття, яке і є поштовхом до розвитку особистості.

На думку К.Г. Юнга, найчастіше причиною виникнення комплексу є психотравмувальна ситуація. Вона «емоційно акцентує, до того ж несумісна зі звичною позицією свідомості». Цей образ має автономність і зазвичай

свідомо не контролюється особистістю. Комплекс може бути пригнічений вольовим зусиллям, однак від цього він не зникає і не виликовується, за першої можливості проявляється знову. Комплекси можуть проявлятися у сновидіннях, поведінці, патернах взаємин, а також в інших несвідомих станах. Отже, можна сказати, що комплекси проявляються в ситуаціях, коли свідомість (воля) не може їх пригнічувати, тобто в яскравих проявах несвідомого. Із чого виходить, що комплекси автономні та, як писав К.Г. Юнг, «не тільки людина володіє комплексами, а й комплекси володіють людьми» [11, с. 121].

Л. Божович уважала, що комплекс неповноцінності формується в дітей вразливих, ослаблених фізично, з пізнім статевим дозріванням, які ростуть в умовах жорстокого батьківського диктату. Він може виникнути в дитини, якій навчання дається важче, ніж іншим, і вона за великих зусиль і часу все-таки відстає від друзів [3, с. 315]. Вона вважала, що зовнішність дитини буде впливати на розвиток особистості підлітка; у зв'язку зі статевим дозріванням та інтенсивним формуванням самооцінки ставлення до своєї зовнішності набуває величезного особистісного сенсу. Якщо дитина досягла високого рівня інтелектуального розвитку, у неї широке коло інтересів, любов до мистецтва тощо, то негарна зовнішність може виконати навіть позитивну функцію – зосередити і поглибити її духовні інтереси. Але за інших умов вона може відіграти і прямо протилежну роль, аж до комплексу неповноцінності, який призводить до формування дисгармонійної ущербної особистості [3, с. 315].

На думку Л. Виготського, долю особистості вирішує не дефект сам собою, а його соціально-психологічна реалізація. Він уважав, що компенсаторні можливості цілком реалізуються в тому разі, якщо дефект є усвідомленим. Рівень компенсації визначається резервними силами організму і зовнішніми соціальними умовами. Природний дефект організовує психіку, аранжує її таким способом, щоб була можлива максимальна компенсація, і, що найважливіше, виховує величезну наполегливість у розвитку всього, що може компенсувати даний дефект [5, с. 195].

А. Лазурський уважав, що роль сім'ї в розвитку і формуванні особистості дитини величезна. Саме відносини з батьками закладають фундамент майбутніх соціальних зв'язків дитини і визначають їхні особливості. Через відносини з батьками дитина формує ставлення до світу, до інших людей і до себе. Він відзначав, що те, якою буде людина, якими особистісними якостями буде наділена, багато в чому визначається її відносинами з оточенням і світом загалом [4, с. 33].

На наш погляд, комплекс неповноцінності може істотно впливати на харчову поведінку особистості.

Під харчовою поведінкою традиційно розуміється ціннісне ставлення до їжі та її прийому у звичайних умовах і в ситуації стресу. Харчова поведінка включає настанови, форми поведінки, звички й емоції, що стосуються їжі, які є індивідуальними для кожної людини. Отже, харчова поведінка оцінюється як гармонійна (адекватна) або девіантна (відхилена) залежно від безлічі параметрів.

Харчова поведінка є невід'ємною частиною людського життя, настільки ж фундаментальною і природною, як дихання і рух. Для задоволення харчової потреби дитині потрібна інша людина, і в цьому відношенні харчова поведінка може розглядатися як метафора відносин людини зі значущим іншим і, відповідно, зі світом загалом.

Головною концепцією ментального метаболізму в цьому питанні є теорія Ф. Перлза, суттю якої є розгляд обміну речовин як принципу функціонування живої відкритої системи, перенесеної в область психічного життя. Як зазначає Д. Хломов у вступному слові до книги «Его, голод і агресія» Ф. Перлза, «психіка є функцією живого організму і виникає у процесі його розвитку на шляху реалізації природних потреб організму. І тільки деякі з них підходять для того, щоб розвивався внутрішній світ і особистість людини». Ф. Перлз висунув припущення, що вони базуються на багатьох спостереженнях і такою потребою може бути харчова поведінка та психічне життя людини, що формуються на основі розвитку здатності до задоволення харчової потреби, і психічні феномени можуть бути розглянуті з використанням цієї моделі» [8, с. 8].

Потреба в їжі є однією з первинних, біологічних потреб. Такі потреби, що стосуються виживання, відповідно до теорії А. Маслоу, повинні хоча б мінімально задовольнятися, щоб далі ставали актуальними потреби більш високого рівня [10, с. 485].

Загалом харчова поведінка людини спрямована на задоволення цілого комплексу потреб – біологічних, фізіологічних, психологічних і соціальних. Бажання і вживання їжі є результатом взаємодії між різними стимулами і тілесними й особистісними особливостями людини.

Серед причин порушення харчової поведінки різними авторами виділяються традиції сім'ї і суспільства, релігійні уявлення, життєвий досвід, мода, економічні й особистісні особливості. Але особливим чином на порушення харчової поведінки впливають емоційні потреби і душевний стан людини. У разі порушень харчової поведінки знижується соціальна спонтанність і підвищується емоційна

лабільність, підвищується тривожність, невпевненість у собі, самооцінка низька, а погляд на себе такий, що звинувачує.

Розлади харчової поведінки – це кілька окремих поведінкових синдромів, найчастіше психогенного характеру, пов'язаних із порушенням прийому їжі, основні серед них анорексія і булімія.

Основні ознаки розладів прийому їжі такі: надмірні побоювання збільшення ваги; значні зусилля з контролю за вагою (сувора дієта, викликання блювоти, прийом проносних, надмірні фізичні вправи); заперечення суб'єктивної значущості проблеми ваги і прийому їжі.

Анорексія є розладом, що характеризується навмисним зниженням ваги, який викликається і підтримується самим індивідом. Відмова від їжі пов'язана зазвичай із невдоволенням своєю зовнішністю, надлишковою, на думку самої людини, повнотою [7, с. 241].

У дівчат з анорексією природно виявляють такі симптоми, як: жорстке обмеження прийому їжі, незважаючи на невелику вагу тіла, спотворення образу свого тіла, аменорея.

Буллімія характеризується повторюваними нападами переїдання, неможливістю навіть короткий час обходитися без їжі і надмірною стурбованістю контролем ваги тіла, що призводить людину до вжиття крайніх заходів для пом'якшення впливу вжитої їжі [7, с. 242].

Як і у випадку з анорексією, дівчата показують аномальну заклопотаність розмірами свого тіла і панічно бояться набрати вагу. Діагноз «булімія» визначають за такими критеріями, як: регулярні напади надмірного переїдання, блювання, застосування проносних препаратів, надмірні фізичні навантаження.

Відмінність від анорексії полягає в тому, що людина, яка страждає на булімію, має вагу в межах норми для її віку і росту. Але, як і люди з анорексією, вона відчуває страх набрати вагу і незадоволена розмірами і формою тіла. На думку багатьох фахівців, проблеми й особливості порушень, через які страждають розладами прийому їжі, є наслідком ситуації з дитинства.

Експериментальне дослідження проводилося на базі Донбаського державного педагогічного університету, факультету гуманітарної та економічної освіти. В експерименті брали участь 60 студентів денної та заочної форм навчання.

Нами була використана методика «Діагностика комплексу неповноцінності», методика «Голландський опитувальник харчової поведінки», відсоткове відношення показників і коефіцієнт лінійної кореляції К. Пірсона.

У результаті дослідження комплексу неповноцінності в дівчат студентського віку нами було встановлено, що у 32% цей показник проявляється на високому рівні. Їм властива

негативна оцінка себе і своїх дій. Вони «заціклюються» на своїх слабкостях, недоліках, помилках, не довіряють собі, постійно і безнадійно борються із собою. Їм може бути притаманна недостатність контактів, боязнь людей, боязнь припуститися помилки, постійна напруга, у компанії намагаються триматися осторонь, не привертати до себе уваги. Як стверджував А. Адлер, одним із симптомів комплексу неповноцінності може бути також демонстрація сигналів, на які страждає студентка, ними вона намагається звернути на себе увагу інших людей.

Для дівчат із середнім ступенем вираженості комплексу неповноцінності (48%) характерно справлятися зі своїми комплексами; у них для цього є всі можливості. Вони цілком усвідомлюють, що це заважає їм жити, але часом вони бояться аналізувати себе і свої вчинки. Такі люди схильні об'єктивно оцінювати свою поведінку і вчинки інших.

Низький рівень комплексу неповноцінності виявлено у 20% дівчат студентського віку. Ці респонденти вважають, що в них взагалі немає комплексів, але вигаданий ними світ і власний образ можуть бути далекими від реальності. Але, як і всі люди, вони не позбавлені комплексу неповноцінності, вони вміють оцінювати деякі власні недоліки і справляються зі своїми життєвими труднощами.

Нами було проведено дослідження харчової поведінки дівчат студентського віку. На основі отриманих результатів у нашій вибірці ми можемо стверджувати, що емоціогенна поведінка більш виражена на середньому рівні 45%, що говорить про адекватне сприйняття їжі.

Було виявлено високі показники емоціогенної поведінки у 22,5% досліджуваних. Даним дівчатам притаманне заїдання своїх хвилювань. У разі психоемоційного напруження, хвилювання або відразу після закінчення дії чинника, що зумовив стрес, у дівчат різко посилюється апетит і з'являється бажання поїсти. Інакше кажучи, це гіперфагічна реакція (переїдання) на стрес. Пов'язана вона із прагненням зняти емоційний дискомфорт за допомогою «заїдання» стресу. Отже, стимулом до прийому їжі є емоційний дискомфорт, а не голод.

Дівчата з низькими показниками не мають звички заїдати своє хвилювання. Даний показник у нашій вибірці становить 32,5% досліджуваних.

Під час дослідження екстернальної харчової поведінки в нашій вибірці ми виявили, що високі показники проявляються у 35% дівчат, що говорить про схильність до зовнішніх стимулів їжі. Дівчатам властиво споживати їжу, коли вони зовсім не голодні. Страх бере гору, вони намагаються наїстися про запас, «наперед»; мають тенденцію їсти за компанію.

Харчування формується під впливом практично непомітних чинників, серед них виділяють доступність певної їжі, думка оточення про обрану їжу та поведінка в компанії людей. Це переважна орієнтація не на внутрішні гомеостатичні стимули до прийому їжі, а на зовнішні. Харчова поведінка характеризується неповноцінним почуттям насичення, яке запізнюється за часом і відчувається як механічне переповнення шлунка. Середні показники були виявлені у 65%, отже, дівчата ставляться до споживання їжі як до чогось повсякденного. Низькі показники не були виявлені в нашій вибірці.

Ми встановили, що обмежувальний тип харчових розладів у нашому досліді на високому рівні в 17,5% досліджуваних. Дівчата мають тенденцію обмежувати себе в улюблених стравах, що може призвести до порушення харчової поведінки. Цей розлад може спочатку нагадувати розбірливість в їжі, типову для дитячого віку, коли діти відмовляються приймати якусь їжу або їжу певного кольору, консистенції, запаху. Дівчата з розладом обмеження споживання їжі не можуть їсти, тому що вони втрачають інтерес до їжі або тому, що бояться, що вживання їжі призведе до згубних наслідків, як-от задуха або блювота. Вони можуть уникати деяких продуктів через їхні органолептичні показники (наприклад, колір, консистенція, запах).

Раціональне ставлення до їжі було встановлено в 45% дівчат студентського віку, у яких спостерігаються адекватне сприйняття та контроль їжі. Низькі показники виявлені у 37,5% дівчат студентського віку.

Для встановлення взаємозв'язку між досліджуваними параметрами нами використувався коефіцієнт лінійної кореляції К. Пірсона r_{xy} .

Нами була встановлена прямопропорційна значуща залежність між комплексом неповноцінності й обмежувальною харчовою поведінкою ($r_{xy} = 0,57$, за $p \leq 0,05$). У разі високого рівня прояву комплексу неповноцінності збільшуються жорстке обмеження і контроль прийому їжі, тяга до безглузвих, занадто суворих дієт, які із часом можуть призвести до збільшення переїдання. Унаслідок такої поведінки дівчата студентського віку перебувають у постійному стресі, коли з'являється почуття провини в разі переїдання або, навпаки, вони страждають від сильного голоду. Вони схильні до регулярних зривів, часто прибирають із раціону неправильні продукти і схильні заміщати продукти безпечними. Це може призвести до «дієтичної депресії».

Встановлено прямопропорційний зв'язок між комплексом неповноцінності й екстернальною харчовою поведінкою ($r_{xy} = 0,61$, за $p \leq 0,05$). Коли дівчата студентського віку негативно оцінюють

себе і свої дії, зациклюються на своїх слабкостях, недоліках харчової поведінки, вони нерозбірливі, готові їсти за компанію або в разі доступності їжі. Для них не голод є чинником для прийому їжі, а зовнішні стимули, надлишковий прийом їжі в гостях, на вулиці.

Дівчата студентського віку характеризуються різним ступенем вираженості прояву комплексу неповноцінності, який впливає на їхню харчову поведінку. У разі високих показників комплексу неповноцінності дівчата студентського віку схильні жорстко обмежувати себе в їжі, дотримуватися безсистемних, занадто суворох дієт і довести себе до «дієтичної депресії», але приймати їжу не тоді, коли відчувають голод, а під впливом зовнішніх чинників, як-от переїдання за компанію, доступність їжі, унаслідок чого відчувають провину і дотримуються жорстких обмежень.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Адлер А. Понять природу человека. Санкт-Петербург : Академический проект, 1997. 256 с.
2. Адлер А. Воспитание детей. Взаимодействие полов. Ростов-на-Дону : Феникс, 1998. 448 с.
3. Божович Л. Личность и ее формирование в детском возрасте. Санкт-Петербург : Мастера психологии, 2008. 398 с.
4. Выготский Л. Собрание сочинений. Москва : ЁЁ Медиа, 2012. Т. 2 : Проблемы общей психологии. 504 с.
5. Выготский Л., Лурия А. Этюды по истории поведения : Обезьяна. Примитив. Ребенок. Москва : Педагогика-Пресс, 1993. 224 с.
6. Гуревич П. Психологический словарь. Москва : ОЛМА Медиа Групп, 2007. 800 с.
7. Менделевич В. Клиническая и медицинская психология. Москва : МЕДпресс-информ, 2005. 432 с.
8. Перлз Ф. Эго, голод и агрессия. Москва : Смысл, 2000. 358 с.
9. Руднев В. Энциклопедический словарь культуры XX века. Москва : Аграф, 2001. 608 с.
10. Хьелл Л., Зиглер Д. Теория личности. Санкт-Петербург : Мастера психологии, 1997. 606 с.
11. Юнг К. Синхроничность. Обзор теории комплексов. Москва : Рефл. Бук Ваклер, 1997. 216 с.

ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ЯК КЛЮЧОВИЙ КОНЦЕПТ СІМЕЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ У СВІДОМОСТІ УКРАЇНЦІВ

PSYCHOLOGICAL SECURITY AS A KEY CONCEPT OF FAMILY WELL-BEING IN THE CONSCIOUSNESS OF UKRAINIANS

У статті обґрунтовано актуальність та доцільність вивчення психологічної безпеки як ключового концепту сімейного благополуччя. Метою дослідження є вивчення психологічної безпеки як умови розвитку психологічного / суб'єктивного благополуччя. Аналізуються основні підходи до визначення феномену психологічної безпеки та благополуччя. Описано чинники психологічної безпеки (емоційне переживання, контроль, відчуття ризиків, соціальна та міжособистісна взаємодія, суб'єктивне благополуччя, психічне та фізичне здоров'я) та суб'єктивного благополуччя (ідентичність, особистісний контроль, матеріальне благополуччя, здоров'я, безпека, міжособистісна взаємодія). Досліджуваний феномен проаналізовано з урахуванням основних вимірів психологічного благополуччя, а саме особистісного, соціального, матеріального, фізичного та духовного. А також співвіднесено з виявленими раніше групами трактування українцями психологічного благополуччя (стан фізичного, психологічного та духовного благополуччя; комфорт та безпека; трансцендентне переживання; почуттєва орієнтація на майбутнє). Подано результати дослідження психологічної безпеки як концепту сімейного благополуччя у свідомості українців. Виявлено, що сфера сімейного життя є найбільш безпечною, за оцінками респондентів (порівняно з такими сферами, як сексуальна, ґендерна/статєва, релігійна, фізична, національна, територіальна, продовольча, соціальна, фінансова, політична, бізнесова). Установлено вікову диференціацію психологічної безпеки як концепту сімейного благополуччя. Зокрема, максимально безпечною/благополучною сімейна сфера є для більшості (56%) українців віком 18–24 роки. Найменш безпечною/благополучною дана сфера є для 36% опитаних віком 45–60 років.

Ключові слова: психологічна безпека, психологічне благополуччя, сімейне благополуччя, виміри психологічного благополуччя, сімейна сфера життя.

The article substantiated the relevance and expediency of studying psychological security as a key concept of family well-being. The main approaches to the psychological phenomenon of happiness and well-being are revealed, substantiated and analyzed. Ukrainians' perceptions of psychological security and well-being are highlighted. The peculiarities of the formation of psychological security as the basis of family well-being of Ukrainians are described. Psychological security is defined as the basic concept of formation and development of family well-being, which is characterized by feelings of confidence, security, freedom, satisfaction of their own current and future needs; safe social interaction; individual willingness to take risks, and, of course, as a factor of subjective well-being. The purpose of the study is to study psychological security as a condition for the development of psychological (subjective) well-being. The main approaches to determining the phenomenon of psychological safety and well-being are analyzed. The factors of psychological security (emotional experience, control, risk feeling, social and interpersonal interaction, subjective well-being, mental and physical health) and subjective well-being (identity, personal control, material well-being, health, safety, interpersonal interaction) are described. The phenomenon studied is analyzed taking into account the main dimensions of psychological well-being, namely, personal, social, material, physical and spiritual. And also correlated with the previously identified groups of interpretation of psychological well-being by Ukrainians (state of physical, psychological and spiritual well-being; comfort and safety; transcendental experience; sense orientation for the future. As a concept of family well-being in the minds of Ukrainians. Ukrainians aged 18–24. This area is the least safe/prosperous for 36% of respondents aged 45–60.

Key words: psychological safety, psychological well-being, family well-being, dimensions of psychological well-being, family sphere of life.

УДК 159.92

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.24>

Можаровська Т.В.

к.психол.н.,

доцент кафедри психології

Поліський національний університет

«Безпека», «щастя», «благополуччя», «добробут», «якість життя» – надто вживані поняття в науковій, довідковій, популярній літературі сьогодні. І причин для цього досить: від базової внутрішньої потреби в безпеці до очевидних умов сучасного світу. Останнє, у свою чергу, привносить значну кількість невизначеностей у життя кожної людини, як-от карантинні обмеження, воєнні дії, низький рівень економічної / матеріальної спроможності українців тощо. Зберігати та примножувати толерантність до невизначеностей, залишатися щасливими та підтримувати на належному рівні якість свого життя стає все складніше, особливо коли втрачено відчуття власної безпеки та безпеки за найближчих рідних – сім'ю.

Дослідження психологічної безпеки, її вплив на свідомість особистості, умови її формування та розвитку є однією з актуальних тем наукового вивчення нині. Концепція психологічної безпеки бере свій початок із теорії потреб А. Маслоу [25], а підходи до її визначення є багатоглядними. А. Маслоу визначає психологічну безпеку як відчуття впевненості, безпечності та свободи, особливо відчуття задоволення своїх потреб зараз і в майбутньому [25].

Психологічну безпеку прийнято описувати з урахуванням готовності особистості до ризиків [4; 5, с. 61–106]; крізь призму соціальних взаємодій [5, с. 61–106; 14, с. 52–72; 27;]; як суб'єктивне відображення реальності [19; 31, с. 1–34]; як умову, складову частину

та чинник суб'єктивного благополуччя [9; 11; 15; 18; 21; 28, с. 68–78]. Також психологічну безпеку описують як стан людини, який характеризується усвідомленням можливості задоволення базових потреб у самозбереженні та захищеності [35]; стан внутрішнього спокою, впевненості, позитивного ставлення до себе й оточення, суб'єктивного благополуччя, відкритості [34, с. 2–6]. Складовими частинами психологічної безпеки є конативні, когнітивні й емоційні конструкти, які і визначають безпеку як психологічний феномен [34, с. 2–6].

Феномен психологічної безпеки можна описати кризь призму інтенсивності емоційних переживань особистості, спричинених зовнішніми стимулами; впевненості, контролю та відчуття ризиків [33]; соціальних та міжособистісних взаємодій [8; 13; 20; 30]; суб'єктивного відчуття щастя, психічного та фізичного здоров'я [32].

Попередній критичний аналіз підходів до визначення психологічного благополуччя [2, с. 155–168] дає можливість визначити ключові чинники, що поєднують його із психологічною безпекою. Так, О. Зотова описує такі чинники: суб'єктивність, ідентичність, особистісний контроль [34]. Власне благополуччя можна визначити такими фундаментальними чинниками, як матеріальне благополуччя [10, с. 276–302; 22, с. 431–441], здоров'я [6, с. 741–756; 7, с. 25–31; 12, с. 1–43; 17, с. 83–136; 26, с. 925–971], безпека й адаптація до життєвих подій [16; 17, с. 83–136; 22, с. 431–441; 23, с. 592–615; 29; 34]. Доречно доповнити даний перелік чинником міжособистісної взаємодії, який, за даними сучасних досліджень, впливає на відчуття безпеки та щастя [3]. Зазначене вище підтверджує важливість вивчення психологічного благополуччя з урахуванням вимірів останнього, а саме: духовного, особистісного/суб'єктивного, соціального/міжособистісного, матеріального та фізичного [2, с. 155–168].

Отже, психологічна безпека як умова психологічного благополуччя сприяє розвитку останнього. Водночас психологічна безпека як концепт психологічного благополуччя, безумовно, потребує вивчення її суб'єктивної складової частини, оскільки різні люди в різних умовах життя сприймають безпеку та благополуччя з огляду на власний досвід або на досвід соціуму. Отже, психологічна безпека та благополуччя мають суто суб'єктивний характер, що унеможливує їх об'єктивне вивчення або оцінення. Попередні дослідження суб'єктивного відчуття щастя (благополуччя) дозволили виокремити основні групи трактування останнього у свідомості українців, а саме: стан фізичного, психологічного та духовного благополуччя; комфорт та безпека; трансцендентне переживання; почуттєва орієнтація на майбутнє [1, с. 47–57].

Ключовим у формуванні та розвитку психологічної безпеки як умови психологічного благополуччя залишається чинник сім'ї. З метою вивчення психологічної безпеки як концепту сімейного благополуччя було проведено опитування, у якому взяли участь 538 респондентів (N = 538), з них 437 жінок (81%) і 101 чоловік (19%). Вік респондентів варіює від 18 до 70 років. Найбільшу частку опитаних становлять особи віком 25–44 роки (52%), 167 опитаних віком 18–24 роки (31%), 83 опитаних віком 45–60 років (16%) та 8 опитаних віком 61–70 років (1%). Автоматизована обробка даних проводилась за допомогою програмного середовища ArcGIS.

Досліджуваним запропонували оцінити рівень суб'єктивної безпеки в таких сферах життя (де «5» – максимальний рівень безпеки; «1» – мінімальний рівень безпеки): фізичній, сексуальній, ґендерній / статевій, сімейній, територіальній, фінансовій, релігійній, національній, політичній, соціальній, продовольчій, бізнесовій (рис. 1).

Варто зазначити, що серед усіх вказаних сфер найбільш безпечною виявилася саме сфера сімейного життя ($\bar{x} = 3,95$). Середні значення інших сфер (для порівняння) такі: сексуальна ($\bar{x} = 3,80$), ґендерна / статеві ($\bar{x} = 3,74$), релігійна ($\bar{x} = 3,60$), фізична ($\bar{x} = 3,48$), національна ($\bar{x} = 3,47$), територіальна ($\bar{x} = 3,42$), продовольча ($\bar{x} = 3,39$), соціальна ($\bar{x} = 3,22$), фінансова ($\bar{x} = 3,10$), політична ($\bar{x} = 2,85$), бізнесова ($\bar{x} = 2,84$). Очевидно, що сфера сімейного життя є визначальною для сучасних українців, а почуття безпеки, як ключовий концепт сімейного благополуччя, залишається пріоритетним. Саме стан психологічної безпеки є показником сімейного щастя.

У результаті аналізу отриманих даних встановлено, що більшість українців (49%) почувають себе максимально безпечно в лоні сім'ї. Це означає, що для більшості опитаних досліджуваних сім'я залишається (або є) найбільш безпечною, отже, найбільш сприятливою для розвитку суб'єктивного та, відповідно, сімейного благополуччя. До речі, 12% опитаних оцінили сімейну сферу в 1 бал (мінімальна безпека). Причиною можуть слугувати різні аспекти, які нині нами не досліджені. Попередні розвідки даного явища спрямовані на вивчення й аналіз слів-асоціацій на слово-стимул «безпека» (зокрема, тих із респондентів, які увійшли до даних 12%).

Вікова диференціація відчуття психологічної безпеки як ключового концепту сімейного благополуччя має свої особливості (табл. 1).

Отже, найбільший відсоток безпечної сімейної сфери виявлено в респондентів 18–24 років (56%). Очевидно, таке явище пов'язано з тим, що найбільша частка даного вікового періоду припадає саме на юнацький вік, з його віковими особливостями, жагою

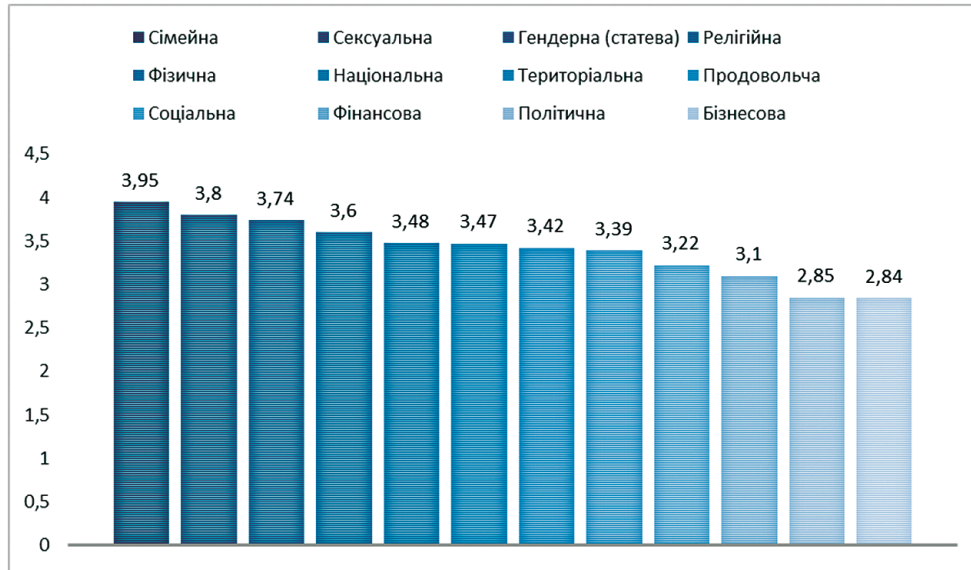


Рис. 1. Середні значення оцінки рівня особистої безпеки сфер життя

до життя, плануванням найближчого майбутнього. Юнаки та юнки в цей період найбільше зосереджені на професійній реалізації, отже, сімейна сфера для респондентів цього віку визначається родинним колом (батьківська сім'я). Однаково високим є показник безпечності у вікових групах 25–44 та 61–70 років (50% у кожній групі). Високий показник безпечності та сімейного благополуччя може бути зумовлений тим, що в першому випадку (25–44 років) молодь має можливість професійної самореалізації, творення власної сім'ї зі своїми традиціями, правилами та ритуалами. Респонденти віком 61–70 років, які досягнули пенсійного віку, знаходять своє призначення у вихованні власних онуків, що для більшості українців цього віку є найвищою мірою реалізації власного сенсу життя. Відносно критичним для сімейного благополуччя виявився віковий період від 45-ти до 60-ти років. Даний факт потребує додаткового вивчення, що є перспективою майбутніх досліджень.

буде рівень психологічного, сімейного благополуччя особистості.

Отже, психологічна безпека є основним концептом сімейного благополуччя українців і може вивчатися як умова, чинник, детермінанта розвитку психологічного / суб'єктивного благополуччя.

Перспективами майбутніх розвідок є вивчення сімейного благополуччя серед осіб різного віку та з різним досвідом сімейного життя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Литвинчук А., Можаровська Т. Особливості переживання почуття щастя молоддю і дорослими в умовах заходів протидії COVID-19. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія 12 «Психологічні науки». 2020. Т. 12. № 10 (55). С. 47–57.
2. Можаровська Т. Психологічне благополуччя: теоретичні підходи до визначення поняття. *Психологічні перспективи*. 2021. № 37. С. 155–168.
3. Happiness around the World: A Combined Etic-Emic Approach across 63 Countries / E. Baranski et al. *PLoS ONE*. November 2020. URL: https://www.researchgate.net/publication/346036758_Happiness_around_the_World_A_Combined_Etic-Emic_Approach_across_63_Countries#fullTextFileContent.
4. Beck U. *Risk Society. Toward a New Modernity*. London : Sage Publications, 1992.
5. Brauch H.G. *Concepts of Security Threats, Challenges, Vulnerabilities and Risks. Coping with Global Environmental Change, Disasters and Security: Threats, Challenges, Vulnerabilities and Risks* / H.G. Brauch et al. (Eds.). New York : Springer, 2011. P. 61–106. DOI: 10.1007/978-3-642-17776-7_2.
6. Chida Y., Steptoe A. Positive psychological well-being and mortality: A quantitative review of prospective observational studies. *Psychosomatic Medicine*. 2008. № 70. P. 741–756.

Таблиця 1

Оцінка відчуття психологічної безпеки в сімейній сфері життя (у %)

Вік	Оцінка рівня відчуття психологічної безпеки в сімейній сфері				
	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
18–24	56	23	5	3	13
25–44	50	24	10	5	11
45–60	36	25	17	8	14
61–70	50	25	0	25	0

Отже, можемо припустити, що наявна кореляція між відчуттям безпеки та благополуччям, чим стійкішим є почуття безпеки, тим вищим

7. Chow E., Tsao M.N., Harth T. Does psychosocial intervention improve survival in cancer? A meta-analysis. *Palliative Medicine*. 2004. № 18. P. 25–31.
8. Demir M. Sweetheart, you really make me happy: romantic relationship quality and personality as predictors of happiness among emerging adults. *J. Happiness Stud.* 2008. № 9. P. 257–277. DOI: 10.1007/s10902-007-9051-8.
9. Diener E., Sapyta J., Suh E. Subjective well-being is essential to well-being. *Psychological Inquiry*. 1998. № 9. P. 33–37. DOI: 10.1207/s15327965pli0901_3.
10. Subjective Well-being: Three decades of progress / E. Diener et al. *Psychological Bulletin*. 1999. Vol. 125 (2). P. 276–302.
11. Diener E. Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*. 2000. № 55. P. 34–43. DOI: 10.1037/0003-066X.55.1.34.
12. Diener E., Chan M.Y. Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. 2011. № 3 (1). P. 1–43.
13. Edmondson A.C., Lei Z. Psychological safety: the history, renaissance, and future of an interpersonal construct. *Annu. Rev. Organ. Psychol. Organ. Behav.* 2014. № 1. P. 23–43. DOI: annurev-orgpsych-031413-091305.
14. Fearon J.D., Wendt A. Rationalism v. Constructivism : A Skeptical View. *Handbook of International Relations* / W. Carlsnaes, B. Simmons, T. Risse (Eds.). London : Sage, 2002. P. 52–72.
15. Giddens A. *The Consequences of Modernity*. Cambridge : Polity Press, 1990.
16. Headey B., Wearing A.J. *Understanding happiness : A theory of subjective well-being*. Melbourne, Australia : Longman Cheshire, 1992.
17. Howell R.T., Kern M.L., Lyubomirsky S. Health benefits: Metaanalytically determining the impact of well-being on objective health outcomes. *Health Psychology Review*. 2007. № 1. P. 83–136.
18. Huang D., Rau P. P., Salvendy G. A survey of factors influencing people's perception of information security. *Human-Computer Interaction* / J. Jacko (Ed.). Heidelberg : Springer, 2007. Part IV. DOI: 10.1007/978-3-540-73111-5_100.
19. Huysmans J. *The Politics of Insecurity: Fear, Migration, and Asylum in the EU*. London ; New York : Routledge, 2006.
20. Buffering effect of workplace social capital on the association of job insecurity with psychological distress in Japanese employees: a cross-sectional study / A. Inoue et al. *J. Occup. Health*. 2016. № 16. P. 460–469. DOI: 10.1539/joh.16-0129-OA.
21. Kreuter M.W., Strecher V. Changing inaccurate perceptions of health risk: Results from a randomised trial. *Health Psychology*. 1995. № 14. P. 55–63. DOI: 10.1037/0278-6133.
22. Time frames and the distinction between affective and cognitive well-being / M. Luhmann et al. *Journal of Research in Personality*. 2012. № 46. P. 431–441.
23. Subjective Well-Being and Adaptation to Life Events: A Meta-Analysis / M. Luhmann et al. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2012. Vol. 102. № 3. P. 592–615.
24. Luhmann M., Schimmack U., Eid M. Stability and variability in the relationship between subjective well-being and income. *Journal of Research in Personality*. 2011. № 45 (2). P. 186–197.
25. Maslow A.H. A theory of human motivation. *Psychological Review*. 1943. № 50 (4). P. 370–396. DOI: 10.1037/h0054346.
26. Pressman S.D., Cohen S. Does positive affect influence health? *Psychological Bulletin*. 2005. № 131. P. 925–971.
27. Risse T. *Social Constructivism and European Integration. European Integration Theory* / T. Diez, A. Wiener (Eds.). Oxford : Oxford University Press, 2003.
28. Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*. 2000. № 55. P. 68–78. DOI: 10.1037/0003-066X.55.1.68.
29. Sarracino F., Piekalkiewicz M. The Role of Income and Social Capital for Europeans' Well-Being During the 2008 Economic Crisis. *J Happiness Stud.* 2021. № 22. P. 1583–1610. DOI: 10.1007/s10902-020-00285-x.
30. Measuring the Psychological Security of Urban Residents: Construction and Validation of a New Scale / J. Wang et al. *Front. Psychol.* 2019. № 10. P. 2423. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.02423.
31. Constructing Insecurity / J. Weldes et al. *Cultures of Insecurity: States, Communities, and the Production of Danger* / J. Weldes et al. (Eds.). Minneapolis : University of Minnesota Press, 1999. P. 1–34.
32. Whitson J.A., Galinsky A.D. Lacking control increases illusory pattern perception. *Science*. 2008. № 322. P. 115–117. DOI: 10.1126/science.1159845.
33. Zhao J., Jing F. Antecedents and effects of extensive familism consciousness in online brand community. *Bus. Rev.* 2013. № 27. P. 88–98. DOI: 10.14120/j.cnki.cn11-5057/f.2015.12.009.
34. Zotova O., Karapetyan L. Psychological security as the foundation of personal psychological wellbeing (analytical review). *Psychology: State of the Art*. 2018. № 11 (2). P. 2–6. URL: <http://psychologyinrussia.com/volumes/index.php?article=7239>.
35. Zotova O. Bezopasnost' lichnosti kak social'no-psihologicheskij fenomen [Personality Security as a Socio-psychological Phenomenon]. Yekaterinburg : Liberal Arts University University for Humanities, 2011.

ІНТЕРСУБ'ЄКТНА ВЗАЄМОДІЯ З ДОРОСЛИМ У ДОШКІЛЬНИКІВ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ РАКУРС

INTERSUBJECTIVE INTERACTION WITH ADULT IN PRESCHOOLERS WITH MENTAL DEVELOPMENTAL DELAY: PSYCHOLOGICAL PERSPECTIVE

Визначено, що інтерсуб'єктний компонент розкривається в інформаційному та почасти, смисловому спілкуванні з Іншим у соціумі, що задіюється в інтерсуб'єктному типі взаємодії і взаємин із дорослими й однолітками. У статті теоретично й експериментально обґрунтовуються психологічні особливості інтерсуб'єктної взаємодії з дорослим у дошкільників із затримкою психічного розвитку. Висвітлено зміст інтерсуб'єктивної взаємодії, яка постає як символічне та ціннісно-смислове проникнення суб'єктів один в одного, що є моделлю усвідомленої і осмисленої комунікативної діяльності у вимірі Я – Інший (Я – Інший Я). Розкрито зміст та запропоновано огляд досліджень, у яких обґрунтовуються особливості генези інтерсуб'єктної взаємодії з дорослим у дошкільників в умовах типового та затриманого психічного розвитку. Виявлено особливості інтерсуб'єктного компонента комунікативної діяльності у взаємодії з дорослими. У більшості дошкільників із затримкою психічного розвитку провідною формою спілкування є ситуативно-ділова, що в разі нормативного розвитку характерна для дітей раннього віку. Діти, у яких переважали ділові контакти, характеризувалися зверненням по допомогу, підтримку. Водночас діти задовольнялися недиференційованою оцінкою дорослого. Виявлено, що за показником ставлення до вихователя можемо простежити переважання в дітей із затримкою психічного розвитку середнього та старшого дошкільного віку суперечливого та позитивного ставлення. Натомість серед дітей із типовим психофізичним розвитком середнього та старшого дошкільного віку типами ставлення, що переважають, до вихователя є позитивний та рівний типи ставлення. Вказані особливості свідчать про те, що, імовірно, відсоток дітей із затримкою психічного розвитку з переважанням суперечливого ставлення до вихователя порівняно з дітьми з типовим психофізичним розвитком пов'язаний із тим, що структура стосунків цих родин зумовлена неналежною професійною компетентністю вихователя-дефектолога у сфері взаємодії із сім'ями дошкільників із затримкою психічного розвитку.

Ключові слова: інтерсуб'єктна взаємодія, дошкільники із затримкою психічного розвитку, дорослий, усвідомлена комунікативна діяльність.

The authors substantiate that the structural-levelled structure of communicative activities can be represented as functioning of four components: motivational, inter-subjects, semantic and reflective. The inter-subjects component is revealed during informational and, partially, meaning communications with the Other in society; this component is activated at inter-subjects interactions and relationships with adults and peers. The article reveals theoretically and experimentally the psychological characteristics of mentally retarded preschoolers' inter-subjects interactions with adults. We have determined that inter-subjects interactions appears as subjects' symbolic and value-semantic penetration of into each other, as conscious and meaningful communicative activities on the plane of I – the Other (I – Other I). We have revealed the content of children's inter-subjects interactions with adults and reviewed researches on their genesis at preschool children with typical and delayed mental development. The peculiarities of the inter-subjects component of communicative activities with adults are revealed. The leading communicative form for the vast majority of children with developmental delay (DD) was situational, matter-of-fact; this form is typical for younger children with typical psychological development (TPD). DD preschoolers' contacts were mainly matter-of-fact. Such children were characterized by seeking help and support. At the same time, these children were satisfied with an adult's undifferentiated assessment. As for the indicator of attitudes to an educator, we saw mainly contradictory and positive attitudes of middle and senior DD preschoolers. In contrast, middle and senior TPD preschoolers had mainly positive or balanced attitudes to their educator. These data and high percentage of DD children with conflicting attitudes to their educator compared to TPD children demonstrated that, probably, relations in DD children's families were influenced by insufficient professional competence of the educator – special-needs expert who worked with preschoolers' families.

Key words: inter-subjects interaction, preschoolers with developmental delay, adult, conscious communicative activity.

УДК 376-056.34-053.5:159.923.2
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.25>

Омельченко І.М.

д.психол.н., старший науковий співробітник, провідний науковий співробітник відділу психолого-педагогічного супроводу дітей з особливими потребами Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка Національної академії педагогічних наук України

Кобильченко В.В.

д.психол.н., старший науковий співробітник, головний науковий співробітник відділу освіти дітей з порушеннями зору Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка Національної академії педагогічних наук України

Структурно-рівнева будова комунікативної діяльності може бути представлена функціонуванням чотирьох компонентів: *мотиваційного, інтерсуб'єктного, смислового та рефлексійного*. Інтерсуб'єктний компонент розкривається в інформаційному та почасти смисловому спілкуванні з *Іншим* у соціумі, що задіюється в інтерсуб'єктному типі взаємодії і взаємин із дорослими й однолітками. На рівні інформаційного спілкування суб'єкт стає спроможним до пізнання і ставлення щодо *Іншого*, отже, – до самопізнання і самоставлення.

Окреслене спонукає нас до аналізу понять, які виступають, з одного боку, психологічним еквівалентом інформаційного спілкування (комунікації), а з іншого – співвідносяться зі структурою діяльності спілкування. У цьому контексті вважаємо необхідним відзначити, що комунікативна діяльність і її окремий рівень – інформаційне спілкування в епоху мережевого суспільства розглядаються на засадах інтерсуб'єктивності. Інтерсуб'єктивність корелює з такими поняттями, як «співпраця», «співбуттєва спільність», «зовнішній і внутрішній

діалог», «позиційність свідомості». На нашу думку, інтегральним моментом вивчення комунікативної діяльності у вимірі *Я – Інший (Я – Інший Я)* виступає можливість звернутися до когось, зіткнутися з іншою позицією, прийняти або відхилити її, що стає підґрунтям конструктивної взаємодії й адекватного розуміння *Іншого*.

Засадничим для нас під час експлікації інформаційного рівня спілкування виступило положення А. Журавльова [5], який сутність діяльності вбачає у феномені спільності, завдяки якому взаємодія і взаємини трансформуються у спільну діяльність із дорослими й однолітками, що і забезпечує реалізацію зовнішньої комунікативної діяльності. Отже, набуває актуальності аналіз термінологічного поля понять «взаємодія» і «взаємини», чи «стосунки» («ставлення»), визначення їхнього місця у структурі усвідомленої комунікативної діяльності, яка втілюється у відповідному типі взаємодії: *інтерсуб'єктній (Я – Інший у соціумі)*.

Суб'єкт-суб'єктний стосунок комунікативної діяльності передбачає існування *Іншого* / партнера. Центральними партнерами інтерсуб'єктної взаємодії з *Іншим у соціумі*, тобто в соціальному просторі, на етапі дошкільного дитинства постають дорослі й однолітки. Спільнота дорослих презентована членами родини та значущим *Іншим* (вихователь чи інші особи) (В. Абраменкова [1], О. Байєр [2], О. Мороз [8], А. Рузьська [10], О. Смирнова [12], І. Хохлачова [14] та інші), які важливі для дитини в аспекті її соціалізації та розгортання зовнішньої комунікативної діяльності. На окрему увагу заслуговує аналіз досліджень, присвячених розгляду специфіки становлення інтерсуб'єктного стосунку дошкільників із затримкою психічного розвитку (далі – ЗПР) з дорослими в умовах родинного та суспільного виховання (А. Душка [4], О. Дудко [3],

А. Захарова [6], Н. Крушна [7], А. Сагідова [11], О. Улибіна [13] та інші).

Мета статті. Дослідження комунікативної діяльності передбачає вивчення інтерсуб'єктної взаємодії з дорослими як джерела співбуттєвого стосунку «тут і тепер», що в межах нашого дослідження буде включати вивчення ставлення до суспільного дорослого.

На методичному рівні реалізації дослідження інтерсуб'єктного компонента комунікативної діяльності втілюється в операціоналізованих параметрах і показниках. Вивчення інтерсуб'єктної взаємодії з дорослим передбачає дослідження ставлення до суспільного дорослого (потреб та мотивів взаємодії, що переважають; емоційної причетності до взаємодії; здатності до підтримки продуктивного спілкування, ставлення до вихователя).

Вибірка дослідження становила 291 дитину дошкільного віку, із яких 173 дошкільника із ЗПР (85 дітей середнього дошкільного віку, 88 – старшого дошкільного віку), 118 дошкільників із типовим психофізичним розвитком (далі – ТПР) (58 дітей середнього дошкільного віку, 60 – старшого дошкільного віку). Дошкільники були розподілені в експериментальні групи дітей, зокрема ЕГД 1 – експериментальна група дітей 1, діти середнього дошкільного віку із затримкою психічного розвитку; ЕГД 2 – експериментальна група дітей 2, діти середнього дошкільного віку з типовим психофізичним розвитком; ЕГД 3 – експериментальна група дітей 3, діти старшого дошкільного віку із затримкою психічного розвитку. ЕГД 4 – експериментальна група дітей 4, діти старшого дошкільного віку з типовим психофізичним розвитком.

Структурно-рівнева схема емпіричного дослідження комунікативної діяльності у вимірі *Я – Інший (Я – Інший Я)* дошкільників із ЗПР презентована табл. 1

Ставлення до суспільного дорослого. Наступний етап констатувального експери-

Таблиця 1

Структурно-рівнева схема емпіричного дослідження комунікативної діяльності у вимірі *Я – Інший (Я – Інший Я)* дошкільників із ЗПР

Назва рівня / компонента комунікативної діяльності	Параметри функціонування	Показники (психологічні механізми) функціонування	Назва діагностичних методик
<i>Рівень інформаційного спілкування (інтерсуб'єктний компонент)</i>	Гносеологічно-афективний	<i>Інтерсуб'єктний тип взаємодії з Іншим у соціумі (з дорослими) – ставлення до суспільного дорослого (потреби та мотиви взаємодії, що переважають; емоційна причетність до взаємодії; здатності до підтримки продуктивного спілкування, тривалості комунікативної діяльності; ставлення до вихователя).</i>	Методика для вивчення мотивів взаємодії дитини з дорослими М. Лісіної; Методика суб'єктивної оцінки міжособистісних відносин дитини Н. Семаго, М. Семаго (усі діагностичні питання, які стосуються ролі вихователя).

менту був присвячений дослідженню провідної форми та потреб і мотивів, що переважають, комунікативної діяльності дитини з дорослим, для цього нами була використана Методика для вивчення мотивів взаємодії дитини з дорослими М. Лісіної. Дивіться результати за методикою в табл. 2.

Перший показник – ставлення до суспільного дорослого (іграшка, казка, бесіда з дорослим) – є найсуттєвішим для якісного аналізу сформованості інтерсуб'єктного компонента комунікативної діяльності.

У більшості дошкільників із ЗПР провідною формою спілкування є ситуативно-ділова, що в разі нормативного розвитку характерна для дітей раннього віку. Це вказує на те, що діти дошкільного віку із ЗПР відстають від вікових норм розвитку форм комунікативної діяльності з дорослим, унаслідок цього інтерсуб'єктний компонент комунікативної діяльності функціонує неповноцінно.

Рівень емоційної причетності до взаємодії. Результати дослідження показали, що серед середніх дошкільників із ЗПР жодна дитина не поводи́ла себе вільно, виявляючи інтерес до дослідження, не демонструвала емоційної причетності.

Отже, більшість дітей старшого дошкільного віку із ЗПР продемонстрували високий рівень емоційної причетності у процесі дослідження, їхня поведінка була вільною, вони виявляли інтерес до процесу дослідження, демонстрували небайдужість під час виконання завдань методики.

Важливим для аналізу результатів формування інтерсуб'єктного компонента комунікативної діяльності є показник *здатності до підтримки продуктивного спілкування*. За цим показником у дітей із ЗПР 4–7 років, у яких переважає ситуативно-ділова форма комунікативної діяльності, були виявлені такі особливості мовленнєвих висловлювань: у цих дітей переважали ситуативні, несоціальні висловлювання констатувального характеру, у спілкуванні дитини з дорослим домінували звернення по допомогу. У процесі моделювання експериментальної ситуації з боку дітей із ЗПР не спостерігалось прагнення до співпраці, експериментатор був постійно змушений активізувати увагу дітей. Контакти дітей із ЗПР середнього дошкільного віку переважно ділові. Діти, у яких переважали ділові контакти, характеризувалися зверненням по допомогу, підтримку. Водночас діти задовольнялися недиференційованою оцінкою дорослого, цей факт свідчить про те, що їхня потреба у спілкуванні з дорослим обмежується лише увагою до них дорослого. Ці діти з особливим задоволенням складали кубики, звертались до дорослого по схвалення власних дій немовленнєвими засобами (міміка, жести).

