

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ  
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

# ГАБІТУС

*Науковий журнал*

**Випуск 32**



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

*Ендріулайтієне 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

*Кузьменко Вячеслав Віталійович* – доктор філософських наук, професор

*Деркач Лідія Миколаївна* – доктор психологічних наук, професор

**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](http://www.habitus.od.ua)**

**Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet  
Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту  
економіки та інновацій (протокол № 12 від 27.12.2021 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****ТЕОРІЯ ТА ІСТОРІЯ СОЦІОЛОГІЇ****Микитюк І.В.**КОМПАРАТИВНИЙ АНАЛІЗ ЕМПІРИЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ПРОЦЕСІВ  
УПРОВАДЖЕННЯ ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ В УКРАЇНИ ТА СВІТІ.....11**СЕКЦІЯ 2****СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ****Никифоренко А.Р., Баєв А.І.**ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ЗАПОРІЖАН ДІЯЛЬНІСТЮ МІСЬКОЇ ВЛАДИ  
ТА ЯКІСТЮ МУНІЦИПАЛЬНИХ ПОСЛУГ  
(ЗА МАТЕРІАЛАМИ ОПИТУВАНЬ ГРОМАДСЬКОЇ ДУМКИ).....18**СЕКЦІЯ 3****СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ****Горпинич О.В., Кирилюк Н.А.**СИСТЕМА ФАКТОРІВ СУСПІЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я УКРАЇНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА:  
СТРУКТУРА ТА СОЦІАЛЬНІ ДЕТЕРМІНАЦІЇ.....26**Кухта М.П.**

ЧИННИКИ ВІДМОВИ МОЛОДИХ ЖІНОК УКРАЇНИ ВІД ПОБУДОВИ СІМ'Ї.....32

**СЕКЦІЯ 4****ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ****Бедан В.Б., Квітко О.О.**

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ НАРЦИСИЧНИХ ОСІБ: ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ.....40

**Гештеня Е.О., Шевченко О.С.**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ РІВНЯ ІНТЕЛЕКТУ  
НА СТАВЛЕННЯ ДО ВАКЦИНАЦІЇ ПРОТИ COVID-19.....45**Дубатовк В.С., Паламарчук О.М.**ПСИХОЛОГІЧНА СУТНІСТЬ ПОНЯТТЯ ШКІЛЬНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА  
ТА ЙОГО РОЛЬ У РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ СУЧАСНОГО УЧНЯ.....51**Савицька О.В.**ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ТА УВАГИ  
ПЕРШОКУРСНИКІВ В СИТУАЦІЇ ІСПИТУ.....55**СЕКЦІЯ 5****ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ****Амплеєва О.М., Божко О.О.**

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ СУЧАСНОЮ МОЛОДДЮ.....61

<b>Гаврюшенко В.В.</b> ПСИХОЛОГІЧНІ ПРИНЦИПИ Й МЕХАНІЗМИ ГАРМОНІЗАЦІЇ ВЗАЄМОДІЇ ОФІЦЕРІВ.....	66
<b>Діброва В.А.</b> ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЧАСОВИХ ПЕРСПЕКТИВ І БАЗИСНИХ ПЕРЕКОНАНЬ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ ВИМУШЕНОГО ПЕРЕСЕЛЕННЯ .....	73
<b>Кайзерова А.В.</b> ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ: ТЕОРЕТИЧНИЙ КОНЦЕПТ.....	79
<b>Калька Н.М., Кузьо Л.І.</b> ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ЧОЛОВІЧОЇ СЕКСУАЛЬНОСТІ В СУЧАСНОМУ СВІТІ (РЕЗУЛЬТАТИ ФАКТОРНОГО АНАЛІЗУ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ).....	84
<b>Каневський В.І., Гур'янова А.С.</b> ДИСФУНКЦІОНАЛЬНІ ПЕРЕКОНАННЯ В СИСТЕМІ ДЕПРЕСИВНО-ТРИВОЖНИХ РОЗЛАДІВ.....	89
<b>Каневський В.І., Шендрик Д.О.</b> ВПЛИВ АУТОАГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ НА РОЗВИТОК РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ .....	94
<b>Коломієць Л.І., Гук К.В., Ласкус О.Ю.</b> ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕСУРСНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В КОНТИНУУМІ «ЗДОРОВ'Я – ХВОРОБА».....	99
<b>Рибальченко О.М.</b> ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАГРОЗИ – КОМПОНЕНТ БЕЗПЕКИ ОСОБИСТОСТІ.....	104
<b>Роговський А.Е.</b> ПОВЕДІНКОВІ ТИПИ ОСОБИСТОСТІ ТА ЇХ ВПЛИВ НА ЕМОЦІЙНИЙ АПАРАТ ЛЮДИНИ.....	110
<b>Соколова Г.Б., Тодоров П.І., Венік К.Ю.</b> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ТРЕНЕРІВ ЄДИНОБОРСТВ.....	116
<b>Степура Є.В.</b> МЕДИТАЦІЯ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ОСОБИСТІСТЬ.....	120
<b>Хоржевська І.М., Погорелова А.Ю.</b> ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДИТИНИ З НЕПОВНОЇ СІМ'Ї.....	125
<b>Хоржевська І.М., Пушкаревська Н.О.</b> ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ МАТЕРІ НА ЕМОЦІЙНЕ ЗДОРОВ'Я ДОШКІЛЬНИКА.....	129
<b>Чаркіна О.А.</b> ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПРОГРАМИ ТРЕНІНГУ КАР'ЄРНОГО РОЗВИТКУ ДЛЯ МОЛОДИХ ЖІНОК.....	133
<b>Шевченко Ю.В.</b> СТРУКТУРА РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	141
<b>Юнг Н.В., Кирилішина М.Г., Кайсінь Цзінь</b> НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНЕ СПОСТЕРЕЖЕННЯ ТА АНАЛІЗ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ ПІД ЧАС ПОДОРОЖЕЙ У КИТАЇ.....	146