Діти із ЗПР із ситуативно-діловою формою комунікативної діяльності (далі – СДФКД) продемонстрували низький рівень розвитку засобів спілкування. Їхній словниковий запас обмежений побутовою лексикою, у них спостерігаються специфічні порушення звуковимови. Частіше за все діти відають перевагу

Таблиця 2

Дані за Методикою для вивчення мотивів взаємодії дитини з дорослими» М. Лісіної (%)

Кількість дітей у відсотках від загальної кількості	Показники											
	Ставлення до суспільного дорослого			Емоційна причетність до взаємодії			Здатність до підтримки продуктивного спілкування			Тривалість комунікативної діяльності		
	СДФКД	ППФКД	ПОФКД	Високий	Середній	Низький	Високий	Середній	Низький	Високий	Середній	Низький
ЕГД 1	87,1	12,9	0	0	17,6	82,4	0	12,9	87,1	0	16,5	83,5
ЕГД 2	34,5	55,2	10,3	17,2	51,7	31,1	10,3	55,2	34,5	20,7	51,7	27,6
ЕГД 3	68,2	29,5	2,3	1,1	37,5	61,4	2,3	29,5	68,2	2,3	38,6	59,1
ЕГД 4	10	23,3	66,7	70	23,3	6,7	66,7	23,3	10	73,3	23,3	3,3
Значущість відмінностей за критерієм <i>U</i> між ЕГД 1 & ЕГД 2	$U_{\text{емп}} 1 136,000$ $p = 0,000$			$U_{\text{емп}} 1 125,000$ $p = 0,000$			$U_{\text{емп}} 1 136,000$ $p = 0,000$			$U_{\text{емп}} 1 002,000$ $P = 0,000$		
Значущість відмінностей за критерієм <i>U</i> між ЕГД 3 & ЕГД 4	$U_{\text{емп}} 598,000$ $p = 0,000$			$U_{\text{емп}} 510,000$ $p = 0,000$			$U_{\text{емп}} 598,000$ $p = 0,000$			$U_{\text{емп}} 434,000$ $P = 0,000$		

Примітка: курсивом позначені достовірні відмінності.

невербальним експресивно-мімічним засобам комунікації.

Пізнавальні контакти – це запитання про якості, властивості та призначення предметів, що описувалися у прочитаних дорослим творах. Діти із ЗПР відзначалися якісною своєрідністю пізнавальних мотивів спілкування, у них не спостерігалось стійкого інтересу до явищ навколишнього світу. Більшість дітей прагнули привернути до себе увагу дорослого, тому що вони сприймали ситуацію спілкування як оціночну. Загальною особливістю дітей із ЗПР із позаситуативно-пізнавальною формою комунікативної діяльності (далі – ППФКД) було те, що, на відміну від дітей із ТПР, вони частіше використовували експресивно-мімічні засоби спілкування, але водночас їхня міміка не відображала їхніх бажань. Отже, у більшості дітей із ЗПР із ППФКД переважають ситуативні особистісні контакти та немовленнєві засоби спілкування.

У дітей із ЗПР середнього дошкільного віку *особистісних контактів* не спостерігалось, а серед дітей із ЗПР старшого дошкільного віку таких було 2,3%. Особистісні контакти фіксувалися в дітей в ситуації співпраці з дорослим і відзначалися різноманітністю, зверненням дитини по оцінку власного «Я», по оцінку однолітків, відображали власну оцінку ровесника. У ситуаціях пізнавального й особистісного спілкування діти із ЗПР більшою мірою вдаються до описування ілюстрацій із книг, запропонованих для розгляду, водночас усіляко намагаються викликати позитивне ставлення дорослого до себе. Для особистісних контактів діти із ЗПР застосовують експресивно-мімічні засоби спілкування (посміхаються до дорослого, голосно без причини сміються). Аналіз ситуацій за етичним аспектом із дітьми із ЗПР із позаситуативно-особистісною формою комунікативної діяльності (далі – ПОФКД) свідчить, що вони володіють етичними термінами вузько, відчувають труднощі у процесі актуалізації необхідних знань. Дошкільники із ЗПР, які обирали особистісні бесіди, продемонстрували негативні особистісні риси (замкнутість, конфліктність, егоцентризм). Вони виявили готовність до аналізу своїх знань про навколишній світ, у них була наявна особистісна мотивація спілкування і потреба у взаєморозумінні з дорослим, але вони не змогли розвинути процес спілкування, а лише активно відгукнулися на пропозицію експериментатора поспілкуватися.

Для порівняння, у дошкільників із ТПР із СДФКД спостерігаються різні за темою, функціями, змістом мовленнєві висловлювання. Пізнавальні контакти дітей із ТПР відрізняються різноманітністю: проханням почитати, розповідями про побачене, запитаннями. Багатоплановість їхніх запитань свідчить про

більш широкі та глибокі пізнавальні інтереси. Переважають позаситуативні контакти, активізовані особистісними мотивами.

Особистісні контакти спостерігалися в 10,3% дітей із ТПР середнього дошкільного віку і 66,7% дітей із ТПР старшого дошкільного віку. Ці діти відзначалися стійким інтересом до етичних проблем, до особи дорослого, прагненням дати оцінку та погоджувати своє ставлення до обговорюваних проблем, що хвилюють дитину, з дорослим.

Наступним показником сформованості інтерсуб'єктного компонента комунікативної діяльності є *тривалість комунікативної діяльності*. Даний показник є досить суттєвим, адже він свідчить про стійкість потреби у спілкуванні з дорослим. Крім цього, даний показник дає нам можливість наочно спостерігати підвищену виснаженість усіх психічних процесів у дітей із ЗПР, що виражається в низькій працездатності та швидкій утомлюваності під час комунікативної діяльності. Більша тривалість спілкування з дорослим свідчить про стійкі соціальні інтереси дитини, які стимулюють її потребу в якомога більш продуктивному, змістовному та тривалому спілкуванні з дорослим, який виступає для неї помічником, товаришем.

Отже, аналіз результатів дослідження дошкільників із ЗПР середнього та старшого дошкільного віку за цим показником доводить, що більшість дітей виявили низький рівень тривалості спілкування з дорослим. Це є свідченням того, що в дітей із ЗПР не сформована потреба у спілкуванні з дорослим, а в ситуації комунікативної діяльності, основним суб'єктом якої є дитина із ЗПР, а об'єктом – дорослий, ініціатором комунікативної діяльності виступає останній, постійно намагаючись зацікавити дитину.

Показником сформованості інтерсуб'єктного компонента комунікативної діяльності у взаємодії з дорослим є *ставлення до вихователя*.

Показник ставлення до вихователя дав нам можливість з'ясувати, які настанови визначають ставлення до нього в дитини із ЗПР. Як свідчить проведене дослідження, у дітей із ЗПР у порівнянні з дітьми із ТПР були виявлені деякі відмінності у ставленні до вихователя.

Загалом за цим показником діти із ЗПР розподілилися таким чином: 24,7% середніх дошкільників виявили свою прихильність і позитивне ставлення до вихователя, вони прямо повідомляли про бажання бути поруч із ним увесь час перебування в дошкільному закладі; 18,9% дітей продемонстрували більш рівне ставлення; 32,9% суперечливо ставилися до нього, а 23,5% дітей виражали свої симпатії меншою мірою, демонстрували відчужено-дистанційне ставлення. Діти із ЗПР старшого дошкільного віку за цим показником мали

деякі відмінності, так, 27,3% виявили позитивне ставлення; 13,6% дошкільників виражали рівне ставлення, 34,1% дітей – суперечливе, а 25% дітей характеризувалися відчужено-дистанційним ставленням до вихователя.

Водночас серед дітей із ТПР середнього дошкільного віку переважанням позитивного ставлення до вихователя відзначилися 51,7%, а серед дітей із ТПР старшого дошкільного віку – 55%. Рівне ставлення до вихователя було притаманне 39,7% дітей із ТПР середнього дошкільного віку, було характерне для 33,3% дітей із ТПР старшого дошкільного віку. Суперечливе ставлення характеризувало сприймання 3,4% дітей із ТПР середнього дошкільного віку та 5% дітей із ТПР старшого дошкільного віку. Відчужено-дистанційне ставлення було зафіксоване в 5,2% дітей із ТПР середнього дошкільного віку та в 6,7% дітей із ТПР старшого дошкільного віку. Було виявлено достовірні відмінності між групами ЕГД 1 і ЕГД 2 за показником ставлення до вихователя: $U_{емп} = 1\,309,000$ за $p = 0,000$, в ЕГД 3 і ЕГД 4 $U_{емп} = 1\,457,000$ за $p = 0,000$.

Отже, за показником ставлення до вихователя можемо простежити переважання в дітей із ЗПР середнього та старшого дошкільного віку суперечливого та позитивного ставлення. Натомість у дітей із ТПР середнього та старшого дошкільного віку переважає позитивне та рівне ставлення до вихователя. Вказані особливості свідчать про те, що відсоток дітей із ЗПР із переважанням суперечливого ставлення до вихователя в порівнянні з дітьми із ТПР пов'язаний із тим, що структура стосунків цих родин зумовлена неналежною професійною компетентністю вихователя-дефектолога у сфері взаємодії із сім'ями дошкільників із ЗПР. Підвищення професійної компетентності вихователя-дефектолога у сфері взаємодії із сім'ями дошкільників із ЗПР можливе за умов: розширення теоретичних знань про сучасні підходи, принципи та напрями взаємодії із сім'ями дошкільників із ЗПР; опанування практичних навичок використання технологій психолого-педагогічного вивчення та консультування сім'ї, планування й організації взаємодії із сім'ями; розвитку професійно значущих якостей особистості вихователя: рефлексійності, гнучкості, емпатійності, емоційної привабливості і комунікативних навичок (О. Дудко) [3]. Емоційне ставлення дітей досліджуваної категорії до вихователя переважно залежить від сформованості мотивації до навчання і допитливості (А. Сагідова) [11]. Стан неадекватного міжособистісного сприймання в дітей із ЗПР і їхнє негативне ставлення до суб'єктивно значущого дорослого мають специфічні особливості, зумовлені структурою їхнього дефекту і стилем педагогічного спілкування з ними. Стан неадекватного сприймання значущого

дорослого уповільнює темп їхнього міжособистісного і комунікативного розвитку, що, у свою чергу, негативно позначається на їхніх особистісних якостях (О. Улибіна) [13].

Виявлено особливості інтерсуб'єктного компонента комунікативної діяльності у взаємодії з дорослими. У більшості дошкільників із ЗПР провідною формою спілкування є ситуативно-ділова, що в разі нормативного розвитку характерна для дітей раннього віку. Діти, у яких переважали ділові контакти, характеризувалися зверненням по допомогу, підтримку. Водночас діти задовольнялися недиференційованою оцінкою дорослого, цей факт свідчить про те, що їхня потреба у спілкуванні з дорослим обмежується лише увагою до них дорослого. Ці діти з особливим задоволенням складали кубики, звертаючись до дорослого по схвалення власних дій немовленнєвими засобами (міміка, жести). Це вказує на те, що діти дошкільного віку із ЗПР відстають від вікових норм розвитку форм комунікативної діяльності з дорослим, унаслідок цього інтерсуб'єктний компонент комунікативної діяльності функціонує неповноцінно.

Аналіз результатів дослідження дошкільників із ЗПР середнього та старшого дошкільного віку за показником тривалості комунікативної діяльності доводить, що більшість дітей виявили низький рівень тривалості спілкування з дорослим. Це є свідченням того, що в дітей із ЗПР не сформована потреба у спілкуванні з дорослим, а в ситуації комунікативної діяльності, основним суб'єктом якої є дитина із ЗПР, а об'єктом – дорослий, ініціатором комунікативної діяльності виступає останній, постійно намагаючись зацікавити дитину.

Виявлено, що за показником ставлення до вихователя можемо простежити переважання в дітей із ЗПР середнього та старшого дошкільного віку суперечливого та позитивного ставлення. Натомість у дітей із ТПР середнього та старшого дошкільного віку переважає позитивне та рівне ставлення до вихователя. Вказані особливості свідчать, що, найімовірніше, відсоток дітей із ЗПР із переважанням суперечливого ставлення до вихователя порівняно з дітьми із ТПР пов'язаний із тим, що структура стосунків цих родин зумовлена неналежною професійною компетентністю вихователя-дефектолога у сфері взаємодії із сім'ями дошкільників із ЗПР.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абраменкова В. Генезис отношений ребенка в социальной психологии детства : дис. ... докт. психол. наук: 19.00.13. Москва, 2000. 420 с.
2. Баєр О. Розвиток саморегуляції старших дошкільників у взаємодії з однолітками і дорослими: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2008. 21 с.

3. Дудко О. Совершенствование профессиональной компетентности учителя-дефектолога в области взаимодействия с семьями дошкольников с задержкой психического развития : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.03. Москва, 2009. 218 с.
4. Душка А. Дитячо-батьківські відносини як фактор успішного розвитку дитини. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського*. 2011. Вип. 11–12. С. 262–270.
5. Журавлев А. Психология совместной деятельности. Москва : Изд-во «Институт психологии РАН», 2005. 640 с.
6. Захарова А. Профили обучаемости детей-сирот с ЗПР как метод оценки психологической готовности к школьному обучению. *Специальная психология*. 2008. № 4 (18). С. 47–54.
7. Крушная Н. Социально-психологическая специфика отношения родителей к детям старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. Ярославль, 2010. 235 с.
8. Мороз О. Формування міжособистісних взаємин дітей на етапі переходу від старшого дошкільного до молодшого шкільного віку (в умовах навчально-виховного комплексу «школа – дитячий садок») : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2011. 18 с.
9. Омельченко І. Комунікативна діяльність дошкільників із затримкою психічного розвитку: теорія і феноменологія : монографія. Інститут спеціальної педагогіки і психології ім. Миколи Ярмаченка НАПН України. Полтава : ТОВ «Фірма «Техсервіс»», 2018. 498 с.
10. Рузская А. Развитие общения ребенка с взрослыми и сверстниками. *Дошкольное воспитание*. 1988. № 3. С. 37–45.
11. Сагидова А. Специфика эмоциональных отношений к ближайшему окружению учащихся с задержкой психического развития, осложненной астеническими и психопатоподобными проявлениями : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.10. Махачкала, 2003. 169 с.
12. Смирнова Е. Влияние формы общения со взрослым на эффективность обучения дошкольников. *Вопросы психологии*. 1980. № 5. С. 105–112.
13. Улыбина О. Особенности взаимовосприятия педагога и детей с задержкой психического развития в зависимости от стиля педагогического общения : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.10. Москва : РГБ, 2005. 27 с.
14. Хохлачева И. Особенности родительского отношения к дошкольникам с трудностями в общении со сверстниками : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13. Москва, 2010. 155 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ СТРЕСОМ В УМОВАХ СУСПІЛЬНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF STRESS MANAGEMENT IN THE CONDITIONS OF SOCIAL TRANSFORMATIONS

У статті аналізуються та виноситься на розгляд психологічні особливості управління стресом в умовах суспільних трансформацій. Розглядається дефініція поняття «стрес» у сучасних наукових дослідженнях, визначено можливі суспільні й особистісні тригери, які впливають на виникнення стресових ситуацій. Окреслено подальші кроки безпечної адаптації особистості до стресової ситуації. У даному контексті зосереджено увагу на пандемії COVID-19, унаслідок якої сучасне суспільство перебуває у трансформаційному стані.

Розглянуті результати досліджень показали, що респонденти з розвинутими навичками майндфулнес переживають менший стрес і тривогу. Це проявлялось у низькій тривожності щодо пандемії, до вірусу, у них було менше негативних передбачень, якщо людина заразиться вірусом.

Виходячи з теорії трансакційного стресу та психологічної стійкості, перевантаження інформацією також призводить до збільшення ймовірності обміну фейковими новинами через збільшення психологічного напруження особистості. Крім того, стресостійкість особистості має змогу послабити різкі наслідки цього негативного ланцюга впливу, гальмуючи кожен із процесуальних компонентів.

Результати досліджень мають велике значення та виходять за межі суспільних кризових станів і вказують на стійкість особистості, суттєво прогнозують психологічне благополуччя (PWB) як прямо, так і опосередковано. Крім того, сприйнятий дистрес та психологічне благополуччя (PWB) не перебувають в одному континуумі.

Розглянуто арт-терапевтичний напрям, запропоновано психологічні практики щодо управління стресовими ситуаціями, розуміння власних емоційних станів та реакцій. Акцентовано увагу на розвитку навичок майндфулнес, підвищенні резилієнс та збереженні психічного здоров'я особистості.

Отже, узагальнюючи окреслені аспекти, володіння навичками управління стресом є невід'ємною складовою частиною неповторного дизайну життєвого простору особистості, розкриття її внутрішніх ресурсів,

усвідомленості життя, управління ним у період суспільних трансформацій.

Ключові слова: стрес-менеджмент, психічне здоров'я, стресові тригери, резилієнс, майндфулнес.

The article analyzes and considers the psychological features of stress management in the context of social transformations. The definition of the concept of "stress" in modern scientific research is considered and possible social and personal triggers that affect the occurrence of stressful situations were identify. The further steps of safe adaptation of the person to a stressful situation were outline. In this context, the COVID-19 pandemic, in which modern society is in a state of transformation, has received special attention.

This manifested itself in low anxiety about the pandemic, by virus they were less negative predictions if the person gets infect by virus. Based on the theory of transactional stress and psychological stability, information overload will also increase the likelihood of fake news sharing by increasing psychological stress personality. In addition, the resilience of the individual has the opportunity to mitigate the sharp effects of this negative chain of influence, inhibiting each of the procedural components.

The results of research are important and go beyond social crises and indicate resilience, significantly predict psychological well-being (PWB) both directly and indirectly. In addition, perceived distress and psychological well-being (PWB) are not on the same continuum.

The art-therapeutic direction is considered and psychological practices on stress management, understanding of own emotional states and reactions were been offered. Emphasis was been placed on developing mindfulness skills, increasing resilience and maintaining a person's mental health.

This, summarizing the outline aspects, the possession of stress management skills – is an integral part of the unique design of the living space of the individual, the disclosure of its internal resources, awareness of life and its management in a period of social transformation.

Key words: stress management, mental health, stress triggers, resilience, mindfulness.

УДК 159.944.4
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.26>

Фурман В.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології особистості та соціальних практик
Київський університет
імені Бориса Грінченка

Рева О.М.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології особистості та соціальних практик
Київський університет
імені Бориса Грінченка

У процесі постійного розвитку сучасне українське суспільство перебуває у трансформаційному стані, переживає впливи не лише позитивних змін, а й різноманітних тригерів, як-от: соціально-економічна нестабільність, інформаційно-психологічні фейки, пандемія COVID-19 тощо. У таких нестабільних умовах особистість намагається уникнути цих тригерів, прагне стабільності існування та забезпечення підтримки власного психічного здоров'я. У зв'язку із цим пересічна людина постійно перебуває у стресовому стані, що є загрозою фізичному і психічному здоров'ю, її соціаль-

ному благополуччю. Отже, стрес є невід'ємною складовою частиною нашого життя, викликом сьогодення й особистою перешкодою, яку кожен із нас долає з надбанням або певними втратами внутрішніх ресурсів. Тому проблема психологічних особливостей управління стресом в умовах сьогоденних трансформацій потребує психологічного аналізу з урахуванням суспільних змін та перетворень.

Аналіз науково-методичної літератури переконливо свідчить, що проблема управління стресом в умовах суспільних трансформацій є актуальною для сучасного суспільства.

У цьому дослідницькому контенті відомими є наукові розвідки щодо структури конструктивної поведінки у стресовій ситуації (І. Малкіна-Пих, В. Рибалка, Б. Цуканов) [5; 7; 10], дослідження адаптаційного процесу у психології особистості (Г. Балл, Л. Божович, О. Леонтьєв, Ж. Піаже й інші) [1; 2; 7; 10], активізації особистісних потенціалів (М. Мурашко й інші) [6; 8], дослідження механізмів виникнення стресу та специфіки його прояву (С. Figley, M. Horowitz, R. Pitman) [15; 16; 19], дослідження та впровадження окремих засобів арт-терапії (О. Вознесенська, О. Копитін, О. Тараріна й інші) [3; 4; 8].

Натепер актуальним є також дослідження проблеми управління стресовими ситуаціями, спричиненими пандемією COVID-19, яка стала поштовхом людства до розвитку та змін, адаптації та прийняття нових умов існування, корекції власної «картини світу» відповідно до зовнішніх тригерів. Питання лише в тому, наскільки кожен із нас готовий прийняти ці зміни, адаптуватися з мінімальними втратами внутрішніх ресурсів та потенціалом розвиватись у нових умовах сьогодення.

Метою статті є аналіз наукових досліджень психологічних особливостей управління стресом в умовах суспільних трансформацій, окреслення психологічних практик його подолання.

Ганс Сельє у своїх дослідженнях (1946 р.) визначав стрес як неспецифічну реакцію організму у відповідь на дуже сильну дію (подразник) зовні, яка перевищує норму, а також відповідну реакцію нервової системи [14]. Сучасні дослідники у своїх наукових розвідках акцентують більшу увагу на зовнішніх тригерах, що викликають стресові ситуації, докладно аналізують їх, шукають подальші кроки безпечної адаптації до такої ситуації.

Отже, біологічною функцією стресу є адаптація. Тобто стрес, як особливий психофізіологічний стан, забезпечує захист організму від загрозливих тригерів та руйнівних впливів, як психічних, так і фізичних. Тому виникнення стресу означає, що людина включилась у певну діяльність та спрямована протидіяти небезпечним для неї впливам. А стрес-менеджмент – це сукупність способів, які дозволяють впоратися зі стресовою ситуацією, або методи управління стресом, що дозволяють повертати втрачену рівновагу, активізувати внутрішній ресурс та зберігати психічне здоров'я особистості.

Одним з актуальних векторів досліджень поняття «стрес» є аналіз взаємозв'язку майндфулнес та психічного здоров'я особистості. Науковці досліджували реакцію респондентів на стресові чинники, а саме пандемію COVID-19 (“Trait mindfulness is negatively associated with distress related to COVID-19”, Amanda J. Dillard, Brian P. Meier, 2021 р.). Результати дослідження показали, що респонденти з роз-

винутими навичками майндфулнес переживають менший стрес і тривогу. Це проявлялось у низькій тривожності щодо пандемії, вірусу, у них було менше негативних передбачень, якщо людина заразиться вірусом. Якщо в респондента наявні високо розвинуті навички майндфулнес, то він обирає більш позитивні стратегії боротьби з коронавірусом. Ці дані узгоджуються з дослідженнями, які показали, що ті, хто мислить і діє більш усвідомлено та критично, менш напружені та тривожні. У контексті реального, нового стресового чинника це дослідження робить вагомий внесок у розроблення практичних кроків щодо розвитку навичок майндфулнес [12].

Наступний вектор досліджень присвячено інформаційним фейкам. В епоху діджиталізації суспільства людство потрапляє в незахищене інформаційне поле. За відсутності певного рівня критичного мислення, наявності маніпуляцій із суспільною свідомістю сучасна особистість є перевантаженою фейковою інформацією і реагує на неї стресовими реакціями, підвищеною тривожністю, агресивністю, «тунельним» мисленням, психосоматичними розладами тощо (“Information overload and fake news sharing: A transactional stress perspective exploring the mitigating role of consumers’ resilience during COVID-19”, Alena Bermes, 2021 р.). Поточна криза, що пов'язана з пандемією COVID-19, підсилила негативні поведінкові реакції суспільства, оскільки фейкові новини під час кризи можуть спонукати особистість також до ірраціональної панічної поведінки, наприклад придбання ліків без показань або вживання медичних заходів без потреби.

Виходячи з теорії транзакційного стресу та психологічної стійкості, дослідження науковців показало, що перевантаження інформацією призводить до збільшення ймовірності обміну фейковими новинами через збільшення психологічного напруження особистості. Крім того, дослідження показує, що стійкість особистості (resilience) має змогу послабити різкі наслідки цього негативного ланцюга впливу, гальмуючи кожен із процесуальних компонентів. Результати дослідження мають велике значення та виходять за межі суспільних кризових станів. Варто вживати заходів для підвищення психологічної стійкості суспільства перед техногенними стресовими факторами, водночас змінювати інформаційне середовище [13].

Нова пандемія коронавірусної хвороби (COVID-19) спричинила кризу, яка сильно вплинула на маси, особливо на студентську молодь у всьому світі, підштовхнула науковців до прицільних наукових розвідок щодо стресу й управління ним саме у студентському середовищі. Цей вектор досліджень стосується чинників, що впливають на психологічне благополуччя студентів вищих

навчальних закладів під час пандемії (“Resilience and Psychological Well-Being of Higher Education Students During COVID-19: The Mediating Role of Perceived Distress”, Sarita Sood, Ananya Sharma, 2021 р.). Було використано опитування в поперечному зрізі з використанням анкети. Отримані результати вказують на стійкість (resilience), суттєво прогноують психологічне благополуччя (PWB) як прямо, так і опосередковано. Крім того, дослідження показало, що сприйнятий дистрес та психологічне благополуччя (PWB) не перебувають в одному континуумі. Це дослідження робить суттєвий внесок у теорію психічного здоров'я та його зміцнення. Отримані результати мають кілька практичних наслідків для психологічних консультантів та працівників галузі психічного здоров'я, пов'язаних із сектором вищої освіти, що дасть їм кращі можливості для розроблення практичних рекомендацій для підвищення стійкості студентів на тлі важливості як позитивного, так і негативного психічного здоров'я під час спалаху захворювань [20].

Розглянувши різновекторні наукові дослідження психологічних особливостей управління стресом, можна впевнено сказати, що пандемія COVID-19 та її наслідки сформуливали нове коло наукових розвідок та міцно тримають увагу дослідників. Нині актуальною темою є не лише сучасне бачення та дослідження стресу, стресових тригерів, головний акцент пропонується робити на управлінні стресом (стрес-менеджмент).

Розглянуті наукові дослідження дали можливість виділити основні психологічні особливості управління стресом, вектори його подолання в умовах суспільних трансформацій (рис. 1). Для нейтралізації й управління стресом існує класифікація методів оптиміза-

ції функціональних станів. Усі методи поділяються на організаційні і психопрофілактичні. Організаційна група методів направлена на: раціоналізацію процесів праці шляхом складання оптимальних алгоритмів роботи, забезпечення зручних тимчасових лімітів тощо; розроблення оптимальних режимів праці та відпочинку; створення сприятливого соціально-психологічного клімату в колективі; підвищення моральної та матеріальної зацікавленості в результатах праці.

Друга група методів (психопрофілактичні) спрямована на функціональний стан особистості. Вона включає в себе такі психологічні практики, як: арт-терапія, покращення навичок майндфулнес, розвиток резілієнс тощо.

З окреслених теоретичних аспектів розуміємо, що кожна особистість повинна розвивати резілієнс (стійкість, «пружність» до стресу) – процес адаптації до життєвих негараздів, травм, трагедій, стресових тригерів. Додатковими чинниками, що зміцнюють резілієнс, є: розвиток у собі здатності ставити реалістичні плани та робити кроки щодо їх здійснення; намагатись позитивно сприймати себе, розвивати впевненість у собі та своїх силах; удосконалювати навички спілкування та вирішення проблем; розвивати в собі здатність управляти сильними емоційними почуттями й імпульсами.

Виклики сьогодення підштовхують нас до емоційного реагування на стресові тригери. Одним із векторів психологічних практик є розвиток емоційного інтелекту (далі – EI) особистості, а саме його складових частин (управління власними емоціями й емоційна обізнаність, розуміння емоцій, позиції та потреб іншої людини). Під емоційним інтелектом розуміємо інтегративну властивість особистості, що бере



Рис. 1. Управління стресом в умовах суспільних трансформацій

участь в усвідомленні та розумінні власних емоцій і емоцій оточення [9; 11].

У цьому контексті пропонуємо використовувати індивідуальні психологічні техніки, наприклад: не фокусуватись на негативних емоціях; відрефлексовувати емоції, що переживаються; спробувати пожартувати над собою, сказати собі, що це не варто здоров'я, гумор завжди рятує в неприємній ситуації.

Як рекомендації пропонуємо набір простих практичних інструментів, за допомогою яких особистість може покращити власний емоційний стан «тут і зараз», заглибитись у вирій власних емоцій, підключивши повний спектр рефлексивних процесів, що позитивно вплине на загальний стан її психічного здоров'я.

Рефлексивно-емоційна вправа «Тут і зараз». Ця вправа спрямована на розуміння своїх почуттів. Вам потрібно дати відповіді на питання, щоб з'ясувати, наскільки Ви розумієте власні почуття:

- Яку емоцію я зараз відчуваю?
- «Тут і зараз» ця емоція корисна для мене?
- Як часто впродовж дня я відчуваю цю емоцію?

Відповіді краще записувати для подальшого рефлексивного аналізу. Описуйте лише ті емоції, які Ви відмітили у себе під час читання питань.

Ця вправа допоможе запустити процес особистісної рефлексії, якщо робити її регулярно та в ситуаціях різної емоційної забарвленості. Так Ви звикнете приділяти увагу своїм почуттям, мінімізувати реагування на стрес.

Вправа «Мій емоційний день». Ця вправа спрямована на розуміння себе. Упродовж дня рекомендується записувати всі свої емоції та події, що їх викликали. Для кращої візуалізації можна робити кольорові позначки для визначення кольору емоцій фломастерами, олівцями, використовувати відповідні стікери, «emoji face» тощо. У кінці дня можна спеціально збільшити позитивні відмітки, на негативних або з малою кількістю відміток подій. Це дасть розуміння, що подія сама собою – нейтральна, а наші емоції – це лише наша реакція на неї.

Вправа «Моє емоційне дихання». Сядьте зручніше і зосередьте увагу на диханні. Зробіть спокійний вдих на 4 рахунки, затримайте дихання на 4 рахунки, видихніть на 4 рахунки. Збільшуйте рахунок до 8 разів. Дихайте так, поки не відчуєте, що відновили свій емоційний стан. Усвідомте відновлення свого емоційного стану. Зафіксуйте цей момент.

Йога, медитація, дихальні вправи – усе це фокусує нас на фізичному стані, внутрішніх емоційних переживаннях, переключає від стресу, тривоги, гніву, агресії тощо.

У 1979 р. доктор біології, професор Масчачусетського університету Джон Кабат-Зінн почав застосовувати на практиці восьмиж-

неву програму зі зниження стресу. Він назвав її «Mindfulness – Based Stress Reduction (MBSR)».

Майндфулнес – це безоціночне усвідомлення тривалого моменту теперішнього часу, що допомагає розпізнати свої думки, почуття і дії в момент їх виникнення без переходу в режим автоматичних реакцій. Найбільш просто визначення використовується в «Institute for Meditation and Psychotherapy»: «Mindfulness – обізнаність про теперішній момент із його прийняттям» [17].

Майндфулнес допомагає сформувати такі навички: концентрації уваги, усвідомлення (думок, емоцій, почуттів, тілесних проявів), бути «у моменті» / «бути тут і зараз», децентрації (можливість погляду з боку), відкритість досвіду, прояви стресових реакцій у тілі, зупинки румінації / нав'язливих негативних думок.

Отже, розвиток навичок майндфулнес не тільки позитивно вплине на розуміння власних емоцій, а й розвине стійкість до стресів, нівелює реакцію особистості на тригери та підсилить розкриття внутрішніх ресурсів.

Ще одним із напрямів подолання наслідків стресу, розвитку резілієнс, внутрішнього ресурсу, підтримки психічного здоров'я особистості тощо, безперечно, є арт-терапія. Арт-терапія – це вид психотерапії та психологічної корекції, заснований на мистецтві та творчості. Уперше цей термін ужито Андріаном Хіллом у 1938 р., незабаром він набув поширення. Натепер цей напрям активно розвивається та поширюється [3; 8].

Як приклад розглянемо такі вправи, призначені для індивідуальної форми арт-терапії подолання стресів:

– *колаж / колажування* – дає можливість арт-терапевту оцінити поточний психологічний стан клієнта, визначити найбільш тривожні його переживання, заблоковані ресурси. Основні характеристики створення колажу: робиться акцент на позитивних емоційних переживання особистості, дозволяє максимально розкрити потенційні можливості;

– *робота із глиною* – під час роботи із глиною клієнт дає вихід своїм емоціям, висловлює накопичені переживання «тут і зараз» [18].

Окремим напрямом в арт-терапії є вправи з роботи з ефектами. Вони сприяють роботі самопізнання, освоєнню нових способів поведінки в незнайомих і нестандартних ситуаціях. Дані техніки роботи відносять до технік аналізу глибинного несвідомого, тематика роботи вибирається за бажанням клієнта і не має обмежень. Основним досягненням даних вправ є їхня здатність актуалізувати сильні фантазії, переживання клієнта, його страхи та почуття тощо.

Коротко розглянемо основні вправи з роботи з ефектами, що застосовуються професійними арт-терапевтами у своїй діяльності:

– *малювання на мокрому папері* – на попередньо змоченому аркуші паперу за допомогою акварелі наноситься малюнок. Бажано використання максимально можливої палітри кольорів. Клієнт спостерігає за тим, як кольори змішуються один з одним, окреслює свої почуття, що виникають у процесі спостереження. У кінці відбувається аналіз малюнка спільно з арт-терапевтом;

– *контрастний малюнок* – в одній композиції клієнт повинен об'єднати контрастні форми, кольори і стилі, створивши яскравий малюнок. Суть полягає в тому, щоб у процесі створення малюнка кардинально поміняти стратегію роботи на протилежну;

– *чорнильні плями* – клієнт бере до рук тонкий аркуш паперу, капає на нього кілька крапель чорнила і складає навпіл. Далі клієнт розгортає папір і аналізує отриманий образ, спостерігає за своїми почуттями. Результати роботи обговорюються з арт-терапевтом [4].

Арт-терапевтичних технік існує велике розмаїття, кожен арт-терапевт підбирає відповідні варіанти побудови психотерапевтичної сесії під запит клієнта, його особливості, можливості тощо. Арт-терапія допоможе «відпрацювати» негативні емоційні стани, які були викликані стресовою ситуацією, та сфокусує на подоланні бар'єрів, що блокують розкриття/використання внутрішнього ресурсу особистості.

У результаті проведеного теоретичного дослідження було розглянуто психологічні особливості управління стресом в умовах суспільних трансформацій. Сучасні дослідники у своїх наукових розвідках акцентують більшу увагу на зовнішніх тригерах, що викликають стресові ситуації, докладно аналізують їх, шукають подальші кроки безпечної адаптації особистості до такої ситуації.

Запропоновано психологічні практики щодо управління стресовими ситуаціями, розуміння власних емоційних станів та реакцій. Розглянуто арт-терапевтичний напрям, акцентовано увагу на розвитку навичок майндфулнес, підвищенні резилієнс та збереженні психічного здоров'я особистості.

Отже, узагальнюючи окреслені аспекти, володіння навичками управління стресом (стрес-менеджмент) є невід'ємною складовою частиною неповторного дизайну життєвого простору особистості, розкриття її внутрішніх ресурсів, усвідомленості життя, управління ним у період суспільних трансформацій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Балл Г.А. Понятие адаптации и его значение для психологии личности. *Вопросы психологии*. 1989. № 1. С. 92–100.

2. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе. *Вопросы психологии*. 2007. № 4. С. 23–24.

3. Вознесенська О.Л. Медіаарттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми. Київ, 2020. 124 с.

4. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 368 с.

5. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Москва : Эксмо, 2005. 960 с.

6. Мурашко М.І. Менеджмент персоналу. Київ, 2008. 435 с.

7. Рибалка В.В. Теорії особистості у вітчизняній психології та педагогіці : навчальний посібник. Одеса, 2009. 575 с.

8. Тарарина Е.В. Глубинная арт-терапия: практики трансформаций. Киев, 2017. 240 с.

9. Фурман В.В. Психологічні особливості взаємозв'язку емоційного інтелекту та креативності студента. *Вісник післядипломної освіти* : збірник наукових праць. 2020. Вип. 13 (42). С. 99–114.

10. Цуканов Б.И. Время в психике человека : монография. Одесса : Астро-принт, 2000. 220с.

11. Штайнер К. Емоційна грамотність. Київ : ТОВ «НВП «Інтерсервіс»», 2016. 303 с.

12. Dillard Amanda J., Meier Brian P. Trait mindfulness is negatively associated with distress related to COVID-19. *Personality and Individual Differences*. 2021. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886921003305?via%3Dihub>.

13. Bermes A. Information overload and fake news sharing: A transactional stress perspective exploring the mitigating role of consumers' resilience during COVID-19. *Journal of Retailing and Consumer Services*. 2021. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0969698921001211?via%3Dihub>.

14. Coleman L.S. Stress repair mechanism activity explains inflammation and apoptosis. *Advances in Bioscience and Biotechnology*. 2012. P. 459–503.

15. Figley C.R. Review of Post-Traumatic Stress Disorders: Concepts and Therapy by William Yule. *Traumatology*. 2001. P. 32–34.

16. Horowitz M.J., Ewert M., Milbrath C.M. States of Emotional Control During Psychotherapy. *J. Psychotherapy Research and Practice*. 1996. P. 20–25.

17. Kabat-Zinn J. Full Catastrophe Living: How to Cope with Stress, Pain and Illness Using Mindfulness Meditation. Bantam Books, 2013. 720 p.

18. Keller D., Zurfluh H.R., Widmer R. Prozessorientiertes Therapeutisches Malen und Gestalten Praxisorientiertes Lehrbuch über die Anwendung kunsttherapeutischer und kunstorientierter Methoden in Beratung und Therapie. Herstellung und Verlag : BoD – Books on Demand, Norderstedt, 2017. 180 s.

19. Biological studies of post-traumatic stress disorder / Roger K. Pitman et al. *Nature Reviews Neuroscience*. 2012. Vol. 13. P. 769–787.

20. Sood S., Sharma A. Resilience and Psychological Well-Being of Higher Education Students During COVID-19 : The Mediating Role of Perceived Distress. *Journal of Health Management*. 2020. Vol. 22. P. 606–617.

ОСОБЛИВОСТІ ШЛЮБНИХ СТОСУНКІВ У СІМ'ЯХ, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ ІЗ КОМПЛЕКСНИМИ ПОРУШЕННЯМИ РОЗВИТКУ

FEATURES OF MARRIAGE RELATIONS IN FAMILIES RAISING CHILDREN WITH COMPLEX DEVELOPMENTAL DISORDERS

У статті аналізуються та виноситься на розгляд психологічні особливості управління стресом в умовах суспільних трансформацій. Розглядається дефініція поняття «стрес» у сучасних наукових дослідженнях, визначено можливі суспільні й особистісні тригери, які впливають на виникнення стресових ситуацій. Окреслено подальші кроки безпечної адаптації особистості до стресової ситуації. У даному контексті зосереджено увагу на пандемії COVID-19, унаслідок якої сучасне суспільство перебуває у трансформаційному стані.

Розглянуті результати досліджень показали, що респонденти з розвинутими навичками майндфулнес переживають менший стрес і тривогу. Це проявлялось у низькій тривожності щодо пандемії, до вірусу, у них було менше негативних передбачень, якщо людина заразиться вірусом.

Виходячи з теорії транзакційного стресу та психологічної стійкості, перевантаження інформацією також призводить до збільшення ймовірності обміну фейковими новинами через збільшення психологічного напруження особистості. Крім того, стресостійкість особистості має змогу послабити різкі наслідки цього негативного ланцюга впливу, гальмуючи кожен із процесуальних компонентів.

Результати досліджень мають велике значення та виходять за межі суспільних кризових станів і вказують на стійкість особистості, суттєво прогнозують психологічне благополуччя (PWB) як прямо, так і опосередковано. Крім того, сприйнятий дистрес та психологічне благополуччя (PWB) не перебувають в одному континуумі.

Розглянуто арт-терапевтичний напрям, запропоновано психологічні практики щодо управління стресовими ситуаціями, розуміння власних емоційних станів та реакцій. Акцентовано увагу на розвитку навичок майндфулнес, підвищенні резілієнс та збереженні психічного здоров'я особистості.

Отже, узагальнюючи окреслені аспекти, володіння навичками управління стресом є невід'ємною складовою частиною неповторного дизайну життєвого простору особистості, розкриття її внутрішніх ресурсів,

усвідомленості життя, управління ним у період суспільних трансформацій.

Ключові слова: стрес-менеджмент, психічне здоров'я, стресові тригери, резілієнс, майндфулнес.

The article analyzes and considers the psychological features of stress management in the context of social transformations. The definition of the concept of "stress" in modern scientific research is considered and possible social and personal triggers that affect the occurrence of stressful situations were identify. The further steps of safe adaptation of the person to a stressful situation were outline. In this context, the COVID-19 pandemic, in which modern society is in a state of transformation, has received special attention.

This manifested itself in low anxiety about the pandemic, by virus they were less negative predictions if the person gets infect by virus. Based on the theory of transactional stress and psychological stability, information overload will also increase the likelihood of fake news sharing by increasing psychological stress personality. In addition, the resilience of the individual has the opportunity to mitigate the sharp effects of this negative chain of influence, inhibiting each of the procedural components.

The results of research are important and go beyond social crises and indicate resilience, significantly predict psychological well-being (PWB) both directly and indirectly. In addition, perceived distress and psychological well-being (PWB) are not on the same continuum.

The art-therapeutic direction is considered and psychological practices on stress management, understanding of own emotional states and reactions were been offered. Emphasis was been placed on developing mindfulness skills, increasing resilience and maintaining a person's mental health.

This, summarizing the outline aspects, the possession of stress management skills – is an integral part of the unique design of the living space of the individual, the disclosure of its internal resources, awareness of life and its management in a period of social transformation.

Key words: stress management, mental health, stress triggers, resilience, mindfulness.

УДК 159.9:61+616.89

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.27>

Шевчук В.В.

к.психол.н.,

доцент кафедри психології

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

У зв'язку зі зміною сімейних функцій у сучасному суспільстві проблема якості шлюбу стає центральною під час дослідження сім'ї. У психологічних дослідженнях основний акцент робиться на задоволеність шлюбом. Більшість фахівців визначають її як внутрішню суб'єктивну оцінку, ставлення подружжя до власного шлюбу [1].

Подружня адаптація, як узгодженість взаємодії подружжя на соціальному, психологічному, соціально-психологічному та біологічному рівнях, торкається всіх сторін життя і взаємин у сім'ї, як зазначає О.О. Полоухіна,

та є наслідком правильного функціонування сім'ї [2, с. 144].

Народження будь-якої дитини з погляду системної сімейної теорії є стресом, який змушує змінитися сімейну систему для його подолання. Народження неповносправної дитини – ще більший стрес, бо до звичайних змін додається шок від поставленого діагнозу, додаткові турботи з догляду за дитиною, почуття сорому перед суспільством, почуття провини, потреба в додатковому матеріальному забезпеченні тощо [3, с. 63].

Переживання батьків у зв'язку з народженням хворої дитини мають глибокий характер, зберігаються тривалий час і загострюються постійними труднощами, з якими стикається сім'я. Усе це позначається на стосунках подружжя [4, с. 577].

Унаслідок стресу в подружніх стосунках виникають конфлікти. Особливо страждають психоемоційна й інтимна сфери. Найчастіше порушуються і спотворюються рольові позиції в сім'ї, утруднюється виконання її основних функцій [5, с. 121].

З народженням дитини змінюється сімейне життя, стосунки між подружжям. Саме цей період є найбільш важким (M.A. Roach, G.I. Orsmond, M.S. Barratt, 1999 р.). І тут дуже багато залежить від подружжя. Результат відносин багато в чому залежить від сімейної ситуації, що склалася до народження хворої дитини. Якщо відносини були хорошими, то прогноз значно краще. У тому разі, коли взаємини були поганими, народження хворої дитини є лише приводом для розлучення [6, с. 423].

В.М. Целуйко виділяє також випадки так званих прихованих розлучень, коли сім'я формально збережена, але батько живе окремо, виправдовує це життєвою необхідністю [7, с. 72].

М.І. Мушкевич установлено, що матерям дітей із комплексними порушеннями розвитку властиві відчуття нестабільності, підозрливості, недовіра, труднощі у спілкуванні та взаємодії з іншими, тривога, страх, імпульсивність, пасивність, емоційна й інтелектуальна незрілість, сексуальні проблеми, холодність стосунків, ригідність, напруження, схильність до уникання проблем, невпевненість, зневіра в собі. Чоловічій частині членів сімей із проблемними дітьми властиві такі характеристики особистісно-сімейного функціонування, як відчуття нестабільності, підозрливості, недовіра, труднощі у спілкуванні та взаємодії з іншими, тривога, страх, задоволеність собою, імпульсивність, пасивність, емоційна й інтелектуальна незрілість, готовність до роботи над проблемами, холодність стосунків, ригідність, напруження, порушення в соціально-психологічній адаптації, схильність до уникання проблем, сильніший уклад психіки за фокусуванням, але водночас і слабший за часом збереження сили; чітке, оперативне й ефективне спрямування [8, с. 274].

Дослідження В. Trute, D. Hiebert-Murphy підтвердило важливість шлюбних відносин для подружжя, які виховують дитину з відхиленнями в розвитку: чим краще були стосунки між подружжям, тим менший був рівень напруги, пов'язаний із вихованням дитини, що, у свою чергу, позитивно позначалося на сімейній ситуації загалом [9, с. 272].

Підвищена тривожність, напруженість такої матері негативно позначаються і на вихованні

дитини, і на атмосфері в сім'ї загалом. Водночас велике значення має поведінка батька. Від нього багато в чому залежить емоційний стан матері, її душевна рівновага. Якщо батько включений у ситуацію, надає моральну підтримку дружині та допомогу у вихованні дитини, то сімейні стосунки залишаються стабільними та навіть зміцнюються.

У нашому емпіричному дослідженні взяли участь 152 батьків, які виховують дітей зі складними мовленнєвими вадами та розумовою відсталістю, 136 батьків дітей із порушеннями опорно-рухового апарату й олігофренією, 184 батьків, які мають дітей без вад розвитку.

У таблиці 1 наведені середні значення за шкалами семантичного диференціала; «Яким я бачу наш шлюб до народження дитини», «Яким я бачу наше подружнє життя зараз» і «Якими б мені хотілося, щоб були наші стосунки із чоловіком (дружиною)», де основна група (чоловік і жінка, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку) та контрольна група (чоловіки та жінки, які виховують дітей без вад у розвитку).

У результаті проведення аналізу представлених даних можна відзначити такі моменти: подружні стосунки до народження дитини і в основний, і в контрольній групах оцінюються подібним чином (достовірних відмінностей за такими чинниками, як «Оцінка», «Сила», «Активність», не виявлено). Водночас оцінка стосунків між подружжям натепер істотно відрізняється ($p < 0,01$ для факторів «Оцінка», «Сила» й «Активність»), тобто батьки основної групи оцінюють свої подружні стосунки як менш сприятливі, менш активні, що приносять менше позитивних емоцій.

В основній групі відносини між подружжям натепер оцінюються значно гірше, ніж до народження дитини, тоді як у контрольній групі відносини натепер оцінюються як більш позитивні. Водночас розрив між бажаними та реальними взаєминами в основній групі набагато більше, ніж у контрольній.

У результаті проведеного аналізу відмінностей у баченні подружніх стосунків чоловіками та жінками і виду патології дитини були отримані такі дані.

У таблиці 2 наведені середні значення за шкалами семантичного диференціала: «Яким я бачу наше подружнє життя до народження дитини», «Яким я бачу подружнє життя зараз» і «Яким би мені хотілося, щоб були наші стосунки із чоловіком».

Згідно із представленими даними, подружні стосунки до народження дитини оцінюються жінками подібним чином (достовірних відмінностей за фактором «Оцінка» не виявлено). Тоді як подружні взаємини натепер оцінюються жінками основної групи значно гірше

Таблиця 1

Особливості сприйняття шлюбних стосунків батьками, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку, та батьками дітей без вад розвитку

Шкали	Середнє значення у групі батьків		Достовірність розбіжностей
	Основна група	Контрольна група	
Фактор «Оцінка»			
Подружнє життя до народження дитини з комплексними порушеннями розвитку	13,82	13,88	–
Подружнє життя зараз	6,55	15,27	$p < 0,01$
Бажані стосунки	16,13	18,46	$p < 0,01$
Фактор «Сила»			
Подружнє життя до народження дитини з комплексними порушеннями розвитку	10,05	9,93	–
Подружнє життя зараз	5,24	12,24	$p < 0,01$
Бажані стосунки	13,97	15,14	$p < 0,01$
Фактор «Активність»			
Подружнє життя до народження дитини з комплексними порушеннями розвитку	10,02	10,73	–
Подружнє життя зараз	3,86	12,67	$p < 0,01$
Бажані стосунки	10,53	15,24	$p < 0,05$

($p < 0,01$ за всіма чинниками семантичного диференціала для кожної підгрупи).

Жінки контрольної групи бачать свої подружні стосунки натеper більш задовільними, більш стабільними, ніж до народження дитини. Матері дітей з порушеннями опорно-рухового апарату й олігофренією, порівняно із жінками, які мають дітей із складними мовленнєвими порушеннями та розумовою

відсталістю, оцінюють свої подружні стосунки натеper значно гірше ($p < 0,01$ за фактором «Оцінка»), хоча змістовна оцінка взаємин суттєво не відрізняється (достовірних відмінностей за факторами «Сила», «Активність» не виявлено). Жінки основної групи бачать свої подружні стосунки натеper менш стабільними, емоційно теплими, активними, ніж до народження дитини, причому жінками з дітьми

Таблиця 2

Особливості сприйняття шлюбних стосунків жінками, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку, та жінками, які виховують дітей без вад розвитку

Шкали	Матері дітей		
	ПОРАО	СМПО	Без вад розвитку
Фактор «Оцінка»			
Подружнє життя до народження дитини з комплексними порушеннями розвитку	13,22	13,14	13,37
Подружнє життя зараз	6,09	0,92	14,98
Бажані стосунки	16,26	14,37	17,89
Фактор «Сила»			
Подружнє життя до народження дитини з комплексними порушеннями розвитку	8,26	11,18	8,02
Подружнє життя зараз	3,94	5,65	12,01
Бажані стосунки	13,78	11,83	13,19
Фактор «Активність»			
Подружнє життя до народження дитини з комплексними порушеннями розвитку	7,24	5,88	8,43
Подружнє життя зараз	3,47	4,03	11,01
Бажані стосунки	10,84	6,74	13,82

з ПОРАО такі зміни у взаєминах сприймаються більш болісно.

Образ ідеальних подружніх стосунків у кожній із підгруп матерів дітей із комплексними порушеннями розвитку значно відрізняється від тих відносин, що мають місце натеper. Для жінок, які виховують дітей із порушеннями опорно-рухового апарату, образ ідеальних стосунків практично збігається з уявленнями про ті відносини, що були до народження дитини.

У таблиці 3 наведені середні значення за шкалами семантичного диференціала: «Яким я бачу наше подружнє життя до народження дитини», «Яким я бачу подружнє життя зараз» і «Якими би мені хотілося, щоб були наші взаємини із дружиною».

Згідно із представленими даними, подружнє життя до народження дитини оцінюється чоловіками загалом схоже (достовірних відмінностей ($p < 0,01$) за фактором «Оцінка» не виявлено), тоді як подружні стосунки натеper оцінюються чоловіками основної групи значно гірше ($p < 0,01$ за всіма чинниками семантичного диференціала для кожної підгрупи).

Чоловіки контрольної групи сприймають подружні стосунки до народження дитини і натеper ідентичними. Подружні стосунки для них також значущі, емоційно стабільні, водночас чоловіки відзначають, що натеper відносини менш активні, ніж до народження дитини.

Чоловіки, які виховують дітей зі складними мовленнєвими вадами та розумовою відсталістю, відзначають погіршення своїх подружніх стосунків натеper порівняно із взаєминами, які вони мали до народження дитини. Своє подружнє життя чоловіки оцінюють як пасивне, яке приносить менше позитивних переживань, і в ідеалі прагнуть до більш стабільних, емоційно близьких стосунків із дружиною.

Батьки дітей із порушеннями опорно-рухового апарату й олігофренією порівняно із чоловіками з дітьми, що страждають на складні мовленнєві вади та розумову відсталість, меншою мірою задоволені своїми подружніми стосунками ($p < 0,01$ за факторами «Оцінка», «Активність», $p < 0,05$ за фактором «Сила»). З народженням дитини емоційне ставлення до подружнього життя значно погіршилося, чоловіки не бачать себе в цих стосунках і фактично усуваються від них. Водночас образ ідеальних стосунків збігається з уявленнями про ті взаємини, що були до народження дитини.

Отже, чоловіки, які виховують дитину з комплексними порушеннями розвитку, оцінюють подружні стосунки натеper як значно гірші, ніж до народження дитини, відзначають, що вони стали менш яскравими і відкритими, менш активними.

Так само були знайдені достовірні відмінності в уявленнях про подружні стосунки між подружжям кожної групи.

Таблиця 3

Особливості сприйняття шлюбних стосунків чоловіками, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку, та батьками дітей без вад розвитку

Шкали	Батьки дітей		
	ПОРАО	СМПО	Без вад розвитку
Фактор «Оцінка»			
Подружнє життя до народження дитини з комплексними порушеннями розвитку	15,03	14,27	15,62
Подружнє життя зараз	9,27	6,08	15,66
Бажані стосунки	17,16	14,55	19,13
Фактор «Сила»			
Подружнє життя до народження дитини з комплексними порушеннями розвитку	11,75	11,53	12,08
Подружнє життя зараз	6,92	5,53	12,54
Бажані стосунки	15,85	11,56	17,58
Фактор «Активність»			
Подружнє життя до народження дитини з комплексними порушеннями розвитку	11,46	7,51	13,61
Подружнє життя зараз	5,05	1,87	12,47
Бажані стосунки	12,11	8,71	16,95

Уявлення про свої шлюбні стосунки у батьків дітей із комплексними порушеннями розвитку

Стосунки зараз	Батьки дітей без вад розвитку			Батьки дітей із ПОРАО			Батьки дітей із СМПО		
	Жін.	Чол.	Достовірна розбіжність	Жін.	Чол.	Достовірна розбіжність	Жін.	Чол.	Достовірна розбіжність
Фактор «Оцінка»	14,98	15,66	$p < 0,01$	6,09	9,27	$p < 0,01$	0,93	6,08	$p < 0,01$
Фактор «Сила»	12,01	12,54	–	3,94	6,92	$p < 0,01$	5,65	5,52	–
Фактор «Активність»	11,01	12,47	$p < 0,05$	3,47	5,05	$p < 0,01$	4,03	1,87	$p < 0,01$

У таблиці 4 представлені середні значення за шкалою «Яким я бачу подружнє життя зараз» і порівняння показників матерів і батьків дітей із комплексними вадами розвитку та без порушень розвитку за допомогою і-критерію Манна – Уїтні.

Згідно з даними, наведеними в таблиці, подружжя контрольної групи мають подібне уявлення про своє подружнє життя. Однак чоловіки бачать ці стосунки більш активними й емоційно приємними, загалом краще оцінюють подружнє життя.

У сім'ях, які виховують дітей зі складними мовленнєвими вадами та розумовою відсталістю, подружжя має різне уявлення про життя у шлюбі натепер. Жінки бачать ці стосунки менш стабільними, менш насиченими й активними, загалом їхнє ставлення до подружніх взаємин гірше.

Подружжя з дітьми з порушеннями опорно-рухового апарату й олігофренією мають різні погляди на стабільність своїх шлюбних стосунків. Емоційне ставлення жінок до подружнього життя значно гірше, ніж ставлення чоловіків. Однак вони бачать ці взаємини більш насиченими та приємними, ніж чоловіки. Чоловіки, на відміну від жінок, приймають дані стосунки, але водночас емоційно та фізично «випадають» із них.

Отже, наявні відмінності в уявленні про шлюб серед членів подружжя: жінки меншою мірою задоволені стосунками із чоловіком. І якщо в контрольній групі уявлення про подружні взаємини близькі, то серед подружжя з дітьми, які мають комплексні порушення розвитку, існують значні відмінності між тим, як бачить ці стосунки кожен із подружжя.

У результаті проведеного дослідження були виявлені відмінності у сприйнятті шлюбних стосунків серед подружжя, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку: у сім'ях, які виховують дитину з порушеннями опорно-рухового апарату й олігофренією, жінки оцінюють подружні стосунки гірше, ніж

чоловіки; образ ідеальних взаємин для кожного з подружжя далекий від наявних натепер; подружжя, які виховують дитину зі складними мовленнєвими вадами та розумовою відсталістю, однаково оцінюють стабільність своїх стосунків. Водночас жінки незадоволені емоційним змістом взаємин із чоловіком, чоловіків же більшою мірою не влаштовує сексуальний бік подружніх стосунків. Для кожного з подружжя уявлення про ідеальні стосунки максимально наближені до сприйняття взаємин, які були до народження дитини.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андреева Т.В. Семейная психология : учебное пособие. Санкт-Петербург : Речь, 2004. 244 с.
2. Полоухина Е.А. Особенности семейного микроклимата в семьях с детьми-инвалидами. *Вестник Санкт-Петербургского университета*. Серия 12. 2008. Вып. 3. С. 143–148.
3. Зарецкая Н.Ю., Бурк О.А. Ребенок с особыми потребностями в семье: системный семейный подход. *Семейная психология и психотерапия*. 2006. № 1. С. 62–74.
4. Taanila A., Kokkonen J., Jarvelin M.R. The long-term effects of children's early-onset disability on marital relationships. *Developmental Medicine & Child Neurology*. 1996. Vol. 38. № 7. P. 567–577.
5. Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия. Санкт-Петербург : Речь, 2003. 336 с.
6. Roach M.A., Orsmond G.I., Barratt M.S. Mothers and fathers of children with Down syndrome: Parental stress and involvement in childcare. *American Journal on Mental Retardation*. 1999. Vol. 104. P. 422–436.
7. Целуйко В.М. Психология неблагополучной семьи: книга для педагогов и родителей. Москва : Владос-Пресс, 2006. 272 с.
8. Мушкевич М.І. Психологічний супровід сімей, що мають проблемних дітей : монографія. Луцьк : Вежа-Друк, 2019. 456 с
9. Trute B., Hiebert-Murphy D. Family Adjustment to Childhood Developmental Disability: A Measure of Parent Appraisal of Family Impacts. *Journal of Pediatric Psychology*. 2002. Vol. 27. № 3. P. 271–280.

СЕКЦІЯ 4 ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ КЛІМАТ ЯК ЧИННИК ЕФЕКТИВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ГРУПОВОЇ ВЗАЄМОДІЇ SOCIO-PSYCHOLOGICAL CLIMATE AS A FACTOR OF EFFECTIVE PROFESSIONAL GROUP INTERACTION

У статті розкрито особливості професійної групової взаємодії. Зазначено, що ефективність професійної взаємодії багато в чому залежить від особливостей соціально-психологічного клімату. Здійснено теоретичний аналіз проблеми соціально-психологічного клімату в межах психологічної науки, показано, що є низка підходів до розуміння цього поняття. Визначено фактори, які впливають на формування соціально-психологічного клімату в трудовому колективі. Проаналізовано особливості несприятливого та сприятливого соціально-психологічного клімату. Зазначено, що саме сприятливий соціально-психологічний клімат допомагає формуванню групової згуртованості колективу та ефективному виконанню спільної діяльності, тоді як несприятливий соціально-психологічний клімат знижує мотивацію до праці, значно порушує групову взаємодію, погіршує діяльність підприємства загалом. Зазначено, що ефективна професійна взаємодія та сприятливий соціально-психологічний клімат у колективі не виникають самі по собі, а їх потрібно активно формувати. Для формування сприятливого соціально-психологічного клімату необхідним є створення можливостей для професійного та особистісного розвитку членів колективу. Також представлено основні психологічні методи, які сприяють ефективній взаємодії між членами колективу. Зауважено, що особливого значення набуває залучення до роботи з трудовими колективами психологів, які можуть проводити комплексну діагностику колективу з метою оцінки рівня групової згуртованості, статусно-рольової композиції групи, особливостей групової взаємодії та соціально-психологічного клімату. Зазначено, що завдяки проведенню фахівцями соціально-психологічних тренінгів із членами трудового колективу можливим є створення конструктивних відносин; попередження та вирішення проблемних ситуацій, які можуть виникати у процесі виконання спільної діяльності; зняття емоційного напруження у співробітників, профілактика професійного та емоційного вигорання.

Ключові слова: професійна діяльність, професійна групової взаємодія, трудовий колек-

тив, соціально-психологічний клімат, соціально-психологічний тренінг.

The article reveals the features of professional group interaction. It is noted that the effectiveness of professional interaction largely depends on the characteristics of the socio-psychological climate. A theoretical analysis of the problem of the socio-psychological climate in the framework of psychological science is carried out. It is shown that there are a number of approaches to understanding this concept. The factors influencing the formation of the socio-psychological climate in the labor collective have been determined. The features of an unfavorable and favorable socio-psychological climate have been analyzed. It is shown that a favorable socio-psychological climate helps to form group cohesion of the team and contributes to the effective implementation of joint activities. An unfavorable socio-psychological climate reduces motivation to work, significantly disrupts group interaction, and worsens the activities of the enterprise as a whole. It is noted that effective professional interaction and a favorable socio-psychological climate in the team do not emerge by themselves, but need to be actively formed. To form a favorable socio-psychological climate, it is necessary to create opportunities for the professional and personal development of team members. The basic psychological methods that facilitate effective interaction between team members are also presented. It is especially important to involve psychologists, who can carry out a comprehensive diagnosis of the team in order to assess the level of group cohesion, the status-role composition of the group, the characteristics of group interaction and the socio-psychological climate. Conducting social and psychological trainings by specialists with members of the team contributes to the creation of constructive relations; prevention and resolution of problem situations that may arise during the joint activities; removal of emotional stress from employees, prevention of professional and emotional burnout.

Key words: professional activity, professional group interaction, team, socio-psychological climate, socio-psychological training.

УДК 159: 658.3.07
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.28>

Астахов Д.В.
аспірант кафедри психології
Донецький національний університет
імені Василя Стуса

Загальновідомо, що професійна діяльність, будучи однією з форм трудової активності людини, відіграє суттєву роль у процесі самореалізації, самоствердження та саморозвитку особистості. Під час професійного становлення фахівців надзвичайно важливим моментом є перебування у професійному колективі, виконання спільної діяль-

ності та безпосередня взаємодія з іншими людьми. Слід зазначити, що саме досвід професійного співробітництва активно сприяє формуванню фахівця, який розуміє не тільки специфіку професійної діяльності, а й уміє вибудовувати ефективні професійні взаємозв'язки з колегами у процесі виконання спільної діяльності.

Професійна взаємодія – це форма соціальних зв'язків між фахівцями, що реалізується в обміні діяльністю і взаємній дії [2]. Об'єктивною основою взаємодії людей є спільність або розбіжність інтересів, близьких або віддалених цілей, поглядів. Постійна взаємодія окремих індивідів або груп у процесі виконання професійної діяльності в певних умовах зумовлює виникнення специфічних соціальних стосунків, що виявляються в комунікаційних зв'язках між членами професійного колективу, місці і ролі у трудовому процесі. Варто зазначити, що ефективність професійної групової взаємодії будь-якого трудового колективу безпосередньо залежить від того, наскільки раціонально використовуються його ресурси. Наразі найціннішим ресурсом є безпосередньо людина, яка здійснює відповідну професійну діяльність. З огляду на це, головним завданням роботодавця є створення сприятливого соціально-психологічного клімату в колективі на підприємстві як важливої умови ефективності діяльності фахівців, підвищення рівня продуктивності їх праці та професійного розвитку.

Дослідження особливостей соціально-психологічного клімату групи представлено у роботах таких учених, як Г. Андреева, В. Белов, Ю. Ємільянов, Л. Карамушка, Е. Клімов, Л. Корольов, Є. Кузьмін, Г. Ложкін, Н. Мансуров, Б. Паригін, К. Платонов, В. Шепель та ін. Аналізуючи чисельні теоретичні та практичні дослідження, можна вказати на той факт, що більшість дослідників зауважують визначальну роль соціально-психологічного клімату в житті будь-якого колективу, в життєдіяльності кожного члена, в процесі професійної взаємодії.

Ураховуючи значення соціально-психологічного клімату в процесі виконання професійної діяльності, метою нашої роботи став аналіз особливостей соціально-психологічного клімату як чинника ефективної професійної групової взаємодії; визначити шляхи оптимізації соціально-психологічного клімату в трудовому колективі.

Слід зазначити, що нині немає єдиного загальноприйнятого визначення поняття соціально-психологічного клімату, проте більшість науковців мають схожі підходи до його розуміння. Аналіз наукової літератури дозволяє виокремити декілька підходів до розуміння сутності соціально-психологічного клімату колективу. Так, у межах першого підходу (Л.П. Буева, М.М. Обозов, К.К. Платонов) соціально-психологічний клімат розглядається як стан колективної свідомості (клімат як ставлення працівників до колективу). Другий підхід (А.А. Русалінова, А.М. Лутошкін) акцентує увагу на емоційно-психологічному настрої колективу (клімат розуміється як настрої групи людей). Згідно з третім підходом (В.А. Покровський) соціально-психологічний клімат роз-

глядається як характеристика взаємин людей, що перебувають у безпосередньому контакті (клімат як стиль взаємовідносин, комфортність). Із позиції четвертого підходу (Л.М. Коган, В.В. Косолапов, А.М. Щербань) соціально-психологічний клімат розглядається як ступінь єдності колективу, яка відтворюється в соціальній та психологічній сумісності членів групи, їх згуртованості та морально-психологічній єдності, наявності спільних ідей, цілей, звичаїв, традицій (клімат як синонім згуртованості колективу) [6].

У загальному вигляді соціально-психологічний клімат характеризує якісний аспект міжособистісних стосунків, який виявляється у вигляді сукупності психологічних умов, які або сприяють, або перешкоджають продуктивній спільній діяльності і всебічному розвитку особистості в групі. При цьому такий клімат може бути сприятливим, несприятливим, нейтральним та мати позитивний або негативний вплив на окремих членів колективу [11].

Соціально-психологічний клімат відіграє важливу роль, оскільки є результатом міжособистісної взаємодії у колективі, що впливає як на продуктивність праці всього колективу, так і на емоційний стан кожного співробітника [4]. Слід зазначити, що утворення соціально-психологічного клімату відбувається на основі особливостей міжособистісних відносин, які можуть як сприяти, так і перешкоджати продуктивній спільній діяльності та всебічному розвитку працівників

За визначенням філософа та психолога Н.С. Мансурова, соціально-психологічний клімат – це стан групової психіки, зумовлений особливостями життєдіяльності певної групи; це своєрідний сплав емоційного та інтелектуального факторів: установок, відносин, настроїв, почуттів, думок членів групи [8].

У дослідженнях В. Покровського соціально-психологічний клімат групи аналізується за допомогою стилів взаємовідносин людей, що перебувають у безпосередній взаємодії між собою. У процесі формування соціально-психологічного клімату складається система міжособистісних відносин, що визначають соціальне та психологічне самопочуття кожного члена групи. Такого погляду також дотримується Д. Паригін, який розглядає соціально-психологічний клімат як характер відносин між людьми, переважальний тон суспільного настрою в колективі, пов'язаний із задоволенням умов життєдіяльності, стилем, рівнем управління й іншими факторами [8]. Значущість соціально-психологічного клімату визначається також тим, що від нього залежить міра, яку вносить кожний індивід у діяльність, характер її спрямованості, ефективність.

На думку вченого Л.А. Карпенко, соціально-психологічний клімат – це емоційне забарв-

лення особливих психологічних зв'язків усіх членів колективу, що виникає на основі їх загальної симпатії, збігу характерів та інтересів [8].

У дослідженнях О.С. Анасімова соціально-психологічний клімат розглядається як соціально-психологічний феномен, який відображає рівень комфортності існування у спільній діяльності, у груповій взаємодії [6].

На думку Г.О. Швець, соціально-психологічний клімат – це такі умови функціонування колективу, які дозволяють сформувати та вдало підтримувати міжособистісні зв'язки між як колегами, так і керівництвом, щоб забезпечити максимальну ефективну діяльність підприємства [16].

Слід зазначити, що поняття соціально-психологічного клімату не можна ототожнювати з поняттям емоційного стану групи, оскільки клімат визначає більш стійку характеристику групи та групових стосунків, які не так динамічно змінюються, тоді як емоційний стан групи – це характеристика конкретної ситуації групової взаємодії, яка описує те, що відбувається з групою «тут-і-тепер», може швидко змінюватися під впливом зовнішніх і внутрішніх детермінант. Емоційне життя групи є найбільш чутливою сферою щодо будь-яких зовнішніх впливів, «енергетичною основою» групової взаємодії. З іншого боку, воно є джерелом і фокусом дії групових захисних механізмів. Похідним від поняття «емоційний стан групи» є поняття групової напруженості, яке визначає емоційний стан групи в ситуації групової статичності, як правило, у формі нестійкої рівноваги. Групова напруженість характеризується переважно негативним емоційним забарвленням та свідчить про порушення балансу між усвідомлюваними та неусвідомлюваними чинниками, між порівняно вільними груповими емоціями і такими, що стримуються, витісненими. При цьому баланс порушується на користь неусвідомлюваних і витіснених компонентів.

Соціально-психологічний клімат – це домінуючий у конкретному колективі, порівняно стійкий психічний настрій, який формується на основі психічного відображення умов життя і діяльності в міжособистісній взаємодії [11]. Загальновідомо, що психологічний стан кожного працівника може сприяти підвищенню продуктивності й ефективності виконання спільної діяльності, а також може знижувати трудову активність всієї групи. З огляду на це, соціально-психологічний клімат може бути як сприятливим, так і несприятливим.

Так, несприятливий соціально-психологічний клімат характеризується напруженими стосунками в колективі або взагалі відсутністю взаємодії персоналу, що негативно відображається на загальному результаті роботи. Наявні тривалі нерозв'язані конфлікти у колективі негативно впливають на групову

взаємодію, дестабілізують соціально-психологічний клімат у колективі. Аналіз результатів психологічних досліджень свідчить про те, що втрата робочого часу від конфліктних та після конфліктних переживань становить приблизно 15%, а продуктивність праці може знижуватися до 20% [7]. Несприятливий соціально-психологічний клімат призводить до зниження мотивації до праці, зменшення її продуктивності, порушення групової взаємодії членів колективу, погіршення діяльності підприємства загалом.

Сприятливий соціально-психологічний клімат вирізняється ціннісно-орієнтаційною єдністю та згуртованістю колективу, при цьому характерними ознаками є близькі стосунки між співробітниками та високий рівень задоволеності ними учасників виробничого процесу. Усе це забезпечує працездатність працівників, взаємну підтримку в досягненні виробничих цілей, згуртованість колективу, ефективну взаємодію між усіма членами колективу. Слід зазначити, що саме такі умови є підґрунтям для самореалізації та самоствердження особистості, яка задоволена своєю професійною діяльністю, де майже відсутні негативні психологічні переживання, переважають почуття відповідальності, взаємодопомоги та взаємопідтримки між усіма членами колективу.

В умовах сприятливого соціально-психологічного клімату забезпечується максимальне залучення працівників у діяльність підприємства, результатом чого стає продуктивність праці, соціальний розвиток підприємства, а також ступінь реалізованості творчого потенціалу кожного члена колективу [7]. Установлено, що високі результати роботи працівників залежать не тільки від організації діяльності, оснащення, умов праці, а й від характеру групової взаємодії. Саме товариська взаємодопомога, товариськість, переживання позитивних емоцій, взаємоповага у взаєминах є важливими складниками, що характеризують сприятливий соціально-психологічний клімат будь-якого колективу.

Серед основних показників сприятливого соціально-психологічного клімату трудового колективу можна виокремити: оптимальний рівень вимогливості та довіри серед членів колективу один до одного; присутність ділової та доброзичливої критики; можливість вільно виражати власну думку під час обговорення всіх питань взаємовідносин у трудовому колективі підприємства; задоволеність працею на підприємстві; наявність взаємодопомоги на всіх етапах роботи; рівномірна інформованість усіх членів колективу про всі аспекти внутрішнього життя на підприємстві [10].

Отже, позитивний, злагоджений, сприятливий соціально-психологічний клімат у колективі, в організації багато в чому визначає не

тільки ефективність професійної групової взаємодії, а й діяльність організації загалом.

Слід наголосити, що в сучасних умовах створення сприятливого соціально-психологічного клімату (як одного з важливих факторів підвищення професійної групової взаємодії) набуває особливої актуальності. Загальновідомо, що колектив може працювати ефективно за умови, що забезпечено розуміння основних цілей його членами, активна взаємодія, ініціативність у процесі провадження спільної діяльності. Відповідно до цього важливим у процесі керівництва колективом є орієнтація на сумісну діяльність, уважне ставлення до всіх пропозицій та побажань, урахування досвіду співробітників, рівня компетенцій, здійснення заохочення самостійності та самодисципліни [7].

Соціально-психологічний клімат колективу багато в чому породжується міжособистісною взаємодією. Загальновідомим є наслідувальний ефект емоційних станів у процесі міжособистісного спілкування. Настрій однієї людини впливає на настрій іншої, позначається на різноманітних актах поведінки, діяльності, життя людини, зокрема й на виконанні професійної діяльності. Соціально-психологічний клімат виявляється у ставленні людей як одне до одного, так і до загальної справи, до виконання спільної діяльності. При цьому соціально-психологічний клімат розглядається не тільки через призму сукупності ставлення людини до самої себе, оточення, виконуваної роботи та навколишнього світу з урахуванням об'єктивності стану, а й із точки зору можливості виявити це ставлення в реальній комунікації.

Серед основних факторів, які впливають на формування соціально-психологічного клімату в колективі, можна виокремити: соціально-психологічну сумісність членів колективу; зміст праці та ступінь задоволення людей роботою; умови праці та побуту, задоволеність ними; ступінь задоволення характером міжособистісних стосунків між співробітниками; характер комунікації та інформованість колективу; стиль керівництва, особистість керівника, а також те, наскільки він задоволений співробітниками [14].

Загальновідомо, що колектив має вплив на загальну мотиваційну орієнтацію працівників, формує певні риси характеру своїх членів, зокрема взаємоповагу, взаємопідтримку, бажання допомагати одне одному. Характер професійної групової взаємодії залежить від особливостей людських взаємин, спільних позицій та ціннісних орієнтацій окремих членів колективу [11].

Соціально-психологічний клімат утворює переважальну і порівняно стійку атмосферу або психологічний стан колективу, що виявляється у ставленні людей одне до одного та до спільної справи [7]. Залежно від характеру

соціально-психологічного клімату його вплив на членів колективу буде різним: стимулювати до праці, підвищувати настрій, уселяти бадьорість і впевненість або ж діяти гнітюче, знижувати активність та енергійність, призводити до значних виробничих і моральних витрат. Професійна групова взаємодія є важливою не тільки для учасників колективу, а й для керівництва; її особливості позначаються на формуванні певного психологічного мікроклімату в колективі.

Слід зазначити, що ефективна професійна взаємодія та сприятливий соціально-психологічний клімат у колективі не виникають самі по собі, їх потрібно активно формувати. З огляду на це, перед керівництвом будь-якого підприємства (установи) стоїть важливе завдання із запровадження конструктивних шляхів та заходів для ефективного управління колективом.

Невід'ємним складником ефективної професійної взаємодії є цілеспрямований процес розвитку персоналу, що полягає у планомірному і систематичному впливі на працівників шляхом здійснення професійного навчання впродовж їх трудової діяльності в організації з метою досягнення високої ефективності виробництва, підвищення конкурентоспроможності на ринку праці, забезпечення виконання працівниками більш складних завдань на основі максимально можливого використання їх здібностей та потенційних можливостей [3].

У процесі розвитку членів трудового колективу можна виокремити такі складники: набуття додаткових компетенцій під час перепідготовки та підвищення кваліфікації, планування кар'єрного просування, формування та якісна підготовка кадрового резерву. Слід наголосити, що створення можливостей для самореалізації членів колективу та їх професійного зростання покращує соціально-психологічний клімат, умотивованість працівників до праці, знижується ризик виникнення конфліктних ситуацій, забезпечує ефективну та високопродуктивну роботу кожного співробітника.

Професійний розвиток співробітників забезпечує підвищення кваліфікаційного, інтелектуального рівня кожного учасника команди, розширює його ерудицію та комунікативні здібності, адже загальновідомим є такий факт: чим вище інтелектуальний рівень особистості та ширше коло її інтересів, тим краще відбувається комунікативний процес та групова взаємодія [9; 13]. Особливо це стосується опанування сучасних інформаційних технологій та електронних комунікацій. Це може бути навчання працівників додатковими можливостями спілкування через мережу Інтернет, розширення доступу до міжнародних проектів, проведення тренінгів особистіс-

ного зростання, що сприятиме їх ефективній взаємодії та зростанню рівня продуктивності праці, загальному задоволенню від власної професійної діяльності.

Ефективне навчання персоналу та його подальший розвиток також сприяють зменшенню різних бар'єрів у процесі їх взаємодії [1; 5; 9]. Так, наприклад, процес організації навчання може передбачати:

1) запровадження додаткового вивчення іноземних мов;

2) організацію періодичних закордонних стажувань;

3) залучення фахівців, перш за все, психологів, коучів, бізнес-тренерів для проведення різноманітних тренінгів на згуртованість трудового колективу, на покращення соціально-психологічного клімату, на підвищення ефективності взаємодії між членами.

Отже, одним зі шляхів підвищення професійної групової взаємодії є розвиток членів колективу. Створення умов для регулярного навчання співробітників, підвищення рівня їх кваліфікації сприяють задоволеності працею, формує командний дух у колективі, сприяє успішному виконанню професійної діяльності. Проте слід розуміти: якщо особисті цілі членів колективу зодо навчання та підвищення кваліфікації не збігаються з думкою керівництва, яке може нав'язувати працівникам проходження різних курсів, відвідування семінарів, то може відбутися зворотній ефект, який призведе до порушення професійної групової взаємодії.

Із метою покращення професійної групової взаємодії доцільним є також використання низки соціальних та психологічних методів [7]. Так, соціальні методи можуть бути представлені у вигляді:

1) періодичного проведення анкетування з метою отримання інформації щодо актуальних проблем у колективі, труднощів у процесі групової взаємодії;

2) використання різних соціальних експериментів, що передують певним змінам у колективі, як-от зміна оплати праці, заміна керівників тощо;

3) планування соціального розвитку колективу з метою забезпечення підвищення життєвого рівня з дотриманням соціальних нормативів.

До основних психологічних методів покращення групової взаємодії можна зарахувати:

1) методи формування здорового, сприятливого соціально-психологічного клімату в колективі на основі дотримання прав кожної людини;

2) методи формування професійної мотивації співробітників, як-от навіювання, переконання, наслідування;

3) проведення психологічного тестування з метою оцінки індивідуально-психологічних

особливостей співробітників, їх професійно важливих якостей, рівня групової згуртованості;

4) організація і проведення соціально-психологічних тренінгів, семінарів із метою оптимізації соціально-психологічного клімату колективу, підвищення ефективності групової взаємодії, формування комунікативної компетентності співробітників, зниження рівня емоційного напруження, попередження конфліктних ситуацій.

Слід зазначити, що проведення соціально-психологічної діагностики є окремим напрямом роботи з колективом із метою покращення професійної групової взаємодії. Організація та проведення такої діагностики передбачає використання комплексу надійних та валідних методів, за допомогою яких можна оцінити: готовність членів колективу до виконання спільної діяльності; групову згуртованість; статусно-рольову композицію групи, наявність мікрогруп та неформальних лідерів; причини виникнення та джерела соціально-психологічної напруженості; схеми групової взаємодії й інформаційного обміну між співробітниками та різними підрозділами організації; соціально-психологічний клімат у колективі; індивідуально-психологічні особливості співробітників та прогноз поведінки.

У процесі оптимізації соціально-психологічного клімату в колективі та на підприємстві загалом необхідним є вирішення низки ключових завдань: по-перше, формування спільної думки та узгодженості членами колективу норм, які прийняті в колективі та організації загалом; по-друге, створення таких умов, які б забезпечили можливість актуалізації ціннісних орієнтацій співробітників; по-третє, формування та зростання почуття впевненості членів колективу у власних силах та здібностях, формування впевненості, що причетність до організації дозволить краще контролювати власну подальшу долю як фахівця та загальне майбутнє членів усього колективу; по-четверте, проголошення та дотримання принципів рівних можливостей, справедливого розподілу нагороджень, створення довірливої обстановки, що стимулює активну взаємодію між усіма учасниками колективу, їх вільний обмін власними думками, поглядами, знаннями, досвідом; по-п'яте, гнучкість у здійсненні контролю, надання певної автономності у процесі рішення виробничих завдань.

Із метою формування та покращення соціально-психологічного клімату в колективі доцільним є залучення фахівців до проведення соціально-психологічних тренінгів, спрямованих на підвищення культури спілкування та ефективності професійної взаємодії. Загальновідомо, що застосування у роботі з колективом соціально-психологічного тренінгу як методу активного навчання сприяє

збільшенню неформальних зв'язків, створенню дружніх відносин у колективі; вирішенню низки проблемних ситуацій, які можуть виникати у процесі виконання спільної діяльності; зняттю емоційного напруження у співробітників, профілактиці професійного та емоційного вигорання; проясненню для кожної людини її самоцінності, мотивів, життєвих стратегій. Слід зазначити, що завдяки проведенню соціально-психологічного тренінгу кожен учасник професійної групової взаємодії, розкриваючи свою індивідуальність, розуміє, що може залишатися самим собою (навіть під час виконання професійних обов'язків).

Залучення психологів до процесу формування сприятливого соціально-психологічного клімату та підвищення ефективності професійної взаємодії передбачає роботу фахівців у таких основних напрямках, як: 1) діагностування соціально-психологічного клімату як важливого показника професійної групової взаємодії; 2) консультативна робота психолога з оптимізації міжособистісної взаємодії членів колективу, підвищення рівня їх згуртованості; 3) гармонізація ділових та особистісних взаємостосунків; 4) профілактика та розв'язання конфліктних ситуацій; 5) психопрофілактика, психотерапевтична та психокорекційна робота з окремими співробітниками.

Отже, узагальнюючи вищевикладене, можна зробити висновок, що соціально-психологічний клімат є складним явищем, яке поєднує у собі певну систему взаємодії між членами колективу, яка під впливом індивідуальних психофізіологічних особливостей та внутрішньогрупових традицій і стандартів формують колективну свідомість та настрої, а також комплекс психологічних умов, які сприяють або перешкоджають продуктивній спільній діяльності, ефективній професійній взаємодії та всебічному розвитку особистості в групі для досягнення цілей як окремого члена, так і колективу та підприємства загалом. Соціально-психологічний клімат можна розглядати з різних позицій: як взаємини між членами колективу; як стан колективу й окремих його членів; як домінуючий комплекс емоційних станів колективу; як сукупність ставлень людей до соціальної діяльності; як стан колективної свідомості. Особливість соціально-психологічного клімату – те, що він є синергетичним результатом взаємодії всіх членів колективу.

У процесі оптимізації соціально-психологічного клімату (як важливого показника професійної групової взаємодії) доцільним є використання соціально-психологічних методів на всіх рівнях та етапах управління трудовим колективом, що матиме позитивний вплив на формування висококваліфікованого професійного колективу, кожен член якого зможе

реалізовувати власний потенціал на найвищому рівні, в результаті чого підвищиться не тільки ефективність професійної взаємодії, а й результативність діяльності підприємства (або організації) загалом.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробленні та впровадженні програми соціально-психологічного тренінгу, спрямованого на формування сприятливого соціально-психологічного клімату в трудовому колективі фахівців у сфері інформаційно-комунікаційних технологій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Базалійська Н.П., Микитюк С.С. Удосконалення соціально-психологічного клімату на промисловому підприємстві. *Східна Європа: бізнес та управління*. 2017. Вип. 1 (06). С. 24–31.
2. Баршацька Г.Ю., Попович Я.М. Соціальна взаємодія у колективі. Соціологія та соціальна робота в умовах національних та регіональних викликів. Матеріали доповідей та повідомлень міжнародної науково-практичної конференції / За ред. І.В. Козубовської, Ф.Ф. Шандора. Ужгород : ТОВ «РІК-У», 2019. С. 14–15.
3. Богоявленська Ю.В., Суходольська А.С., Ліхачова В.О. Забезпечення ефективної групової динаміки та комунікації в управлінні розвитком персоналу. *Причорноморські економічні студії*. 2017. Вип. 24. С. 94–96.
4. Вертель В.В., Комашня А.О., Федорчук І.В. Соціально-психологічний клімат колективу. *Вісник економіки транспорту і промисловості*. 2021. № 40. С. 292–295.
5. Власова О.І., Никоненко Ю.В. Соціальна психологія організацій та управління : Підручник Київ : Центр учбової літератури. 2010. 398 с.
6. Голубев С.М. Соціально-психологічні складові згуртованості трудового колективу. URL: <http://repository.hneu.edu.ua/bitstream/123456789/24767/1/Голубев%20згуртованість>
7. Зудова І.Ю., Котелевська А.В. Формування сприятливого соціально-психологічного клімату трудового колективу підприємства. *Глобальні та національні проблеми економіки*: електронне наукове фахове видання. 2017. Вип. 20. С. 341–344. URL: <http://global-national.in.ua/archive/20-2017/68.pdf>.
8. Лушина В.Д. Підходи до сутності та структури соціально-психологічного клімату на підприємстві. *Управління розвитком*. 2013. № 12. С. 116–119.
9. Карамушка Л.М. Психологія управління. Київ : Міленіум, 2003. 344 с.
10. Кравець І.М., Совира Н.Р. Соціально-психологічний клімат в трудовому колективі та шляхи його поліпшення «*Modernization of socioeconomic systems: the new economic conditions*» International scientific conference, Sept. 28th, 2016, Kielce, Poland: proceedings of the conference. Kielce: Baltija Publ. Pt. II. P. 73–76.
11. Лескова Л.Ф. Формування сприятливого соціально-психологічного клімату у колективі установи соціальної сфери. *Молодий вчений*. 2017. № 4. С. 98–103.

12. Назарова Г.В., Романов А.Д. Дослідження домінантів соціально-психологічного клімату. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Економічні науки*. 2015. Вип. 14. Ч. 1. С. 79–84. URL: http://www.ej.kherson.ua/journal/economic_14/21.pdf.

13. Почебут Л.Г., Чикер В.А. Организационная социальная психология. Санкт-Петербург : Речь, 2002. 298 с.

14. Пушкар З., Войтович Г. Соціально-психологічний клімат у колективі та чинники, що впливають на його формування. *Українська наука: минуле,*

сучасне, майбутнє. 2013. Вип. 18. С. 133–143. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Un_msm_2013_18_18.

15. Сорока І.А. Позитивний соціально-психологічний клімат як засіб профілактики конфліктів у педагогічному колективі. *Правовий вісник Університету «Крок»*. 2016. № 2. С. 150–154.

16. Швець Г.О. Теоретико-методологічні засади управління соціально-психологічним кліматом трудового колективу на підприємстві. *Теоретичні і практичні аспекти економіки та інтелектуальної власності*. 2018. Вип. 17. С. 174–181. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tpaeiv_2018_17_25

ВПЛИВ ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ ФАХІВЦІВ РИЗИКОНЕБЕЗПЕЧНИХ ПРОФЕСІЙ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

INFLUENCE OF PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITIES OF RISKY PROFESSIONAL PROFESSIONALS ON THE EFFICIENCY OF THE ORGANIZATION OF PROFESSIONAL ACTIVITY

У статті розкривається актуальність психологічного вивчення впливу професійно важливих якостей працівників підрозділів цивільного захисту на ефективність організації виконання професійних завдань в повсякденних, особливих та екстремальних умовах діяльності. Таке вивчення зумовлене все більш зростаючою їх роллю.

Визначається, що рятувальники, постійно стикаючись з необхідністю вирішення несподіваних проблем, які достатньо часто є неоднозначними, повинні організувати свою роботу, приймати рішення цілком усвідомлено в умовах жорсткого дефіциту часу й під впливом екстремальних факторів діяльності, часто перебуваючи у стані підвищеного емоційного і фізичного напруження. Саме тому вміння рятувальника організувати безпосередньо свою діяльність, а також організаційні навички керівників для роботи з особовим складом мають велике значення для успішного виконання професійних завдань в надзвичайних ситуаціях.

Проведене дослідження дозволяє говорити про те, що у високоефективних офіцерів-рятувальників професійно важливі якості з часом стають більш структурованими, тимчасові зв'язки в ході професіоналізації зникають або стають міцнішими, деякі якості об'єднуються в окрему групу (в нашому випадку це усвідомлене планування діяльності, виконання діяльності і відповідальність за неї, готовність до діяльності, пов'язаної з подоланням труднощів, налагодження стосунків у колективі, вміння працювати в команді). Також спостерігається значне підсилення зв'язків. Отже, ми можемо визначити, що процес розвитку офіцера-рятувальника відбувається через перебудову структури його особистісних якостей, що значною мірою впливає на ефективність здійснення ним організаційної частини його професійної діяльності.

Результати дослідження впливу професійно важливих якостей офіцера – рятувальника на ефективність організації службової діяльності, на наш погляд, дозволять оптимізувати процес професійного психологічного відбору фахівців з даної спеціальності, проведення атестації офіцерського складу з огляду на виявлені професійно важливі якості які необхідні для ефективної організації діяльності, тобто дають можливість досягти високих результатів у праці, і визначити психологічні якості, які негативно впливають на ефективність організації професійної діяльності.

Ключові слова: професійно важливі якості, професійна діяльність, екстремальні умови діяльності, готовність до діяльності, пов'язаної з подоланням труднощів, вміння працювати в команді, усвідомлене планування діяльності, аналітичні здібності, критичність мислення.

The article reveals the relevance of the psychological study of the impact of professionally important qualities of civil defense officers on the effectiveness of professional tasks in everyday, special and extreme conditions of activity due to their growing role.

The article reveals the relevance of the psychological study of the impact of professionally important qualities of civil defense officers on the effectiveness of professional tasks in everyday, special and extreme conditions of activity due to their growing role.

It is determined that rescuers, constantly faced with the need to solve unexpected problems, which are often ambiguous, must organize their work, make decisions quite consciously, even in severe time shortages, under the influence of extreme factors, often in a state of heightened emotional and physical exertion. Therefore, the ability of the rescuer to organize their activities directly, the organizational skills of managers to work with personnel, are of great importance for the successful performance of professional tasks in emergencies.

The study suggests that the structure of professionally important qualities in highly effective rescue officers over time becomes more structured, temporary connections, during professionalization disappear, or become stronger, there is a combination of some qualities in a separate group (in our case it is conscious planning of activity, performance of activity and responsibility for it, readiness for activity connected with overcoming of difficulties, establishment of relations in collective, ability to work in a team), also considerable strengthening of communications is observed. Thus, we can determine that the process of development of the officer – rescuer is through the restructuring of the structure of his personal qualities, which significantly affects the effectiveness of his organizational component of his professional activity.

The results of the study of the impact of professionally important qualities of the officer – rescuer on the effectiveness of the organization of service, in our opinion, will optimize the process of professional psychological selection of specialists in this specialty, certification of officers given the identified professionally important qualities necessary for effective organization opportunity to achieve high results in work, and to identify psychological qualities that negatively affect the effectiveness of the organization of professional activities.

Key words: professionally important qualities, professional activity, extreme conditions of activity, readiness for activity connected with overcoming difficulties, ability to work in a team, conscious planning of activity, analytical abilities, critical thinking.

УДК 159.98:167

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.29>

Кучеренко С.М.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології діяльності
в особливих умовах
Національний університет цивільного
захисту України

Кучеренко Н.С.

к.психол.н.,
доцент кафедри практичної психології
Українська інженерно-педагогічна
академія

У сучасному суспільстві задоволення людини своєю професією залежить не тільки від самого процесу праці, а й від зовнішніх

факторів. До них належать умови діяльності, соціально-психологічні особливості колективу, рівень матеріального забезпечення,

престиж і соціальна значущість професії, особливості та якість організації професійної діяльності. Особливо це стосується фахівців ризиконебезпечних професій. При цьому важливе значення має питання розвитку та формування професійно важливих якостей фахівців. Також важливим є вивчення особливостей впливу умов праці на організацію виконання професійних завдань залежності від напрямів професійної діяльності.

Актуальність психологічного вивчення впливу професійно важливих якостей працівників підрозділів цивільного захисту на успішність організації виконання професійних завдань в повсякденних, особливих та екстремальних умовах діяльності зумовлена зростанням їхньої ролі в суспільстві. На відміну від багатьох інших професій діяльність рятувальників пов'язана з дією різноманітних стресогенних факторів, що зумовлені достатньо високим ризиком смерті або отримання каліцтва у результаті аварій, катастроф та інших надзвичайних випадків природного чи техногенного походження. Виконання службових завдань в умовах небезпеки, невизначеність, несподівані зміни обставин, необхідність постійного логічного та психологічного аналізу великого обсягу інформації, напружена увага, висока відповідальність за якість виконання поставлених задач потребують мобілізації всіх фізичних і психічних можливостей спеціаліста, його вміння керувати власними почуттями та станами.

Рятувальники ДСНС України, постійно стикаючись з необхідністю вирішення несподіваних проблем, які достатньо часто є неоднозначними, повинні організовувати свою роботу, приймати рішення цілком усвідомлено в умовах жорсткого дефіциту часу й під впливом екстремальних факторів діяльності, часто перебуваючи у стані підвищеного емоційного і фізичного напруження. Саме тому вміння рятувальника організувати безпосередньо свою діяльність, а також організаційні навички керівників для роботи з особовим складом мають велике значення для успішного виконання професійних завдань в надзвичайних ситуаціях.

Проблема вивчення сутності, ролі та значення професійно важливих якостей у структурі професійної діяльності, їх впливу на організацію успішної діяльності в надзвичайних умовах привертала увагу багатьох вітчизняних та зарубіжних психологів. Значну роль у розробці цієї проблеми відносно діяльності фахівців ризиконебезпечних професій відіграють здобутки О. Бандурки, С. Бочарової, О. Землянської, С. Максименка, В. Осьодло, Л. Перелігіної, І. Приходько, О. Тімченко та багатьох інших дослідників.

Становлення особистості професіонала – це цілісний процес, який починається

з моменту вибору професії та триває протягом всього професійного життя, включаючи професійний розвиток, який є його невід'ємною складовою частиною. Будь-яка діяльність реалізується на базі системи професійно важливих якостей, тобто кожна діяльність вимагає певної їх сукупності у вигляді закономірно організованої системи, де між ними встановлюються функціональні взаємозв'язки компенсаторного і сприятливого типів. Система виступає як специфічний для відповідної діяльності комплекс суб'єктних властивостей, які формуються у фахівця в ході виконання професійних функцій, при цьому формуються специфічні підсистеми професійно важливих якостей. Проведені дослідження в цьому напрямі показали, що процес діяльності являє собою динамічну зміну підсистем професійно важливих якостей, які забезпечують ефективність її виконання за параметрами виробництва, якості праці та надійності. Професійно важливими якостями можуть виступати властивості нервової системи і психічних процесів, характеристики спрямованості, знання й переконання тощо. Професійно важливі якості – це професійні здібності і характеристики особистості, які забезпечують ефективне виконання професійних завдань [3].

Як визначає А.В. Карпов, формування підсистеми професійно важливих якостей – це достатньо складний психологічний процес, суть якого полягає у функціональному їх об'єднанні під час взаємодії при виконанні фахівцями професійної діяльності. При цьому автор говорить, що провідною тенденцією розвитку підсистем є значуще зростання ступеня інтегрованості (когерентності) окремих якостей. На різних етапах діяльності професійно важливі якості можуть істотно відрізнятися між собою, тобто відбувається перебудова підсистем.

Значна кількість досліджень особливостей підсистем професійно важливих якостей, процесу їхнього формування, проведених на конкретних видах професійної діяльності, дозволила встановити такі найважливіші їх категорії: провідні професійно важливі якості, які характеризуються найбільшим безпосереднім зв'язком з параметрами діяльності (кореляцією з ними); базові професійно важливі якості, які мають найбільше число зв'язків з іншими якостями, тобто характеризуються найбільшою структурною вагою, займають центральне місце у всій системі якостей. Саме базові є основою для формування підсистем професійно важливих якостей у цілому, тому що поєднують та структурують всі інші якості суб'єкта, необхідні для забезпечення діяльності, і можуть бути виявлені за допомогою спеціального методу аналізу – методу знаходження матриць інтеркореляцій професійно важливих якостей.

Провідні і базові професійно важливі якості можуть мати характер повного збігу та повної розбіжності, їх значимість для отримання ефективної діяльності є найвищою, коли вони виступають як провідними, так і базовими одночасно. Розрізняють чотири основні групи індивідуальних якостей, що утворюють у своїй сукупності структуру професійної придатності: абсолютні професійно важливі якості – властивості, необхідні для виконання діяльності на мінімально допустимому або нормативно заданому (середньому) рівні; відносні професійно важливі якості визначають можливість досягнення суб'єктом високих кількісних і якісних показників діяльності; мотиваційна готовність до реалізації тієї або іншої діяльності (доведено, що висока мотивація може істотно компенсувати недостатній рівень розвитку багатьох інших професійно важливих якостей); антипрофесійно важливі якості (структура професійної придатності припускає мінімальний рівень їхнього розвитку або навіть відсутність). Це властивості, які виступають професійними протипоказаннями до тієї або іншої діяльності. Вони також значимо корелюють із параметрами діяльності, але на відміну від якостей перших трьох груп, ця кореляція є негативною [2].

Для кількісної оцінки ступеня сформованості й організованості підсистем ПВЯ використовують три основних індекси:

- індекс когерентності систем (далі – ІКС) є функцією від числа позитивних і значимих внутрішньосистемних зв'язків між ПВЯ і показує ступінь інтегрованості підсистеми ПВЯ;

- індекс диференційованості системи (далі – ІДС) є функцією числа негативних і значимих внутрішньосистемних зв'язків і показує ступінь або дезінтегрованості, або спеціалізованості;

- індекс організованості системи (далі – ІОС) є похідним від двох вищезазначених та обчислюється як модуль ІКС і ІОС. Цей індекс вказує на загальну міру сформованості підсистем ПВЯ [1].

Доведено, що в більшості випадків у ході освоєння професійної діяльності ІКС зростає, ІДС знижується, а ІОС також підвищується. Цікаво також і те, що міра сформованості підсистем ПВЯ є важливим і дуже надійним індикатором, критерієм ступеня професійної підготовленості.