**Якимчук Г.В.**

ФАКТОРИ СЕРЕДОВИЩА В ДІЯЛЬНОСТІ ТА УЧАСТІ У СУСПІЛЬНОМУ ЖИТТІ ДІТЕЙ З МОВЛЕННЄВИМИ ПОРУШЕННЯМИ З ПОЗИЦІЙ МКФ.....150

## **СЕКЦІЯ 6**

### **ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ**

**Самкова О.М., Бовдир О.С., Вельдбрехт О.О.**

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ.....156

**Сіроха Л.В.**

ГЕНДЕРНІ СТЕРЕОТИПИ В ПРАВНИЧІЙ ДІЯЛЬНОСТІ.....160

**Толмачевська В.О.**

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО НАПРУЖЕННЯ У МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ З УРАХУВАННЯМ ГЕНДЕРНИХ ФАКТОРІВ ТА МЕДИЧНОГО СТАЖУ РОБОТИ.....165

**Фурман А.А., Макарчук Н.М.**

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ ТРУДОВОГО КОЛЕКТИВУ НА СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ.....171

## **СЕКЦІЯ 7**

### **СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ**

**Горяінов А.В.**

ТЕОРЕТИКО-ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ КОНФЛІКТНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ У СУЧАСНИХ ВІТЧИЗНЯНІЙ ПСИХОЛОГІЇ.....176

**Довгань Н.О.**

НАДЗВИЧАЙНА СИТУАЦІЯ ЯК ВИКЛИК: СОЦІАЛЬНА І ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ЗДОРОВ'Я.....181

**Донець О.І.**

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОЦЕСУ ДОРΟΣЛІШАННЯ ТА СТАРІННЯ ОСОБИСТОСТІ.....188

**Коваль Г.Ш., Грицик О.А.**

РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ПІДЛІТКІВ З ВИКОРИСТАННЯМ ТЕХНОЛОГІЙ КОУЧИНГУ.....193

**Курова А.В.**

НЕВИЗНАЧЕНІСТЬ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА ОСОБИСТОСТІ.....198

**Пономаренко Я.С.**

САМОСТАВЛЕННЯ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ЗДІЙСНЕННОСТІ.....203

**Сидоркіна М.Ю.**

МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗРОБКИ ТЕХНОЛОГІЇ РОЗВИТКУ ГРОМАДЯНСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ШЛЯХОМ АКТУАЛІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕРЕСУ.....208

**Скворчевська Є.Л.**

**СТИЛЬ МІЖСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ЯК УМОВА  
ГАРМОНІЙНИХ СТОСУНКІВ У СТУДЕНТСЬКІЙ ГРУПІ..... 213**

**НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ..... 219**

# CONTENTS

## SECTION 1

### THEORY AND HISTORY OF SOCIOLOGY

**Mykytiuk I.V.**

COMPARATIVE ANALYSIS OF EMPIRICAL STUDIES OF THE IMPLEMENTATION OF INCLUSIVE EDUCATION IN UKRAINE AND THE WORLD.....11

## SECTION 2

### SOCIAL STRUCTURES AND SOCIAL RELATIONS

**Nykyforenko A.R., Baiev A.I.**

ZAPORIZHYA RESIDENTS` SATISFACTION OF CITY GOVERNMENT`S ACTIVITIES AND MUNICIPAL SERVICES` QUALITY (ACCORDING TO PUBLIC OPINION SURVEY).....18