Ми провели дослідження впливу професійно важливих якостей офіцерів-рятувальників ДСНС України на ефективність організації їхньої службової діяльності. На підставі результатів проведеного дослідження, експертної оцінки та аналізу професійної діяльності були виявлені найбільш значущі професійно важливі якості, що впливають на ефективність організації службової діяльності

офіцера-рятувальника, які отримали найвищі рангові оцінки. Вони були умовно об'єднані в три групи:

- організаційно-управлінські якості (організаторські здібності, активність, ініціативність, мобільність, наполегливість, спостережливість, здатність здійснювати на достатньо високому рівні професійну комунікацію з особовим складом та оточуючими людьми, вимогливість, самостійність, відповідальність, дисциплінованість, уміння виділити в інформації найбільш істотне, уміння діяти нешаблонно, швидко ухвалювати рішення в обстановці, яка змінюється, здатність чітко висловлювати свою позицію при формулюванні завдань і бути постійно включеним у процес їх вирішення, здатність до переконання підлеглих, здатність до об'єктивної оцінки результатів праці, здатність до адекватної оцінки своїх сил і можливостей, уміння брати на себе відповідальність за ухвалені рішення і дії);

- інтелектуальні якості (високий рівень розвитку когнітивних здібностей і довгострокової та оперативної пам'яті, стійкість уваги, аналітико-конструктивний тип мислення, здатність точно відображати матеріал відразу після його короткочасної фіксації, здатність довго утримувати увагу на одному або чи небагатьох об'єктах, здатність упевнено застосовувати загальні і спеціальні знання під час виконання професійних завдань, здатність оперувати абстрактними поняттями і судженнями під час оцінки обстановки і ухвалення рішень, здатність до швидкого й ефективного навчання);

- психофізіологічні якості (висока адаптивність до діяльності в різних умовах, нерво-психічна стійкість, витривалість, здатність швидко включатися в роботу, уміння зберегти працездатність в умовах аварійної ситуації, дефіциту часу, у разі дії сильних подразників і в напружених ситуаціях, високий рівень фізичної підготовленості).

З цього переліку ми відібрали якості, які найбільше піддаються психодіагностиці та які можливо діагностувати в наших умовах. Для цього був скомпонований комплекс методик.

Під час вивчення психологічних особливостей службової діяльності офіцерів-рятувальників методом експертних оцінок як експерти були задіяні досвідчені офіцери ДСНС України, що мали тривалий стаж служби (10–15 років), високий рівень виконання професійних функцій, брали участь у ліквідації надзвичайних ситуацій, користувалися професійним та особистісним авторитетом, на основі знань та значного професійного досвіду визначали найбільш істотні, на їхню думку, функції, завдання, характеристики реальної діяльності офіцерів-рятувальників, виявляли професійно важливі якості та особливості їх впливу на ефективність організації службової діяльності.

Для дослідження можливості змістовно оцінити вплив професійно важливих якостей на організацію службової діяльності рятувальників на основі експертних оцінок і результатів кількісного аналізу офіцери-рятувальники були розділені на дві такі групи згідно з їхньою професійною ефективністю: перша група – високоефективні, друга група – слабоефективні.

За результатами проведеного дослідження нами були встановлені значимі відмінності на рівні $p < 0,01$ між першою та другою групами за показниками комунікабельності, емоційної стійкості, моральної нормативності, критичності й аналітичності мислення, рівня самоконтролю, самооцінки, інтернальності у сфері досягнень, інтернальності у сфері виробничих відносин, усвідомленого планування діяльності, розвиненості уявлень про значущі умови діяльності, усвідомленого програмування дій, оцінювання результатів своєї роботи, здатності до перебудови системи саморегуляції, автономії, відповідальності у сфері міжособистісних відносин, готовності до діяльності, пов'язаної з подоланням труднощів, а також усвідомленого планування діяльності.

Отже, можна констатувати інформативність експертних оцінок, а також переважну кількість показників, які були залучені до контексту даного дослідження.

За психологічним змістом отриманих відмінностей виявилась певна різниця між конструктами, що визначають особливості впливу на ефективність організації професійної діяльності високоефективних та слабоефективних офіцерів-рятувальників ДСНС України.

Високоефективних працівників відрізняють такі якості: відкритість, комунікабельність, вміння швидко реагувати на події і бути активними у виконанні професійних функцій. Вони реалістично налаштовані, вміють контролювати свої емоції, цілеспрямовані, відповідальні, впевнені у собі працівники. Внутрішня самодисципліна і самоконтроль є основними чинниками їхньої поведінки. Вони вбачають основу успіху в результатах своїх дій, тому для них є властивим високий рівень контролю над подіями, що відбуваються. Для них також характерні розвинені аналітичні здібності, критичність мислення, наявність інтелектуальних якостей.

Усвідомлене планування діяльності, виконання діяльності і відповідальність за неї, готовність до діяльності, пов'язаної з подоланням труднощів, налагодження стосунків у колективі, вміння працювати в команді, підпорядковуючи свої інтереси виробничим – це найбільш суттєві професійно важливі якості офіцера-рятувальника ДСНС України, які впливають на ефективність організації службової діяльності.

Слабоефективним офіцерам-рятувальникам властива низька емоційна стійкість, зміна настрою та інтересів, втомлюваність, різкість і принциповість в оцінках, самовпевненість, неврахування обставин діяльності, іноді розгубленість, що не дає можливості успішно протистояти труднощам. У ситуаціях взаємодії вони часто є підпорядкованими, поступаються власними інтересами, не схильні проявляти ініціативу і відстоювати власну точку зору, успіхи та невдачі частіше приписують зовнішнім обставинам, не довіряють собі й своїм можливостям. Вони не прагнуть до нових ідей та творчих і нестандартних рішень. Усі зазначені професійно важливі якості не дозволяють достатньо ефективно організувати службову діяльність особового складу підрозділів ДСНС.

Робота рятувальників належить до тих видів діяльності, відмінною особливістю яких є постійне зіткнення з небезпекою. Надзвичайні обставини, що є невід'ємною частиною професійного досвіду пожежних, створюють екстремальні умови діяльності у зв'язку із загрозою для життя, фізичного і психічного здоров'я працівників, а також із загрозою для життя, здоров'я, благополуччя оточуючих. Можлива значна кількість загиблих, матеріальні втрати.

Службова діяльність підрозділів в екстремальних умовах характеризується підвищеним моральним, психологічним і фізичним навантаженням. У більшості випадків така діяльність протікає в режимі високої психологічної напруги, що до певного рівня підвищує ефективність організації діяльності, а потім призводить до її зниження. Службові завдання виконуються особовим складом безупинно удень і вночі, у будь-яку погоду. Вони найчастіше виконуються у відриві від місць постійної дислокації. Працівники часто перебувають в умовах обмеженої рухливості, монотонності й одноманітності вражень від навколишньої місцевості, об'єктів. Тобто діяльність працівників ДСНС являє собою працю, що вимагає особливих вимог до професійно важливих якостей, які впливають на ефективність організації діяльності особового складу підрозділів.

Отже, у високоефективних офіцерів-рятувальників професійно важливі якості з часом стають більш структурованими, тимчасові зв'язки в ході професіоналізації зникають або стають міцнішими, деякі якості об'єднуються в окрему групу (в нашому випадку це усвідомлене планування діяльності, виконання діяльності і відповідальність за неї, готовність до діяльності, пов'язаної з подоланням труднощів, налагодження стосунків у колективі, вміння працювати в команді). Також спостерігається значне підсилення зв'язків. Отже, ми можемо визначити, що процес розвитку офіцера-рятувальника відбувається через

перебудову структури його особистісних якостей, що значною мірою впливає на ефективність здійснення ним організаційної частини його професійної діяльності.

Результати дослідження впливу професійно важливих якостей офіцера-рятувальника на ефективність організації службової діяльності, на нашу думку, дозволять оптимізувати процес професійного психологічного відбору фахівців з даної спеціальності, проведення атестацій офіцерського складу з огляду на виявлені професійно важливі якості, які необхідні для ефективної професійної організації діяльності, тобто дають можливість досягти високих результатів у праці й визначити психологічні якості, які негативно впливають на її ефективність.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Асоцький В.В., Лебєдєва С.Ю., Тімченко О.В., Христенко В.Є. Діагностика та прогнозування професійно важливих якостей начальників караулів оперативно-рятувальної служби цивільного захисту : монографія. Харків : НУЦЗУ, 2014. 184 с.
2. Баклицький І.О. Психологія праці : підручник. Київ, 2008. 655 с.
3. Корольчук М.С., Крайнюк В.М. Теорія і практика професійного психологічного відбору : навч. посібник. Київ, 2006. 532 с.
4. Кучеренко С.М., Кучеренко Н.С., Назаров О.А. Проблема саморегуляції рятувальників як одна з центральних щодо успішності виконання службової діяльності. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2017. Вип. 21. С. 66–74.
5. Малхазов О.Р. Психологія праці : навч. посібник. Київ, 2008. 168 с.

СЕКЦІЯ 5

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

СПЕЦИФІКА ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕСУРСНОСТІ У ПОЛІЦЕЙСЬКИХ-СПЕЦПРИЗНАЧЕНЦІВ

SPECIFICS OF PSYCHOLOGICAL RESOURCEFULNESS IN OFFICERS OF SPECIAL POLICE UNITS

У статті представлено теоретичний аналіз вітчизняних та зарубіжних праць щодо проблеми психологічних ресурсів особистості. Проаналізовано зміст феномену ресурсів та різних їх виявів у складних професійних ситуаціях. Психологічні ресурси розглядаються вченими як активна життєва позиція людини, як уміння протистояти викликам долі та здатність досягати поставлених цілей. Аналіз наукових джерел свідчить, що для сучасних працівників поліції ресурсний складник особистості є стратегічною рисою під час виконання службових обов'язків. Науковці сходяться на думці, що розвинута ресурсність (як одна з необхідних якостей поліцейських-спецпризначенців) є запорукою їх успішності в професії та гарантією подолання критичних ситуацій під час проведення поліцейських операцій.

Наведено результати емпіричного дослідження психологічної ресурсності у поліцейських спеціальних підрозділів поліції, діяльність яких характеризується небезпечністю, ризикованістю та непередбачуваністю. У дослідженні взяли участь 75 поліцейських-спецпризначенців. Із застосуванням кластерного аналізу за принципом «ближніх сусідів» вибірка була розподілена на три групи (із низьким (перша група), середнім (друга група) та високим (третья група) рівнями психологічної ресурсності). Перша група налічувала 16 респондентів, друга – 36, третя – 13. Для досягнення поставленої мети дослідження використано «Опитувальник психологічної ресурсності особистості» О. Штепи. Установлено, що для першої групи з низьким рівнем психологічної ресурсності властиве використання творчих здібностей у професії, однак доволі занижені показники особистісної самореалізації у професії. Поліцейські-спецпризначенці із середнім рівнем психологічної ресурсності можуть реалізувати себе в професії, однак відчують певні труднощі стосовно доречності використовувати власних ресурсів у будь-якій невизначеній ситуації. Представникам третьої групи (з високим рівнем психологічної ресурсності) характерне вміння використовувати та оновлювати власні ресурси під час виконання професійних завдань, що значно полегшує їм життя та знімає напруження в стресових ситуаціях.

Ключові слова: особистість, поліцейські-спецпризначенці, поліція, професійна

діяльність, психологічні ресурси, ресурсність.

The article presents a theoretical analysis of domestic and foreign works on the problem of psychological resourcefulness of the personality. The content of the phenomenon of resources and their various manifestations in complex professional situations is analyzed. Psychological resources are considered by scientists as an active human life position, as the ability to withstand the challenges of fate and the ability to achieve goals. An analysis of scientific sources shows that for modern police officers, the resource component of the personality is a strategic feature in the performance of official duties. Scholars agree that the developed resourcefulness as one of the necessary qualities of officers of special police units is the key to their success in the profession and a guarantee of coping of critical situations during police operations. The results of empirical research on the specifics of psychological resourcefulness in police special police units, whose activities are characterized by danger, risk and unpredictability, are presented. The study involved 75 special force police officers. Using cluster analysis on the principle of "close neighbors", the sample was divided into three groups, namely, with low (first group), medium (second group) and high (third group) levels of psychological resourcefulness. The first group consisted of 16 respondents, the second group – 36 subjects, the third group consisted of 13 special force police officers.

To achieve the goal of the study was used "Questionnaire of psychological resourcefulness of personality" by O. Shepa. It is established that the first group with a low level of psychological resourcefulness is characterized by the use of creative abilities in the profession, but the indicators of personal self-realization in the profession are quite low. Special force police officers with an average level of psychological resourcefulness can realize themselves in the profession, but experience some difficulties in the appropriateness of using their own resources in any uncertain situation. Representatives of the third group with a high level of psychological resourcefulness are characterized by the ability to use and update their own resources while performing professional tasks, which significantly facilitates their lives and relieves stress in stressful situations.

Key words: personality, special force police officers, police, professional activity, psychological resources, resourcefulness.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.30>

Бойчук С.С.

аспірант

Харківський національний університет
внутрішніх справ

Добробут суспільства залежить від багатьох факторів, одним із яких є високий рівень професіоналізму правоохоронних органів, які захищають права та свободи своїх громадян.

Успішність виконуваної роботи поліцейськими залежить від того, наскільки вони є вправними у своїй професії та якими рисами наділені. Сьогодні когорту сучасних науковців (О. Штепа,

О. Поліщук, Г. Павленко, С. Кузікова, Г. Іваннікова, Н. Каргіна, І. Ващенко, Б. Іваненко та ін.) хвилює питання ресурсів особистості, які сприяють розвитку психологічного благополуччя людини та розкривають специфіку задоволеності своїм життям. Працівникам правоохоронних структур у своєму професійному середовищі для виконання своїх службових обов'язків майже щодня доводиться мати справу з багатьма факторами, які негативно впливають на стан ресурсної бази. Професійна діяльність правоохоронців вимагає від працівників поліції виконання різноманітних завдань (від оперативних до бюрократичних та адміністративних, які сприймаються ними як одні з найбільш напружених та тривожних). До того ж тривога, пов'язана з роботою, яка трапляється серед поліцейських, також може бути джерелом зниження рівня задоволеності роботою та життям загалом. Можемо припустити, що психологічні ресурси є суттєвими характеристиками особистості, необхідними для врегулювання психологічного стану поліцейських, відсутність або недостатній рівень розвитку яких сприяє підвищенню ризику емоційного вигорання та виснаження на роботі. Окреслені питання й актуалізували вибір цієї теми дослідження.

У науковій психологічній літературі доволі часто трапляється таке поняття, як «психологічні ресурси».

Так, Ф. Майленова тлумачить ресурс особистості як певний стан, за якого людина має найбільше свободи та право самостійно обирати. До таких станів авторка зараховує почуття радості, впевненості у собі, ціннісну сферу (внутрішній стан) та міжособистісні стосунки, комунікацію, захоплення, інтереси, подорожі (середовищний стан). Науковиця вважає, що ресурсом може бути все те, що приносить людині найбільше задоволення та відчуття щастя [5, с. 16].

Психологічні ресурси особистості О. Штепа розглядає як індивідуальні екзистенційні можливості людини, що виявляються в її прагненні до самовизначення [9].

Досить часто дослідники під ресурсами розуміють щось на кшталт «запасів, джерел», тобто чого-небудь такого, що дозволяє швидко та ефективно протистояти життєвим кризам та можливим критичним ситуаціям. На думку Л. Ключкової, особистісними ресурсами можна вважати якості людини, які вона вважає своїми сильними сторонами особистості. Авторка підкреслює, що ресурс – це завжди активна життєва позиція, котра дозволяє досягати бажаних результатів та слідувати досягненню своєї мети [3, с. 170].

Є. Сергієнко здійснено низку експериментальних досліджень щодо саморегуляції поведінки, котрі методологічно ґрунтувалися на

моделі сили ресурсів, а також виведено емпіричні аргументи щодо особливостей індивідуальної ресурсності контролю поведінки [6].

Попри те, що термін «особистісні ресурси» став популярним і активно використовується в психологічних дослідженнях, підходи до його визначення, класифікації, розуміння структури і функцій вкрай неоднорідні. Так, В. Толочек виокремлює ресурси позасуб'єктні (умови середовища), інтерсуб'єктні (процеси взаємодії людей) та інтрасуб'єктні (індивідуальні особливості суб'єкта) [8, с. 116].

Т. Титаренко зазначає, що незадовільний стан психічного здоров'я у людини провокує у неї постійне відчуття пригніченості, заважає радіти життю та бути ресурсною особистістю, що якісно зменшує рівень благополуччя [7, с. 37].

В окресленому напрямі цікавими є роботи Н. Каргіної, котра інтерпретує психологічне благополуччя особистості як систему взаємонеобхідних рис особистості, як-от здатність до самореалізації, самостійність у прийнятті рішень, ініціативність та наполегливість у професійній діяльності, схильність до ризику та віра у власні сили [2].

Ефективне використання психологічних ресурсів є надзвичайно важливим для управління стресом на роботі. Стратегії подолання в різних складних обставинах дозволяють зменшити стрес у професійній діяльності. В іншому разі нездатність упоратися зі стресом на роботі призведе до емоційних і психічних розладів, захворювання та соціальної ізоляції. Ресурсна поведінка функціонує як навички виживання під час розв'язання різних життєвих проблем, як уважає С. Сіпон зі співавторами [15]. Отже, вищезазначене дозволяє стверджувати, що ресурсна поведінка є важливим елементом життєвого функціонування та розвитку особистості працівника поліції. Однак Дж. Андерсен зі співавторами зазначають, що не всі поліцейські реагують однаково на критичні ситуації, що залежить від того, наскільки життєздатною є людина [10, с. 2].

Звідси виникає необхідність установити, які риси та якості забезпечують успішний захист правопорядку сучасними поліцейськими. Так, згідно з даними дослідження Дж. Сальгадо, добросовісність є найважливішою рисою особистості, яка передбачає ефективність роботи [13, с. 277]. Це пояснюється тим, що сумлінні поліцейські виявляють обережність та організованість під час виконання ними службових обов'язків. Вони є високомотивованими і, відповідно, більш продуктивними, оскільки наполегливо працюють для досягнення своїх цілей, дотримуючись правил роботи. Зміст іншої важливої характеристики відбивається в тому, що вони легко адаптуються і впорюються

з будь-якими труднощами, які можуть виникнути під час перебування на службі, оскільки вони можуть успішно розв'язувати проблеми.

Колектив авторів на чолі з К. Берк визначають також добросовісність та внутрішній локус контролю як важливі риси особистості поліцейського, пов'язані зі здатністю впорюватися, керувати стресом, що дозволяє мати кращі результати роботи [11, с. 180].

Крім того, добросовісність є вагомим предиктором здатності до запобігання контрпродуктивних станів та поведінки, як-от вигорання, прогули на роботі. Це підтверджує, що добросовісність поєднується зі спроможністю поліцейських застосовувати ефективні стратегії подолання, щоб уникнути стресу та інших негативних наслідків робочого навантаження [12, с. 692]. Крім того, добросовісність пов'язана з успіхом та підвищенням по службі, а також із вищими зарплатами [14, с. 141]. З іншого боку, поліцейські з низьким балом добросовісності виявляють ознаки необережної та безвідповідальної поведінки.

Мета статті полягає в емпіричному дослідженні психологічної ресурсності у поліцейських-спецпризначенців. Завдання дослідження: 1. Проаналізувати теоретичні аспекти поняття ресурсу у царині психології. 2. Виявити специфіку психологічної ресурсності у поліцейських-спецпризначенців із різним її рівнем.

В. Вассерман, В. Абабков та К. Тріфонова активно досліджували питання потенціальних здібностей особистості успішно впорюватися зі стресом у небезпечній діяльності. Учені наголошують, що особистісний потенціал людини розкривається через процеси самодетермінації, котрі визначаються як система індивідуально-особистісних, інтелектуальних та вольових ресурсів [1].

Ученими описано безліч можливих копінг-стратегій, із яких особистість кожного разу формує власний комплекс поведінкових реакцій у відповідь на конкретні умови стресу. Ю. Корнеєва вважає, що ще в дитинстві розпочинається процес засвоєння копінг-стратегій, які слугують для захисту особистості у критичних ситуаціях. Авторка наголошує, що служба в поліції є професією максимального рівня екстремальності та небезпечності, тому має свою унікальну специфіку та особливості, що потребує більш детального вивчення та уточнення. Дослідниця впевнена, що робота поліцейських є специфічною формою життєдіяльності людини, тому для кожного поліцейського важливо сформулювати нові копінг-стратегії поведінки, котрі будуть допомагати їм впорюватися зі стресом на роботі [4, с. 238].

Відповідно до мети дослідження нами здійснено емпіричне вивчення психологічної ресурсності в різних кластерних групах поліцей-

ських-спецпризначенців. У дослідженні взяли участь 75 поліцейських-спецпризначенців, які із застосуванням кластерного аналізу за принципом «ближніх сусідів» були розподілені на три групи з низьким (перша група), середнім (друга група) та високим (третья група) рівнями психологічної ресурсності. Перша група налічувала 16 осіб, друга – 36, третя – 13.

У дослідженні використано «Опитувальник психологічної ресурсності особистості (О. Штепа), який налічує 67 питань, котрі розподілені за такими шкалами, як: 1) творчість; 2) уміння оновлювати власні ресурси; 3) любов; 4) робота над собою; 5) допомога іншим; 6) знання власних ресурсів; 7) успіх; 8) доброта до людей; 9) упевненість у собі; 10) прагнення до мудрості; 11) самореалізація у професії; 12) віра у добро; 13) відповідальність; 14) уміння використовувати власні ресурси [9]. Для математико-статистичної обробки було використано t-критерій Стьюдента для незалежних груп. Показники психологічної ресурсності у різних кластерних групах поліцейських-спецпризначенців надано в таблиці 1.

За шкалою «Упевненість у собі» показник у першій групі склав 7.25 ± 0.25 , у другій – 5.44 ± 1.19 , у третій – 5.66 ± 0.61 . Вірогідні відмінності між групами за цією шкалою встановлені не були. Отже, представникам всіх трьох груп поліцейських рівною мірою притаманна впевненість у собі та спроможність організувати власне життя.

За шкалою «Доброта до людей» показник у першій групі склав 7.25 ± 0.25 , у другій – 5.72 ± 0.33 , у третій – 5.66 ± 0.66 . Установлено більш високий показник у першій групі, ніж у другій та третій. Це свідчить про те, що поліцейські першої групи характеризуються більш вираженою відкритістю до взаємин, більшою здатністю до співстраждання, підтримки інших людей у складних ситуаціях, ніж друга та третя групи.

За шкалою «Допомога іншим» у першій групі показник становив 6.5 ± 0.42 , у другій – 6.11 ± 0.26 , а у третій – 5.66 ± 0.55 . Значущі відмінності за шкалою «Допомога іншим» не встановлені. Таким чином, усі досліджувані не виявляють відмінностей щодо здатності надихати, підтримувати інших, співпрацювати та надавати впевненості у собі.

За шкалою «Успіх» у першій групі показник становив 5.87 ± 0.51 , у другій – 6.22 ± 0.15 , у третій – 5.83 ± 0.47 . За шкалою «Любов» показник у першій групі становить 6.37 ± 0.37 , у другій – 6.77 ± 0.40 , у третій – 5.66 ± 0.47 . Значущі відмінності за цими шкалами не встановлені. Тобто у представників усіх трьох груп однаково виражена здатність сприяти повному саморозкриттю та любові.

За шкалою «Творчість» у першій групі показник становить 6.75 ± 0.37 , у другій – 5.16 ± 0.26 , у третій – 5.66 ± 0.42 . Показник першої групи за

Показники психологічної ресурсності у різних кластерних групах поліцейських-спецпризначенців (M ± m)

Шкали	1 група	2 група	3 група	t 1-2	t 2-3	t 1-3
Упевненість у собі	5.25±0.49	5.44±1.19	5.66±0.61	0.15	0.16	0.52
Доброта до людей	7.25±0,25	5.72±0.33	5.66±0.66	3.69*	0.08	2.24*
Допомога іншим	6.5±0.42	6.11±0.26	5.66±0.55	0.78	0.73	1.20
Успіх	5.87±0.51	6.22±0.15	5.83±0.47	0.64	0.78	0.06
Любов	6.37±0.37	6.77±0.40	5.66±0.47	0.72	1.78	1.18
Творчість	6.75±0.37	5.16±0.26	5.66±0.42	3.56*	1.01	1.96
Віра у добро	6.37±0.38	5.16±0.26	5.16±0.30	2.67*	0.00	2.51*
Прагнення до мудрості	6.37±0.32	5.66±0.29	6.50±0.43	1.64	1.62	0.23
Робота над собою	6.37±0.46	6.55±0.34	6.00±0.63	0.31	0.77	0.47
Самореалізація у професії	5.37±0.32	6.77±0.40	7.33±0.33	2.73*	1.08	4.26*
Відповідальність	5.37±0.32	5.55±0.32	5.16±0.40	0.38	0.76	0.42
Знання власних психологічних ресурсів	7.62±0.37	6.77±0.40	7.33±0.33	1.56	1.08	0.59
Уміння оновлювати власні ресурси	6.37±0.37	5.55±0.32	6.83±0.30	1.66	2.86*	0.94
Уміння використовувати власні ресурси	7.12±0.23	6.22±0.27	7.16±0.31	2.55*	2.28*	0.09

Примітка: * – рівень значущості $\leq 0,05$

шкалою «Творчість» (порівняно з другою групою) є більшим. Значущих відмінностей між першою та третьою групами, а також другою та третьою визначено не було. Отже, представники першої групи поліцейських, на відміну від другої групи, мають більшу схильність до відмови від стереотипів, більш виражене бажання чинити по-своєму в ситуаціях, які потребують адаптації.

За шкалою «Віра у добро» у першій групі показник склав 6.37 ± 0.38 , у другій – 5.16 ± 0.26 , у третій – 5.16 ± 0.30). Установлено більш високий показник у першій групі (порівняно з другою та третьою). Таким чином, досліджувані першої групи відрізняються більшою впевненістю в існуванні справедливості та більш схильні вважати справедливість сутнісною характеристикою своєї особистості.

За шкалою «Прагнення до мудрості» у першій групі показник дорівнює 6.37 ± 0.32 , у другій – 5.66 ± 0.29 , а у третій – 6.5 ± 0.43 . Вірогідних відмінностей між групами за цією шкалою встановлено не було. Отож, усім досліджуваним рівною мірою притаманним є прагнення до знань, бажання бути більш освіченими, щоб побудувати своє бачення світу

За шкалою «Робота над собою» показник у першій групі склав 6.37 ± 0.46 , у другій – 6.55 ± 0.34 , у третій – 6.00 ± 0.63 . Вірогідні відмінності між групами визначені не були. Отже, представники трьох груп не відрізняються здатністю працювати над собою та розвиватись у різних сферах життя.

За шкалою «Самореалізація у професії» у першій групі показник дорівнював 5.37 ± 0.32 ,

у другій – 6.77 ± 0.40 , у третій – 7.33 ± 0.33 . Математико-статистичний аналіз виявив вірогідно більш високий показник у другій та третій групі порівняно з першою ($t = 2.73$, $p \leq 0,05$ та $t = 4.26$, $p \leq 0,05$ відповідно). Таким чином, у першій групі бажання самореалізації у професії та стремління бути корисним суспільству та реалізовуватись загалом є більш низькою, ніж у другій та третій.

За шкалою «Відповідальність» показники такі: перша група – 5.37 ± 0.32 , друга – 5.55 ± 0.32 , третя – 5.16 ± 0.40 . Отже, представники всіх трьох груп поліцейських-спецпризначенців не відрізняються за ступенем вираженості відчуття відповідальності чи здатність співвідносити, розраховувати вимоги життя і власні можливості.

За шкалою «Знання власних психологічних ресурсів» визначено такі показники: у першій групі – 7.62 ± 0.37 , у другій – 6.77 ± 0.40 , у третій – 7.33 ± 0.33 . Вірогідні відмінності між групами за цією шкалою встановлені не були. Таким чином, досліджувані не виявляють відмінностей щодо здатності до ідентифікування людиною певних власних здатностей саме як ресурсів (тобто духовних можливостей), їх самоаналізу і здатності актуалізувати.

За шкалою «Вміння оновлювати власні ресурси» показник першої кластерної групи дорівнює 6.37 ± 0.37 , другої – 5.55 ± 0.32 , третьої – 6.83 ± 0.30 . Установлено вірогідно більш високий показник у третій групі порівняно з другою ($t = 2.86$, $p \leq 0,05$). Показники першої та третьої, а також першої та другої груп за шкалою «Вміння оновлювати власні ресурси»

під час порівняння не виявили вірогідних відмінностей. Отже, респонденти третьої групи, на відміну від другої, характеризуються більш вираженою здатністю як до поповнення ресурсів, так і до їх оновлення.

За шкалою «Вміння використовувати власні ресурси» показники такі: перша група – 7.12 ± 0.23 , друга – 6.22 ± 0.27 , третя – 7.16 ± 0.31). У другій групі показник виявився вірогідно більш низьким, ніж у третій та першій ($t = 2.55$, $p \leq 0,05$ та $t = 2.28$, $p \leq 0,05$ відповідно). Таким чином, досліджуванам другої групи є менш притаманним уміння витратити, докладати і вкладати ресурси для успішної життєдіяльності.

Результати проведеного емпіричного дослідження дозволили зробити низку висновків. Досліджувані поліцейські-спецпризначенці першої групи (порівняно з другою та третьою) відрізняються більш вираженою відкритістю до взаємин, більшою здатністю до співстраждання, підтримки інших людей у складних ситуаціях, більшою впевненістю в існуванні справедливості, є більш схильними вважати справедливість сутнісною характеристикою своєї особистості, але мають менш виражене бажання самореалізації у професії та прагнення бути корисним у суспільстві, а також реалізовуватись загалом. Представники першої групи, на відміну від другої, мають більшу схильність до відмови від стереотипів, більш виражене бажання чинити по-своєму у ситуаціях, які потребують адаптації. Досліджуванам другої групи є менш притаманним уміння витратити, докладати і вкладати ресурси для успішної життєдіяльності, ніж у третій та першій. Респонденти третьої групи, на відміну від другої, характеризуються більш вираженою здатністю як до поповнення ресурсів, так і до їх оновлення. Представники першої та другої груп, на відміну від третьої, відрізняються вірогідно вищою нервово-психічною стійкістю, більшою толерантністю до стресу, більшою адекватністю сприйняття умов діяльності та своїх можливостей, більш вираженим відчуттям власної значущості для оточення та більш значним досвідом соціального спілкування. Досліджувані третьої групи (порівняно з першою та другою) характеризуються більш вираженою здатністю до саморозвитку загалом та готовністю до розвитку тих здібностей, які дозволяють вирішувати життєві завдання у постійно змінюваних умовах.

Феномен ресурсності поліцейських спеціальних підрозділів поліції потребує більш ґрунтовного вивчення в контексті життєздатності

особистості, що окреслює подальші перспективи наукових пошуків.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вассерман Л.И., Абабков В.А., Трифонова Е.А. Совладание со стрессом. Теория и психодиагностика. Санкт-Петербург : Речь, 2010. 192 с.
2. Каргіна Н.В. Теоретичні аспекти психологічного благополуччя в екзистенційному розумінні. *Психологічні перспективи*. 2019. Вип. 33. С. 127–138.
3. Ключкова Л.И. Реализация идей ресурсного подхода в развитии воспитания школьников: к вопросу о системе понятий. *Современные проблемы науки и образования*. 2014. № 3. С. 168–174.
4. Корнева Ю.Ю. Влияния личностно-средовых ресурсов на профессиональную деятельность сотрудников МВД России. *Вестник Московского университета МВД России*. 2016. № 8. С. 235–242.
5. Майленова Ф. Выбор и ответственность в психологическом консультировании. Москва : «КСП+», 2002. 416 с.
6. Сергиенко Е.А. Контроль поведения как основа саморегуляции. *Южно-российский журнал социальных наук*. 2018. Т. 19, № 4. С. 130–146.
7. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травмизації: монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
8. Толочек В.А. Социальная успешность человека: внесубъектные и интерсубъектные ресурсы. *Известия Саратовского университета. Серия «Акмеология образования. Психология развития»*. 2015. Т. 4, Вып. 2. С. 115–123.
9. Штепа О.С. Психологічна ресурсність у структурі суб'єктності особистості *Проблеми сучасної психології*. 2015. № 27. С. 661–675.
10. Andersen J.P., Papazoglou K., Nyman M., Koskelainen M., Gustafsberg H. Fostering Resilience Among the Police. *Journal of Law Enforcement*. 2005. № 5 (1). P. 1–14.
11. Burke K.J., Shakespeare-Finch J., Paton D., Ryan M. Characterizing the Resilient Officer: Individual Attributes at Point of entry to Policing. *Traumatology*. 2006. № 12 (3). P. 178–188.
12. Detrick P., Chibnall J.T., Luebbert M.C. The Revised Neo Personality Inventory as Predictor of Police Academy Performance. *Criminal Justice and Behavior*. 2004. № 31 (6). P. 676–694.
13. Salgado J.F. Big Five Personality Dimensions and Job Performance in Army and Civil Occupations: A European Perspective. *Human Performance*. 1998. № 11 (2/3). P. 271–288.
14. Sanders B.A. Using Personality Traits to Predict Police Officer Performance. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*. 2008. № 31 (1). P. 129–147.
15. Sipon S., Nasrah S.K., Nazli N., Abdullah S., Othman K. Stress and religious coping among flood victims. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. 2014. № 140. P. 605–608.

ТИПИ ІМІДЖУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ

TYPES OF IMAGE THE SERVICEMAN OF THE NATIONAL GUARD OF UKRAINE

Статтю присвячено вивченню іміджу військовослужбовців Національної гвардії України (далі – НГУ). Представлено результати вивчення іміджу військовослужбовців НГУ за власними описами військовослужбовців, наданими під час проведення антитерористичної операції/операції об'єднаних сил. Отримані в цей період оцінки іміджевих характеристик військовослужбовців піддано процедурі кластерного аналізу, яка дозволила виокремити типи іміджу під час оцінювання реального, ідеального та віддзеркаленого образу військовослужбовця НГУ. Оцінки реального, ідеального і віддзеркаленого образу військовослужбовця згруповано у позитивні і негативні. Типи з вираженим позитивним оцінюванням є переважальними. Оцінки негативних типів іміджу слабо диференційовані і містять невелику кількість розбіжностей (малий діапазон негативного оцінювання не дозволяє виявити розбіжності), однак вони мають відмінні ієрархії оцінок рис. Наведено факторні структури виокремлених типів іміджу військовослужбовців НГУ.

Це дослідження показало, що більшість військовослужбовців НГУ схильні до створення соціально бажаного образу себе, вони високо оцінюють власні риси, очікуючи цього від цивільного населення. Проте ця соціальна бажаність має специфічні характеристики: військовослужбовці визнають, що від них очікують самостійності, спрямованості на результат, толерантності, поваги до особистого простору цивільних громадян (не зловживання повноваженнями), вони усвідомлюють, що цивільне населення не повною мірою задоволене їх моральним обличчям і результатами їх дій. Для збереження високої самооцінки військовослужбовці використовують захисні механізми свідомості.

Отримані результати дозволили зробити висновки, що мають враховуватися під час побудови іміджу військовослужбовців Національної гвардії України.

Ключові слова: Національна гвардія України, військовослужбовець, антитерорис-

тична операція/операція об'єднаних сил, імідж, типи іміджу військовослужбовця.

The article is devoted to the study the image of servicemen of the National Guard of Ukraine (NGU). It presents the results of studying the image of the NGU servicemen on the basis of their own descriptions provided during the antiterrorist operation/joint forces operation. The assessments of servicemen's image characteristics obtained during this period were subjected to the cluster analysis procedure, which made it possible to identify image types when assessing the real, ideal, and reflected image of an NGU serviceman. The assessments of the real, ideal, and reflected image of the serviceman were grouped into positive and negative types. The types with pronounced positive assessments were significantly superior. The assessments of the negative image types are weakly differentiated and contain a small amount of disagreement (the small range of negative assessments does not allow differences to be revealed), despite this they have excellent hierarchies of trait assessments. The factor structures of the highlighted image types of the NSU servicepersons are presented.

This research has shown that the majority of NGU servicemen are inclined to create a socially desirable image of themselves, they value their own traits highly, and they expect this from the civilian population. However, this social desirability has specific characteristics – servicepersons recognize that they are expected to be independent, result-oriented, tolerant, respectful of civilians' personal space (not an abuse of authority), they are aware that the civilian population is not fully satisfied with their moral image and the results of their actions. In order to maintain high self-esteem, servicepersons use defensive mechanisms of consciousness. The obtained results allowed us to draw conclusions, which should be taken into account when building the image of the National Guard of Ukraine servicemen.

Key words: National Guard of Ukraine, serviceman, antiterrorist operation/united forces operation, image, types of serviceman's image.

УДК [159.9.07+351.74]:17.022.1
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.31>

Воробйова І.В.

к.психол.н., старший науковий співробітник,
доцент кафедри психології та педагогіки
Національна академія Національної гвардії України

Зміни, що відбуваються в сучасному українському суспільстві, його політичній, економічній, духовній сферах впливають на формування нових взаємовідносин між державою, її інституціями та громадянським суспільством. Це стосується і такого державного інституту, як органи охорони правопорядку, до яких належить і Національна гвардія України (НГУ) – військове формування з правоохоронними функціями, що входить до системи МВС України.

Виходячи з досвіду, оцінки і ставлення суспільства до військовослужбовців НГУ багато в чому визначають їх морально-психологічний стан і, відповідно, боєготовність

і ефективність вирішення поставлених перед ними службово-бойових завдань. Сприйняття НГУ як елемента влади держави так чи інакше зачіпає інтереси всіх українців, впливає на настрої людей і стабільність суспільства, зокрема в кризові періоди.

В останні роки спостерігається інтерес фахівців у галузі психології, права, соціології, public relations до питань іміджу органів охорони правопорядку та їх безпосередніх представників. У дисертаційних дослідженнях і наукових публікаціях знайшли відображення окремі аспекти цього явища: вивчено певні особливості іміджу правоохоронця (І. Зозуля, В. Медведєв, В. Москалець, І. Ковальська,

Г. Почепцов, Л. Порфімович, В. Соколов, В. Столбова, В. Торічний та ін.), визначено деякі шляхи його формування (В. Алещенко, Т. Зайцева, Л. Порфімович, О. Пометун, А. Шумейко та ін.), розглянуто застосування сучасних ПР-технологій у створенні позитивного іміджу правоохоронця (О. Балинська, О. Бандурка, І. Казанчук, А. Сарвас). Що стосується психологічних досліджень іміджу правоохоронця взагалі та іміджу військовослужбовця НГУ зокрема, то таких робіт нині ще зовсім мало (Н. Мілорадова, О. Тімченко, В. Третьяченко, Т. Хомуленко, О. Цільмак). Отже, досі у сфері вивчення іміджу правоохоронця накопичено значний теоретичний і емпіричний матеріал, який потребує систематизації та осмислення. Утім майже не висвітленими залишаються питання щодо психологічної структури та змісту іміджу, психологічної типології іміджу, а також психологічних механізмів формування сприятливого іміджу правоохоронця. Ураховуючи динамічність такого складного явища, як імідж, актуальним стає дослідження іміджу представника сил охорони правопорядку в сучасні кризові періоди сучасності.

Мета статті полягає у дослідженні іміджу військовослужбовців НГУ, визначенні його типів за власними описами військовослужбовців, наданими під час проведення антитерористичної операції/операції об'єднаних сил.

У дослідженні взяли участь понад 240 військовослужбовців НГУ (офіцери, військовослужбовці військової служби за контрактом, військовослужбовці строкової служби та мобілізовані).

Основне емпіричне дослідження проводилось із використанням процедури семантичного диференціалу, спеціально розробленого для оцінки іміджу правоохоронців [1]. Ураховуючи специфіку завдань дослідження і суспільну ситуацію, в якій проводилось дослідження, ця модифікація семантичного диференціалу використовувалась з трьома видами настанов для військовослужбовців: сформулювати реальний, ідеальний та відзеркалений образ представника своєї структури.

Отримані оцінки характеристик військовослужбовців піддано процедурі кластерного аналізу, яка дозволила виділити типи іміджу військовослужбовців НГУ. Результати наведено в табл. 1.

Кластерний аналіз дозволив виокремити шість типів іміджу військовослужбовців НГУ (два типи «реальних» – тип $P_{\text{Вато1}}$ та тип $P_{\text{Вато2}}$, два типи «ідеальних» – тип $I_{\text{Вато1}}$ та тип $I_{\text{Вато2}}$, два «відзеркалених» – тип $V_{\text{Вато1}}$ та тип $V_{\text{Вато2}}$).

Наведені у табл. 1 данні показують, що оцінки реального, ідеального і відзеркаленого образу військовослужбовця можна згрупувати у позитивні і негативні. Типи

з вираженим позитивним оцінюванням є переважальними (від 89,58% до 96,94%). Оцінки негативних типів іміджу слабо диференційовані і містять невелику кількість розбіжностей (малий діапазон негативного оцінювання не дозволяє виявити розбіжності), однак вони мають відмінні ієрархії оцінок рис.

Порівняння ієрархії якостей у визначених типах іміджу здійснювалось за допомогою процедури кореляційного аналізу (див. табл. 2).

Аналіз даних, наведених у табл. 2, показав, що за ієрархією рис високу подібність мають такі типи іміджу, як $P_{\text{Вато2}}$ та $I_{\text{Вато1}}$ ($r=0,92$, $p\leq 0,001$), $V_{\text{Вато2}}$ та $P_{\text{Вато2}}$ ($r=0,88$, $p\leq 0,001$) і $I_{\text{Вато1}}$ ($r=0,88$, $p\leq 0,001$). Ці типи характеризуються вираженим позитивним оцінюванням рис військовослужбовця НГУ. Такі оцінки дозволяють припустити, що більшість військовослужбовців (близько 90%) орієнтовані на створення соціально бажаного образу себе, є некритичними у самосприйнятті, слабо усвідомлюють, як впливають на оточення.

Типи іміджу, які містять виражені негативні оцінки рис військовослужбовця ($P_{\text{Вато1}}$ та $V_{\text{Вато1}}$), відрізняються ієрархією рис від позитивних типів іміджу та між собою. Ці типи є малопоширеними (3,36% та 5,63%), вони відбивають негативний досвід військовослужбовців, який змусив критично поставитися до наявних якостей. Утім є підстави припустити, що фрустрація була настільки сильною, що негативне оцінювання некритично поширилося на всі сфери особистості. І в цьому разі розбіжності між реальним і відзеркаленим типами іміджу можуть свідчити про нездатність фрустрованих військовослужбовців контролювати той вплив, який вони чинять на оточення, невпевненість у тому, що навколишнє цивільне населення змогло зрозуміти їх учинки, мотиви, стани тощо.

Ідеальний тип іміджу – $I_{\text{Вато2}}$ – характеризується певною своєрідністю ієрархії рис, проте вона є ближчою до ієрархії позитивних типів (кореляційні зв'язки середньої сили з $P_{\text{Вато2}}$ ($r=0,39$, $p\leq 0,05$), $I_{\text{Вато1}}$ ($r=0,31$, $p\leq 0,1$) і протилежною до ієрархії реального типу $P_{\text{Вато1}}$ ($r=-0,42$, $p\leq 0,05$). Поява такої альтернативи в ідеальному типі іміджу свідчить про критичне усвідомлення нового досвіду, а також про різне бачення функцій і ролі військовослужбовця у суспільстві.

Розглянемо більш докладно зміст типів, які містять виражені позитивні оцінки рис військовослужбовців (табл. 3). Так, у типах іміджу з позитивними оцінками майже однакові високі ранги отримують такі якості, як «Впевнений», «Сміливий», «Спостережливий».

Однозначно найменш важливими в усіх трьох типах визначаються такі риси, як «Безкорисливий», «Скромний», «Довірливий», «Незалежний».

Типи іміджу за оцінками військовослужбовців НГУ у період проведення АТО/ООС

№	Риси	Типи іміджу					
		Реальний		Ідеальний		Віддзеркалений	
		ТипР _{Вато1} 3,36%	ТипР _{Вато2} 96,94%	ТипІ _{Вато1} 89,58%	ТипІ _{Вато2} 10,42%	ТипВ _{Вато1} 5,63%	ТипВ _{Вато2} 94,37%
1	Суспільно спрямований	1,38±0,74	5,45±1,36	6,56±0,73	5,40±1,55	2,15±1,63	5,13±1,62
2	Безкорисливий	3,00±1,69	4,19±1,79	5,24±2,15	3,36±1,38	3,15±1,72	4,03±1,82
3	Справедливий	2,13±1,25	5,60±1,33	6,67±0,53	5,36±1,60	2,15±1,57	5,06±1,59
4	Принциповий	2,88±1,13	5,19±1,52	6,07±1,50	4,16±1,52	3,31±1,84	4,98±1,63
5	Працьовитий	1,63±1,16	5,70±1,33	6,62±0,64	4,16±1,60	3,08±1,75	5,37±1,51
6	Емоційно стійкий	3,13±1,73	5,39±1,48	6,59±0,88	3,80±1,76	3,31±1,93	5,25±1,63
7	Незворушливий	1,88±0,35	4,93±1,54	6,33±1,00	3,72±1,43	2,85±1,99	4,83±1,70
8	Рішучий	3,13±1,55	5,56±1,32	6,68±0,72	3,80±1,71	2,85±1,77	5,54±1,35
9	Сміливий	2,38±1,30	5,64±1,24	6,66±0,64	4,16±1,60	3,46±1,90	5,63±1,38
10	Наполегливий	2,88±1,13	5,50±1,27	6,59±0,91	4,36±1,66	2,77±1,48	5,49±1,43
11	Високий інтелект	1,13±0,35	5,23±1,35	6,36±0,96	3,80±1,19	1,92±1,32	5,10±1,46
12	Ерудований	2,25±1,39	4,99±1,44	6,26±1,27	4,20±1,63	1,62±10,4	4,92±1,44
13	Проф. компетентний	1,13±0,35	5,37±1,39	6,65±0,69	4,12±1,86	1,85±1,14	5,11±1,62
14	Спостережливий	3,00±1,31	5,64±1,23	6,74±0,52	3,68±1,95	2,77±1,83	5,58±1,39
15	Грамотний	1,25±0,46	5,43±1,32	6,43±0,94	4,64±1,63	2,54±1,51	5,11±1,49
16	Культурний	3,38±2,45	5,51±1,46	6,61±0,67	3,52±2,02	1,85±0,90	4,90±1,70
17	Ввічливий	1,25±0,46	5,47±1,48	6,51±0,93	4,64±1,75	1,38±0,51	4,99±1,67
18	Співчутливий	2,63±1,41	5,34±1,38	6,18±0,99	3,96±1,59	2,46±1,81	4,93±1,51
19	Чесний	1,88±0,99	5,57±1,23	6,56±0,79	4,20±1,63	3,15±1,82	5,09±1,48
20	Скромний	3,25±1,39	4,27±1,54	4,54±1,86	3,76±1,45	2,46±1,33	3,95±1,53
21	Самостійний	2,25±0,89	5,50±1,41	6,23±1,26	4,16±1,65	3,15±1,82	5,21±1,48
22	Цілеспрямований	2,88±0,99	5,61±1,24	6,55±0,92	4,48±1,53	2,23±0,73	5,46±1,48
23	Впевнений у собі	2,63±0,74	5,71±1,27	6,68±0,59	5,00±1,76	2,46±0,88	5,64±1,37
24	Життєрадісний	2,88±1,13	5,51±1,41	6,35±1,09	4,20±1,50	2,08±1,50	5,27±1,41
25	Незалежний	2,13±1,36	4,77±1,75	5,65±1,79	4,20±1,44	2,54±2,07	4,41±1,85
26	Діяльний	2,50±0,76	5,39±1,31	6,41±0,88	3,72±1,28	2,62±1,66	5,30±1,43
27	Ініціативний	1,88±0,83	5,16±1,31	6,18±1,16	4,40±1,58	3,08±1,98	5,17±1,37
28	Сумлінний	2,88±1,55	5,61±1,14	6,58±0,67	3,84±1,60	2,08±1,50	5,25±1,51
29	Акуратний	1,75±0,89	5,59±1,29	6,61±0,70	4,16±1,89	1,62±0,77	5,14±1,57
30	Організований	2,38±0,74	5,61±1,31	6,64±0,70	4,32±1,65	1,69±0,75	5,36±1,41
31	Комунікабельний	3,25±1,39	5,33±1,42	6,41±0,84	4,24±1,74	2,38±1,26	5,29±1,41
32	Привабливий	2,50±1,20	5,41±1,17	6,23±0,95	4,44±1,42	1,46±0,66	4,93±1,56
33	Тактовний	1,63±0,92	5,31±1,26	6,47±0,70	4,60±1,32	2,00±1,15	5,02±1,44
34	Довірливий	2,50±1,20	4,69±1,78	5,39±1,73	4,08±1,8	1,62±0,77	4,23±1,81
35	Доброзичливий	2,25±1,04	5,55±1,38	6,43±0,87	4,68±1,65	1,92±1,66	4,83±1,71

Таблиця 2

Подібність ієрархій характеристик типів іміджу, виокремлених за описами військовослужбовців під час проведення АТО/ООС

Типи	ТипР _{Вато1}	ТипР _{Вато2}	ТипІ _{Вато1}	ТипІ _{Вато2}	ТипВ _{Вато1}	ТипВ _{Вато2}
ТипР _{Вато1}	1,00	-0,14	-0,23	-0,42*	0,24	-0,03
ТипР _{Вато2}	-	1,00	0,92***	0,39*	-0,06	0,88***
ТипІ _{Вато1}	-	-	1,00	0,31 ⁰	-0,05	0,88***
ТипІ _{Вато2}	-	-	-	1,00	-0,27	0,24
ТипВ _{Вато1}	-	-	-	-	1,00	0,17
ТипВ _{Вато2}	-	-	-	-	-	1,00

Примітка: ⁰p<0,1; *p<0,05; **p<0,01; ***p<0,001.

Таблиця 3

Ранги характеристик позитивних типів іміджу, виокремлених за описами військовослужбовців НГУ в період проведення АТО/ООС

Ранг	Тип _{Вато2}		Тип _{Вато1}		Тип _{Вато2}	
	Характеристика	Середня оцінка	Характеристика	Середня оцінка	Характеристика	Середня оцінка
1	Впевнений у собі	5,71±1,27	Спостережливий	6,74±0,52	Впевнений у собі	5,64±1,37
2	Працьовитий	5,70±1,33	Рішучий	6,68±0,72	Сміливий	5,63±1,38
3	Сміливий	5,64±1,24	Впевнений у собі	6,68±0,59	Спостережливий	5,58±1,39
4	Спостережливий	5,64±1,23	Справедливий	6,67±0,53	Рішучий	5,54±1,35
5	Організований	5,61±1,31	Сміливий	6,66±0,64	Наполегливий	5,49±1,43
6	Цілеспрямований	5,61±1,24	Проф. компетентний	6,65±0,69	Цілеспрямований	5,46±1,48
7	Сумлінний	5,61±1,14	Організований	6,64±0,70	Працьовитий	5,37±1,51
8	Справедливий	5,60±1,33	Працьовитий	6,62±0,64	Організований	5,36±1,41
9	Акуратний	5,59±1,29	Акуратний	6,61±0,70	Діяльний	5,30±1,43
10	Чесний	5,57±1,23	Культурний	6,61±0,67	Комунікабельний	5,29±1,41
11	Рішучий	5,56±1,32	Наполегливий	6,59±0,91	Життєрадісний	5,27±1,41
12	Доброзичливий	5,55±1,38	Емоційно стійкий	6,59±0,88	Емоційно стійкий	5,25±1,63
13	Культурний	5,51±1,46	Сумлінний	6,58±0,67	Сумлінний	5,25±1,51
14	Життєрадісний	5,51±1,41	Чесний	6,56±0,79	Самостійний	5,21±1,48
15	Самостійний	5,50±1,41	Сусп. спрямований	6,56±0,73	Ініціативний	5,17±1,37
16	Наполегливий	5,50±1,27	Цілеспрямований	6,55±0,92	Акуратний	5,14±1,57
17	Ввічливий	5,47±1,48	Ввічливий	6,51±0,93	Сусп. спрямований	5,13±1,62
18	Сусп. спрямований	5,45±1,36	Тактовний	6,47±0,70	Проф. компетентний	5,11±1,62
19	Грамотний	5,43±1,32	Грамотний	6,43±0,94	Грамотний	5,11±1,49
20	Привабливий	5,41±1,17	Доброзичливий	6,43±0,87	Високий інтелект	5,10±1,46
21	Емоційно стійкий	5,39±1,48	Діяльний	6,41±0,88	Чесний	5,09±1,48
22	Діяльний	5,39±1,31	Комунікабельний	6,41±0,84	Справедливий	5,06±1,59
23	Проф. компетентний	5,37±1,39	Високий інтелект	6,36±0,96	Тактовний	5,02±1,44
24	Співчутливий	5,34±1,38	Життєрадісний	6,35±1,09	Ввічливий	4,99±1,67
25	Комунікабельний	5,33±1,42	Незворушливий	6,33±1,00	Принциповий	4,98±1,63
26	Тактовний	5,31±1,26	Ерудований	6,26±1,27	Привабливий	4,93±1,56
27	Високий інтелект	5,23±1,35	Самостійний	6,23±1,26	Співчутливий	4,93±1,51
28	Принциповий	5,19±1,52	Привабливий	6,23±0,95	Ерудований	4,92±1,44
29	Ініціативний	5,16±1,31	Ініціативний	6,18±1,16	Культурний	4,90±1,70
30	Ерудований	4,99±1,44	Співчутливий	6,18±0,99	Доброзичливий	4,83±1,71
31	Незворушливий	4,93±1,54	Принциповий	6,07±1,50	Незворушливий	4,83±1,70
32	Незалежний	4,77±1,75	Незалежний	5,65±1,79	Незалежний	4,41±1,85
33	Довірливий	4,69±1,78	Довірливий	5,39±1,73	Довірливий	4,23±1,81
34	Скромний	4,27±1,54	Безкорисливий	5,24±2,15	Безкорисливий	4,03±1,82
35	Безкорисливий	4,19±1,79	Скромний	4,54±1,86	Скромний	3,95±1,53

З огляду на це, виокремлено низку значних відмінностей між $P_{Вато2}$ та $V_{Вато2}$. Зазначимо, що військовослужбовці вважають цивільне населення схильним дещо недооцінювати їх (середні бали $P_{Вато2}$ є вищими ніж у $V_{Вато2}$). Крім того, за типом $P_{Вато2}$ (порівняно з типом $V_{Вато2}$) значно вище оцінюються такі риси, як «Справедливий» (8 ранг проти 22), «Чесний» (10 ранг проти 21), та «Культурний» (13 ранг проти 30), «Акуратний» (9 ранг проти 16) та «Сумлінний» (7 ранг проти 13) і значно нижче – «Ініціатив-

ний» (29 ранг проти 15), «Комунікабельний» (25 ранг проти 10), «Наполегливий» (16 ранг проти 5) та «Рішучий» (11 ранг проти 4). Військовослужбовці вважають, що цивільне населення схильне недооцінювати їхні моральні якості, делікатність, старанність і переоцінювати здатність самостійно ініціювати власну діяльність, комунікативну компетентність, силу (здатність долати перешкоди). Це виглядає так, як спроба самовиправдатися, зняти із себе відповідальність, адже вони делегують

цивільному населенню недооцінку себе як особистостей і висування надвимог до оцінки успішності своєї діяльності. Це спроба само-виправдатися через те, що особистість, мотиви поведінки зі сторони оцінити складно (і вони мають змогу маніпулювати щодо своєї позитивності), але успішність діяльності має більш чіткі критерії (знецінюючи їх, можна знизити негативність оцінки). Відбитий тип іміджу – $V_{\text{Вато}2}$ – позначено як «проективний-раціоналізований» (за механізмом створення). Реальний тип іміджу – $P_{\text{Вато}2}$ – позначено як «некритично моральний».

На відміну від розглянутих вище типів $I_{\text{Вато}1}$ має очікувано більш високі оцінки усіх рис. Крім того, в цьому типі «Спостережливий» і «Рішучий» переважають над «Упевнений в собі»; у ньому значно зменшується ранг такої риси, як «Цілеспрямований» (з 16 рангу по 6). Це свідчить про більш виражену критичність, більшу уважність до подій зовнішнього світу, здатність їх урахувати під час планування своєї діяльності. У цьому типі більш високе положення має «Професійно компетентний» (6 ранг проти 23 та 18), «Тактовний» (18 ранг проти 26 та 23) та більш-менш високо оцінюються як професійна, так і соціальна компетентність. Цей тип позначено як «адаптивний, здатний бути адекватним ситуації».

Рейтинг характеристик у негативних типах іміджу наведено в табл. 4.

Зазначимо, що тип іміджу $I_{\text{Вато}2}$ не можна повністю зарахувати до негативного, але він має дещо нижчі оцінки, ніж тип $I_{\text{Вато}1}$. У ньому високо оцінюються такі характеристики військовослужбовців, як «Суспільно спрямований» (1 ранг), «Справедливий» (2 ранг), «Доброзичливий» (4 ранг), які характеризують його так, як спрямованого на інтереси суспільства. Утім це не значить, що військовослужбовець має зректися власних інтересів. Так, «Безкорисливий» має найнижчий ранг у цій ієрархії.

Цей тип характеризується, як здатний ініціювати свою активність – «Упевнений у собі» (3 ранг), «Цілеспрямований» (8 ранг) та «Ініціативний» (10 ранг). Утім ця активність не переходить у «трудоголізм» (праця заради праці). Так, така характеристика військовослужбовця, як «Діяльний», отримує лише 32 ранг.

На відміну від інших типів, які позитивно оцінюють військовослужбовця, за цим типом високі оцінки отримують такі характеристики, як «Грамотний» (6 ранг) та «Ерудований» (14 ранг), проте мова ведеться не про інтелектуальні здібності («Високий інтелект» (29 ранг)), а про рівень (професійної) підготовки, наявні знання, знання норм, правил, поінформованість тощо.

Високі ранги за цим типом мають характеристики «Ввічливий» (5 ранг), «Тактовний»

(7 ранг), «Привабливий» (9 ранг), «Комунікабельний» (13 ранг), але йдеться не про дотримання якихось обмежень чи рекомендацій («Культурний» (34 ранг)), а про щирі почуття. На користь цього свідчать і низькі ранги характеристик «Скромний» (30 ранг) та «Незворушливий» (31 ранг).

Високі ранги мають вольові характеристики – «Наполегливий» (11 ранг) та «Організований» (12 ранг), а «Сміливий» і «Рішучий» оцінюються, як індіферентні (21 ранг) чи незначні характеристики (28 ранг), які свідчать про те, що ця група військовослужбовців більш важливими вважає здатність до тривалого подолання труднощів, уміння розподіляти зусилля, а не здатність до швидкої самообілізації сил.

Тип $I_{\text{Вато}2}$ малює нам образ орієнтованого на інтереси суспільства, здатного до самостійного планування своєї діяльності, щирого, грамотного фахівця, який здатний до тривалого подолання труднощів, вміє розподіляти свої зусилля для дій у тривалих складних обставинах – «Людину-обов'язку». Така людина не має бути найкращою, вона має робити свою справу за будь-яких обставин.

Негативні типи – $P_{\text{Вато}1}$ та $V_{\text{Вато}1}$ – мають сході високі ранги за характеристиками «Рішучий», «Емоційно стійкий», «Наполегливий», «Принциповий», «Безкорисливий», «Спостережливий» та низькі – «Професійно компетентний», «Ввічливий», «Тактовний», «Акуратний». На цьому загальному тлі тип $P_{\text{Вато}1}$ (порівняно з типом $V_{\text{Вато}1}$) вирізняється тим, що називають «простакуватістю» (поступливістю в стосунках і низьким інтелектом) – «Культурний» (1 ранг проти 29 рангу), «Скромний» (2 ранг проти 17 рангу), «Комунікабельний» (3 ранг проти 19 рангу) та «Високий інтелект» (34 ранг проти 27 рангу), «Грамотний» (32 ранг проти 15 рангу). Цей тип було позначено, як «поступливий».

Тип $V_{\text{Вато}1}$ (порівняно з типом $P_{\text{Вато}1}$) вирізняється вищими рангами рис «Сміливий» (1 ранг проти 18), «Чесний» (4 ранг проти 25), «Самостійний» (5 ранг проти 22), «Ініціативний» (7 ранг проти 26), «Працьовитий» (8 ранг проти 29) та «Незворушливий» (9 ранг проти 27) і більш низькими – «Довірливий» (33 ранг проти 16) та «Привабливий» (34 ранг проти 15). Цей тип є більш активним, більш експансивним, агресивним у спілкуванні. Його було позначено як «експансивно-агресивний». Як бачимо, типи $P_{\text{Вато}1}$ та $V_{\text{Вато}1}$ є протилежними за характером взаємодії з оточенням (цивільним населенням). Можливо, в основі цього типу лежить раціональна проекція (приписування оточенню власних мотивів).

Розглянемо більш докладно групування рис (структури) у виокремлених типах іміджу. Для цього використано процедуру факторного

аналізу. У табл. 5 наведено факторну структуру типу іміджу $P_{\text{Вато1}}$ – «поступливий».

Ця факторна структура описує 85,93% дисперсії.

Перший фактор (32,40%) позитивно корелює з низкою змінних: «Привабливий» (0,96), «Співчутливий» (0,94), «Ерудований» (0,90), «Довірливий» (0,87), «Рішучий» (0,87), «Принциповий» (0,83), «Цілеспрямований» (0,82). Негативний полюс позначають помірні зворотні зв'язки з такими змінними, як «Сміливий (боягузливий)» (-0,33) та «Самостійний (несамостійний)» (-0,27). Цей фактор позначено

так, як показний, такий, що прагне справити позитивне враження, але не здатний до самостійких сміливих дій.

Другий фактор (19,83%) позитивно корелює зі змінними «Працьовитий» (0,96), «Охайний» (0,78), «Чесний» (0,76). Деяке уточнення у зміст цього фактору вносять помірні зв'язки зі змінними «Ініціативний» (0,32) та «Комунікабельний» (0,32). Негативний полюс визначає зворотний зв'язок зі змінною «Незворушливий (дратівливий)» (-0,93) та уточнює його помірний негативний зв'язок зі змінною «Ерудований (обмежене мислення)»

Таблиця 4

Ранги характеристик негативних типів іміджу, виокремлених за описами військовослужбовців НГУ в період проведення АТО/ООС

Ранг	Тип $P_{\text{Вато1}}$		Тип $I_{\text{Вато2}}$		Тип $V_{\text{Вато1}}$	
	Характеристика	Середня оцінка	Характеристика	Середня оцінка	Характеристика	Середня оцінка
1	Культурний	3,38±2,45	Сусп. спрямований	5,40±1,55	Сміливий	3,46±1,90
2	Скромний	3,25±1,39	Справедливий	5,36±1,60	Емоційно стійкий	3,31±1,93
3	Комунікабельний	3,25±1,39	Впевнений у собі	5,00±1,76	Принциповий	3,31±1,84
4	Емоційно стійкий	3,13±1,73	Доброзичливий	4,68±1,65	Чесний	3,15±1,82
5	Рішучий	3,13±1,55	Ввічливий	4,64±1,75	Самостійний	3,15±1,82
6	Безкорисливий	3,00±1,69	Грамотний	4,64±1,63	Безкорисливий	3,15±1,72
7	Спостережливий	3,00±1,31	Тактовний	4,60±1,32	Ініціативний	3,08±1,98
8	Сумлінний	2,88±1,55	Цілеспрямований	4,48±1,53	Працьовитий	3,08±1,75
9	Принциповий	2,88±1,13	Привабливий	4,44±1,42	Незворушливий	2,85±1,99
10	Наполегливий	2,88±1,13	Ініціативний	4,40±1,58	Рішучий	2,85±1,77
11	Життєрадісний	2,88±1,13	Наполегливий	4,36±1,66	Спостережливий	2,77±1,83
12	Цілеспрямований	2,88±0,99	Організований	4,32±1,65	Наполегливий	2,77±1,48
13	Співчутливий	2,63±1,41	Комунікабельний	4,24±1,74	Діяльний	2,62±1,66
14	Впевнений у собі	2,63±0,74	Ерудований	4,20±1,63	Незалежний	2,54±2,07
15	Привабливий	2,50±1,20	Чесний	4,20±1,63	Грамотний	2,54±1,51
16	Довірливий	2,50±1,20	Життєрадісний	4,20±1,50	Співчутливий	2,46±1,81
17	Діяльний	2,50±0,76	Незалежний	4,20±1,44	Скромний	2,46±1,33
18	Сміливий	2,38±1,30	Акуратний	4,16±1,89	Впевнений у собі	2,46±0,88
19	Організований	2,38±0,74	Самостійний	4,16±1,65	Комунікабельний	2,38±1,26
20	Ерудований	2,25±1,39	Працьовитий	4,16±1,60	Цілеспрямований	2,23±0,73
21	Доброзичливий	2,25±1,04	Сміливий	4,16±1,60	Сусп. спрямований	2,15±1,63
22	Самостійний	2,25±0,89	Принциповий	4,16±1,52	Справедливий	2,15±1,57
23	Незалежний	2,13±1,36	Проф. компетентний	4,12±1,86	Життєрадісний	2,08±1,50
24	Справедливий	2,13±1,25	Довірливий	4,08±1,8	Сумлінний	2,08±1,50
25	Чесний	1,88±0,99	Співчутливий	3,96±1,59	Тактовний	2,00±1,15
26	Ініціативний	1,88±0,83	Сумлінний	3,84±1,60	Доброзичливий	1,92±1,66
27	Незворушливий	1,88±0,35	Емоційно стійкий	3,80±1,76	Високий інтелект	1,92±1,32
28	Акуратний	1,75±0,89	Рішучий	3,80±1,71	Проф. компетентний	1,85±1,14
29	Працьовитий	1,63±1,16	Високий інтелект	3,80±1,19	Культурний	1,85±0,90
30	Тактовний	1,63±0,92	Скромний	3,76±1,45	Організований	1,69±0,75
31	Сусп. спрямований	1,38±0,74	Незворушливий	3,72±1,43	Ерудований	1,62±10,4
32	Грамотний	1,25±0,46	Діяльний	3,72±1,28	Акуратний	1,62±0,77
33	Ввічливий	1,25±0,46	Спостережливий	3,68±1,95	Довірливий	1,62±0,77
34	Високий інтелект	1,13±0,35	Культурний	3,52±2,02	Привабливий	1,46±0,66
35	Проф. компетентний	1,13±0,35	Безкорисливий	3,36±1,38	Увічливий	1,38±0,51

Факторна структура типу іміджу «поступливий» ($P_{\text{Вато1}}$)

Змінні	Фактори			
	1	2	3	4
Справедливий (несправедливий)	-0,09	-0,26	0,81	0,01
Принциповий (безпринципний)	0,83	0,15	-0,29	0,23
Працьовитий (лінивий)	0,17	0,96	0,04	0,08
Незворушливий (дратівливий)	0,15	-0,93	0,26	0,09
Рішучий (нерішучий)	0,87	-0,22	-0,02	-0,19
Сміливий (боягузливий)	-0,33	0,07	0,84	-0,21
Ерудований (обмежене мислення)	0,90	-0,33	-0,08	-0,06
Співчутливий (байдужий)	0,94	0,06	0,30	0,06
Чесний (безчесний)	-0,24	0,76	-0,12	0,10
Самостійний (несамостійний)	-0,27	-0,13	-0,14	0,84
Цілеспрямований (нецілеспрямований)	0,82	-0,25	-0,31	0,22
Незалежний (залежний)	0,11	-0,07	0,96	-0,03
Ініціативний (інертний)	0,06	0,32	0,82	0,36
Охайний (недбалий)	-0,02	0,78	0,25	-0,14
Комунікабельний (замкнутий)	0,02	0,32	0,14	0,90
Привабливий (відштовхувальний)	0,96	0,01	0,22	-0,01
Довірливий (підозріливий)	0,87	0,19	-0,28	-0,28
Доброзичливий (ворожий)	-0,16	0,16	-0,01	-0,86

(-0,33). Цей фактор позначено так, як трудоголізм – залежність, яка (попри постійне прагнення щось робити) не призводить до високих результатів, а веде до виснаження і роздратування.

Третій фактор (19,69%) позитивно корелює з такими змінними, як «Незалежний» (0,96), «Сміливий» (0,84), «Ініціативний» (0,82) та «Справедливий» (0,81). Негативний полюс позначають зворотні кореляції з такими змінними, як «Цілеспрямований (нецілеспрямований)» (-0,31) та «Принциповий (безпринципний)» (-0,29). Цей фактор позначено як імпульсивність.

Позитивний полюс четвертого фактора (15,02%) утворюють прямі зв'язки зі змінними «Комунікабельний» (0,90) та «Самостійний» (0,84). Деяко уточнює позитивний полюс зв'язок зі змінною «Ініціативний» (0,36). Негативний полюс позначає зворотний зв'язок зі змінною «Доброзичливий (ворожий)» (-0,86). Цей фактор було позначено як експансивність. Наявність цього фактора ще раз підкреслює висловлювану вище думку, що тип іміджу $V_{\text{Вато1}}$ («експансивний») є раціональної проекцією щодо цього типу – $P_{\text{Вато1}}$ («поступливий»).

У табл. 6 наведено факторну структуру типу іміджу $P_{\text{Вато2}}$ – «некритично моральний».

Таблиця 6

Факторна структура типу «некритично моральний» ($P_{\text{Вато2}}$)

Змінні	Фактори			
	1	2	3	4
Суспільно спрямований (егоїстично спрямований)	0,70	0,18	0,15	0,15
Безкорисливий (егоїстичний)	0,10	0,02	-0,09	0,81
Справедливий (несправедливий)	0,75	0,23	0,08	-0,02
Рішучий (нерішучий)	-0,03	0,80	0,09	0,35
Сміливий (боягузливий)	0,27	0,75	0,09	-0,17
Ерудований (обмежене мислення)	0,09	0,10	0,24	0,75
Спостережливий (неспостережливий)	0,26	0,73	0,20	0,05
Ввічливий (грубий)	0,72	-0,01	0,35	-0,11
Співчутливий (байдужий)	0,70	-0,06	0,14	0,22
Чесний (безчесний)	0,71	0,22	0,12	0,01
Діяльний (пасивний)	0,21	0,17	0,82	0,10
Ініціативний (інертний)	0,17	0,14	0,83	0,04
Доброзичливий (ворожий)	0,75	0,16	0,00	0,08

Ця факторна структура описує 65,01% дисперсії ознак.

Перший фактор (25,87%) позитивно корелює зі змінними «Справедливий» (0,75), «Доброзичливий» (0,75), «Ввічливий» (0,72), «Чесний» (0,71), «Суспільно спрямований» (0,70), «Співчутливий» (0,70). Цей фактор позначено так, як високоморальний, такий, що дотримується норм моралі у стосунках з оточенням.

Другий фактор (14,94%) позитивно корелює зі змінними «Рішучий» (0,80), «Сміливий» (0,75), «Спостережливий» (0,73). Цей фактор позначено як вольовий, здатний до реальних активних дій (ураховує обставини їх реалізації).

Третій фактор (12,89%) позитивно корелює зі змінними «Ініціативний» (0,83) та «Діяльний» (0,82). Певному уточненню змісту цього фактора сприяє позитивна кореляція зі змінними «Ввічливий» (0,35) та «Ерудований» (0,24). Цей фактор проінтерпретовано як високоактивний, але такий, що у своїй активності не виходить за завдані межі, встановлені нормами.

Четвертий фактор (11,31%) позитивно корелює зі змінними «Безкорисливий» (0,81), «Ерудований» (0,75). Певному уточненню цього фактору сприяють позитивні середні зв'язки зі змінною «Рішучий» (0,35). Негативний полюс цього фактора умовно позначається зворотним зв'язком зі змінною «Сміливий (боягузливий)» (-0,17). Цей фактор проінтерпретовано як непідкупний (бореться за ідею, а не за гроші).

Як бачимо, ця факторна структура впевнено рисує нам образ високоморального військовослужбовця.

У нижченаведеній табл. 7 представлено результати факторизації оцінок рис, що описують тип іміджу $I_{\text{Вато1}}$ – «адаптивний».

Ця факторна структура описує 67,70% дисперсії ознак.

Перший фактор (19,52%) позитивно корелює зі змінними «Самостійний» (0,79), «Упевнений у собі» (0,75) та «Ініціативний» (0,70).

Цей фактор було позначено так, як здатний бути джерелом власної активності.

Зміст другого фактора (17,98%) визначають позитивні зв'язки зі змінними «Тактовний» (0,89) та «Культурний» (0,89). Цей фактор позначено як тактовний, такий, що знає і дотримується суспільно прийнятних норм взаємодії.

Третій фактор (15,31%) позитивно корелює зі змінними «Наполегливий» (0,83) та «Життерадісний» (0,82). Цей фактор позначено як «той, що прагне успіху» (досягнення поставлених цілей).

Зміст четвертого фактора (14,89%) визначають позитивні зв'язки зі змінними «Сором'язливий» (0,79) та «Довірливий» (0,75). Негативний полюс позначає зворотний зв'язок зі змінною «Впевнений у собі» (-0,22). Цей фактор позначено як «не схильний зловживати власними повноваженнями».

Як бачимо, в ідеальному типі іміджу, позначеному як адаптивний, рисується образ здатного до самостійної організації власної активності, спрямованого на результат (успіх), тактовного, не експансивного військовослужбовця.

У табл. 8 наведено факторну структуру типу іміджу $I_{\text{Вато2}}$ – «людина обов'язку».

Ця факторна структура описує 76,98% дисперсії ознак.

Перший фактор (21,20%) позитивно корелює зі змінними «Ввічливий» (0,82), «Доброзичливий» (0,82) та «Грамотний». Цей фактор проінтерпретовано як орієнтований на дотримання норм (моральних, професійних).

Позитивний полюс другого фактора (20,20%) визначають прямі зв'язки зі змінними «Комунікабельний» (0,84) та «Справедливий» (0,77). Негативний полюс визначає значний зворотний зв'язок зі змінною «Ерудований (обмежене мислення)» (-0,80). Цей фактор позначено як «той, що прагне досягти справедливості, попри все, навіть попри здоровий глузд».

Таблиця 7

Факторна структура типу іміджу «адаптивний» ($I_{\text{Вато1}}$)

Змінні	Фактори			
	1	2	3	4
Наполегливий (слабовольний)	0,12	-0,03	0,83	-0,12
Культурний (безкультурний)	0,05	0,89	0,05	-0,06
Сором'язливий (нескромний)	0,22	0,02	-0,01	0,79
Самостійний (несамостійний)	0,79	0,06	0,03	0,13
Упевнений у собі (невпевнений у собі)	0,75	-0,02	0,09	-0,22
Життерадісний (апатичний)	-0,01	0,14	0,82	0,17
Ініціативний (інертний)	0,70	0,12	0,03	0,20
Тактовний (безтактний)	0,09	0,89	0,06	-0,05
Довірливий (підозріливий)	-0,08	-0,11	0,05	0,75

Факторна структура типу іміджу «людина обов'язку» ($I_{\text{Вато2}}$)

Змінні	Фактори			
	1	2	3	4
Справедливий (несправедливий)	0,25	0,77	0,00	0,09
Наполегливий (слабовольний)	0,27	-0,01	-0,48	0,78
Ерудований (обмежене мислення)	0,27	-0,80	0,10	0,35
Грамотний (безграмотний)	0,73	0,04	-0,23	-0,20
Увічливий (грубий)	0,82	0,14	-0,03	0,03
Співчутливий (байдужий)	-0,11	0,18	0,82	-0,28
Охайний (недбалий)	-0,15	0,12	0,07	0,86
Комунікабельний (замкнутий)	0,07	0,84	0,19	0,29
Довірливий (підозріливий)	-0,04	-0,08	0,90	0,11
Доброзичливий (ворожий)	0,82	-0,07	0,02	0,15

Третій фактор (18,20%) позитивно корелює зі змінними «Довірливий» (0,90) та «Співчутливий» (0,82). Негативний полюс цього фактора позначає зворотна кореляція зі змінною «Наполегливий (слабовольний)» (-0,48). Цей фактор було позначено як щиросердний.

Четвертий фактор (17,38%) позитивно корелює зі змінними «Охайний» (0,86) та «Наполегливий» (0,78). Певному уточненню цього фактора сприяють помірні прямі зв'язки зі змінною «Ерудований» (0,35). Негативний полюс цього фактора умовно позначається зворотною кореляцією зі змінною «Співчутливий (байдужий)» (-0,28). Цей фактор позначено як педантичність, яка виявляється як у вибагливості до свого зовнішнього вигляду, так і у прагненні притримуватися запланованого перебігу дій і алгоритму прийняття рішень. Це прагнення дотримуватися заданого шаблона певною

мірою протистоїть емоційності військовослужбовця, ґрунтується на його здатності контролювати свої емоційні вияви.

У табл. 9 наведено факторну структуру типу іміджу $V_{\text{Вато1}}$ – «експансивно-агресивний».

Ця факторна структура опису 87,29% дисперсії ознак.

Перший фактор (21,68%) позитивно корелює зі змінними «Співчутливий» (0,91), «Діяльний» (0,90), «Доброзичливий» (0,87) та «Життєрадісний» (0,87). Уточнюють зміст цього фактора слабкі кореляції зі змінними «Сміливий (боягузливий)» (-0,24), «Високий інтелект (низький інтелект)» (-0,14), «Ініціативний (інертний)» (-0,13). Цей фактор проінтерпретовано як «такий, що проектує свої переживання на інших».

Другий фактор (20,75%) позитивно корелює зі змінними «Привабливий» (0,91),

Таблиця 9

Факторна структура типу «експансивно-агресивний» ($V_{\text{Вато1}}$)

Змінні	Фактори				
	1	2	3	4	5
Користолюбний (безкорисливий)	-0,10	0,02	0,86	-0,24	-0,20
Незворушливий (дратівливий)	0,35	-0,13	0,01	-0,08	0,87
Рішучий (нерішучий)	-0,05	0,13	-0,62	0,71	-0,09
Сміливий (боягузливий)	-0,24	-0,08	-0,02	0,93	0,08
Високий інтелект (низький інтелект)	-0,14	-0,04	0,00	-0,09	0,97
Грамотний (безграмотний)	-0,10	-0,05	0,90	0,26	0,14
Увічливий (грубий)	0,02	0,82	-0,24	0,01	0,10
Співчутливий (байдужий)	0,91	0,23	-0,04	0,07	0,00
Сором'язливий (нескромний)	0,01	0,83	-0,06	-0,19	0,15
Самостійний (несамостійний)	0,36	-0,41	0,80	0,03	0,03
Життєрадісний (апатичний)	0,84	0,07	-0,02	-0,28	0,12
Діяльний (пасивний)	0,90	-0,04	0,19	-0,11	-0,13
Ініціативний (інертний)	-0,13	-0,23	0,18	0,81	-0,31
Привабливий (відштовхуючий)	0,11	0,91	-0,13	-0,03	-0,21
Довірливий (підозріливий)	0,03	0,89	0,16	-0,01	-0,34
Доброзичливий (ворожий)	0,87	-0,09	-0,13	-0,13	0,17

«Довірливий» (0,89), «Сором'язливий» (0,83), «Ввічливий» (0,82). Негативний полюс цього фактора задає зворотна кореляція зі змінною «Самостійний (несамостійний)» (-0,41). Цей фактор проінтерпретовано як «вимушено толерантний, такий, що виявляє терпимість до думок інших, повагу, але не за власним покликом, а на вимогу керівництва або прагнучи не провокувати ситуацію».

Третій фактор (17,24%) позитивно корелює зі змінними «Грамотний» (0,90), «Користолюбний» (0,86) та «Самостійний» (0,80). Негативний полюс цього фактора позначає зворотна кореляція зі змінною «Рішучий (нерішучий)» (-0,62). Цей фактор проінтерпретовано як «зосереджений на захисті власних інтересів (матеріальних, прав та свобод)».

Четвертий (14,39%) позитивно корелює зі змінними «Сміливий» (0,93), «Ініціативний» (0,81) та «Рішучий» (0,71). Негативний полюс цього фактора позначає зворотний зв'язок зі змінною «Життєрадісний (апатичний)» (-0,28). Цей фактор позначено як вольовий, напружений.

П'ятий фактор (13,27%) позитивно корелює зі змінною «Високий інтелект» (0,97), «Незворушливий» (0,87). Негативний полюс цього фактора позначають зворотні зв'язки зі змінними «Довірливий (підозріливий)» (-0,34) та «Ініціативний (інертний)» (-0,31). Цей фактор проінтерпретовано як «зверхнє ставлення до оточення (зарозумілість)».

Характеризуючи цей тип іміджу, зазначимо, що його структура також дозволяє припустити, що мова ведеться саме про фрустрованих (психотрамованих) військовослужбовців, які в результаті сильного впливу емоційно виснажені, напружені, схильні нав'язувати свої цінності, чутливі до впливів на їхнє «Его», широко використовують захисні механізми (раціональної проекції, зверхнього ставлення тощо).

У табл. 10 наведено результати факторизації оцінок рис військовослужбовців, що описують тип іміджу $V_{\text{Вато2}}$ – «проективно-раціоналізований».

Наведена факторна структура описує 75,74% дисперсії ознак.

Перший фактор (32,03%) позитивно корелює зі змінними «Справедливий» (0,84), «Суспільно спрямований» (0,82), «Чесний» (0,77), «Працьовитий» (0,73) та «Охайний» (0,73). Цей фактор позначено як розвинуте почуття гідності – «чистота» (відсутність бруду) в стосунках і в зовнішньому вигляді, прагнення «відбілитися».

Зміст другого фактора (22,47%) визначають позитивні кореляції зі змінними «Наполегливий (слабовольний)» (0,83), «Спостережливий» (0,83) та «Цілеспрямований» (0,74). Цей фактор позначено як здатність долати несприятливі обставини на шляху досягнення поставлених цілей.

Зміст третього фактора (10,77%) цілком визначається позитивною кореляцією зі змінною «Довірливий» (0,93). Негативний полюс цього фактора певною мірою позначається кореляцією зі змінною «Працьовитий (лінивий)» (-0,18). Цей фактор позначено як некритичний, такий, що не докладає зусилля для перевірки інформації.

Четвертий фактор (10,46%) позитивно корелює зі змінною «Безкорисливий» (0,97). Утім його негативний полюс позначається слабкою зворотною кореляцією зі змінною «Чесний (безчесний)» (-0,08). Зазначимо, що оцінка за змінною «Безкорисливий» ($4,03 \pm 1,82$) має 34 ранг. Цей фактор позначено як показна безкорисливість. Загалом, ставлення до змінної «безкорисливість» у військовослужбовців непросте, з одного боку, безкорисливість є начебто суспільно позитивною якістю, а з іншого – військовослужбовці прагнуть до гідного матеріального утримання. Це визначає певний конфлікт у прагненні бути суспільно прийнятними і прагненням до гідного утримання себе і своїх родин.

Показна моральність, безкорисливість, наполегливість і некритичність забезпечують захист самооцінки військовослужбовців.

Таблиця 10

Факторна структура типу іміджу «проективно-раціоналізований» ($V_{\text{Вато2}}$)

Змінні	Фактори			
	1	2	3	4
Суспільно спрямований (егоїстично спрямований)	0,82	0,04	0,09	0,15
Безкорисливий (користолюбний)	0,06	0,09	0,06	0,97
Справедливий (несправедливий)	0,84	0,18	0,03	0,10
Працьовитий (лінивий)	0,73	0,34	-0,18	0,02
Наполегливий (слабовольний)	0,17	0,83	0,12	0,00
Спостережливий (неспостережливий)	0,22	0,83	-0,02	-0,04
Чесний (безчесний)	0,77	0,22	0,28	-0,08
Цілеспрямований (нецілеспрямований)	0,25	0,74	0,04	0,22
Охайний (недбалий)	0,73	0,33	0,14	-0,06
Довірливий (підозріливий)	0,13	0,08	0,96	0,07

Таким чином, дослідження описів військовослужбовців у період проведення АТО/ООС показало, що більшість військовослужбовців схильні до створення соціально бажаного образу себе, вони високо оцінюють власні риси, очікуючи цього від цивільного населення. Утім ця соціальна бажаність має специфічні характеристики: військовослужбовці визнають, що від них очікують самостійності, спрямованості на результат, толерантності, поваги до особистого простору цивільних громадян, вони усвідомлюють, що цивільне населення не повною мірою задоволене їхнім моральним обліком і результатами дій. Для збереження високої самооцінки військовослужбовці використовують захисні механізми свідомості (раціональну проекцію, знецінення тощо). Зазначимо, що у частини військовослужбовців «образ Я, як професі-

онала» в результаті перебування в екстремальних ситуаціях зазнав повної фрустрації. Такі військовослужбовці вважають, що вони не впоралися з покладеними на них завданнями, продемонстрували свою слабкість, невитриманість, агресивність. Такі їхні дії дають підстави оцінювати їх як байдужих, зверхніх, напружених (не зовсім упевнених у своїх силах, таких, що не мають достатньо сил), на відміну від очікуваних від них моральності, щирості, прагнення бути справедливими і виконувати свій обов'язок – захищати цивільних.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Воробйова І.В. Імідж працівника міліції як чинник розвитку правосвідомості громадян : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.06 / Харківський національний ун-т внутрішніх справ. Харків, 2007. 205 с.

ВЗАЄМИНИ НЕВІСТКИ ТА СВЕКРУХИ ЯК ФАКТОР РИЗИКУ СІМЕЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

RELATIONSHIP OF DAUGHTER-IN-LAW AND MOTHER-IN-LAW AS A RISK FACTOR FOR FAMILY WELL-BEING

У статті розглянута проблема впливу взаємин невістка та свекрухи на сімейне благополуччя. Сім'я була і залишається основою людського життя. Від неї залежить те, якою дитина стане в майбутньому, чи зможе вона реалізувати свої життєві цілі, знайти своє місце в суспільстві. Однак життєдіяльність самої сім'ї, її стабільність багато в чому залежать від як внутрішніх, так і зовнішніх факторів, які говорять про її психологічний клімат, тобто про добробут. Бувають, звичайно, сім'ї зовнішньо благополучні, як їх приймає саме суспільство, але якщо заглянути всередину сім'ї, то там, крім тертя через неузгодженості в сімейних цінностях між кожним членом сім'ї, на жаль, нічого не знайдеш. Також є дійсно щасливі сім'ї, в яких панує любов, взаєморозуміння, підтримка, відповідальність, рольова адекватність і економічна стабільність, хоча такі сім'ї зараз є рідкістю.

Проблемам сім'ї присвячена величезна кількість робіт. Багатьма вченими вивчалися також детермінанти сімейного благополуччя. Однак залишилося відкритим питання про те, чи залежить сімейне благополуччя від взаємин між невісткою та свекрухою. Це питання ми й намагаємося вивчити у своїй роботі.

Мета роботи – виявити особливості характеру взаємозв'язку сімейного благополуччя із взаєминами між невісткою та свекрухою. Для вирішення поставлених завдань застосовано комплексний підхід, що складається з об'єднання теоретичного аналізу наукових джерел та емпіричного дослідження. Використовувалися такі методи, як спостереження, опитування, бесіда, а також розроблена нами анкета. Аналіз отриманих результатів здійснювався комплексом сучасних методів математичної статистики (Pearson).

У процесі проведеного дослідження уточнено поняття «сімейне благополуччя» і його основні детермінанти. Під цим поняттям ми розглядаємо повне задоволення сімейним життям, яке тісно пов'язане з рівнем фактичного досягнення своєї життєвої мети без втрати себе як особистості. Аналіз результатів нашої вибірки показав, що свекрухи не вносять негативні корективи в сімейне життя свого сина і їхні взаємини з чоловіком не відбиваються на шлюбі сина з невісткою.

Ключові слова: сім'я, подружні відносини, психологічний клімат у родині, задоволеність шлюбом, сімейне благополуччя і його детермінанти.

The article deals with the problem of the influence of the relationship between the daughter-in-law and the mother-in-law on family well-being. The family was and remains the basis of human life. It depends on her what the child will become in the future, whether he will be able to realize his life goals, whether he will be able to find his place in society. However, the life of the family itself, its stability, largely depends on various internal and external factors that speak of its psychological state, that is, of well-being.

There are, of course, families that are outwardly well-being, this is how society itself accepts them, but if you look inside the family, then besides friction due to a mismatch in family values between each family member, unfortunately, you will not find anything there. There are also really happy families in which love, understanding, support, responsibility, role adequacy and economic stability reign, although such families are now rarely found.

A huge number of works are devoted to family problems. The determinants of family well-being have also been studied by many scientists. However, the question remained open as to whether family well-being depends on the relationship between the daughter-in-law and the mother-in-law. We are trying to consider this issue in our work.

The purpose of the article is to study the peculiarities of the nature of the relationship between family well-being and the relationship between the daughter-in-law and mother-in-law. To solve the set tasks, an integrated approach was applied, consisting of combining theoretical analysis of scientific sources and empirical research. The following methods were used: observation, questionnaires, interviews and a questionnaire developed by us. The analysis of the results obtained was carried out using a complex of modern methods of mathematical statistics.

In the course of the study, the concept of "family well-being" and its main determinants were clarified. Under this concept, we consider complete satisfaction with family life, which is closely related to the level of actual achievement of one's life goal without losing oneself as an individual. Analysis of the results of our sample showed that mothers-in-law do not make negative adjustments to the family life of their son and their personal relationship with their spouse does not affect the marriage of their sons to their daughter-in-law.

Key words: family, marital relations, psychological climate in the family, satisfaction with marriage, family well-being and its determinants.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.32>

Денисенко А.О.

к.психол.н.,

доцент кафедри психології розвитку і соціальних комунікацій
Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського

Павловська І.В.

магістрантка

Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського

Сім'я була і є основою людського життя. Від неї залежить те, якою дитина стане в майбутньому, чи зможе вона реалізувати свої життєві цілі, знайти своє місце в суспільстві. Однак життєдіяльність самої сім'ї, її стабільність багато в чому залежать від як внутрішніх, так і зовнішніх факторів, які говорять про її психологічний клімат, тобто про добробут.

Бувають, звичайно, сім'ї зовнішньо благополучні, як їх приймає саме суспільство, але, якщо заглянути всередину сім'ї, то там, крім тертя через неузгодженості в сімейних цінностях між кожним членом сім'ї, на жаль, нічого не знайдеш. Також є дійсно щасливі сім'ї, в яких панує любов, взаєморозуміння, підтримка, відповідальність, рольова

адекватність і економічна стабільність, хоча такі сім'ї зараз є рідкістю.

Проблемам сім'ї, її типам, структурі, системі, життєвому циклу, формам шлюбу, мотивації вступу до шлюбу, сімейним функціям, сімейним кризам, сценаріям та міфам, а також рольової поведінки подружжя, їх психофізіологічної сумісності, соціальної зрілості, емоційної близькості, сімейної адаптації, сімейним цінностям присвячена величезна кількість робіт (Андреева Т.В., 2014; Берн Е., 2016; Шнейдер Л.Б., 2005; Ейдеміллер Е.Г., 2008 та ін.). Багатьма вченими вивчалися провідні детермінанти задоволеності шлюбом (внутрішня суб'єктивна оцінка, ставлення подружжя до власного шлюбу), як-от благополуччя сім'ї (Денисова Е.А., Агаян К.А., 2016; Іллінський С.В., 2017; Карцева Л.В., 2016; Котлова Л.О., Саух І.Д., 2019; Сичов О.А., 2016 та ін.).

Перш ніж розглянути поняття «сімейне благополуччя», слід зупинитися на терміні «благополуччя». За визначеннями Н.В. Грисенко та К.Ю. Батаєвої, цей термін характеризує позитивний потенціал особистості, основними характеристиками якого є життя в достатку, спокої, добробуті та щасті. За своєю природою воно залежить від специфічних детермінантів і має такі форми: психологічну (відчуття цілісності та рівноваги), соціальну (соціальне самопочуття, якість життя) та суб'єктивну (стан фізичного і духовного самозадоволення) [6].

М.В. Сапоровська пише, що благополуччя – це об'єктивне володіння певними психологічними особливостями, які дозволяють суб'єкту функціонувати більш успішно, ніж за їх відсутності. Щодо психологічного благополуччя, то автор вважає, що воно становить інтегративну системну якість особистості, яка досягається шляхом повноцінного функціонування на всіх рівнях життєдіяльності (біологічному, індивідуально-психологічному, соціальному і духовному) [16].

Що стосується сімейного благополуччя, то Т.В. Андреева зазначає, що воно характеризує стан рівноваги сім'ї, тобто задоволеність сім'єю, сімейним статусом, внутрішньосімейним спілкуванням і місцем сім'ї в соціальній структурі [1]. Є.Г. Сіляева говорить про те, що сімейне благополуччя розкриває індивідуальне сприйняття задоволеністю сімейним життям [14]. С.В. Іллінський описує його як функціонування подружніх відносин, які визначають стан благополуччя та успішної взаємної адаптації. Для нього характерні: всебічний розвиток членів сім'ї, відповідальність, доброзичливість, згуртованість, почуття захищеності та емоційної задоволеності [8]. Водночас О.А. Сичов вважає, що реалізація сімейних функцій, задоволеність шлюбом і подружніми стосунками визначають сімейне благополуччя [17]. Н.В. Грисенко, К.Ю. Батаєва ствер-

джують, що сімейне благополуччя сприяє позитивним подружнім взаєминам, формує відчуття довіри, емоційне тепло та задоволеність шлюбом [6]. Для цього подружжя має володіти такими якостями (Баннікова Е.А.), як відсутність тривожності, адекватна самооцінка, врівноваженість, помірна схильність до ризику, компетентність у часі, високий рівень самоприйняття [3].

У своїх дослідженнях фахівці говорять про позитивний зв'язок психологічної, соціальної та суб'єктивної форм благополуччя із задоволеністю шлюбом осіб зрілого віку. В.І. Афанасенко та Т.В. Комар досліджували психологічне благополуччя жінок залежно від шлюбних стосунків. Ними виявлено, що в першому шлюбі воно пов'язане з подружніми взаєминами, у другому – зі стосунками з батьками, а в третьому – з особистісною автономією жінки [2].

Отже, на нашу думку, сімейне благополуччя становить повне задоволення сімейним життям, яке тісно пов'язане з рівнем фактичного досягнення своєї життєвої мети без втрати себе як особистості.

Мало хто з учених розглядав та емпірично досліджував питання про те, чи залежить сімейне благополуччя від взаємин між невісткою та свекрухою. Відомо, що цей фактор є фундаментом для виникнення як сімейних, так і подружніх конфліктів, може призвести до розлучення подружжя. Ця проблема розглядалася в роботах А.Ю. Маленової, яка визначила, що більшість молодих невісток негативно ставляться до своїх свекрух, хоча приховують це; чим більше сімейний статус, тим ближче у них стосунки, тобто виникає взаєморозуміння, доброзичливість та відвертість; однак більшість невісток бажають жити окремо від батьків чоловіка, що говорить про порушення суб'єктивного благополуччя [13]. Цієї думки також дотримується І.В. Кольцова [10]. І.А. Ершова та М.А. Завьялова описують вияви, характерні для невісток, що мають негативні взаємини зі свекрухою, як-от відчуття напруженості, занепокоєння і нервозності [7]. Згідно з дослідженнями Л.В. Кулікова та Д.К. Петрової, свекрухи більш позитивно ставляться до своїх невісток, ніж останні до них [12].

Серед провідних детермінантів, які впливають на непорозуміння у стосунках невістки та свекрухи, вчені називають такі: порушення рольової поведінки, ревності, неприйняття невістки/свекрухи, надмірна любов до сина, особливості характеру, культурні цінності (Л.В. Куліков, Д.К. Петрова, Л.М. Тагалекова), невістка має вищу освіту та успішну кар'єру, чого нема у свекрухи (Л.А. Хачатрян), позиція чоловіка/сина у стосунках із жінкою та матір'ю (Т.В. Андреева), родинні зв'язки, розбіжності сімейних традицій, конфлікт поколінь, ієрархія

сімейних відносин (А.М. Байкулова) та ін. [12; 18; 20; 1; 4].

Ми вважаємо, що до перерахованих вище факторів можна додати ще деякі: свекруха заздрить подружнім стосункам своєї невістки, свекруха сама виховувала сина, неузгодженість у сімейних цінностях, матеріальний стан сім'ї батьків чоловіка і дружини тощо.

Мета роботи – виявити особливості характеру взаємозв'язку сімейного благополуччя та взаємин між невісткою та свекрухою. Для вирішення поставлених завдань застосовано комплексний підхід, що складається з об'єднання теоретичного аналізу наукових джерел та емпіричного дослідження. Використовувалися такі методи, як спостереження, опитування, бесіда, а також розроблена нами анкета. Аналіз отриманих результатів здійснювався комплексом сучасних методів математичної статистики (Pearson).

У дослідженні взяли участь 70 жінок, серед яких було 35 невісток віком 28–40 років із сімейним стажем 3–15 років (перший шлюб) та їхні свекрухи. Для дослідження сімейного благополуччя використані такі методи: «Опитувальник задоволеності шлюбом» (В.В. Столін, Т.Л. Романова, Г.П. Бутенко); «Характер взаємодії подружжя у конфліктних ситуаціях» (Ю.Є. Альошина, Л.Я. Гозман, О.М. Дубовська); «Аналіз сімейної тривоги» (Е.Г. Ейдемільер, В.В. Юстицкіс); «Рольові очікування і прагнення у шлюбі» (А.Н. Волкова, Т.М. Трапезнікова) [16; 21]. Для вивчення взаємин між невісткою та свекрухою нами була спеціально розроблена анкета «Взаємодія невістки та свекрухи».