## SECTION 3

### SPECIAL AND BRANCH SOCIOLOGIES

**Horpynych O.V., Kyryliuk N.A.**

SYSTEM OF PUBLIC HEALTH FACTORS OF UKRAINIAN SOCIETY: STRUCTURE AND SOCIAL DETERMINATIONS.....26

**Kukhta M.P.**

FACTORS OF REFUSAL OF YOUNG UKRAINE WOMEN FROM BUILDING A FAMILY.....32

## SECTION 4

### GENERAL PSYCHOLOGY. HISTORY OF PSYCHOLOGY

**Bedan V.B., Kvitko O.O.**

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF NARCISSUS PERSONS: GENDER ASPECT.....40

**Heshten E.O., Shevchenko O.S.**

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE INFLUENCE OF INTELLIGENCE LEVEL ON ATTITUDES TOWARDS VACCINATION AGAINST COVID-19.....45

**Dubatovk V.S., Palamarchuk O.M.**

PSYCHOLOGICAL ESSENCE OF THE CONCEPT OF THE SCHOOL EDUCATIONAL ENVIRONMENT AND ITS ROLE IN THE DEVELOPMENT OF PERSONALITY OF THE MODERN STUDENT.....51

**Savytska O.V.**

THE PECULIAR FEATURES OF PSYCHO-EMOTIONAL STATE AND ATTENTION OF FIRST-YEAR STUDENTS IN THE EXAM SITUATION..... 55

## SECTION 5

## PERSONALITY PSYCHOLOGY

**Amplieieva O.M., Bozhko O.O.**PECULIARITIES OF MANIFESTATION OF VERBAL AGGRESSION  
BY MODERN YOUTH..... 61**Havriushenko V.V.**PSYCHOLOGICAL PRINCIPLES AND MECHANISMS OF HARMONIZATION  
OF OFFICERS' INTERACTION..... 66**Dibrova V.A.**CORRELATION BETWEEN THE TIME PERSPECTIVES  
AND THE WORLD ASSUMPTIONS OF THE PERSONALITY  
IN THE CONTEXT OF FORCED MIGRATION..... 73**Kaizerova A.V.**FEATURES OF PSYCHOLOGICAL TRAINING ATHLETES:  
THEORETICAL CONCEPT..... 79**Kalka N.M., Kuzo L.I.**PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF MALE SEXUALITY  
IN THE MODERN WORLD (FINDINGS OF FACTOR ANALYSIS  
OF THE EMPIRICAL RESEARCH)..... 84**Kanevskiy V.I., Hurianova A.S.**DYSFUNCTIONAL BELIEFS IN THE SYSTEM  
OF ANXIETY-DEPRESSIVE DISORDERS..... 89**Kanevskiy V.I., Shendryk D.O.**THE IMPACT OF AUTO-AGGRESSIVE BEHAVIOR ON THE DEVELOPMENT  
OF EATING DISORDERS ..... 94**Kolomiets L.I., Huk K.V., Laskus O.Yu.**THEORETICAL AND METHODOLOGICAL ASPECTS OF RESEARCH  
OF PSYCHOLOGICAL RESOURCEFULNESS OF PERSONALITY  
IN THE CONTINUUM "HEALTH – DISEASE"..... 99**Rybalchenko O.M.**

PSYCHOLOGICAL THREATS ARE COMPONENTS OF PERSONAL SECURITY..... 104

**Rohovskyi A.E.**BEHAVIORAL TYPES OF PERSONALITY AND THEIR INFLUENCE  
ON HUMAN EMOTIONAL APPARATUS..... 110**Sokolova H.B., Todorov P.I., Vienik K.Yu.**PSYCHOLOGICAL FEATURES OF EMOTIONAL BURNING DOWN  
OF MARTIAL ARTS COACH..... 116**Stepura Ye.V.**

MEDITATION AND ITS IMPACT ON PERSONALITY..... 120

**Khorzhevskaya I.M., Pohorielova A.Yu.**PECULIARITIES OF THE EMOTIONAL STATE OF A CHILD  
FROM AN INCOMPLETE FAMILY..... 125



**Khorzhevskaya I.M., Pushkarevskaya N.O.**  
 THE INFLUENCE OF MOTHER'S ANXIETY ON THE EMOTIONAL HEALTH  
 OF A PRESCHOOLER.....129

**Charkina O.A.**  
 THEORETICAL JUSTIFICATION OF CAREER DEVELOPMENT  
 TRAINING PROGRAM.....133

**Shevchenko Yu.V.**  
 STRUCTURE OF DEVELOPMENT OF SOCIAL COMPETENCE  
 IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN.....141