Як засвідчують результати дослідження, взаємодія невістки та свекрухи простежується на середньому рівні (56,25%), тобто більшість із них терплять одна одну (див. табл. 1). Також виявлено, що 18,75% невісток та 56,25% свекрух оцінюють свої взаємини як позитивні, а 12,5% невісток не поважають свою свекруху. Установлено, що позитивність або негативність у стосунках не пов'язана із сімейним стажем невісток та задоволеністю шлюбом. Як показує аналіз нашої вибірки, невістки, які не зовсім задоволені своїм шлюбом, пова-

жають своїх свекрух, а також свекрухи, у яких негативні стосунки з чоловіком, доброзичливо ставляться до своїх невісток.

Розглядаючи показники загальної вибірки, можна сказати, що на провідних позиціях перебувають: відсутність сімейної провини (100%) та сімейної тривожності (100%), абсолютно благополучні сім'ї (37,5%), благополучні сім'ї (31,2%), сімейна напруженість (12,5%), абсолютно неблагополучні сім'ї (12,5%).

Установлено, що конфліктні ситуації виникають у більшості невісток та свекрух на основі домінування чоловіка (34,4%), порушення рольових очікувань (28,1%), негативних відносин із родичами та друзями (21,8%), розбіжності у ставленні до грошей (21,8%). У невісток конфлікти виникають щодо порушення рольових очікувань (50,0%), домінування чоловіка (37,5%), проблем із родичами та друзями (18,7%), а у свекрух – через розбіжності з чоловіком у ставленні до грошей (31,25%), домінування чоловіка (31,25%), проблем із родичами та друзями (25,0%).

У невісток, які мають негативні взаємини зі свекрухою, конфлікти виникають на тлі порушення рольових очікувань та домінування чоловіком, а у свекрух – негативних відносин із родичами та друзями, прагнення до автономії, домінування чоловіком та вияві ревнощів.

Вивчаючи рольові очікування та прагнення наших респонденток, видно, що у більшості невісток та свекрух простежується рольова адекватність у сім'ї на середньому та високому рівнях. Незначні порушення визначено у таких сферах: інтимно-сексуальній: свекрухи – 25,0% та невістки – 12,5%; господарсько-побутовій: невістки (6,25%) та свекрухи (6,25%) очікують від свого чоловіка більше, ніж самі можуть дати; соціальна активність: невістки (18,75%) від чоловіка очікують більше, ніж самі прагнуть зробити; емоційно-терапевтичній: невістки (25,0%) та свекрухи (6,25%) очікують від чоловіка більше уваги та емоційного тепла, ніж самі дають йому; зовнішня привабливість: свекрухи (12,5%) та невістки (12,5%) очікують більше, ніж самі дають.

Аналізуючи результати невісток, які негативно ставляться до своїх свекрух, можна

Таблиця 1

Рівні взаємин та задоволеності шлюбом (загальна вибірка респондентів)

Показники	Невістки (%)			Свекрухи (%)		
	низький	середній	високий	низький	середній	високий
Рівні взаємин	12,5%	68,75%	18,75%	–	43,75%	56,25%
Сімейний стаж	7–13 років	3–15 років	5–15 років			
Рівні задоволеності шлюбом	18,75%	6,25%	75,0%	31,25%	6,25%	62,5%
Сімейний стаж	7–15 років		3–15 років			

Показники коефіцієнта кореляції (загальна вибірка невісток)

Показники	загальний рівень сімейної тривоги	неблагополучні сім'ї	питання, пов'язані з вихованням дітей	розбіжності у ставленні до грошей
сімейна провина		-1,000**		
сімейна тривожність	0,555*			
сімейна напруженість	0,833**	-1,000**		-0,562*
загальний рівень сімейної тривоги		-1,000:**		-0,716**
неблагополучні сім'ї			1000**	1000**

Кореляційно значущий зв'язок на рівнях: ** $p < 0,01$; * $p < 0,05$

сказати, що тільки у декількох виявлено проблеми за такими сферами, як соціальна активність, емоційно-терапевтична сфера та зовнішня привабливість.

Дослідження вищеперелічених особливостей підтвердилося результатами кореляційного аналізу. Однак показник «взаємини невістки та свекрухи» визначено у кореляційному зв'язку лише в одній групі. Отже, у всіх невісток (див. табл. 2) показники «неблагополучні сім'ї», «сімейна напруженість», «загальний рівень сімейної тривоги», «сімейна провина», «благополучні сім'ї», «прагнення до соціальної активності», «сімейна тривожність» та «питання, пов'язані з вихованням дітей» перебувають у позитивних та негативних кореляційних зв'язках на рівнях ($p < 0,01$; $p < 0,05$) з іншими показниками.

Розглядаючи кореляційні зв'язки у групі невісток, які оцінюють свої взаємини зі свекрухою як негативні (див. табл. 3), нами виявлено майже за всіма показниками великі кореляційні плеяди, що зв'язують різні діагностовані вияви на рівні ($p < 0,01$): «сімейна тривожність», «сімейна напруженість», «загальний рівень сімейної тривоги», «благополучні сім'ї», «питання, пов'язані з вихованням дітей», «розбіжності у ставленні до грошей», «інтимно-сексуальна сфера», «особистісна ідентифікація з чоловіком» тощо.

Аналізуючи результати у групі жінок (див. табл. 4), які оцінюють свій шлюб як нещасливий, також можна виокремити позитивні та негативні кореляційні зв'язки на рівнях ($p < 0,01$; $p < 0,05$) за такими показниками: «неблагополучні сім'ї», «сімейна тривожність», «загальний рівень сімейної тривоги», «питання, пов'язані з вихованням дітей», «вияв ревностів», «розбіжності у ставленні до грошей», «прагнення до виконання батьківсько-виховної функції» та «прагнення до соціальної активності».

Отримані результати засвідчують, що характер механізмів взаємозв'язків діагностованих показників у кожній групі невісток має свою специфіку. Провідними є такі показники: неблагополучні сім'ї, сімейна провина,

благополучні сім'ї, прагнення до соціальної активності (для всіх невісток), благополучні сім'ї, розбіжності у ставленні до грошей, інтимно-сексуальна сфера, особистісна ідентифікація з чоловіком (для жінок, які визнають негативні взаємини зі свекрухою), неблагополучні сім'ї, вияв ревностів, розбіжності у ставленні до грошей, прагнення до виконання батьківсько-виховної функції та прагнення до соціальної активності (для жінок, які вважають свій шлюб не зовсім вдалим). Загальними показниками для всіх невісток є: сімейна напруженість, високий рівень сімейної тривоги, сімейна тривожність, питання, пов'язані з вихованням дітей.

Отже, можна говорити про те, що сімейне благополуччя характеризує повне задоволення сімейним життям, яке тісно пов'язане з рівнем фактичного досягнення своєї життєвої мети без втрати себе як особистості. Серед його провідних детермінантів виокремлюють багато факторів, як-от взаємини між невісткою та свекрухою. Наші результати емпіричного дослідження показали, що ці стосунки простежуються на середньому рівні та що їх характер (позитивність або негативність взаємин) не пов'язаний із задоволеністю шлюбом невістки та свекрухи, а також із сімейним стажем невісток. Водночас виявлено, що свекрухи більше поважають своїх невісток, ніж невістки їх. Це засвідчує те, що вони не впливають на сімейне щастя свого сина та не втручаються в його подружні стосунки. Незадоволеність шлюбом та психологічна атмосфера в сім'ї більше залежить від особистісних особливостей чоловіка та дружини, неузгодженості їх сімейних цінностей, а також непорозуміння через ставлення до грошей, домінування чоловіком, проблем із родичами та друзями, очікування від чоловіка соціальної активності та емоційного тепла, що супроводжується у жінок наявністю сімейної напруженості та тривожності.

Виконане дослідження дозволило висунути низку актуальних питань для подальшого вивчення поставленої проблеми: розглянути

Таблиця 3

Показники коефіцієнта кореляції (невістки з негативними взаєминами)

Показники	сімейна напруженість	загальний рівень сімейної тривоги	благополучні сім'ї	питання, пов'язані з вихованням дітей	розбіжності у ставленні до грошей	інтимно-сексуальна сфера	особистісна ідентифікація з чоловіком	господарсько-побутова сфера: очікування	інтимно-сексуальна сфера	особистісна ідентифікація з чоловіком	господарсько-побутова сфера: очікування
сімейна тривожність	1,000**	1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**
сімейна напруженість		1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**
загальний рівень сімейної тривоги			-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**
благополучні сім'ї				1,000**	1,000**	1,000**	1,000**	1,000**	1,000**	1,000**	1,000**
питання, пов'язані з вихованням дітей					1,000**	1,000**	1,000**	1,000**	1,000**	1,000**	1,000**
розбіжності у ставленні до грошей											

Кореляційно значущий зв'язок на рівнях: ** p < 0,01

Таблиця 4

Показники коефіцієнта кореляції (невістки, які не зовсім задоволені шлюбом)

Показники	небла- гополучні сім'ї	розбіж- ності у ставленні до гро- шей	інтимно- сексуальна сфера	особи- стісна ідентифі- кація	госпо- дарсько- побутова сфера	соціальна активність: очікування	соціальна активність: прагнення	емоційно-те- рапевтична сфера: праг- нення	зовнішня прива- бливість: очікування	середній рівень взаємин зі свекру- хою
сімейна провина	1,000**									
сімейна напруже- ність	-1,000								-0,971*	
загальний рівень сімейної тривоги	-1,000			-1,000**	-1,000**		0,958*			
неблагопо- лучні сім'ї		1,000**	-1,000**	-1,000**	-1,000**	1,000**	-1,000**		1,000**	-1,000**
вияв рев- нощів								0,977*		
батьків- сько-ви- ховна сфера: прагнення							-0,953*			
соціальна активність: прагнення								-0,962*		1,000**

Кореляційно значущий зв'язок на рівнях: ** p < 0,01; * p < 0,05

вплив взаємин невістки та свекрухи на сімейне благополуччя у міжетнічних шлюбках; вивчити характер взаємодії в діаді «теща – зять» і його вплив на психологічний клімат в родині; визначити вплив взаємин невістки та свекрухи на процес виховання дітей (онуків).

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андреева Т.В. Психология семьи: учеб. пособ. Санкт-Петербург : Питер, 2014. 336 с.
2. Афанасенко В.І., Комар Т.В. Особливості психологічного благополуччя жінок з різним шлюбним статусом. *Актуальні проблеми психології* : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. Київ, 2020. Том IX. Вип. 13. С. 177–188.
3. Банникова Е.А. Семейное благополучие как фактор психологического здоровья. *Современные проблемы формирования здорового образа жизни студенческой молодежи* : материалы III Междунар. науч.-практ. интер.-конф. (Минск, 8–9 октября 2020 г. / ред. И.В. Пантюк. Минск : БГУ, 2020. С. 9–14.
4. Байкулова А.Н. Факторы дисгармонии в общении некровных родственников, свекрови и невестки: пути урегулирования конфликтного взаимодействия. *Проблемы речевой коммуникации* : сб. науч. тр. / ред. М.А. Кормилицына. Саратов, 2014. Вып. 14. С. 39–54.
5. Берн Э. Супружеские игры. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. Санкт-Петербург : Речь, 2016. 166 с.
6. Грисенко Н.В., Батаєва К.Ю. Роль різних форм благополуччя у задоволеності шлюбом осіб зрілого віку. *Вісник Дніпропетровського університету*, 2016. Вип. 22. С. 51–61.
7. Ершова И.А., Завьялова М.А. Личностные характеристики и способы совладающего поведения невесток : материалы V Междунар. науч.-практ. конф. *Психология стресса и совладающего поведения* (Кострома, 26–28 сентября 2019 г.) / ред. М.В. Сапоровская. Кострома : КГУ, 2019. Том 1. С. 186–192.
8. Денисова Е.А., Агаян К.А. Сравнительный анализ супружеской удовлетворенности в молодых и зрелых семьях. *Научно-методический электронный журнал «Концепт»*. 2016. № 7 (июль). С.143–148.
9. Ильинский С.В. Факторы психологического благополучия семьи. *Вестник Самарской гуманитарной академии*, 2017. № 1 (21). С. 76–83.
10. Карцева Л.В. Социальные и психологические факторы семейного благополучия. *Вестник Казанского государственного университета культуры и искусства*, 2016. С. 54–61.
11. Кольцова И.В. Особенности взаимоотношений в диаде «свекровь — невестка» и пути выхода из конфликтных ситуаций. *Современные научные исследования и разработки*, 2018. № 7 (24). С. 94–99.
12. Котлова Л.О., Саух І.Д. Психологічні чинники задоволеності шлюбом на різних етапах подружнього життя. *Науковий вісник ХДУ*, 2019. № 1. С. 223–228.
13. Куликов Л.В., Петрова Д.К. Чувственные характеристики взаимоотношений свекрови и невестки. *Социальная и экономическая психология*, 2018. Том 3. № 2 (10). С. 167–190.
14. Маленова А.Ю. Особенности отношений молодых женщин с собственной матерью и матерью супруга в патрилокальных семьях. *Наука о человеке: гуманитарные исследования*, 2013. С. 114–122.
15. Психология семейных отношений с основами семейного консультирования / ред. Е.Г. Силяева. Москва : Академия, 2002. 192 с.
16. Психологические тесты / ред. А.А. Карелин. Москва : Владос, 2001. Т.2.
17. Сапоровская М.В. Эмоциональное выгорание и психологическое благополучие женщин в семье. *Вестник Костромского государственного университета*, 2018. №4. С. 68–72.
18. Сычев О.А. Супружеская атрибуция как фактор удовлетворённости отношениями в парах с различным стажем семейной жизни. *Сибирский психологический журнал*, 2016. № 59. С. 172–187.
19. Тагалекова Л.М. Причины возникновения конфликтных ситуаций в диаде «свекровь – невестка» (на примере карачаевского этноса). *Нравственное воспитание в современном мире: психологический и педагогический аспект* : сб. ст. Междунар. науч.-практ. конф., 2017. Ч. 2. С. 185–188.
20. Шнейдер Л.Б. Семейная психология : учеб. пособ. для вузов. Москва: Академический Проект, 2006. 768 с.
21. Хачатрян Л.А. Развод – оборотная сторона брака. *Вестн. Перм. ун-та. Философия. Психология. Социология*, 2010. № 1 (1). С. 79–98.
22. Эйдемиллер Э.Г., Добряков И.В., Никольская И.М. Семейный диагноз и семейная психотерапия : учеб. пособ. для врачей и психологов. Санкт-Петербург : Речь, 2006. 352 с.

ОСОБЛИВОСТІ СТІЙКИХ ВНУТРІШНІХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ ЖІНОК, ЩО СПРИЯЮТЬ ВИНИКНЕННЮ ПОЧУТТЯ САМОТНОСТІ

FEATURES OF SUSTAINABLE INTERNAL STATES OF WOMEN'S PERSONALITY, WHICH CONTRIBUTE TO THE OCCURRENCE OF FEELINGS OF LONELINESS

У статті представлені результати дослідження стійких внутрішніх станів особистості жінок, які належать до різних соціальних груп. Також проведено міжгрупове порівняння, виявлені відмінності цих внутрішніх станів особистості жінок залежно від приналежності до соціальної групи.

З'ясовано, що стани виражені переважно слабо та помірно, що дозволяє говорити про те, що емоційне ставлення респондентів дещо пригнічене, усвідомлення своїх внутрішніх станів дається їм важко.

У процесі дослідження показано, що жінки, які проживають на тимчасово окупованій території, мають помірно виражений стан безнадії; релігійні жінки – помірно виражені стани «ворожий конфлікт», «свобода волі» і «безнадія»; у жінок, які перебувають у виправній колонії, вищі майже всі показники внутрішніх станів порівняно з показниками в інших жіночих групах, окрім стану самотності; жінки – переселенки з тимчасово окупованої території мають помірно виражений стан «ворожий конфлікт»; жінки-інваліди – помірно виражені стани «самотність», «ворожий конфлікт», «свобода волі», «безглуздість існування»; жінки-княнки – помірно виражений стан показників «свобода волі», «безглуздість існування».

Також під час дослідження було виявлено і встановлено статистично значущі відмінності між жіночими групами, де найвищі показники стану самотності були виявлені в жінок, які перебувають у виправній колонії, і жінок-інвалідів; стан «безглуздість існування» значно вище в жінок-княнок, які перебувають у виправній колонії, і жінок-інвалідів порівняно з іншими групами; «свобода вибору, ставлення до авторитету» – статистично значущо більш виражений у жінок, які перебувають у виправній колонії; «статевий конфлікт» – значно вище в жінок, які перебувають у виправній колонії, і жінок-княнок порівняно із представницями інших груп; «ворожий конфлікт» – значущо нижче в жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, і жінок-княнок; стан «розбіжності між реальним та ідеальним Я» значущо нижче у групах жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, у релігійних та переселенок із тимчасово окупованої території; стан «свобода волі» статистично значущо нижче в жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, у жінок – переселенок із тимчасово окупованої території і релігійних жінок; «безнадійність» – значущо більш виражено в релігійних жінок і жінок, які перебувають у виправній колонії, і значущо нижче в жінок-переселенок; показник «почуття неприкаяності, бездомність» значущо вище в жінок, які перебувають у виправній колонії, порівняно із представницями інших груп.

Ключові слова: самотність, соціальні жіночі групи, внутрішні стани, емоційні від-

ношення, безнадія, безглуздість існування, ворожий конфлікт, свобода волі.

The article presents the results of a study of stable internal states of personality of women belonging to different social groups. An intergroup comparison was also made and differences in these internal states of a woman's personality, depending on belonging to a certain social group, were identified.

It was found that mostly, the states are expressed weakly and moderately, which makes it possible to say that the emotional relations of the respondents are somewhat depressed, the realization of their inner states is given to them with difficulty. The study showed that women living in the temporarily occupied territories have a moderate state of "hopelessness"; religious women have a moderate state of "hostile conflict", "freedom of will" and "hopelessness"; women in correctional facilities have almost all internal indicators higher than those in other women's groups, except for loneliness; displaced women from the temporarily occupied territories have a moderate state of "enemy conflict"; women with disabilities moderate moderation of "loneliness", "hostile conflict", "freedom of will", "nonsense of existence"; women from Kiev moderately expressed state of indicators "freedom of will", "nonsense of existence".

The study also identified and established statistically significant differences between women's groups, where: the highest rates of "loneliness" were found in women in correctional facilities and women with disabilities; the state of "nonsense of existence" is much higher among women in Kyiv who are in a penal colony and women with disabilities compared to other groups; "Freedom of choice, attitude to authority" is statistically significantly more pronounced in women who are in a penal colony; "Sexual conflict" is much higher among women in a penal colony and women from Kiev compared to representatives of other groups; "Hostile conflict" is significantly lower among women living in the temporarily occupied territory and women from Kyiv; the state of "discrepancy between the real and the ideal self" is significantly lower in the groups of women: living in the temporarily occupied territory, religious and displaced from the temporarily occupied territory; the state of "freedom of will" is statistically significantly lower among respondents who live in the temporarily occupied territory, among women displaced from the temporarily occupied territory, and from religious women; "Hopelessness" is significantly more pronounced in religious women and women who are in a penal colony and significantly lower in displaced women; "Feelings of restlessness, homelessness" are significantly higher in women who are in a penal colony compared to members of other groups.

Key words: loneliness, social women's groups, internal states, emotional relationships, hopelessness, meaninglessness of existence, hostile conflict, freedom of will.

УДК 159.907

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.33>

Леонova I.M.

orcid.org/0000-0002-9798-9737

к.психол.н.,

докторант факультету психології

Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Актуальність дослідження підтримується соціальною значущістю жіночої самотності, яка полягає в тому, що досить велика кількість самотніх жінок репродуктивного віку зачіпає інтереси соціуму. А саме в біологічному відтворенні й у соціальній структурі цілком (сім'я, робота, виховання тощо). Спираючись на аналіз наукових робіт щодо жіночої самотності, можна побачити, що жіноча самотність містить безліч негативних аспектів, які стосуються безпосередньо особистості жінки. Їхні прояви мають широкий діапазон: від психологічної пригніченості до глибокої депресії із суїцидальними намірами, психічними зривами. Отже, у зв'язку з тим, що найчастіше проблеми самотніх жінок зумовлені зміною сформованих стандартів: поведінки, потреб, мотивів, цілей, цінностей, їхньої спрямованості й орієнтацій, які безпосередньо впливають на соціальний статус, то все більш актуальним стає завдання зрозуміти і виявити ті особистісні властивості жінки, які впливають на появу в них почуття самотності.

Сьогодні питанням самотності присвячені праці таких дослідників, як О.О. Мазуренко [3], І.М. Слободчиков [11], які цікавляться проблемами виявлення соціально-філософського осмислення та визначення понять і функцій самотності в умовах, що змінюються в сучасному суспільстві; розглядають проблему самотності в контексті культури (розшарування суспільства, роз'єднаність людей у великих містах, недостатність глибоких емоційних контактів) Ф.Г. Майленова [4], Л.Ф. Новіцька [6], В. І. Молчанов [5]. Праці Ж.В. Пузанової [7; 8] і С.Г. Корчагіної [1] представляють сучасний соціологічний напрям у дослідженні самотності; науковці С.В. Куртіян [2], Л.І. Старовойтова [12] у своїх працях висвітлювали соціальні характеристики самотності; Н.В. Шітова [14] і Н.П. Романова [9], В.І. Сіляєва [10] у своїх роботах приділяли увагу соціально-психологічним особливостям самотніх жінок, їхньому статусу в соціумі, образу Я. А ось А.Ф. Фаррахов [13] у своїх дослідженнях вивчав соціальні чинники, які сприяють появі почуття самотності в молоді. Закордонні автори висвітлювали проблеми соціальної й емоційної самотності розлучених і одружених чоловіків та жінок (P.A. Dykstra, T. Fokkema) [16]. Етіологію індивідуальних відмінностей у почутті самотності вивчали М.А. Distel, I. Rebollo-Mesa, A. Abdellaoui, C.A. Derom, G. Willemssen, J.T. Casioppo, D.I. Boomsma [15], водночас приділяли особливу увагу соціальній ізоляції та самотності людей, пов'язаних із фізичною та психологічною захворюваністю, а також зі смертністю.

Метою дослідження є виявлення стійких внутрішніх станів жінок із різних соціальних груп, які впливають на появу почуття самотності.

Дослідження жіночої самотності нерозривно пов'язане з аналізом індивідуально-особистісних стійких внутрішніх станів людини, які впливають на рівень формування самотності в жінок, які перебувають у різних соціальних групах. Тому для розуміння найбільш характерних особливостей стійких внутрішніх станів, особистості самотньої жінки, зважаючи на її приналежність до визначеної групи, ми виявили середні значення показників, які пов'язані з переживанням почуття самотності.

Зазначимо, що в нашому дослідженні середні значення представлені «медіаною» (середнє значення для вибірки) у таблицях і графіках кожної соціальної групи жінок окремо. Першим кроком статистичної обробки даних була перевірка даних на нормальність. Для цього ми використали критерій Колмогорова – Смірнова (One-Sample Kolmogorov – Smirnov Test) до шкал усіх методик, за якими проводили дослідження. Спираючись на узагальнювальний показник Asymp. Sig. (2-tailed), який нижче 0,05 за кожним із показників, ми можемо стверджувати, що розподіл даних ненормальний. Отже, для подальшого оброблення даних застосований непараметричний метод обробки даних, а саме непараметричний критерій Манна – Уїтні, окрім t-критерію Стьюдента для виявлення статистично значущих відмінностей показників між шістьма групами респондентів. Це дало можливість побачити рівень вираженості (із дотриманням норм у методиках) того чи того показника в кожній досліджуваній групі жінок окремо. А також отримати переважно статистично значущі відмінності в показниках між усіма групами загалом, якщо такі є.

У процесі аналізу одержаних результатів за методикою «Особистісного опитувальника емоційного ставлення» А.Т. Джерсайлда, який спрямований на визначення стійких внутрішніх станів особистості жінок із різних соціальних груп, що впливають на їхнє ставлення до навколишнього середовища, були отримані середні значення (медіана), які представлені в таблиці 1.

У результаті проведеного аналізу отриманих показників досліджуваних шістьох жіночих груп (табл. 1) за «Особистісним опитувальником емоційного ставлення» А.Т. Джерсайлда відзначимо, що стани виражені переважно слабо та помірно, що дозволяє говорити про те, що емоційне ставлення респондентів дещо пригнічено, усвідомлення своїх внутрішніх станів дається їм важко. Проаналізуємо кожну групу окремо.

Група 1. Жінки, які проживають на тимчасово окупованій території, мають низькі показники всіх внутрішніх станів, крім «безнадія», який помірно виражений. Це свідчить про те, що іноді вони відчувають песимістичні стани

Порівняння середніх показників стійких внутрішніх станів особистості жінок із різних соціальних груп за «Особистісним опитувальником емоційного ставлення» А.Т. Джерсайлда

Медіана	Самотність	Безглуздість існування	Свобода вибору, ставлення до авторитету	Статевий конфлікт	Ворожий конфлікт	Розбіжність між реальним та ідеальним Я	Свобода волі	Безнадійність	Почуття неприкаяності, бездомність
Жінки, які проживають на тимчасово окупованій території	0	1	1	0	1	1	1	3	0
Релігійні жінки	1	2	2	1	4	0	3	4	0
Жінки, які перебувають у виправній колонії (далі – ВК)	2,5	3	3	3	4	3	3,5	3	3
Жінки – переселенки з тимчасово окупованої території	0,5	1,5	2	0	3	0,5	2	1,5	0
Жінки-інваліди (глухонімі)	3	3	2	1	4	2,5	4	2	1
Жінки-киянки	1	3	1	2	2	2	4	2	1

щодо майбутніх перспектив і власного Я, своєї значущості. Їм властиве почуття втрати важливих можливостей і неможливості надолужити згаяне, а також сумніви в необхідності продовжувати боротьбу для досягнення життєво важливих цілей, що сприяє появі почуття незадоволеності від докладених зусиль у роботі, навчанні, сімейних справах. Вони також мають низький рівень тенденції до почуття обмеженості своїх можливостей робити власний вибір за будь-яких обставин. Усе це більшою мірою зумовлено подіями, які розгорнулися на території Донбасу.

Група 2. Релігійні жінки мають помірно виражений стан за показниками «ворожий конфлікт», «свобода волі» і «безнадія», усі інші показники мають слабо виражений стан. Це свідчить про те, що ця група має тенденції намагатися обстоювати свою межі, робити власний вибір майбутніх перспектив, але водночас від свого внутрішнього стану почуття недостатньої значущості (на роботі, у сім'ї) жінки втрачають самовладання або відчують почуття обурення, гніву в ситуаціях, коли на їхню особистість чинять тиск, підганяють, нав'язують свою думку, особливо якщо немає можливості чинити опір цьому або проявляти своє невдоволення. Водночас вони можуть відчувати втрату можливостей у минулому житті, неможливість надолужити згаяне.

Група 3. Жінки, які перебувають у виправній колонії, серед шести жіночих груп мають більшу частину показників станів, які помірно виражені, а саме: «безглуздість існування», «свобода вибору, ставлення до авторитету»,

«статевий конфлікт», «ворожий конфлікт», «розбіжність між реальним і ідеальним Я», «свобода волі», «безнадія», «почуття неприкаяності, бездомність». Слабо виражений тільки показник «самотність». Також варто зазначити, що практично всі показники внутрішніх станів цієї групи вище за показники в інших жіночих групах.

Отже, у результаті проведеного аналізу отриманих даних можемо зазначити, що жінкам цієї групи властива тенденція до почуття обмеженості у своєму виборі бажань і потреб. Вони мають схильність відчувати труднощі бути самим собою в навколишньому середовищі, захистити себе, обстоювати своє право на власні бажання і думки, а також користуватися правом протестувати проти насилля і статевого конфлікту. У ті моменти, коли на них чинять тиск, їх підганяють, нав'язують власну думку, вони відчують свою малу значущість, втрачають самовладання, відчують стан обурення і гніву. Також ця група жінок відчують себе відчуженими, що зумовлено їхнім недостатнім спілкуванням і обмеженістю в контактах з оточенням, сім'єю та рідними. Але вони не втрачають надії на перспективи в майбутньому.

Група 4. У жінок – переселенок із тимчасово окупованої території слабо виражені всі показники внутрішніх станів, окрім «ворожий конфлікт», який помірно виражений. Отже, ми можемо говорити про те, що ці жінки досить включені в соціум, у спілкування з оточенням, сімейні відносини, роботу, тобто мають почуття включення в навколишні події. Але водночас вони відчують свою малу

значущість у важливих подіях власного життя, що безпосередньо впливає на їхню незадоволеність від докладених зусиль щодо роботи і сім'ї. Також їм притаманне відчуття обмеженості своїх можливостей робити вільний вибір бажань і потреб незалежно від обставин. Іноді ці жінки відчувають деякі труднощі в тому, щоб бути самим собою у відносинах з оточенням, особливо з тими, у кого вище становище або ранг, та, у разі необхідності, захистити себе, обстоювати право на власні бажання і думки.

Група 5. У жінок-інвалідів помірно виражені внутрішні стани «самотність», «безглуздість існування», «ворожий конфлікт», «свобода волі», усі інші показники слабо виражені. У результаті проведеного аналізу отриманих показників можна говорити про те, що жінкам-інвалідам притаманне переживання помірної ізоляції, нерозуміння іншими. Відчувається незадоволена потреба у спілкуванні і близьких відносинах. Наявні труднощі у встановленні нових контактів, подружніх зв'язків. Легке відчуття малої значущості та важливості подій, які відбуваються в житті особистості жінки-інваліда, зумовлює незадоволеність отриманого результату в роботі, навчанні та сім'ї. У ситуаціях, де на них чинять тиск або нав'язують їм свою думку, вони можуть втрачати самовладання, відчувати стан обурення і гніву. Їхня інвалідність не стає перешкодою для того, щоб вважати себе людиною з обмеженнями, яка потребує допомоги у вирішенні власних життєвих проблем.

Група 6. Жінки-киянки мають помірно виражені показники «безглуздість існування» і «свобода волі», усі інші показники мають слабо виражений стан. Це свідчить про те, що жінки-киянки не відчувають обмежень у спілкуванні і близьких відносинах. Вони не мають труднощів у встановленні нових контактів і подружніх зв'язків. Не ставлять для себе обмежень у можливостях робити вибір незалежно від обставин. Для них усе, що відбувається у власному житті, має значущість і важливість, тому докладені зусилля в роботі та сімейних стосунках приносять задоволення. Свої життєві проблеми вони намагаються вирішити власноруч, водночас не мають сумніву в необхідності продовжувати боротьбу за досягнення життєво важливих цілей.

Далі за методом попарного порівняння Мана – Уїтні було визначено статистично значущі відмінності стійких внутрішніх станів особистості жінок із різних соціальних груп, які представлені в таблиці 2.

Якщо говорити про статистично значущі відмінностей результатів методики між групами, то ми можемо виділити такі ключові моменти:

Стан **самотності** значущо вище в жінок, які перебувають у виправній колонії, і в жінок-ін-

валідів (глухонімі), порівняно із представниками інших груп. Це означає, що переважно саме цим жіночим групам більше властиве переживання негативних емоцій ізоляції від інших, покинутості та нерозуміння оточенням. Саме в цих групах спостерігаються труднощі у встановленні нових контактів і подружніх зв'язків, що відображається на обмеженні спілкування та формування близьких стосунків. Ми вважаємо, що саме об'єктивні чинники, як-от вимушена соціальна ізоляція жінок, які перебувають у виправній колонії, і особливості здоров'я (проблема слуху), безпосередньо впливають на відчуття соціальної ізоляції від інших і переживання суб'єктивної самотності.

Стан **безглуздість існування** значно розрізняється у респонденток, а саме в жінок-киянок, жінок, які перебувають у виправній колонії, і жінок-інвалідів порівняно з іншими групами. Це свідчить про те, що для них всі події, які відбуваються в їхньому житті, набувають значущості.

У жінок, які перебувають у виправній колонії, статистично значущий та більш виражений показник «свобода вибору, ставлення до авторитету» порівняно із представниками інших груп. Це говорить про те, що їм притаманна тенденція до почуття обмеження власного вибору стосовно своїх бажань та потреб. Вони мають труднощі щодо власного вибору бути самими собою в соціальному оточенні, особливо з тими, хто має більший авторитет чи ранг. Також їм притаманні труднощі в самозахисті, у можливості мати власну думку, мати право протесту проти насилля. Усе це зумовлено соціально закритою структурою виправної колонії.

Статевий конфлікт значущо вищий у жінок, які перебувають у виправній колонії, порівняно із представницями інших груп. Потім вищу статистичну значущість значення за показником «статевий конфлікт» має група жінок-киянок. У релігійних жінок і жінок-інвалідів показник виражений значущо вище, ніж у групах жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, і жінок – переселенок із тимчасово окупованої території. Отже, можна говорити про те, що переживання реальної або уявної невідповідності своєї статево-рольової поведінки референтним статево-рольовим зразкам найбільше притаманне жінкам, які перебувають у виправній колонії. Де вони найбільше стикаються із труднощами реалізації власної статевої ролі у взаєминах з оточенням, що в соціумі відображає ступень особистої зрілості і соціальної адаптованості. Водночас їхня несформованість та дисгармонійність статево-рольової поведінки можуть зумовлювати як внутрішній психологічний конфлікт, який має супровід стресу, так і зовнішній конфлікт відносин з оточенням.

Порівняльна характеристика внутрішніх станів особистості жінок із різних соціальних груп за методом U-критерію Манна – Уїтні

Групи	Самотність	Безглуздість існування	Свобода вибору, ставлення до авторитету	Статевий конфлікт	Ворожий конфлікт	Розбіжність між реальним та ідеальним Я	Свобода волі	Безнадійність	Почуття неприкаяності, бездомність
1 і 2	0,001 (0,000)	-	-	0,001 (0,000)	0,001 (0,000)	-	0,001 (0,000)	0,05 (0,019)	0,05 (0,047)
1 і 3	0,001 (0,000)	0,01 (0,002)	0,01 (0,005)	0,001 (0,000)	0,001 (0,000)	0,001 (0,000)	0,001 (0,000)	0,05 (0,038)	0,001 (0,000)
1 і 4	0,01 (0,011)	-	-	-	0,001 (0,001)	-	0,001 (0,001)	-	-
1 і 5	0,001 (0,000)	0,001 (0,001)	-	0,001 (0,000)	0,001 (0,000)	0,01 (0,002)	0,001 (0,000)	-	0,001 (0,000)
1 і 6	0,001 (0,001)	0,001 (0,000)	-	0,001 (0,000)	0,05 (0,014)	0,01 (0,007)	0,001 (0,000)	-	0,001 (0,000)
2 і 3	0,001 (0,000)	0,001 (0,000)	0,05 (0,015)	0,001 (0,001)	-	0,001 (0,000)	0,05 (0,022)	-	0,001 (0,000)
2 і 4	-	-	-	0,001 (0,000)	-	-	-	0,001 (0,007)	-
2 і 5	0,001 (0,000)	0,001 (0,000)	-	-	-	0,05 (0,018)	0,001 (0,001)	-	0,01 (0,004)
2 і 6	-	0,001 (0,000)	-	-	0,05 (0,041)	0,05 (0,032)	0,001 (0,001)	-	0,001 (0,007)
3 і 4	0,001 (0,000)	0,001 (0,000)	0,01 (0,004)	0,001 (0,000)	-	0,001 (0,000)	0,05 (0,036)	0,001 (0,000)	0,001 (0,000)
3 і 5	-	-	0,01 (0,004)	0,001 (0,001)	-	-	-	0,05 (0,027)	0,001 (0,000)
3 і 6	0,01 (0,009)	-	-	0,001 (0,000)	-	-	-	0,05 (0,043)	0,001 (0,000)
4 і 5	0,001 (0,000)	0,001 (0,000)	-	0,001 (0,000)	-	0,01 (0,008)	0,05 (0,012)	0,05 (0,040)	0,001 (0,001)
4 і 6	-	0,001 (0,000)	-	0,001 (0,000)	-	0,05 (0,021)	0,01 (0,014)	0,05 (0,026)	0,01 (0,002)
5 і 6	0,01 (0,007)	-	-	-	0,05 (0,035)	-	-	-	-

Критерій U Манна – Уїтні для незалежних вибірок у дужках, рівень значущості – t-критерій, де 0,050 – 95% – 99%; 0,010 – 99%; 0,001 – 99,9%.

Особистісний опитувальник емоційного ставлення

1 група – жінки, які проживають на тимчасово окупованій території;

2 група – релігійні жінки;

3 група – жінки, які перебувають у виправній колонії;

4 група – жінки – переселенки з тимчасово окупованої території;

5 група – жінки-інваліди (глухонімі);

6 група – жінки-киянки.

Ворожий конфлікт значущо нижче в жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, порівняно з іншими групами. Також цей показник значущо нижче в жінок-княнок порівняно з релігійними жінками і жінками-інвалідами. Це свідчить про те, що жіночим групам: релігійним-жінкам, жінкам-інвалідам, жінкам – переселенкам із тимчасово окупованої території і жінкам, які перебувають у виправній колонії, властиво втрачати самовладання або відчувати почуття обурення, гніву, люті в ситуаціях, коли на їхню особистість чинять тиск або їх підганяють, нав'язують їм свою думку, особливо якщо немає можливості чинити опір цьому або проявляти своє невдоволення.

Показник **розбіжності між реальним та ідеальним Я** значущо нижче у групах жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, релігійних і переселенок із тимчасово окупованої території, ніж в інших групах. Це говорить про те, що жінкам, які перебувають у виправній колонії, інвалідам і жінкам-княнкам притаманно відчуття незадоволеності сприйняття самої себе такою, яка є, своїми соціальними ролями та набором власних рис. Водночас у взаємодії з навколишнім середовищем їхні розбіжності між «Я реальним» і «Я ідеальним» можуть призводити до спотвореного сприйняття реальності, унаслідок чого формуються конструкції самооцінки і самоефективності. Утворена внутрішньоособистісна неузгодженість у цих групах має два напрями розвитку залежно від рівня розбіжності Я-концепції особистості. Якщо в жінок, які перебувають у виправній колонії, найбільший рівень розбіжності, то це свідчить про те, що вони відчувають дисонанс, який супроводжується внутрішнім конфліктом, має амбівалентні прояви, як-от: депресія, підвищене самолюбство, нездорова амбітність, зарозумілість, що зумовлюється недосяжністю ідеалу. У жінок-інвалідів показники розбіжності трішки нижче, ніж у жінок, які перебувають у ВК, але вище порівняно з іншими групами, це говорить про те, що вони докладають максимум зусиль і старанності, щоб відповідати очікуваним результатам. У жінок-княнок також спостерігається підвищений рівень розбіжності, але він виступає двигуном особистісного розвитку.

Свобода волі статистично значущо нижче в жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, порівняно з іншими жіночими групами, але він також значущо нижче в жінок – переселенок із тимчасово окупованої території і релігійних жінок порівняно з жінками-княнками, жінками-інвалідами і жінками, які перебувають у виправній колонії. Отже, можна говорити про те, що жінкам, які проживають на тимчасово окупованій території, і переселенкам, а також релігійним жінкам властиво

почуття обмеженості власних можливостей робити вибір незалежно від обставин. У них наявна схильність бачити себе людиною, яка потребує, шукає і приймає допомогу з боку інших людей у вирішуванні власних життєвих проблем.

Стан безнадійності значущо більш виражений у релігійних жінок і жінок, які перебувають у виправній колонії, порівняно із групами жінок-княнок, жінок – переселенок із тимчасово окупованої території, жінок-інвалідів. До того ж цей показник статистично значущо нижче в жінок-переселенок порівняно з іншими групами і статистично значущо вище в жінок-інвалідів порівняно із групою жінок – переселенок із тимчасово окупованої території. Отже, можна говорити про те, що саме жінкам-інвалідам і жінкам, які перебувають у ВК, властиве песимістичне сприйняття реальності, власного «Я» і майбутніх перспектив у негативно забарвлених тонах. У них спостерігається відчуття втрати важливих можливостей у минулому житті, неможливості надолужити згаяне. Вони мають сумніви щодо необхідності продовжувати боротьбу за досягнення життєво важливих цілей.

Почуття неприкаяності, бездомність значущо вище представлені в жінок, які перебувають у виправній колонії, порівняно із представниками інших груп. Додатково цей показник значущо більш виражений у жінок-княнок і жінок-інвалідів порівняно із жінками, які проживають на тимчасово окупованій території, релігійними жінками та жінками – переселенками з тимчасово окупованої території, але за середніми показниками перебуває на низькому рівні. Це свідчить про те, що саме жінкам, які перебувають у виправній колонії, властиве переживання «бездомності» у фізичному і психологічному сенсі цього слова. Наявне почуття відчуженості від подій, які відбуваються навколо них. Мала особистісна включеність у роботу, спілкування з оточенням, сімейні відносини.

Отже, у процесі дослідження виявлено, що внутрішні стани особистості жінок у шістьох групах переважно виражені слабо та помірно. Але це дає нам можливість говорити про те, що особистісне емоційне ставлення жінок-респонденток пригнічено, усвідомлення своїх переживань дається їм важко, що на рівні тенденції може бути захисною реакцією.

Виявлено, що жінки, які проживають на тимчасово окупованій території, мають помірно виражений стан «безнадія», це вказує на те, що таким жінкам властиве переживання почуття обмеженості своїх можливостей робити власний вибір за будь-яких обставин. Почуття втрати важливих можливостей і неможливість надолужити згаяне, мають песимістичний окрас щодо майбутніх перспектив

і розвитку власного Я за набуття певної значущості в соціумі. На нашу думку, це більшою мірою зумовлено подіями, які розгорнулися на території Донбасу.

З'ясовано, що у *релігійних жінок* помірно виражені стани «ворожий конфлікт», «свобода волі» і «безнадія», що вказує на те, що їм властиво втрачати самовладання в ситуаціях, коли на їхню особистість чинять тиск, підганяють, нав'язують свою думку, особливо якщо немає можливості чинити опір цьому або проявляти своє невдоволення, щодо обстоювання власних меж, власного вибору на майбутнє. Водночас вони можуть відчувати втрату можливостей у минулому житті, неможливість надолужити згаяне.

За результатами дослідження визначено, що у групи *жінок, які перебувають у виправній колонії*, практично всі показники внутрішніх станів вище за показники в інших жіночих групах. Це свідчить про те, що ця жіноча група відчуває передусім свою відчуженість, що зумовлено обмеженням спілкування, у контактах із навколишнім середовищем, сім'єю та рідними. Відчувають свою обмеженість у власному виборі бажань і потреб, мають труднощі в тому, щоб залишатися собою, захистити себе, обстоювати право на власні бажання і думки, а також користуватися правом протестувати проти насилля і статевого конфлікту. Коли на них чинять тиск, принижують їхню значущість, їм властиво втрачати самовладання, проявляти агресію. Але вони не втрачають надії на перспективи в майбутнім.

Виявлено, що *жінкам – переселенкам із тимчасово окупованої території* властиве переживання «ворожий конфлікт», що вказує на те, що ці жінки досить включені в соціум (робота, сім'я), у події, які відбуваються навколо них. Але вони не відчувають повної задоволеності від цього, що зумовлено обмеженістю робити власний вільний вибір, щодо бажань і потреб незалежно від обставин. Іноді вони відчувають деякі труднощі в тому, щоб розкритися і бути собою у взаєминах з оточенням, особливо з тими, хто має вище становище або ранг. Також наявні труднощі в разі необхідності захистити себе, обстоювати право на власні бажання і думки, що впливає на їхнє почуття незадоволеності.

У результаті проведеного аналізу показників *жінок-інвалідів* можна стверджувати, що їм притаманне переживання помірної ізолюваності, що зумовлено станом здоров'я, непорозумінням з оточенням, з агресивними проявами в ситуаціях, коли на них чинять тиск, нав'язують їм іншу думку, незадоволеною потребою у спілкуванні і близьких стосунках, труднощами у встановленні нових контактів і подружніх зв'язків. Відчуття малої значущості та важливості подій, які відбуваються в житті

особистості жінки-інваліда, впливають на відчуття незадоволеності власним життям. Але їхня інвалідність не стає перешкодою для того, щоб вважати себе людиною з обмеженнями, яка потребує допомоги у вирішенні власних життєвих проблем.

Установлено, що *жінки-киянки*, навпаки, не мають труднощів у спілкуванні, установленні нових контактів, у близьких стосунках. Вони не ставлять для себе обмеження у вільному виборі, для них все, що відбувається у власному житті, має певну значущість і важливість, тому докладені зусилля в роботі та сімейних відносинах приносять задоволення. Свої життєві проблеми вони намагаються вирішити власноруч, водночас не мають сумніву в необхідності продовжувати боротьбу за досягнення життєво важливих цілей.

Під час дослідження було виявлено і встановлено статистично значущі відмінності між жіночими групами, а саме: найвищі показники стану **«самотність»** були виявлені у *жінок, які перебувають у виправній колонії*, і *жінок-інвалідів*, що зумовлено передусім об'єктивними чинниками: соціальною ізоляцією і станом здоров'я (глухота). Стан **«безглуздість існування»** значно вище в *жінок-киянок*, *жінок, які перебувають у виправній колонії*, і *жінок-інвалідів* порівняно з іншими групами, що свідчить про те, що для них всі події їхнього життя набувають певної значущості. Статистично значущо більш виражений показник **«свобода вибору, ставлення до авторитету»** у жінок, які перебувають у ВК, порівняно із представниками інших груп, що зумовлено соціально закритою структурою виправної колонії. Стан **«статевий конфлікт»** значно вище в жінок, які перебувають у ВК, і жінок-киянок, ніж у представниць інших груп. У релігійних жінок і жінок-інвалідів показник виражений значущо вище, ніж у групах жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, і жінок – переселенок із тимчасово окупованої території. Отже, можна говорити про те, що переживання реальної або уявної невідповідності своєї статево-рольової поведінки референтним статево-рольовим зразкам найбільше притаманне жінкам, які перебувають у виправній колонії. Стан **«ворожий конфлікт»** значущо нижче в жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, і жінок-киянок, ніж у респонденток з інших груп, що свідчить про те, що цим жіночим групам більш властиво встановлювати власні межі з оточенням, обстоювати власну думку, контролювати свої емоційні стани і поведінку. Стан **«розбіжності між реальним та ідеальним Я»** значущо нижче у групах жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, релігійних та переселенок із тимчасово окупованої території, ніж в інших групах, що свідчить про мінімальну розбіжність у Я-концепції особистості

в цих групах. Стан **«свобода волі»** статистично значущо нижче в жінок, які проживають на тимчасово окупованій території, у жінок – переселенок із тимчасово окупованої території та релігійних жінок у порівнянні з іншими жіночими групами. Це вказує на те, що в цих жіночих групах спостерігається більше почуття обмеженості власних можливостей робити вибір незалежно від обставин. Стан **«безнадійність»** значущо більш виражений у релігійних жінок і жінок, які перебувають у ВК, і значущо нижче в жінок – переселенок порівняно з іншими групами. Також статистично значущо вище в жінок-інвалідів, ніж у жінок – переселенок із тимчасово окупованої території. Стан **«почуття неприкаяності, бездомність»** значущо вище в жінок, які перебувають у ВК, порівняно із представниками інших груп. Це говорить про те, що саме їм властиве переживання бездомності у фізичному і психологічному сенсі цього слова.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Корчагина С.Г. Психология одиночества : учебное пособие. Москва : Московский психолого-социальный ин-т, 2008. 228 с.
2. Куртиян С.В. Одиночество как социальное явление : автореф. дис. ... канд. соц. наук: 22.00.04. Москва, 1995. 18 с.
3. Мазуренко Е.А. Одиночество как феномен индивидуальной и социальной жизни : дис. ... канд. филос. наук: 09.00.11. Архангельск, 2006. 164 с.
4. Майленова Ф.Г. Два лика одиночества. *Человек*. 2002. № 2. С. 129–135.
5. Молчанов В.И. Одиночество сознания и коммуникативность знака. *Логос*. 1997. № 9. С. 5–24.
6. Новицкая Л.Ф. Культура и возможность преодоления одиночества современного человека. *Периферийность в культуре XX века* : материалы Всероссийской научно-практической конференции. Пермь, 2001. С. 217–230.
7. Пузанова Ж.В. Философское одиночество и одиночество философа. *Вестник Российского университета дружбы народов. Серия «Социология»*. 2003. № № 4–5. С. 47–58.
8. Пузанова Ж.В. Антропология одиночества. *Социальная антропология на пороге XXI века*. Москва, 1998. 355 с.
9. Романова Н.П. Социальный статус одиноких женщин в современном российском обществе: теоретико-методологический анализ : дис. ... докт. социол. наук: 22.00.04. Улан-Удэ, 2006. 322 с.
10. Сіляєва В.І. Психологічне вивчення та корекція образу Я у самотніх жінок : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. Сімферополь, 2004. 193 с.
11. Слободчиков И.М. Теоретико-экспериментальное исследование феномена одиночества личности : дис. ... докт. психол. наук: 19.00.01. Москва, 2006. 330 с.
12. Старовойтова Л.И. Одиночество: социально-философский анализ : дис. ... канд. филос. наук: 09.00.11. Москва, 1995. 180 с.
13. Фаррахов А.Ф. Социальные факторы, вызывающие чувство одиночества у молодых людей. *Вестник Чувашского государственного педагогического университета имени И.Я. Яковлева. Серия «Гуманитарные и педагогические науки»*. 2013. № 3 (79). С. 168–173.
14. Шитова Н.В. Социально-психологические особенности одиноких женщин: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. Воронеж, 2009. 189 с.
15. Familial Resemblance for Loneliness / M.A. Distel et al. *Springer Link*. 2010. № 40. P. 480–494. DOI: 10.1007/s10519-010-9341-5.
16. Dykstra P.A., Fokkema T. Social and Emotional Loneliness Among Divorced and Married Men and Women: Comparing the Deficit and Cognitive Perspectives. *Basic and Applied Social Psychology*. 2007. Vol. 29. DOI: 10.1080/01973530701330843.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ НАДАННЯ ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ ПІДТРИМКИ ОКРЕМИМ КАТЕГОРІЯМ НАСЕЛЕННЯ НА ОСНОВІ САЛЮТОГЕННОГО ПІДХОДУ

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL ASPECTS OF PROVIDING PSYCHOSOCIAL SUPPORT TO CERTAIN CATEGORIES OF THE POPULATION ON THE BASIS OF SALUTOGENIC APPROACH

У статті розглядається інновативна практика надання психосоціальної допомоги населенню на основі салютогенної моделі. Викладаються окремі теоретичні дослідження щодо розроблення і розвитку салютогенного вчення та практики. Проаналізовано досвід Сполучених Штатів Америки, Ізраїлю й України щодо надання психосоціальної допомоги дітям та сім'ям, постраждалим унаслідок військових дій. Виявлено високу позитивну кореляцію між якістю надання психосоціальної допомоги вказаним категоріям населення та застосуванням салютогенного підходу. Основна увага приділяється формуванню знань у представників психологічної служби системи освіти про особливості застосування салютогенного підходу у практичній роботі із клієнтами. Наведено відмінності результатів роботи у разі застосування патогенного підходу, що орієнтований на відновлення втрачених функцій, та салютогенного, що передбачає опору на збережені, ресурсні частини психіки, особистості чи соціального оточення. Наведено дієві психологічні практики роботи з дітьми та сім'ями із застосуванням салютогенного підходу. Акцентовано увагу на моделі ресурсного відновлення "BASIC Ph", розробленої і апробованої ізраїльським травмотерапевтом Мулі Лаадом, що широко застосовується у практиці роботи психологів на сході України. Окреслено поняття «когерентність», яке визначається як погодженість, та "sense of coherence" – особистісна риса, яка відображає схильність людини бачити світ осмисленим і керованим. У разі проживання психологічної кризи в постраждалій людині втрачається зв'язок у діаді «людина – світ», тому першочерговим завданням психолога є повернення такого зв'язку. У такому разі задіяння збережених та здорових частин психіки, особистості чи оточення дозволяє не лише відновити втрачений зв'язок, а й розвинути нові адаптивні механізми. Результати дослідження спонукають до подальших розробок щодо роботи з дітьми та сім'ями, які постраждали внаслідок військових дій на сході країни, на основі салютогенного підходу.

Ключові слова: салютогенез, патогенний підхід, салютогенний підхід, психосоціальне

благополуччя, модель ресурсного відновлення, когерентність.

The article considers the innovative practice of providing psychosocial support to the population on the basis of the salutogenic approach. Some theoretical researches concerning development of salutogenic doctrine and practice are stated. The experience of the United States, Israel, and Ukraine in providing psychosocial assistance to children and families affected by hostilities is analyzed. There is a high positive correlation between the quality of psychosocial help for these categories of the population and the use of a salutogenic approach. The main attention is paid to the formation of knowledge of the representatives of the psychological service of the education system about the peculiarities of the application of the salutogenic approach in practical work with clients. There are differences between the results of work in the case of a pathogenic approach, which focuses on the restoration of lost functions, and salutogenic, which involves reliance on preserved, resource parts of the psyche, personality or social environment. Effective psychological practices of working with children and families using a salutogenic approach are presented. Emphasis is placed on the resource recovery model "BASIC Ph", developed and tested by Israeli trauma therapist Muli Laad, which has found wide application in the practice of psychologists in eastern Ukraine. The concept of "coherence" is defined and "sense of coherence" – a personality trait that reflects a person's tendency to see the world meaningful and manageable. In the case of a psychological crisis, the victim loses the connection in the dyad "I" – "World", so the primary task of the psychologist is to restore such a connection. In this case, the involvement of preserved and healthy parts of the psyche, personality or environment allows not only to restore the lost connection, but also to develop new adaptive mechanisms. The results of the study encourage further development of work with children and families affected by the war in the east of the country on the basis of a salutogenic approach.

Key words: salutogenesis, pathogenic approach, salutogenic approach, psychosocial well-being, resource recovery model, coherence.

УДК 159.99

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.34>

Луценко Ю.А.

науковий співробітник лабораторії прикладної психології освіти Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи

Сучасний світ усе частіше стикається з непередбачуваними ситуаціями, які призводять до погіршення психосоціального благополуччя людини. До таких можна віднести техногенні катастрофи, етнічні, релігійні та військові конфлікти тощо. Починаючи із 2014 р. на території Донецької та Луганської областей відбуваються військові дії, які за результатами попередніх досліджень призвели до психологічної, соматичної та соціальної травма-

тизації населення. Як зазначають І. Корнієнко, С. Максименко, С. Богданов, Н. Лунченко, Ю. Луценко, В. Панок та інші, внутрішньо переміщені особи відчувають страх, невизначеність, розпач, зниження рівня соціальної активності й адаптивності, що, у свою чергу, призводить до погіршення їхнього психосоціального благополуччя. Як реакція на вказану ситуацію низкою організацій та незалежними спеціалістами активно впроваджуються

інтервенції, сфокусовані на вирішення виявлених потреб указаної категорії населення. Такі інтервенції передбачають розроблення та впровадження програм психосоціальної підтримки, спрямованих на виявлення патогенних чинників, їх корекцію та зменшення впливу на життя та здоров'я людини. Однак ми вважаємо, що застосування в роботі з населенням, постраждалим унаслідок військових дій на сході країни, ресурсної / салютогенної практики значно підвищує ефективність психосоціальних послуг та позитивно впливає на рівень психосоціального благополуччя людини.

Будь-яка кризова ситуація в житті людини значною мірою пов'язана зі стресом, що передбачає низку негативних соціальних та психологічних наслідків. Коли важко контролювати сильні та небажані спогади, у людини може виникнути відчуття втрати контролю над власною свідомістю, реакціями, світосприйняттям. Людина часто не бачить виходу із проблемної ситуації. Однак як в окремого індивіда, так і в сім'ї завжди є внутрішній ресурс. Як визначають С. Богданов, Т. Гніда, О. Залеська інші, психосоціальна підтримка полягає саме в тому, щоб розкрити внутрішній потенціал індивіда і суспільства загалом для розвитку механізмів подолання стресу і зміцнення стійкості [1]. Надання психосоціальної допомоги стикається з низкою викликів, як-от: зневіра в закінчення війни, низька мотивація до покращення ситуації в селі, місті, будинку, психологія користувача «нехай мені зроблять», або «ви повинні мені дати, забезпечити», зростання показників злочинності, алкоголізації та наркоманії в окремих регіонах [2].

Психосоціальна підтримка населення є одним із першочергових завдань психологічної служби, оскільки діти, педагоги та батьки становлять значну кількість популяції місцевих громад. Така робота вимагає від психологів певного рівня знань щодо здійснення соціально-психологічних інтервенцій на основі салютогенного підходу, як і високого рівня сформованості професійних навичок у застосуванні інструментів покращення рівня психосоціального благополуччя.

Водночас результати опитування представників психологічної служби системи освіти показують, що більшість практичних психологів (70%) та соціальних педагогів (67%) мають часткову готовність до вирішення завдань, пов'язаних із наданням психологічної допомоги особам, які пережили психологічну травму. Серед тем, які були запропоновані працівниками психологічної служби для додаткової підготовки, найвищий рейтинг отримали: *основи травмотерапії, навички кризового консультування, розробка та проведення корекційно-розвиткових програм*. На думку низки дослідників, однією з актуаль-

них проблем у роботі психологічної служби з вказаною категорією населення є забезпеченість відповідним методичним інструментарієм. Лише 11% опитаних психологів зазначили, що вони цілком забезпечені необхідним інструментарієм, 20–25% – не забезпечені, 65–69% дали ухильну відповідь – «забезпечені частково» [3]. Отже, розроблення, апробація та впровадження інструментів роботи психолога є актуальним питанням у галузі прикладної психології.

Сучасні методичні розробки у сфері надання психосоціальної підтримки ґрунтуються на застосуванні «патологічного» підходу в подоланні наслідків психотравми та відновленні психосоціального благополуччя. Ми розглядаємо «патологічний підхід» як форму психологічних інтервенцій, спрямованих на виявлення ушкоджених частин психіки, особистості чи соціального оточення, організації відновлювальної роботи з точковим впливом саме на ці пошкоджені складові частини життєдіяльності людини. Наприклад, у процесі діагностики було встановлено, що підліток, через низьку адаптивність, не може почувати себе розкуто в новому класі. Він відчуває невпевненість та нервову напругу кожного разу, коли йде до школи. Отже, робота психолога буде спрямована на формування впевненості й уміння долати напругу у класі.

Така система організації соціально-психологічної роботи приводить до відновлення особистості суто на «дотравматичному рівні» і не сприяє розвитку додаткових адаптивних механізмів та ресурсів людини. Досвід інших країн, зокрема США й Ізраїлю, з порівняно високою кількістю психологічно травмованих людей доводить низьку ефективність такого підходу та наявність дієвих альтернатив. Ідеться про побудову психотерапевтичної практики на основі салютогенного підходу.

Витоки салютогенного підходу лежать у площині медицини та реабілітології. Сам термін «салютогенез» походить від латинського *salus* (здоров'я) та грецького *genesis* (походження). Отже, салютогенез є основою здоров'я і зосереджується на чинниках, що підтримують здоров'я та добробут людини, а не на чинниках, що спричиняють захворювання (патогенез). Цей термін увів А. Антоновський, професор медичної соціології, у відповідь на салютогенне запитання: «Як допомогти цій людині рухатися до поліпшення здоров'я?» [4].

А. Антоновський розробив цей термін на основі своїх досліджень про те, «як люди справляються зі стресом і добре тримаються». Він зауважив, що стрес є повсюдним, але не всі люди мають негативні наслідки для здоров'я у відповідь на стрес. Натомість деякі люди досягають здоров'я, незважаючи на вплив потенційно негативних чинників стресу. У своїй книзі

«Здоров'я, стрес і подолання» А. Антоновський (1979 р.) описав різноманітні впливи, які привели його до питання про те, як люди виживають, пристосовуються та занепадають під дією найстрашніших життєвих стресів. У подальших розробках теми він більш конкретно зосередився на дослідженні жінок та питанні старіння; він виявив, що 29% жінок, які пережили нацистські концтабори, мали позитивне емоційне здоров'я порівняно з 51% контрольної групи. Він зрозумів, що 29% тих, хто вижив, не були емоційно погіршені стресом. А. Антоновський писав: «Це для мене було тим драматичним досвідом, який свідомо направив мене на шлях формулювання того, що я став називати «салютогенною моделлю»» [4].

Формулювання А. Антоновського полягало в тому, що узагальнені ресурси опору дозволяли людям розуміти події та керувати ними. Він стверджував, що із часом у відповідь на позитивний досвід, отриманий завдяки успішному використанню різних ресурсів, людина виробить таке ставлення, яке саме собою є основним інструментом для подолання негативних подій та стресу.

На його думку, навіть сам стрес не завжди є патогенним: за деяких умов він може бути і салютогенним чинником. Успішне подолання кризової ситуації може привести людину до набуття позитивного досвіду. Кризову ситуацію можна розглядати як виклик і завдання людини не тільки навчитися функціонувати ефективно, незважаючи на несприятливі життєві умови, але обернути стрес собі на користь. Серед особистісних характеристик, що захищають від дії стресу, А. Антоновський називає «Sense of coherence». «Sense of coherence» – особистісна риса, яка відображає схильність людини бачити світ осмисленим і керованим.

Поняттю «когерентність» («погодженість», «согласованность») належить центральне місце в поясненні ролі стресу в життєдіяльності людини. «Помимо специфических факторов стресса, с которыми можно столкнуться в жизни, и помимо вашего восприятия и реакции на эти события, то, что определяет, причинит ли стресс вам вред, – это то, нарушает ли стресс ваше чувство связности» [5].

Отже, у світлі салютогенної парадигми психологи почали шукати ресурсні частини особистості, моделі реагування, внутрішні ресурси, які дозволять легше перенести стрес та його наслідки, а також розвинути внутрішні механізми самовідновлення. У цьому ключі фокус досліджень було переміщено із травмованих на тих, хто самостійно відновився.

Вказане вище становить теоретичну основу концепції ізраїльського вченого і практика Мулі Лаада, який у співпраці з Міккі Дороном розробив інновативну модель ресурсного відновлення, яку позначили кодом «BASIC Ph».

Мулі Лаад пропонує підхід, який базується на шести вимірах, які й описують палітру подолання людиною кризової події та самовідновлення після психологічного травмування.

Belief (з англ. – «віра») – філософія життя, вірування та моральні цінності.

Affect (афект, емоція) – почуття, емоції.

Social support (соціальна підтримка) – суспільство, громада, приналежність, соціальна організація.

Imagination (уява) – дух творчості, уява, фантазія.

Cognition (пізнання) – усвідомлення, реальність, думки.

Physiology (фізіологія) – фізична, чуттєва та дієва модальність.

З огляду на широке застосування даної моделі у практичній роботі психологів, було встановлено, що ці модальності є не лише каналами подолання наслідків психологічного травмування, а й каналами комунікації із зовнішнім світом. За такої умови психолог визначає канал, що домінує, наявні та доступні в даному каналі ресурси, будує консультативний процес щодо їх посилення, залучення й активізації. Визначення панівного каналу комунікації / ресурсного каналу відбувається на основі спостереження за поведінкою людини та на основі аналізу її висловлювань під час консультативного сеансу чи у групі [6, с. 14–15].

Комбінація вказаних елементів становить стиль «виживання» людини – деякий код, що визначає роль та місце кожної складової частини. Даний код є індивідуальним та неповторним і окреслює, які саме ресурси та в якій послідовності людина застосовуватиме для проживання кризової ситуації, її наслідків чи стресу.

Зі спостережень і опитувань людей у стресових станах (S. Lahad, 1981, 1984 рр.) починаєш розуміти, що кожен індивідуум по-своєму комбінує механізми боротьби із цими станами.

Модель «BASIC Ph» підтверджує існування різних, але взаємопов'язаних ефективних методів подолання стресу, травми, кризи:

1. *Cognition* (пізнання). Когнітивні (розумові, мисленнєві, пізнавальні) стратегії включають збір інформації, аналіз способів вирішення проблем, самоорієнтацію, внутрішній діалог, складання списків дій, недоліків і переваг у разі вирішення проблеми обраним способом. Такі люди часто шукають пояснень у літературі, словниках, довідниках, інтернеті тощо. Для них важливо «знати», тоді вони легше долають стрес.

2. *Affect* (афект, емоція). Цей тип самовідновлення використовує афективні або емоційні методи: плач, сміх, усний виклад своїх переживань у розмові з ким-небудь, також можливі малювання, читання або написання

листа (зокрема, самому собі). Для них важлива присутність когось, хто зміг би розділити емоції та підтримати.

3. Social support (соціальна підтримка). Такий тип обере соціальний спосіб подолання кризи і знайде підтримку у приналежності до партнера, групи, у виконанні спільних завдань, у тому, щоб відігравати якусь роль і бути частиною організації. У мові такі люди частіше говорять «ми», ніж «я».

4. Imagination (уява). Четвертий тип скористається своєю уявою, щоб замаскувати грубі факти реальності, він може марити наяву, віддаватися солодким мріям і відволікати власну увагу за допомогою «керованої фантазії». Він може уявити собі додаткові рішення проблем – рішення, що виходять за межі реальності.

5. Belief (віра). П'ятий тип знайде опору у вірі та духовних цінностях, які допоможуть йому пережити кризову ситуацію та подолати напругу. Тут може бути як релігійна віра, так і політичні переконання, почуття місії (призначення), прагнення до самоздійснення і самовираження.

6. Physiology (фізіологія). Люди цього типу використовують фізичні, тілесні способи боротьби зі стресом. Ці методи включають релаксацію, десенситизацію (зменшення напруги), фізичні вправи і фізичну діяльність узагалі. Часто вони починають ходити з кутка в куток або виконувати механічні дії.

Постає запитання: «Яким чином поєднати модель “BASIC Ph” та салютогенний підхід у практичній діяльності психолога?». Відповідь на нього відкриває можливість для працівників психологічної служби працювати з ресурсними частинами особистості, соціуму, психіки для відновлення стану психосоціального благополуччя людини, що пережила психологічне травмування чи стрес. Коли застосовуємо модель “BASIC Ph” у практичній роботі із клієнтами, ми виходили із припущення, що в кожній людині наявний потенціал для проживання кризи, травми чи стресу; його здійснення залежить від зовнішніх та внутрішніх обставин; актуальний «код» у рамках моделі дозволяє швидко оцінити стан людини та способи самовідновлення; модель дозволяє оцінити необхідність терапевтичних інтервенцій як додаткового засобу відновлення; за умови суто кризового втручання психолог використовує наявні в людини ресурси в рамках моделі “BASIC Ph”.

О. Гершанов зазначає, що в разі психологічного травмування відбувається руйнація зв'язку в діаді «людина – світ». У людини виникає відчуття, що світ зруйнувався, попередні стратегії поведінки більше не спрацьовують. Концепцію опори на здорову частину психіки також підтверджує концепція пошукової активності. Дослідник вказує, що у праці із

травмою він опирається на «зорові» частини психіки, особистості. «Если патогенный подход работает с патологией – у тебя что-то случилось, давай посмотрим, почему случилось, как, будем работать с проблемой, то салютогенный подход говорит – окей, ты пережил – ура, молодец, ты выжил в кризисной ситуации – давай-ка посмотрим, благодаря чему ты выжил, и будем вот эти ресурсы в тебе развивать». «Активное поведение в условиях неопределенности (поисковое поведение) является важнейшим фактором соматического здоровья, предотвращает возникновение психосоматических заболеваний и повышает устойчивость организма к стрессу. Напротив, отказ от поиска является <...> предпосылкой к развитию самых разнообразных форм патологии. Таким образом, моделируя в консультационном и терапевтическом процессе и научая человека, пережившего травматическое событие, поисковой активности, специалист создает условия для сохранения не только душевного, но и физического здоровья» [7].

У своєму дослідженні ми розробили й апробували низку практик, що побудовані на салютогенному підході. Досить ефективними в застосуванні виявилися метафоричні й асоціативні картки (далі – МАК). Попри їх численну кількість, ми обрали колоди “COPE” («Подолання») та «Креатив1–2–3», які були розроблені в Україні (автори ідеї Ю. Луценко, В. Панок). Нижче наведено кілька апробованих вправ, які підтвердили свою ефективність у роботі із клієнтами чи групами із застосуванням салютогенного підходу.

Вправа «Мої ресурси». Запропонуйте учасникам на аркушах А-4 зобразити себе у вигляді якогось символу. Уже на цьому етапі може відбуватися саморефлексія щодо ідентифікації себе через образ. Можна запросити учасників групи по черзі презентувати себе для загалу, починаючи зі слів: «Я зобразив (ла) себе у вигляді <...> тому що <...>. На другому етапі вправи ведучий пропонує намалювати на цьому ж аркуші всі ресурси, якими зараз користується кожен учасник у своєму житті. Третій етап передбачає обговорення малюнків у парах, а потім, суто за бажанням, назагал. Під час обговорення в парах, за умови попереднього знайомства учасників та наявності взаємодовіри, відбувається аналіз та порівняння малюнків. Крім того, ведучий може поставити додаткове завдання – обговорити ще 1–2 ресурси, які були почуті від партнера по парі та які також можуть бути застосовані у власному житті. У результаті виконання цієї вправи ми досягали бажаного результату, а саме аналізу життєвої ситуації на предмет наявних ресурсів та збільшення їхньої кількості в результаті обговорення з партнером та іншими учасниками [8].

Щодо застосування МАК у рамках психосоціальної роботи, ми зауважуємо необхідність попереднього досвіду та навчання щодо роботи з даним інструментом. З огляду на форму роботи (індивідуальна чи групова) психолог може запропонувати обрати кілька карт, які асоціативно нагадують ті ресурси, які є (були, будуть) у житті клієнта, учасника групи або групи загалом. Також можна запропонувати обрати кілька карт про наявні або потенційні загрози, а також про ресурси, якими ці загрози можна подолати. Інколи клієнт не може виконати поставлене завдання. Однією із причин може бути виражене домінування лівої півкулі та труднощі в роботі з образами, редукована креативність і фантазія. У такому разі варто змінити завдання і попросити такого клієнта просто написати послідовно ті ресурси, які наявні, бажані, були доступні раніше, але недоступні натеper, а також попросити проанжувати їх від найбільш до найменш значущого. Іншою причиною труднощів може бути нерозуміння асоціацій як таких. У такому разі психологу варто навести кілька прикладів, як-от: «Часто ми порівнюємо людей із якимись предметами або їхніми ознаками, діями. Наприклад ми кажемо: «Закритий, як скриня», «Швидкий, як метеор», «Підлий, як змія», «Важкий, як камінь», «Тонка, як тростинка». Або ширші асоціації: «Психологічна травма схожа на вогнище, яке присипали землею. Зовні воно згасло, але якщо розкопати – усередині буде величезний жар». Такі порівняння допоможуть клієнту розібратися, як саме працювати з асоціаціями. Важливо підкріпити схваленням будь-які мінімальні прояви активності клієнта, навіть якщо він/вона просто взяли колоду МАК до рук і почали роздивлятися малюнки. Психологу варто постійно наголошувати, що в такій роботі немає неправильних виборів, усі вибори є суто індивідуальними і неповторними. Варто врахувати припущення І. Ялома про те, що зміст і процес мають однакове значення для досягнення терапевтичного ефекту [9, с. 291–485].

Здійснений у рамках дослідження аналіз щодо надання психосоціальної допомоги окремим категоріям населення (діти та сім'ї, що постраждали внаслідок військових дій на сході країни) на основі салютогенного підходу дозволяє зробити кілька висновків, а саме:

- салютогенний підхід, на відміну від патогенного, ураховує та спирається на «збережені», «здорові» частини особистості, психіки чи оточення людини;

- салютогенний підхід дозволяє розвинути адаптивні механізми, внутрішні ресурси та краще підготувати людину до проживання

стресу, кризи чи психологічної травми в майбутньому;

- застосування салютогенного підходу в роботі психолога не вимагає спеціального навчання чи підготовки;

- психологічні інтервенції на основі салютогенного підходу дозволяють вплинути на покращення психосоціального благополуччя не лише клієнта, а і його найближчого оточення;

- салютогенний підхід має універсальний спектр застосування в роботі психолога та соціального педагога.

Результати даного дослідження спираються як на аналіз міжнародного та національного досвіду, так і власне на практику застосування такого підходу в роботі з різними категоріями населення. Салютогенний підхід характеризується високою практичністю й ефективністю в подоланні наслідків психотравми, стресу та відновленні після проживання кризових подій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу в дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір» : навчально-методичний посібник. Київ : НаУКМА ; ТОВ «ГЛІФ Медіа», 2017. 208 с.

2. Організація соціально-психологічного супроводу дітей, сімей, які постраждали внаслідок військових конфліктів / авт. кол. : Г. Герило та ін. ; заг. ред. Ю. Луценко. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2018. 128 с.

3. Діяльність психологічної служби в системі освіти з надання допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах унаслідок військових дій (за результатами моніторингу) / Н. Лунченко та ін. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2019. 105 с.

4. Антоновський А. Здоров'я, стрес та подолання. Сан-Франциско : Джоссі-Басса, 1997.

5. Antonovsky A. Unraveling The Mystery of Health – How People Manage Stress and Stay Well. San Francisco : Jossey-Bass Publishers, 1987.

6. Гавриловська К. Модель «BASIC Ph» у роботі психолога. *Розвиток обдарованої особистості в освітньому просторі: ціннісний вимір* : тези доповідей X Науково-практичного семінару, 23 квітня 2020 р. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, С. 14–15.

7. Гершанов О. Основи роботи із травмою. *Робота із травмою та втратою. Основи супервізії* : робочі матеріали учасників тренінгів. 2018. URL: <https://rm.coe.int/osnovu-raboty-z-travmoi-ukr/1680a035d8>.

8. Консультування в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій / В. Байда та ін. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2019. 144 с.

9. Ялом И. Путь к гармонии. Москва : Эксмо, 2011. С. 291–485.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГІВ УСТАНОВ ВИКОНАННЯ ПОКАРАНЬ ТА СЛІДЧИХ ІЗОЛЯТОРІВ ДЕРЖАВНОЇ КРИМІНАЛЬНО-ВИКОНАВЧОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ В КОНТЕКСТІ МІЖПРОФЕСІЙНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF THE ACTIVITY OF PSYCHOLOGISTS OF PENITENTIARY INSTITUTIONS AND PRE-TRIAL DETENTION CENTERS OF THE STATE PENITENTIARY SERVICE OF UKRAINE IN THE CONTEXT OF INTERPROFESSIONAL INTERACTION

У статті розглядається професійна діяльність психологів установ виконання покарань і слідчих ізоляторів Державної кримінально-виконавчої служби України та її психологічний супровід у контексті міжпрофесійної взаємодії, що передбачає взаємне прийняття один одного та діалогічну спрямованість фахівців; забезпечує досягнення синергетичного ефекту у процесі спільної діяльності та сприяє досягненню індивідуальних цілей кожного та мети спільної трудової діяльності за умов високого рівня усвідомленості та позитивного емоційного фону. Механізми забезпечення міжпрофесійної взаємодії визначено кооперацію, комунікацію, координацію, узгодженість дій спеціалістів, емоційні, когнітивно-аналітичні, регуляційні функції особистості.

Розкрито функції психологів установ виконання покарань та слідчих ізоляторів Державної кримінально-виконавчої служби України, зокрема консультативна, корекційна, профілактична, прогностична, психодіагностична. З метою виконання перелічених функцій визначено обов'язки психолога установ виконання покарань та слідчих ізоляторів Державної кримінально-виконавчої служби України.

У психологічному супроводі діяльності психологів установ виконання покарань та слідчих ізоляторів виокремлено три основні напрями: за стадіями професійного становлення, складовими частинами (новотвореннями) та спрямованістю заходів, розкрито напрями професійної діяльності психологів у контексті міжпрофесійної взаємодії.

Запропоновано тренінг, метою якого є формування професійних настанов, що діють, шляхом усвідомлення відмінностей у структурі власної професійної діяльності і партнера по взаємодії у професійних ситуаціях, розкриття психологічних закономірностей, механізмів і способів міжособистісної взаємодії як підґрунтя ефективного і гармонійного спілкування з людьми.

Ключові слова: психологічний супровід, професійна діяльність психологів, слідчі ізоля-

тори, установи виконання покарань, міжпрофесійна взаємодія.

The article considers the professional activity of psychologists of penitentiary institutions and pre-trial detention centers of the State Penitentiary Service of Ukraine and its psychological support in the context of interprofessional interaction, which involves mutual acceptance of each other and dialogical orientation of specialists; ensures the achievement of a synergistic effect in the process of joint activities and contributes to the achievement of individual goals of each and the purpose of joint work in a high level of awareness and a positive emotional background. The mechanisms of interprofessional interaction are defined as cooperation, communication, coordination, coordination of actions of specialists, emotional, cognitive-analytical, regulatory functions of personality.

The functions of psychologists of penitentiary institutions and pre-trial detention centers of the State Penitentiary Service of Ukraine are revealed, in particular consultative, corrective, preventive, prognostic, psychodiagnostic. In order to perform these functions, the responsibilities of a psychologist of penitentiary institutions and pre-trial detention centers of the State Penitentiary Service of Ukraine have been defined.

In the psychological support of psychologists of penitentiaries and pre-trial detention centers, three main areas are identified: by stages of professional development, components (neoplasms) and direction of activities and revealed the areas of professional activity of psychologists in the context of interprofessional interaction.

Training is offered, the purpose of which is to form existing professional attitudes by understanding the differences in the structure of one's own professional activity and interaction partner in professional situations, revealing psychological patterns, mechanisms and ways of interpersonal interaction as a basis for effective and harmonious communication with people.

Key words: psychological support, professional activity of psychologists, pre-trial detention centers, penitentiary institutions, interprofessional interaction.

УДК 316.614-34.08
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.35>

Раєвська Я.М.

д.психол.н.,

професор кафедри психології

Інститут підготовки кадрів державної служби зайнятості України

На сучасному етапі в Україні в умовах зростання соціальних проблем збільшується число осіб, які потребують кваліфікованої соціальної допомоги та підтримки. У цьому зв'язку сучасна стратегія соціальної політики держави у сфері освіти спрямована на створення багаторівневої системи професійної підготовки висококваліфікованих кадрів, здатної забезпечити суспільство професійними фахівцями у сфері соціально-підтримувальної діяльно-

сті. Відсутність умінь постановки та вирішення професійних завдань на взаємодію з іншими фахівцями зазвичай приводить до того, що фахівець починає працювати тільки в тих сферах, що допускають суто індивідуальну форму діяльності. Наслідком цього стає не тільки значне звуження кола розв'язуваних завдань, але і виникнення специфічного ізоляціонізму, що перешкоджає розвитку всієї професійної діяльності.

Проблема розвитку особистості як суб'єкта професійної діяльності розглядалася в роботах О. Бондарчук, Л. Карамушки, Г. Ложкіна, С. Максименка, Л. Орбан-Лембрик, В. Семиченко, В. Третяченко, Ю. Швалба й інших. Питання психологічного забезпечення професійної діяльності особистості висвітлені в наукових працях психологів та педагогів в Україні (О. Бондарчук, А. Грись, Н. Завацька, Л. Карамушки, Н. Кривоконь, П. Криворучко, О. Лозова, С. Максименко й інші).

Окремі аспекти формування професійної готовності особистості до здійснення соціального супроводу висвітлені в роботах Н. Клименюк, І. Мельничук, І. Трубавіної. Окремі аспекти міжпрофесійної взаємодії розкрито у працях А. Маркової, А. Орлова, А. Радзіховського, Є. Старовойтенко.

Є. Головаха та Н. Паніна вивчали професійну взаємодію як продуктивну співпрацю, яка висуває особливі вимоги до учасників із метою ефективної комунікації у професійному середовищі. О. Карпова розглядала процес формування готовності до міжпрофесійної взаємодії студентів. У дослідженнях О. Гранічіна, Ю. Костюка вивчалася ефективність міжпрофесійної взаємодії спеціалістів різних галузей у процесі реалізації проектів. Г. Куліков досліджував психологічні механізми комунікації в умовах міжпрофесійної взаємодії.

Однією з умов організації ефективної роботи в напрямі запобігання надзвичайним подіям у колективі фахівців установ виконання покарань та слідчих ізоляторів є набуття посадовими особами сталих психологічних знань, що допоможуть забезпечити особисту психологічну надійність та внутрішню безпеку даної правоохоронної структури.

Основне завдання сучасної пенітенціарної системи України – виховання фахівця нової формації, орієнтованого на функціонування на гуманістичних засадах, толерантного та здатного з емпатією підходити до організації взаємодії як із засудженими (ув'язненими), так і з колегами. Міжпрофесійна взаємодія забезпечує: вирішення практичних проблем, досягнення синергетичного ефекту у процесі спільної діяльності, поєднання різних знань, що дає більш перспективний погляд на вирішення професійних завдань, взаємодію різних компетенцій фахівців, використання переваг спеціалізації, поліпшення самопочуття клієнтів і зростання їхньої особистісної ефективності. Вона сприяє досягненню індивідуальних цілей кожного та мети спільної трудової діяльності за умов високого рівня усвідомленості та позитивного емоційного фону. До особливостей міжпрофесійної взаємодії відносимо такі положення: партнер у міжпрофесійній взаємодії завжди виступає як особистість, значуща для суб'єкта; учасникам взаємодії

притаманне добре взаєморозуміння в питаннях професійної діяльності; головним завданням міжпрофесійної взаємодії виступає продуктивна співпраця. У контексті проблематики міжпрофесійну взаємодію розуміємо як цілеспрямований, соціально зумовлений, динамічний процес співпраці фахівців різних галузей, що виражається в послідовних спільних діях спеціалістів, спрямованих на досягнення індивідуальних цілей кожного та мети спільної трудової діяльності. Особливостями міжпрофесійної взаємодії визначено те, що партнер у міжпрофесійній взаємодії завжди виступає як особистість, значуща для суб'єкта; учасникам взаємодії притаманне добре взаєморозуміння в питаннях справи; головним завданням міжпрофесійної взаємодії виступає продуктивна співпраця [4].

Міжпрофесійна взаємодія передбачає взаємне прийняття один одного, діалогічну спрямованість фахівців, психологічну рівність між усіма учасниками, наявність та достатність простору для вибудовування робочого процесу, дотримання правил, забезпечення дружельюбною атмосфери в умовах спільної діяльності. Розвиток готовності до міжпрофесійної взаємодії включає: комунікативні (ефективність міжособистісних і внутрішньоособистісних комунікацій), кооперативні (продуктивне партнерство у спільній діяльності), особистісно-рефлексивні (аналіз власних психічних станів, своїх учинків; уміння виділяти, аналізувати та зіставляти із предметною ситуацією свої власні дії), соціальні, командні, системні, медіаційні компетентності.

Механізмами забезпечення міжпрофесійної взаємодії є кооперація, комунікація, координація, узгодженість дій спеціалістів, емоційні, когнітивно-аналітичні, регуляційні функції особистості.

Сучасний фахівець установ виконання покарань та слідчих ізоляторів повинен володіти психологічними техніками успішної міжпрофесійної взаємодії, запобігання міжособистісним конфліктам, ведення конструктивного діалогу, слухання, толерантного (спокійне, стримане) сприйняття й опрацювання зворотної інформації. Розвиток цих важливих умінь та здібностей є таким, що зумовлює успішність його функціонування в контексті реформування пенітенціарної системи.

Найскладнішим завданням у даному контексті є розвиток у майбутнього чи того, хто вже діє, фахівця установ виконання покарань та слідчих ізоляторів правильного, адекватного цілям, завданням та специфіці роботи в місцях позбавлення волі, професійного, гуманістично спрямованого мислення, що визначає стратегію його міжпрофесійної взаємодії та ґрунтується на соціально зорієнтованій мотивації виконання поставлених завдань.

Інакше кажучи, посадова особа даної правоохоронної структури повинна мати здатність та щире бажання присвятити себе, власну професійну діяльність служінню інтересам суспільства, зацікавленого в дотриманні законів його громадян, збільшенні кількості осіб, що повертаються до свідомого повноцінного життя після закінчення терміну перебування в місцях позбавлення волі, а також справі надання необхідної та якісної психологічної та правової допомоги конкретним особам, які перебувають у складних життєвих обставинах, за умови доцільної, ефективної та результативної міжпрофесійної взаємодії. У процесі проведення аналізу проблемних ситуацій фахівець установ виконання покарань та слідчих ізоляторів насамперед повинен знаходити такі шляхи виходу з них у співпраці з колегами, які відповідатимуть загальнолюдським гуманістичним принципам організації психолого-педагогічної діяльності, а саме: єдності вимогливості і поваги до особистості вихованця; урахування вікових та індивідуальних відмінностей об'єктів виховного впливу; уважного ставлення до їхніх потреб та законних інтересів; заперечення щодо застосування жорстких методів примусу та покарання, пригнічення волі іншої особи, завдання їй душевних та фізичних страждань тощо.

Одним із важливих напрямів роботи психолога установ виконання покарань та слідчих ізоляторів є прийняття та розміщення засуджених / ув'язнених. Його завдання, функції, права й обов'язки за даним напрямом визначено наказом Міністерства юстиції України від 4 листопада 2013 р. № 2300/5, яким передбачено, що вся професійна діяльність пенітенціарного психолога спрямована на розроблення та реалізацію спільно з іншими представниками відомчого персоналу індивідуальних / групових програм психокорекційного і психолого-педагогічного впливу на засуджених з урахуванням їхніх індивідуальних особливостей, ступеня соціально-педагогічної занедбаності [1].

З огляду на зазначене завдання, психологом установ виконання покарань та слідчих ізоляторів повинні виконуватися такі функції:

1. Консультативна, що полягає в наданні рекомендацій персоналу установ виконання покарань та слідчих ізоляторів щодо роботи із групами й окремими засудженими / ув'язненими, запобіганні негативним явищам, формуванні позитивного соціально-психологічного клімату в середовищі спецконтингенту.

2. Корекційна, що виявляється в цілеспрямованому досягненні позитивних змін психічних станів, особливостей поведінки й особистості засуджених і осіб, взятих під варту.

3. Профілактична, спрямована на виявлення, усунення та попередження особистісних і групових негативних психологічних явищ,

які виникають унаслідок перебування особи в ізоляції від суспільства, надання психологічної допомоги засудженим та особам, взятим під варту.

4. Прогностична, що має на меті формування прогнозів щодо успішності перебігу в засуджених / ув'язнених процесів адаптації до перебування в умовах ізоляції, їх подальшої ресоціалізації.

5. Психодіагностична, що націлена на вивчення й узагальнення особистісних та групових характеристик засуджених та осіб, взятих під варту, спрямоване на визначення індивідуально-психологічних особливостей їхньої поведінки, встановлення наявності в них тих чи тих психологічних якостей, виявлення осіб, що потребують підвищеного контролю з боку відомчого персоналу та міжпрофесійного впливу [2].

З метою виконання перелічених функцій психолог зобов'язаний:

1. Вивчати засуджених, які прибули до установ виконання покарань та слідчих ізоляторів, складати їхню психологічну характеристику та надавати рекомендації відомчому персоналу щодо роботи з ними.

2. Розробляти спільно з іншими працівниками соціально-психологічної служби індивідуальні програми соціально-виховної роботи із засудженими.

3. Взаємодіяти з персоналом виробничої служби в доборі засуджених, які залучаються до робіт, що пов'язані з підвищеними вимогами до особистості.

4. Здійснювати заходи щодо соціально-психологічної адаптації засуджених і осіб, взятих під варту, до перебування в умовах ізоляції від суспільства та нейтралізації його негативного впливу на особистість.

5. Виявляти осіб, які потребують підвищеного контролю за їхньою поведінкою з боку персоналу установ виконання покарань та слідчих ізоляторів, вести їх облік, вивчати психологічні особливості, надавати рекомендації персоналу щодо постановки їх на профілактичний облік та зняття з такого обліку, проводити з такими особами індивідуально-профілактичну роботу.

6. Взаємодіяти з лікарем-психіатром медичної частини / пункту охорони здоров'я установ виконання покарань та слідчих ізоляторів щодо виявлення осіб із відхиленнями у психічному розвитку.

7. Проводити за згодою засуджених та осіб, взятих під варту, тестову психодіагностику, індивідуальні та групові заняття із психологічної корекції їхніх психоемоційних станів.

8. Надавати персоналу установ виконання покарань та слідчих ізоляторів рекомендації щодо організації індивідуальної роботи з конкретними засудженими й особами, взятими

під варту, та профілактики міжособистісних конфліктів.

9. Здійснювати контроль за дотриманням рекомендацій, які були надані персоналу установ виконання покарань та слідчих ізоляторів за результатами психологічного вивчення засуджених / ув'язнених.

10. З метою запобігання завданню моральної та психологічної шкоди об'єкту взаємодії дотримуватися етичних норм та принципу конфіденційності в роботі [3].

Психологу установи виконання покарань та слідчих ізоляторів треба пам'ятати, що правильність психологічного висновку щодо особливостей особистості засудженого / ув'язненого є результатом не лише вдало підібраних методів роботи, наявності високої професійної кваліфікації, але й успішної міжпрофесійної та міжособистісної взаємодії з об'єктами психологічного впливу та вивчення, що потребує терплячості, винахідливості, уміння контролювати власну поведінку, здатності формувати щодо себе позитивне ставлення, викликати почуття симпатії та довіри.

Психологічний супровід діяльності психологів установ виконання покарань та слідчих ізоляторів Державної кримінально-виконавчої служби (далі – ДКВС) України в контексті міжпрофесійної взаємодії повинен відбуватися і за іншими важливими для їхнього якісного функціонування напрямками, якими є:

1. Участь психолога у справі запобігання (урегулювання) міжособистісним конфліктам на рівнях «працівник – засуджений», «засуджений – засуджений», «працівник – працівник», створення та підтримання оптимального соціально-психологічного клімату та керованих особистісних стосунків у службовому колективі як запоруки психологічного благополуччя відомчого персоналу.

2. Психологічне забезпечення переговорного процесу в разі виникнення явищ непокорності з боку представників спецконтингенту законним вимогам працівників органів, установ виконання покарань та слідчих ізоляторів.

3. Надання фахівцям установ виконання покарань та слідчих ізоляторів психологічної допомоги в ухваленні рішень щодо вибору оптимально ефективних форм та методів роботи із засудженими / ув'язненими з урахуванням особливостей їхніх особистостей та конкретної проблемної ситуації.

4. Участь психолога у проведенні службових розслідувань за фактами надзвичайних подій серед особового складу з метою виявлення психологічних чинників, що спровокували порушення дисципліни та законності.

5. Навчання представників відомчого персоналу на заняттях у системі професійної підготовки способів самоконтролю та саморегуляції психічних процесів; формування в них уміння

усвідомлювати та враховувати мотиви поведінки інших людей, особливості їхніх особистостей під час налагодження та підтримання міжособистісних контактів; відпрацювання морально-поведінкових настанов, що зумовлюють появу готовності до роботи у складних умовах в інтересах дорученої справи.

8. Розвиток інтересу працівників до психолого-педагогічних аспектів професійної діяльності, стимулювання їхнього прагнення до пошуку обґрунтованих відповідей на складні запитання, пов'язані з виконанням посадових обов'язків, з опорою на набуті знання з галузі практичної та пенітенціарної психології.

У психологічному супроводі діяльності психологів установ виконання покарань та слідчих ізоляторів виокремлюємо три основні напрями: за стадіями професійного становлення, складовими частинами / новоутвореннями та спрямованістю заходів. Зокрема, за стадіями професійного становлення розрізняємо: 1) професійну підготовку; 2) професійну адаптацію; 3) стадії формування професійної компетентності; 4) стадії формування професійної майстерності; 5) стадії вдосконалення професійної майстерності та передачі досвіду; 6) післятрудова стадія.

За складовими частинами професіоналізації діяльності психологів установ виконання покарань та слідчих ізоляторів психологічний супровід спрямований на оптимізацію формування та розвитку: 1) самовизначення як фахівця; 2) самопроєктування (життєконструювання) професійного шляху; 3) саморегуляції у професійній діяльності; 4) самоствердження та самовдосконалення у професійній діяльності; 5) самореалізації фахівця як професіонала, досягнення «акме»; 6) рефлексії професійного досвіду та самостворення подальшого життєвого шляху.

За спрямованістю виокремлюємо спрямування на формування ціннісного ставлення до становлення особистості психологів установ виконання покарань та слідчих ізоляторів; розуміння й усвідомлення процесу становлення; переживання позитивних почуттів до становлення особистості фахівця; дієвості та рефлексивності.

Нами був розроблений тренінг міжпрофесійної взаємодії, головна ідея якого полягає в побудові ситуацій, де б штучно відтворювалися особливості різних професійних позицій у контексті міжпрофесійної взаємодії. Метою тренінгу є формування професійних настанов, що діють, шляхом усвідомлення відмінностей у структурі власної професійної діяльності і партнера по взаємодії у професійних ситуаціях, розкриття психологічних закономірностей, механізмів і способів міжособистісної взаємодії як підґрунтя ефективного і гармонійного спілкування з людьми.

Завдання тренінгу полягають у розширенні можливостей встановлення контакту в різних ситуаціях спілкування; відпрацюванні навичок розуміння інших людей, себе, а також взаємин між людьми; опануванні навичок ефективного слухання; активізації процесу самопізнання та самоактуалізації; розширенні діапазону творчих здібностей.

Структура тренінгу включає діяльнісно-практичний блок (Заняття 1–3. Знайомство. Формування комунікативних умінь та навичок); мотиваційно-емоційний блок (Заняття 4–6. Знайомство з емоціями); когнітивно-змістовий блок (Заняття 7–10. Техніка активного слухання та міжпрофесійної взаємодії); регуляційний блок (Заняття 11–12. Мое майбутнє).

Запропонована функціональна структура тренінгу є досить гнучкою і відкритою, що дозволяє вносити корективи і зміни у процес відповідно до конкретних умов проведення тренінгових занять [4].

Запорука успішної міжпрофесійної взаємодії – правильний вибір, кваліфіковане застосу-

вання необхідних у кожному окремому випадку форм і методів збору інформації, а також залучення до цієї роботи представників інших служб установ виконання покарань та слідчих ізоляторів, налагодження процесу цілковитого взаємного інформування та співпраці.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Про організацію соціально-виховної та психологічної роботи із засудженими : наказ Міністерства юстиції України від 4 листопада 2013 р. № 2300/5.

2. Основи професійно-психологічної підготовки працівників установ виконання покарань та слідчих ізоляторів : навчально-методичний посібник / О. Сахнік ; за заг. ред. І. Охріменка. Хмельницький : Державна пенітенціарна служба України ; Хмельницьке училище ПКПП ДКВС України, 2016. 226 с.

3. Правові основи діяльності персоналу Державної кримінально-виконавчої служби України : науково-методичний посібник / упоряд. І. Яковець. Київ : Паливода А.В., 2011. 232 с.

4. Раєвська Я. Теорія і практика професійного становлення фахівців соціальної сфери до міжпрофесійної взаємодії : монографія. Кам'янець-Подільський : Панькова А.С., 2020. 348 с.

СІМЕЙНА АДАПТАЦІЯ УЧАСНИКА БОЙОВИХ ДІЙ В УМОВАХ МИРНОГО ЖИТТЯ

FAMILY ADAPTATION OF A PARTICIPANT IN COMBAT IN CONDITIONS OF PEACEFUL LIFE

У статті розглянуто особливості сімейної адаптації учасника бойових дій на етапі його повернення та пристосування до умов мирного життя, після завершення ним військової служби.

Відзначено, що нинішні соціальні умови потребують від особистості гнучкості, адаптивності, швидкості в ухваленні рішень. Необхідність таких змін особливо гостро постає перед учасником бойових дій у період адаптації до нових умов життя. Визначено аспекти, які можуть вплинути на сімейну адаптацію учасника бойових дій: специфіка виконуваної діяльності, отриманий травматичний досвід, його вплив на психічний стан особистості, необхідність пристосовуватися до змінених умов.

Визначено, що специфіка виконуваної діяльності супроводжується психотравматичним досвідом, оскільки учасники бойових дій переживають морально-психологічні, фізичні навантаження, що змінюють звичне сприйняття, емоційні реакції, поведінку, накладають відбиток на психоемоційний стан та можуть призвести до хронічних станів та незворотних змін особистості. Виокремлено фізичні й емоційні реакції організму на психотравматичну ситуацію; фізичні, когнітивні, емоційні, поведінкові прояви посттравматичного стресового розладу. Доведено, що близьке сімейне оточення учасника бойових дій може стати для нього психологічною опорою, джерелом підтримки, розуміння й емпатії.

Сформульовано рекомендації для полегшення сімейної адаптації і для членів сім'ї, яким необхідно прийняти й усвідомити зміни, що відбулися або відбудуться в людини, зрозуміти зміну системи її цінностей, нові «правила життя», після її перебування в зоні бойових дій; зауважено, що критерієм для психологічної роботи в сім'ї з учасником бойових дій є його власна готовність до неї; членам сім'ї рекомендується не намагатися прискорити події, а дати час, якого для нього буде досить для адаптації, а також створити умови та сприяти тому, щоб учасник бойових дій знайшов свій власний спосіб адаптації до мирного життя, залучити, у разі необхідності, відповідних фахівців; створити атмосферу довіри в сім'ї, з повагою ставитись до особистих

меж людини, окреслювати свої, проявляти терпіння, повагу та зберігати спокій.

Ключові слова: адаптація, сім'я, сімейна адаптація, учасник бойових дій, психотравматична ситуація, мирне життя.

The article considers the peculiarities of the family adaptation of a participant in hostilities at the stage of his return and adaptation to the conditions of peaceful life, after his military service.

It is noted that today's social conditions require from the individual flexibility, adaptability, speed in decision-making. The necessity for such changes is especially acute before a participant in combat actions in the period of adaptation to new minds. It is defined aspects that can affect the family adaptation of a combatant: the specifics of the activity, the traumatic experience and its impact on the psychological state of the individual, the need to re-adapt to changed conditions.

It is determined that the specifics of his activities are accompanied by traumatic experience, because combatants experience moral and psychological, physical stress which changes habitual perception, emotional reactions, behavior, affects the psycho-emotional state and can lead to irreversible personality changes, chronic conditions. The physical and emotional reactions of the organism to the psycho-traumatic situation are singled out; physical, cognitive, emotional, behavioral manifestations of post-traumatic stress disorder are singled out. It is proved that the combatant's family can become a psychological reliance, a source of support, understanding and empathy.

Recommendations for family members have been formulated to improve family adaptation: family members need to accept and understand changes that have occurred or will happen in a person and to understand changes in the system of human values, new «life's rules» after being in the war zone; family members are advised not to try to speed things up, but to give them time to adapt, and to create the conditions and help the warrior find his own way of adapting to a peaceful life, to create an atmosphere of trust in the family, respecting the personal boundaries of the individual and outlining their own, displaying patience, respect, and staying calm.

Key words: adaptation, family, family adaptation, combatants, psychotraumatic situation, life is peaceful.

УДК 364.075.71:159.942

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.36>

Смирнова О.П.

к.філос.н.,
доцент кафедри психології
Інститут підготовки кадрів державної
служби зайнятості України

Орловська О.А.

старший викладач кафедри психології,
соціальної роботи та педагогіки
Навчально-науковий гуманітарний
інститут
Таврійського національного
університету імені В.І. Вернадського

Воєнні дії на території будь-якої країни завжди супроводжуються негативними наслідками для населення, а свідки й учасники бойових дій набувають травматичного досвіду. Окрема категорія осіб, яку можна вважати постраждалою від воєнних дій, – це учасники бойових дій, військовослужбовці та члени їхніх сімей. Після завершення виконуваної діяльності учасники бойових дій повертаються до мирного життя, у якому значну роль відіграє сімейна адаптація як для самих учасників бойових дій, так і членів їхніх сімей: учасники

бойових дій повертаються до умов мирного життя, а члени їхніх сімей повторно пристосовуються до сумісного проживання та розподілу обов'язків. У такій ситуації можуть виникати проблеми адаптації, що пов'язані з переживанням отриманого досвіду воєнних дій та різноманітних наслідків. Тема сімейної адаптації є актуальною для країн, у яких відбувалися воєнні конфлікти. На жаль, Україна не є винятком, а тому останні роки тема сімейної адаптації учасників бойових дій, зокрема її психологічних аспектів, є нагальною проблемою

і водночас пріоритетним напрямом соціальної політики держави.

Різноманітні аспекти проблематики сімейної адаптації учасників бойових дій мотивували наукові пошуки чималої кількості дослідників. Серед закордонних досліджень зазначимо праці С. Вільямс, Дж. Вілсона, Л. Калхуна, Д. Кишбог, Р. Лауфера, Р. Скурфілда, В. Холла. Вітчизняні науковці, серед яких Р. Абдурахманов, Л. Вакуленко, Н. Гуцуляк, Т. Добровольська, М. Зеленова, О. Карояні, Л. Китаєва-Смик, В. Климчук, П. Корчемний, В. Маслюк, Н. Матейчук, Є. Миск, В. Попов, Є. Снедков, В. Стасюк, С. Седін, І. Соловйова, Н. Тарабріна, Т. Титаренко, С. Харченко, А. Єна, Л. Яковлева, зробили внесок у розроблення загальнотеоретичних аспектів.

У роботах О. Блінова, О. Бойка, А. Бородія, О. Буковської, В. Крайнюка, Є. Литвиновського, М. Мушкевич, А. Романишина досліджено емоційно-психологічний стан особи після перебування в зоні бойових дій. Темою реадптації учасників антитерористичної операції цікавилися С. Басараб, О. Буковська, С. Васильєв, В. Гічун, О. Друзь, Л. Жаліло, А. Караян, В. Князевич, М. Кравченко Л. Кудрик, А. Кучер, М. Локтєв, І. Мульована О. Напрєєнко, І. Сиромятніков, О. Сироп'ятов Ю. Сурмяк, О. Тополь, Р. Торговицький О. Філатова, А. Чаплигін. Незважаючи на значну кількість досліджень, тема залишається невичерпною як для теоретичного осмислення, так і для вдосконалення практичних рекомендацій учасникам бойових дій стосовно покращення сімейної адаптації.

Метою статті є розгляд особливостей сімейної адаптації учасника бойових дій на етапі його повернення та пристосування до умов мирного життя, а також представлення розроблених практичних рекомендацій членам його сім'ї.

Для початку дамо визначення базовим поняттям. Поняття «адаптація» визначаємо як формування найбільш адекватних стереотипів поведінки в умовах змінюваного мікросоціального середовища [3, с. 60]. Поняття «сімейна адаптація» ми розуміємо як процес адаптації членів сім'ї учасника бойових дій та його самого до нових умов взаємного існування після повернення останнього до мирного життя.

Нинішні соціальні умови потребують від особистості гнучкості, адаптивності, швидкості ухвалення рішень. Дослідник Є. Балабушка влучно зауважує, що в сучасних соціальних умовах відбувається стрімке прискорення змін у сферах праці, побуту, загалом у життєдіяльності людини. «Такі зміни в суспільстві вимагають від багатьох людей, і особливо від колишніх військовослужбовців, кардинальної переоцінки цінностей, перебудови морально-етичного ставлення до багатьох подій, мобільності, життєвої активності, освоєння

нових підходів до життєвих проблем, нового мислення» [2, с. 28]. Необхідність таких змін особливо гостро постає перед учасником бойових дій у той період, коли відбувається адаптація до нових умов життєдіяльності. У процесі адаптації до нових умов життя військовослужбовець може пережити труднощі, які зумовлені кардинальними змінами діяльності. Дослідник В. Стасюк звертає увагу на те, що після повернення до умов мирного соціального життя у ветеранів бойових дій актуалізуються універсальні потреби: яскраво виражене бажання, щоб їх розуміли; психологічна картина переживань включає необхідність соціального визнання; з'являється прагнення бути прийнятим у систему соціальних зв'язків і відносин мирного життя з вищим, ніж колись, соціальним статусом; переживання стану приголомшення реаліями мирного життя; зниження порогів чутливості до соціальних впливів [13, с. 153–154]. Успішність адаптації ветеранів бойових дій до умов цивільного життя часто детермінує їхню соціальну та поведінкову активність [2, с. 31]. Успішність адаптації залежить не тільки від фізіологічних процесів, зовнішнього середовища та соціального оточення, у яке потрапляє учасник бойових дій, а й від особистісних структур, властивостей, характеристик особистості, як-от емоційна стійкість, що гарантує безпеку особистості, а отже, і психологічну адаптацію [4, с. 74].

Адаптацію можуть ускладнити деякі чинники: необхідність кардинально змінити життя та діяльність (побутові звички, житлові умови), опанування нової спеціальності після закінчення служби, пов'язані із цим психологічні бар'єри, необхідність розвитку життєво важливих якостей, які сприяють освоєнню нового виду діяльності [6, с. 161].

На нашу думку, проблеми в адаптації учасника бойових дій, які можуть вплинути на сімейну адаптацію, пов'язані насамперед з:

- а) специфікою виконуваної діяльності;
- б) отриманим травматичним досвідом та його впливом на психічний стан;
- в) необхідністю заново пристосовуватися до змінених умов: повернення до колись звичного оточення, проживання разом із сім'єю, новий розподіл обов'язків та відповідальності, працевлаштування тощо.

У період виконання військової служби учасник бойових дій відокремлений від сім'ї та звичного оточення, він функціонує як частина мікросоціальної групи, піклується про свою безпеку та безпеку побратимів. Специфіка виконуваної ним діяльності супроводжується психотравматичним досвідом, який кожна людина переживає індивідуально. Військовослужбовці – учасники бойових дій переживають морально-психологічні, фізичні навантаження,

що змінюють звичне сприйняття, емоційні реакції, поведінку, накладають відбиток на психоемоційний стан та можуть призвести до незворотних змін особистості, хронічних станів. У низці досліджень автори дійшли висновку, що приблизно 25–30% військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, переживають хронічні посттравматичні стани, спричинені впливом стресових факторів [9, с. 67]. На думку Д. Зубовського, більшість військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, зокрема в межах антитерористичної операції й операції Об'єднаних сил, зазнали впливу значної кількості стресорів бойової обстановки – від низькоінтенсивних чинників (наприклад, стрес від перебування далеко від дому та сім'ї) до високоінтенсивних (як-от смерть побратимів, особисті поранення, каліцтва людей у бойових умовах тощо) [8, с. 1.] У цей час члени їхніх родин самостійно справляються з побутовим, фінансовим, економічним навантаженням, розподіляють відповідальність. Із плином часу члени сім'ї при звичаються, новий спосіб життя все більше стає звичним. «Тривалість розлуки на рік чи більше закріплює ці «різні» способи життя» [11, с. 81].

Після завершення служби учасник бойових дій повертається до цивільного життя, до проживання разом із сім'єю. Період адаптації може бути непростим і потребуватиме часу. Дослідник В. Стасюк звертає увагу на те, що після повернення до умов мирного життя у ветеранів бойових дій актуалізуються універсальні потреби, а саме:

- яскраво виражене бажання, щоб їх розуміли;
- психологічна картина переживань починає включати необхідність соціального визнання;
- з'являється прагнення бути прийнятим у систему соціальних зв'язків і відносин мирного життя з вищим, ніж колись, соціальним статусом;

– переживання стану приголомшення реальними мирного життя;

– зниження порогів чутливості до соціальних впливів [13, с. 153–154].

Довгоочікуване повернення до сім'ї може ускладнитися тяжким психічним станом учасника бойових дій після пережитого травматичного досвіду воєнних дій. Реакції організму на психотравматичну ситуацію можуть бути такі:

– фізичні реакції (безсоння, постійна втома; проблеми зі шлунком та вживанням їжі; головний біль та пітливість у разі думки про війну; швидке серцебиття і дихання; загострення наявних захворювань);

– емоційні реакції (погані сни, кошмари; часті негативні спогади про війну; злість, ненависть; відчуття безпорадності, страху, нервування; відчуття суму, самотності, непотрібності; відчуття збудження, схвильованості; відчуття шоку, оніміння, неможливості відчувати позитивні емоції; легко погіршуваний настрій; почуття провини, сорому, самосуду; почуття безнадії щодо майбутнього) [1, с. 9–10].

Пережитий травматичний досвід може сформувати посттравматичний стресовий розлад. Особа із цим розладом переживає суттєве порушення почуття безпеки, що проявляється в поведінці та реакціях. У дослідженні Л. Царенко, Т. Вебер, М. Войтович, Л. Гриценко, В. Кочубей, Л. Гридковець [12, с. 50] систематизовано інформацію стосовно фізичних, когнітивних, емоційних та поведінкових проявів, що ми наведемо нижче (табл. 1).

У разі наявності складного посттравматичного стресового розладу в особи спостерігаються розлад регуляції рівня афективного збудження (хронічна дисрегуляція афектів, неспроможність справитися зі злістю, деструктивна та суїцидальна поведінка, неспроможність адекватно вибудувати сексуальні стосунки, імпульсивні та ризиковані

Таблиця 1

Прояви посттравматичного стресового розладу

Фізичні реакції	Утруднене дихання, запаморочення, підвищений кров'яний тиск, непритомність, втома, скреготання зубами, головний біль, тремтіння, нудота, біль, сильне потовиділення, швидке серцебиття, нервові посмикування, слабкість.
Когнітивні реакції	Звинувачення інших, змінена (надмірна) настороженість, збентеження, гіперпильність, підвищення або зниження рівня усвідомлення реальності, інтрузивні образи, проблеми з пам'яттю, кошмари, погане абстрактне мислення, погана увага, погана концентрація, утруднене ухвалення рішень, утруднене вирішення проблем.
Емоційні реакції	Збудження, тривога, недобре передчуття, відмова (заперечення), депресія, емоційний шок, страх, відчуття переповнення (переобтяження), горе, почуття провини, неадекватні емоційні реакції, дратівливість, втрата контролю над емоціями.
Поведінкові реакції	Зловживання алкоголем, асоціальні вчинки, зміни в діяльності, зміни у спілкуванні, зміни в сексуальній активності, зміни в мовленнєвих шаблонах, емоційні спалахи, неможливість відпочивати, зміна апетиту, безцільне ходіння туди-сюди, посилення старт-рефлексу (здригання), підозрілість, соціальне відчуження (ізоляція).

способи поведінки), розлади уваги і свідомості (амнезія, дисоціація), хронічні зміни особистості (зміни у сприйнятті себе – хронічні відчуття провини, самокатування, відчуття нездатності на щось вплинути, відчуття ушкодженості назавжди, зміни у сприйнятті кривдника, зміни у ставленні до інших людей); зміни в системі цінностей (розпач і безнадія, втрата життєвих переконань) [12, с. 47–48].

Період адаптації в учасників бойових дій проявляється індивідуально, проте в 100% випадках особи з посттравматичним стресовим розладом наголошують на психологічних проблемах у взаєминах з оточенням, передусім із членами сім'ї [7, с. 7]. Такий стан, його різноманітні прояви неодмінно впливатимуть на психологічний клімат у сім'ї. Близьке сімейне оточення може бути вагомим ресурсом підтримки, у ньому військовослужбовець може знайти опору. Важливість підтримки, емпатії, розуміння, співпереживання членів сім'ї в період адаптації не піддається сумніву, оскільки для більшості учасників бойових дій «<...> сім'я служить чинником компенсування у професійній діяльності і відіграє роль емоційного притулку» [10, с. 252]. Дослідники О. Буряк, М. Гіневський та Г. Катеруша зазначають важливість таких чинників допомоги в сім'ї: можливість вислуховувати розповіді партнера про пережите в комфортних для нього умовах; психологічна підтримка і допомога партнеру у процесі повернення до звичного життя; прояв уваги і терпіння до учасника бойових дій, до його психологічного комфорту, до наслідків бойового стресу, підвищеної дратівливості, можливого депресивного стану – це є тимчасовим; прийняття того факту, що за період розлуки в кожного члена сім'ї відбулися зміни, і необхідний деякий час для того, щоб звикнути до змін; під час відновлення стосунків з учасником бойових дій важливі незмінна увага та турбота про дітей; створення сприятливої інтимної обстановки для партнерів; не захоочення до вживання алкоголю; розпитувати, доброзичливо та уважно вислуховувати про найбільш неприємні та важкі переживання, що зменшить афективну напругу [5, с. 140].

З огляду на непростий процес сімейної адаптації, доречно сформулювати список рекомендацій членам сім'ї, які направлені на покращення стосунків з учасником бойових дій. Рекомендації дають розуміння правильного ставлення до комбатанта з огляду на його специфічний стан:

1) прийняти й усвідомити зміни, які відбулися або відбудуться в людини, яка повернулася із зони бойових дій;

2) члени сім'ї мають зрозуміти зміну системи цінностей людини після її перебування в зоні бойових дій;

3) члени сім'ї мають усвідомити нові «правила життя», які сформувалися в учасника бойових дій;

4) критерієм для психологічної роботи в сім'ї з учасником бойових дій є його власна готовність до неї;

5) членам сім'ї рекомендується не намагатися прискорити події, а дати час, якого для нього буде досить для адаптації;

6) створити умови та сприяти тому, щоб учасник бойових дій знайшов свій власний спосіб адаптації до мирного життя, залучити відповідних фахівців, у разі необхідності;

7) створити атмосферу довіри в сім'ї;

8) члени сім'ї мають розуміти, що довіра військовослужбовця до них і до побратимів відрізняються за смисловим значенням;

9) членам сім'ї необхідно з повагою ставитись до особистих меж колишнього військовослужбовця й окреслювати свої;

10) члени сім'ї мають проявляти терпіння, повагу та зберігати спокій.

Дотримання даних рекомендацій може суттєво вплинути на проблеми, що виникають у процесі сімейної адаптації учасників бойових дій, позитивно вплинути на взаємини в сім'ї в період адаптації.

Отже, сім'ї є потужним ресурсом допомоги у процесі сімейної адаптації учасника бойових дій до умов мирного життя. У непростий період адаптації, який супроводжується бар'єрами, стресовою реакцією та може ускладнюватися посттравматичним стресовим розладом військовослужбовця, він особливо потребує підтримки та небайдужого ставлення членів сім'ї. Сімейна підтримка є незамінним чинником успішного перебігу адаптації.

Зважаючи на вищезазначені висновки дослідження, окреслюються перспективи: більш детального розгляду потребують деякі аспекти даної проблематики, зокрема техніки та практики для роботи з учасниками бойових дій, що знайде відображення в майбутніх дослідженнях.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Акименко Ю., Сила Т. Як допомогти родині учасника бойових дій : методичний посібник для соціальних працівників і психологів. Чернівці: Десна Поліграф, 2017. 144 с.
2. Балабушка Є. Динаміка ригідності комбатантів у процесі адаптації до умов мирного життя : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.09. Київ, 2018. 201 с.
3. Безпалько О. Соціальна педагогіка в схемах і таблицях : навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури, 2003. 134 с.
4. Бриндіков Ю. Теорія та практика реабілітації військовослужбовців учасників бойових дій у системі соціальних служб : дис. ... докт. пед. наук: 13.00.05. Тернопіль, 2018. 559 с.
5. Буряк О., Гіневський М., Катеруша Г. Шляхи та методи реабілітації осіб із «військовим синдромом»

та посттравматичним стресовим розладом. *Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил*. 2015. Вип. 3. С. 137–141.

6. Буряк О., Гіневський М. Соціальна адаптація армії України до нових умов існування. *Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних Сил*. 2014. Вип. 4. С. 160–166.

7. Єна А., Маслюк В., Сергієнко А. Актуальність і організаційні засади медико-психологічної реабілітації учасників антитерористичної операції. *Науковий журнал Міністерства охорони здоров'я України*. 2014. № 1. С. 5–16. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/njmoz_2014_1_4 (дата звернення: 15.07.2021).

8. Зубовський Д. Особистісне зростання учасників АТО у посттравматичний період : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.09. Київ, 2019. 20 с.

9. Кучеренко С., Хоменко Н. Організаційні особливості соціально-психологічної адаптації військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, до умов мирного життя. *Проблеми екстремальної та*

кризової психології : збірник наукових праць. Харків : НУЦ-ЗУ, 2017. Вип. 21. С. 66–74.

10. Олексюк Н. Позитивна спрямованість сімейних взаємин як вагомий чинник життєдіяльності сімей військовослужбовців Збройних сил України. *Проблеми сучасної психології*. 2009. Вип. 4. С. 249–258.

11. Основи реабілітаційної психології : подолання наслідків кризи : навчальний посібник / за заг. ред. Н. Пророк. Київ, 2018. Т. 1. 208 с.

12. Основи реабілітаційної психології : подолання наслідків кризи : навчальний посібник / за заг. ред. Л. Царенко. Київ, 2018. Т. 2. 240 с.

13. Стасюк В. Психологічні особливості реадaptaції учасників бойових дій. *Актуальні проблеми психологічної та соціальної адаптації в умовах кризового суспільства* : матеріали III Всеукраїнського науково-практичного круглого столу, 6 березня 2018 р. Ірпінь : Університет державної фіскальної служби України, 2018. С. 153–154.

ГУМОР ЯК ТЕХНОЛОГІЯ ПЕРЕКОНАННЯ В ПОЛІТИЧНИХ КОМУНІКАЦІЯХ HUMOR AS A PERSUASIVE TECHNOLOGY IN POLITICAL COMMUNICATIONS

Зрощення політичного та гумористичного дискурсів у сучасних демократіях проявляється в поширенні гібридних форматів політичної інформації – інфотеймінгових програм, “soft news”, гумористичних шоу, які стають повноцінним форматом політичного інформування разом із новинами. Постає необхідність поглибленого вивчення психологічних механізмів, що можуть забезпечувати переконувальний потенціал гумору в політичних комунікаціях зокрема і здійснення впливу на суспільну свідомість загалом.

Метою статті є виявлення психологічних механізмів, які зумовлюють ефективність прямого та позитивного використання гумору в переконувальних політичних комунікаціях, на прикладі місцевих виборів в Україні 2020 року.

На основі аналізу зарубіжних та вітчизняних досліджень виокремлено такі механізми переконання за допомогою гумору: задоволення від каналізації соціально неприйнятних імпульсів, нейтралізації негативних почуттів і участь в ігрових практиках; інтерактивний характер передачі та сприймання гумористичного повідомлення, яке передбачає залучення аудиторії до його дешифрування й інтерпретації; передавання політичного повідомлення через периферійний канал оброблення інформації в обхід захисних механізмів.

За даними психосемантичного дослідження (N = 104) зразків передвиборної агітації, застосованих у процесі місцевих виборів в Україні 2020 року, показано, що проста стилізація політичного повідомлення під гумористичний формат без задіяння психологічних механізмів гумору не є ефективною. Такі повідомлення сприймаються аудиторією стримано або скептично, описуються за допомогою негативних конотативних ознак. Розглянуто чотири напрями використання різних стилів гумору (агресивний, аффіліативний, самопідтримувальний, самопринижувальний) у політичному контексті. Показано, що найбільш політично значущим стилем гумору є самоіронія.

Ключові слова: політичний гумор, технології переконання, політична комунікація, передвиборна реклама, стиль гумору.

The fusion of political and humorous discourses in modern democracies is manifested in the spread of hybrid formats of political information – infotainment programs, “soft news”, humorous shows – which become a full-fledged forms of political broadcasting along with news programs. There is a need for in-depth study of psychological mechanisms that can provide a convincing potential for humor in political communications in particular, and the impact on public consciousness in general.

The purpose of this article is to identify psychological mechanisms that determine the effectiveness of direct and positive potential of humor in persuasive political communications on the example of local election in Ukraine in 2020.

On the basis of the analysis of foreign and domestic researches the following mechanisms of persuasion by humor are allocated: satisfaction from the sewerage of socially unacceptable impulses, neutralization of negative feelings and participation in game practices; the interactive nature of the transmission and perception of a humorous message, which involves the audience to decipher and interpret it; delivering of a political message through a peripheral route of information processing bypassing psychological defends.

According to a psychosemantic study (N = 104) of pre-election campaigns used during the local elections-2020 in Ukraine, it is shown that a humorous stylization of a political message without activation of psychological mechanisms of humor is not effective. Such messages are perceived by the audience with restraint or skepticism, and are described by negative connotative features. Four ways of using different styles of humor (aggressive, affiliative, self-supporting, self-deprecating) in a political context are considered. It is shown that the most politically significant style of humor is self-irony.

Key words: political humor, persuasion technologies, political communication, pre-election advertising, humor style.

УДК 159.98 (316.6)
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.37>

Чуніхіна С.Л.

к.психол.н.,
заступник директора
Інститут соціальної та політичної
психології Національної академії
педагогічних наук України

Перемога на президентських виборах 2019 р. в Україні актора розважального жанру Володимира Зеленського є яскравим, проте не унікальним проявом тенденції до зрощення політичного та гумористичного дискурсів у сучасних демократіях. Жорсткого розмежування між розважальним та інформативним контентом більше немає, а гумористичні шоу стають не просто альтернативою «серйозним» політичним новинам, а повноцінним форматом політичного інформування разом із новинами [2; 12; 15].

Поширення гібридних форматів політичної інформації – інфотеймінгових програм або “soft news”, – пов’язують із комерціалізацією телебачення та дерегуляцією медійного бізнесу в 1980-х р. Наприклад, до того, як

Сільвіо Берлусконі у 1980-х рр. почав скуповувати регіональні канали і побудував першу приватну мережу Mediaset, національними каналами Італії керував державний мовник RAI, мовлення обмежувалося десятьма годинами на день, а дві третини контенту становили новини або освітні програми. У Mediaset на новини або освітні програми припадало менше 10% контенту, а решта часу була віддана під розважальні шоу. Кілька років потому телеглядачі, які мали хороший доступ до Mediaset та звикли споживати розважальний контент, почали голосувати за популістичні рухи або політиків у більшій кількості, ніж їхні сусіди, які такого доступу не мали. Одним із можливих пояснень є те, що постійне споживання розважального телебачення погіршує когнітивні

навички або принаймні не стимулює їхній розвиток. Діти до 10 років, які дивилися багато програм Mediaset, гірше впоралися з математичними тестами і тестами на грамотність [9]. Деретуляція медіаіндустрії та стрімкий розвиток цифрових технологій у 1980–1990-х рр. у США сприяли створенню медіасередовища, у якому новинні програми змушені були конкурувати з розважальними шоу за рейтинги, що призвело до напливу гібридних жанрів політичних розваг [15].

Отже, гумор стає звичною формою сучасних політичних комунікацій, а гумористичні шоу пародійного або сатиричного спрямування – неодмінною частиною національного та міжнародного політичного ландшафту. Вдалий гумористичний скетч або пародія може істотно вплинути на результати виборів. Водночас психологічні механізми, які зумовлюють ефективність гумору як переконувальної технології в політичних комунікаціях, остаточно не з'ясовані. Більш-менш зрозумілими є психологічні причини дієвості гумору щодо руйнації репутацій або електоральних рейтингів політиків. Одне з найвідоміших пояснень механізмів «роботи» гумору, яке сходить ще до робіт Т. Гоббса, базується на так званій теорії вищості. Систематичне висміювання рис характеру, звичок, зовнішності або рішень дискредитує політиків швидше і надійніше, ніж найочевидніші та найаргументованіші докази їхньої некомпетентності, перевертає їхній статус і дає аудиторії змогу відчувати свої переваги. Зокрема, дослідження показали, що регулярний перегляд нічних гумористичних шоу призвів до більш негативної оцінки політиків, особливо серед необізнаних щодо політики глядачів [15].

Значно менш очевидним є потенціал гумору як технології прямого позитивного переконання, коли політик використовує жарти або скетчі не для потоплення конкурентів, а безпосередньо для побудови позитивної репутації для себе та збільшення власного рейтингу. Метою статті є виявлення психологічних механізмів, які зумовлюють ефективність прямого та позитивного використання гумору в переконувальних політичних комунікаціях, зокрема в передвиборній агітації.

Психологічні підходи до вивчення «роботи» гумору можна умовно поділити на однофакторні, тобто такі, що пояснюють ефект смішного дію якогоось одного чинника чи механізму (як приклад можна навести вже згадану теорію вищості), і багатофакторні, які вбачають у гуморі результат дії кількох різних чинників. До останніх належать, зокрема, психоаналітичні теорії гумору. Із психоаналітичної перспективи основний смисл гумору полягає в отриманні задоволення, яке забезпечується завдяки актуалізації принаймні трьох механізмів.

По-перше, ідеться про задоволення від так званого «тенденційного» жарту, який дає змогу реалізуватися забороненим тенденціям непристойного або агресивно-ворожого характеру, які не можуть бути реалізовані у прямій формі. Такі жарти, по суті, є обманним маневром психіки, яка знаходить прийнятні способи для неприйнятних висловлювань. Окрім розрядки напруги, джерелом задоволення в даному разі є економія психічних затрат на підтримання репресивних захисних механізмів [6; 14]. По-друге, гумор відкриває суб'єкту перспективу ідентифікації зі своєю дитячою частиною, оскільки є формою ігрової поведінки [7]. Нарешті, гумор є способом нейтралізації, заміщення або трансформації негативних почуттів (тривога, почуття провини, біль тощо). Сміх народжується на перетині псевдоагресії, дистанціювання та створення штучної мішені-супротивника у вигляді проєкції Я-ідеалу, яку можна принижувати без ризиків і без наслідків. Крім того, сміх виникає внаслідок позбавлення від небезпеки, подолання перешкод або комічної трансформації реальності шляхом перебільшень, згущень тощо. Гумор у цьому контексті можна розглядати як захисний механізм вищого рівня, а задоволення від жарту – як аналог психологічного обезболювання.

Близьким до цієї думки є розуміння гумору як своєрідної копінг-стратегії. Род Мартін зі співавторами розробив класифікацію стилів використання гумору для подолання складних соціальних ситуацій [10]. Підґрунтям цієї класифікації є визначення об'єкта, на який спрямовується гумор (я чи інші люди), та цілі, яку планується досягти (підтримка або знищення). На перетині цих осей виникають чотири гумористичні стилі (див. табл. 1).

Таблиця 1

Стилі гумору за Р. Мартіном

Об'єкт	Я	Інші
Мета		
Підтримка	Самопідтримувальний	Аффіліативний
Знищення	Самопринижувальний	Агресивний

В агресивному стилі гумору (до якого автори класифікації відносять сарказм, глузування) легко впізнати жанри, описані в рамках теорії вищості. Цей стиль гумору позитивно пов'язаний із нейротизмом, ворожістю, гнівом і агресією, негативно – із задоволеністю міжособистісними відносинами, дружельюбністю, соціальною компетентністю [4]. Самопринижувальний стиль передбачає використання гумору проти самого себе з метою здобуття прихильності з боку значущих інших. Люди з домінуванням такого стилю гумору можуть

відчувати труднощі в обстоюванні своїх прав. Люди з аффіліативним почуттям гумору часто жартують, спонтанно залучаються до добродушного обміну жартівливими зауваженнями. Цей м'який, доброзичливий і толерантний стиль гумору сприяє зміцненню міжособистісних відносин і зростанню взаємної привабливості. Аффіліативний гумор пов'язується з екстраверсією, відкритістю новому досвіду, оптимізмом, життєрадісністю, самоприйняттям і самоцінністю, успішністю встановлення і підтримання міжособистісних відносин. Нарешті, самопідтримувальний стиль гумору виконує функцію інтрапсихічної регуляції емоцій і подолання стресу.

Ще один перспективний для цілей даної статті клас теорій гумору розробляється в рамках когнітивістської парадигми. Зокрема, теорія невідповідності (the incongruity theory) трактує гумор як ситуацію перетину двох несумісних схем пам'яті, двох контекстів або наративних напрямів, жоден із яких окремо не є смішним. У рамках даної теорії виокремлюють два відносно незалежні механізми комічного, які описують процеси розпізнання та розуміння гумору. Перший зумовлює ідентифікацію сюжету як смішного, другий забезпечує інтерпретацію смислової невідповідності [3].

У рамках моделі ймовірності переробки (The elaboration likelihood model (ELM)) виокремлюють два типи когнітивних процесів, які можуть призвести до зміни настановлень під впливом інформаційних стимулів: центральний і периферійний [11]. Центральний шлях переконання передбачає високий рівень опрацювання реципієнтом повідомлення, вимагає уважного та вдумливого врахування поданих аргументів, генерування, у разі необхідності, контраргументів. Зміна настановлень, яка відбувається таким способом, матиме відносно стійкий характер. Периферійний шлях переконання є результатом асоціювання стимулу з позитивними чи негативними аспектами досвіду або простого висновку про достоїнства позиції, що обстоюється в повідомленні. Це низький рівень опрацювання інформації, який не вимагає від реципієнта докладання когнітивних зусиль і є слабко пов'язаним із логічною якістю стимулу. Переконання, здобуті за периферійним каналом обробки інформації, зазвичай є нестійкими. Дослідження показують, що політично значуща інформація, «запакована» у гумористичну форму, обробляється саме периферійним шляхом [13]. Жартівливі повідомлення блокують контраргументацію або перевірку аргументів [15]. З одного боку, такий ефект може бути пов'язаний із тим, що необхідність узгодження невідповідностей під час сприймання гумору зменшує обсяг вільних когнітивних ресурсів, необхідних для вивчення аргументів. З іншого боку, маркування пові-

домлення як жартівливого ніби дає реципієнту індульгенцію на економію когнітивних зусиль. У першому разі йдеться про гумор як механізм зовнішнього управління процесінгом аудиторії, у другому – переконуюча сила політичного гумору цілком залежить від налаштованості аудиторії на гру. Вплив політичного гумору також може проявлятися через акцентування у свідомості аудиторії тих чи інших питань, конструцій, інтерпретаційних схем. Таке акцентування не призводить до зміни ставлення до політиків само собою, проте формує належне підґрунтя для цього в майбутньому.

Отже, психологічні дослідження гумору загальної спрямованості дають змогу виокремити кілька механізмів, що можуть забезпечувати переконувальний потенціал гумору в політичних комунікаціях. По-перше, гумор дає автору повідомлення змогу асоціюватися в аудиторії з позитивними емоціями, пов'язаним із задоволенням від каналізації соціально неприйнятних імпульсів, нейтралізації негативних почуттів, участю в ігрових практиках. По-друге, гумор забезпечує більш глибоке занурення аудиторії в повідомлення через необхідність здійснення певної роботи з його дешифрування й інтерпретації. По-третє, гумор забезпечує передання політичного повідомлення в обхід захисних механізмів у вигляді скепсису, недовіри й опору, які зазвичай опосередковують політичні комунікації.

Таким чином сила гумору в політиці полягає в його здатності тимчасово або символічно зламати владу, коли жартівник на мить бере під контроль політичну сцену. Політична сатира грайлива, проте вона спрямована на те, щоб викликати сміх і водночас винести вирок. Теми або аргументи, розглянуті в гумористичній манері, сприймаються як менш небезпечні, образливі і не викликають негативної реакції аудиторії. Жарт залишає аудиторії можливість самій дійти до кінця, надати висловам завершеної форми. Гумористичний дискурс інтерактивний: аудиторія повинна виконати свою частину роботи із «примирення» невідповідностей та інтерпретації вихідної схеми у світлі нової системи координат.

Для вивчення особливостей використання гумору як переконувальної технології в політичних комунікаціях в Україні в березні – квітні 2021 р. було проведено емпіричне дослідження методом онлайн-анкетування, у якому взяли участь 104 особи, переважно студенти київських закладів вищої освіти. Учасники дослідження мали оцінити за допомогою шкал адаптованого семантичного диференціала три відеоролики, які учасники місцевих виборів в Україні 2020 р. (Олег Ляшко, Ірина Верещук і Євген Червоненко) використовували як інструмент прямої агітації [5]. Учасникам дослідження пропонувалося також відповісти на питання

Опитувальника стилів гумору та Шкали копінгу за допомогою гумору [1, 4].

Обрані для оцінки ролики належать до гумористичного / пародійного жанру тією мірою, якою кандидати в них відіграють ролі вигаданих персонажів у просторі фантазійної реальності, мають намір не просто поінформувати аудиторію про особливості своєї передвиборної позиції, а й розважити, розвеселити її. Водночас у всіх згаданих відео відсутні ключові атрибути гумористичного повідомлення, проаналізовані вище: наявності завуальованого сенсу, який реципієнту належить дешифрувати або який легалізує актуалізацію витісненого змісту. Щодо забезпечення позитивної ідентифікації аудиторії зі своєю внутрішньою дитиною, то цю функцію повною мірою виконую лише ролик О. Ляшка. Відео І. Верещук пропонує глядачеві вибір: підключитися до негативних аспектів дитячого досвіду, пов'язаних зі страхом покарання, або ідентифікуватися з каральною інстанцією. Ролик Є. Червоненка актуалізації у глядачів ігрових структур особистості взагалі не передбачає. Виходячи із цих міркувань, усі три відеоролики можна вважати радше невдалими прикладами використання гумористичних форм політичної кому-

нікації з метою прямої та позитивної агітації (зазначимо, що жоден із цих політиків не досяг успіху в передвиборній кампанії). Учасники дослідження також стримано (якщо не сказати скептично) сприйняли згадані відео. Як можна побачити з усереднених психосемантичних профілів, кожен із цих роликів оцінений за допомогою переважно негативних полюсів психосемантичних шкал (див. рис. 1–3).

Так, єдиною шкалою, яка ввійшла до психосемантичного профілю ролика І. Верещук, виявилася дихотомія «швидкий – повільний», що є буквальним відображенням ідеї «всюди-сущості» героїні ролика, яка має надздібність швидкісного переміщення у просторі. Профіль ролика Є. Червоненка має єдиний позитивний пік за шкалою «зрозумілий – незрозумілий», що може пояснюватися тим, що його сценарною основою є добре відомий і легко впізнаваний серіал «Ліквідація». Зрозумілість політичного повідомлення забезпечується простотою асоціативного переносу смислів між двома кінематографічними формами – передвиборним роликом і серіалом. Нарешті, ролик О. Ляшка оцінюється в позитивних категоріях за двома шкалами: «зрозумілий – незрозумілий» і «радісний – сумний». По-перше,

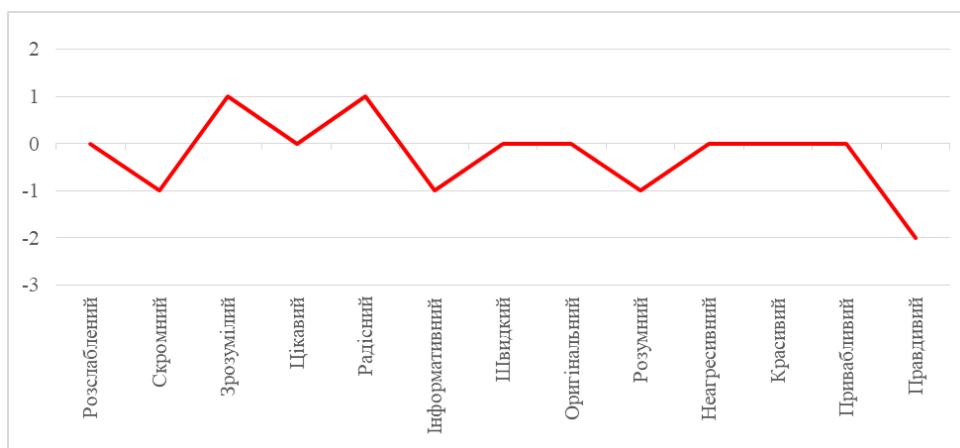


Рис. 1. Психосемантичний профіль відеоролика «Не відступай!» О. Ляшка (URL: <https://www.youtube.com/watch?v=YnHMyUdj5Os&t=13s>)

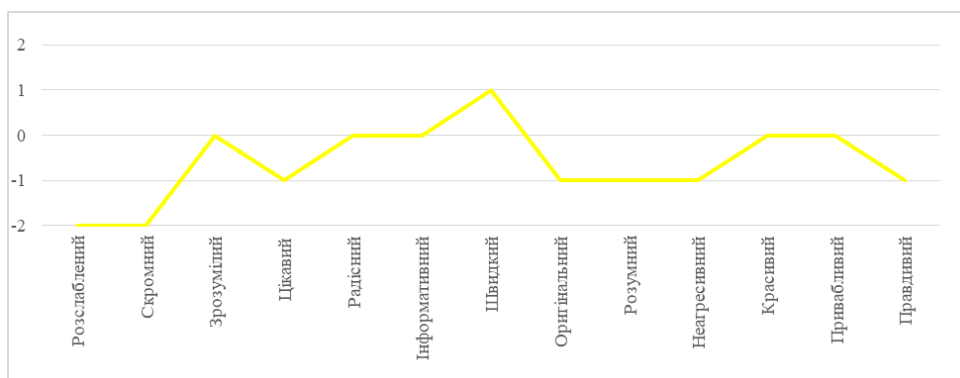


Рис. 2. Психосемантичний профіль відеоролика І. Верещук (URL: <https://www.youtube.com/watch?v=cqсCY1sKKYU>)

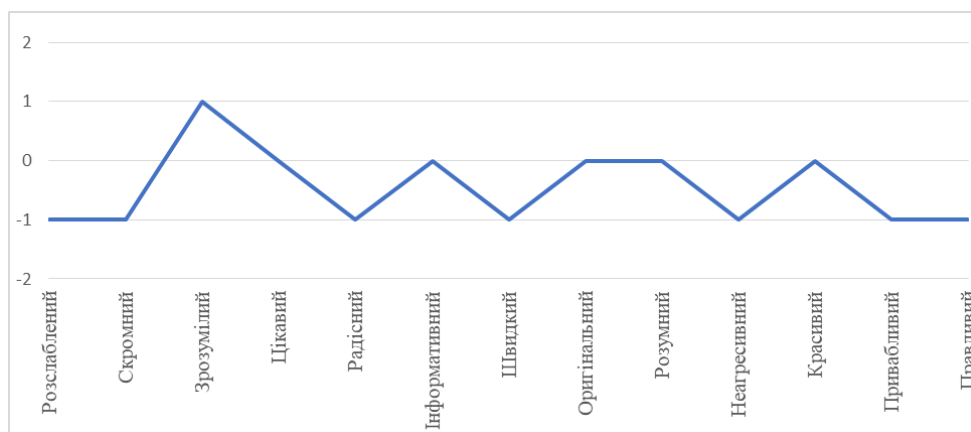


Рис. 3. Психосемантичний профіль відеоролика Є. Червоненка (URL: <https://www.youtube.com/watch?v=97ruz117c6Y>)

сюжет цього відео побудований на основі максимально спрощеного конструкта боротьби добра і зла, який, однак, розгортається в рамках п'ятихвилинного хронометражу. По-друге, імпліцитно висловлена гіпотеза щодо сформованого роликком простору для глядацької ідентифікації з дитячими структурами особистості знайшла певне емпіричне підтвердження – ролик сприймається як радісний.

Дослідження також дало змогу відстежити деякі можливі психологічні механізми, які опосередковують роль гумору у формуванні електоральної поведінки. Із цією метою здійснено кореляційний аналіз даних, отриманих за шкалами опитувальника стилів гумору (агресивний, аффіліативний, самопринижувальний та самопідтримувальний стилі гумору), шкалою копінгу за допомогою гумору та питанням «Якби місцеві вибори відбувалися найближчої

неділі, список якої партії ви б підтримали?». Були виявлені значущі кореляційні зв'язки між шкалою копінгу за допомогою гумору та стилями гумору, спрямованими на себе (рис. 4). Схильність застосовувати гумор для приниження або підтримки інших осіб закономірно утворює обернений кореляційний зв'язок (Pearson Corr. - 0.238, sig. (2-tailed) = 0.018), тоді як загальна орієнтованість особистості на використання гумору як способу вираження агресії (до себе або до інших) утворює єдиний кореляційний ланцюг (Pearson Corr. 0.253, sig. (2-tailed) = 0.011). Використання гумору як копінг-стратегії позитивно пов'язано з виразністю самопідтримувального гумористичного стилю (Pearson Corr. 0.485, sig. (2-tailed) = 0.000). Актуальні електоральні симпатії, які вимірювалися як намір віддати голос за ту чи іншу політичну силу на найближчих виборах, виявили значущий зв'язок

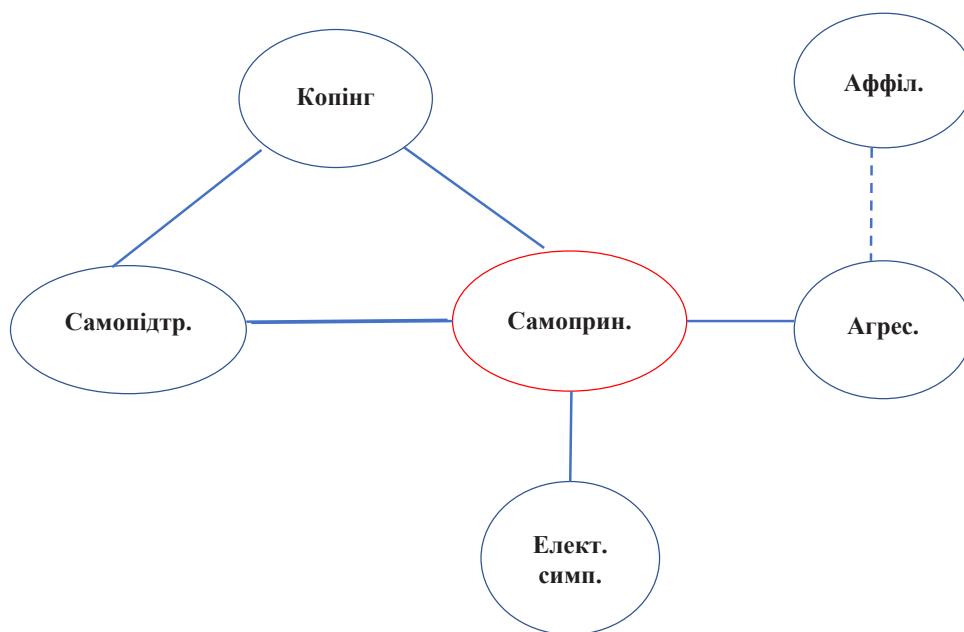


Рис. 4. Кореляційна плеяда стилів гумору в контексті електоральних симпатій

лише із самопринижувальним стилем гумору (Pearson Corr. 206, sig. (2-tailed). 041).

Самопринижувальний гумористичний стиль є центральною ланкою кореляційної плеяди настановлень особистості на використання гумору як інструменту опанування складної соціальної реальності, що вказує на особливий статус самоіронії (та інших форм даного стилю) у системі вмінь, що відповідають за взаємодію з гумористичним контентом, зокрема й політичного спрямування.

Звісно, результати даного дослідження, зважаючи на розмір і характеристики вибірки, не можуть вважатися остаточними, не надають вичерпних відповідей на питання про психологічні механізми, що забезпечують потенціал гумору як технології прямого та позитивного переконання в політичних комунікаціях. Водночас вони окреслюють напрями подальших досліджень у цьому проблемному полі, зокрема запрошують до більш детального вивчення самоіронії як одного з таких механізмів.

Поширення гібридних форматів політичної інформації – інфотеймінгових програм або “soft news”, зрощення політичного та гумористичного дискурсів у сучасних демократіях, де гумористичні шоу стають не просто альтернативою «серйозним» політичним новинам, а повноцінним форматом політичного інформування разом із новинами, диктують необхідність поглибленого вивчення психологічних механізмів, що можуть забезпечувати переконувальний потенціал гумору в політичних комунікаціях зокрема і здійснення впливу на суспільну свідомість загалом. Нині виокремлюють кілька таких механізмів: можливість політичного суб'єкта асоціюватися в аудиторії з позитивними емоціями через задоволення від каналізації соціально неприйнятних імпульсів, нейтралізацію негативних почуттів та участь в ігрових практиках; забезпечення більш глибокого занурення аудиторії в повідомлення через необхідність здійснення певної роботи з його дешифрування й інтерпретації; передання політичного повідомлення через периферійний канал оброблення інформації в обхід захисних механізмів у вигляді скепсису, недовіри й опору, які зазвичай опосередковують політичні комунікації.

Сила переконувального впливу гумористичного політичного повідомлення залежить від кількості задіяних у ньому психологічних механізмів впливу. Проста стилізація політичного повідомлення під гумористичне без необхідної психологічної начинки не приведе до бажаного результату.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Артемьева Т.В. О методе исследования совладания (копинг) юмором и его возможностях. *Казанский педагогический журнал*. Казань : Магариф, 2011. № 4. С. 118–123.
2. Демичева А.В. Сучасний політичний гумор як поліфункціональне явище. *Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса*. Серія «Політичні науки». 2019. № 4. С. 96–100. DOI: 10.31558/2617-0248.2019.4.15.
3. Жарова О.А., Кравченко Ю.Е. Влияние подсказок разных типов на распознавание источника юмора в тексте. *Психологические исследования*. 2018. Т. 11. № 57. С. 10.
4. Русскоязычная адаптация опросника стилей юмора Р. Мартина / Е.М. Иванова и др. *Теоретическая и экспериментальная психология*. 2013. Т. 6. № 2. С. 72–85.
5. Лебедев-Любимов А.Н. Психология рекламы. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 386 с.
6. Фрейд З. Остроумие и его отношение к бессознательному. Москва : Азбука-классика, 2006. 288 с.
7. Хэйзинга Й. Homo Ludens. Статьи по истории культуры. Москва : Прогресс – Традиция, 1997. 416 с.
8. Bergler E. Laughter and the Sense of Humor. New York : Grune and Stratton, 1956.
9. Durante R., Pinotti P., Tesesi A. The Political Legacy of Entertainment TV. *American Economic Review*. 2019. № 109 (7). P. 2497–2530. DOI: 10.1257/aer.20150958.
10. Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire / R.A. Martin et al. *Journal of Research in Personality*. 2003. № 37. P. 48–75.
11. Petty R.E., Cacioppo J.T. The elaboration likelihood model of persuasion. *Advances in experimental social psychology* / L. Berkowitz (Ed.). New York : Academic Press, 1986. № 19. P. 123–205.
12. Pew Center for the People and the Press. Cable and Internet loom large in fragmented political news universe. 2014. January 11. Retrieved February 1. URL: <http://www.people-press.org/2004/01/11/cable-and-internet-loom-large-in-fragmented-political-news-universe/>.
13. Polk J., Young D.G., Holbert L.R. Humor Complexity and Political Influence: An Elaboration Likelihood Approach to the Effects of Humor Type in The Daily Show with Jon Stewart. *Atlantic Journal of Communication*. 2009. № 17:4. P. 202–219. DOI: 10.1080/15456870903210055.
14. Raskin V. Semantic mechanisms of humor. Dordrecht, Netherlands : D. Reidel, 1985.
15. Young D.G. Theories and effects of political humor: Discounting cues, gateways, and the impact of incongruity. *Oxford handbook of political communication* / K.H. Jamieson, K. Kenski (Eds.). New York : Oxford University Press, 2014. P. 871–884. DOI: 10.1093/oxfordhb/9780199793471.013.29_update_001.

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.

Наукове видання

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 27

Коректура • *В. Ізак*

Комп'ютерна верстка • *В. Гайдабрус*

Формат 60x84/8. Гарнітура Pragmatica.
Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 21,87. Ум. друк. арк. 23,02.
Підписано до друку 27.07.2021. Замов. № 0921/310. 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.