**Yunh N.V., Kyrylishyna M.H., Kaisin Tszin**  
 NEUROPSYCHOLOGICAL OBSERVATION AND ANALYSIS  
 OF MENTAL DISORDERS DURING TRAVEL IN CHINA.....146

**Yakymchuk H.V.**  
 ENVIRONMENT FACTORS IN ACTIVITIES AND PARTICIPATION  
 OF CHILDREN WITH SPEECH DISORDERS FROM THE POSITION OF THE ICF.....150

**SECTION 6  
 PSYCHOLOGY OF WORK**

**Samkova O.M., Bovdyr O.S., Veldbrekht O.O.**  
 EMOTIONAL BURNING AS A FACTOR OF PROFESSIONAL DEFORMATION.....156

**Sirokha L.V.**  
 GENDER STEREOTYPES IN LEGAL ACTIVITY.....160

**Tolmachevska V.O.**  
 PECULIARITIES OF PSYCHO-EMOTIONAL STRESS  
 OF MEDICAL WORKERS, TAKING INTO ACCOUNT GENDER FACTORS  
 AND MEDICAL EXPERIENCE OF WORK.....165

**Furman A.A., Makarchuk N.M.**  
 THE INFLUENCE OF THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL CLIMATE  
 OF THE WORKING TEAM ON THE FORMATION OF PERSONALITY.....171

**SECTION 7  
 SOCIAL PSYCHOLOGY. LEGAL PSYCHOLOGY**

**Horiainov A.V.**  
 THEORETICAL AND APPLIED ASPECTS OF POLICE CONFLICTNESS  
 IN MODERN UKRAINIAN LEGAL PSYCHOLOGY.....176

**Dovhan N.O.**  
 AN EMERGENCY AS A CHALLENGE:  
 PSYCHOLOGICAL AND SOCIAL HEALTH SUPPORT.....181

**Donets O.I.**  
 SOCIAL PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF PERSONS` MOVING  
 INTO ADULTHOOD AND AGEING.....188

<b>Koval H.Sh., Hrytsyk O.A.</b> DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF ADOLESCENTS USING COACHING TECHNOLOGIES.....	193
<b>Kurova A.V.</b> UNCERTAINTY AS A SOCIO-PSYCHOLOGICAL PROBLEM OF PERSONALITY.....	198
<b>Ponomarenko Ya.S.</b> SELF-ATTITUDE OF POLICE OFFICERS WITH DIFFERENT LEVELS OF PERSONALITY'S – PROFESSIONAL FULFILLMENTITY.....	203
<b>Sydorkina M.Yu.</b> METHODOLOGICAL BASIS FOR DEVELOPMENT OF CIVIC COMPETENCE FORMATION TECHNOLOGY BASED ON SOCIAL INTEREST ACTUALIZATION .....	208
<b>Skvorchevska Ye.L.</b> STYLE OF INTERPERSONAL INTERACTION AS A CONDITION OF HARMONIOUS RELATIONS IN A STUDENT GROUP.....	213
<b>A NEW TYPE OF SCIENTIFIC SERVICES.....</b>	219

## СЕКЦІЯ 1 ТЕОРІЯ ТА ІСТОРІЯ СОЦІОЛОГІЇ

### КОМПАРАТИВНИЙ АНАЛІЗ ЕМПІРИЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ПРОЦЕСІВ УПРОВАДЖЕННЯ ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ В УКРАЇНИ ТА СВІТІ

### COMPARATIVE ANALYSIS OF EMPIRICAL STUDIES OF THE IMPLEMENTATION OF INCLUSIVE EDUCATION IN UKRAINE AND THE WORLD

*Стаття присвячена проблемам упровадження інклюзивної освіти. Попри те що питання інклюзії стало предметом професійного соціологічного обговорення й низки важливих рішень урядових структур України, нині відчутно бракує інформації про реальний стан справ у цій сфері. Описані в статті спроби оцінити ситуацію здійснено здебільшого на основі фрагментарних даних і сфокусовано на вузьких завданнях. У наявних реаліях ні уряд, ані третій сектор не мають збалансованої ґрунтовної інформації про ситуацію у сфері інклюзивної освіти, на відміну від західних колег. Із наведеної інформації стає зрозуміло, що наявні дослідження акцентують свою увагу більше на економічному чи політичному різновиді залучення/виключення, описі інституційних змін, а не на культуральному осмисленні проблеми. Виділено основні відмінності зарубіжних і вітчизняних досліджень у сфері інклюзії/ексклюзії, до яких відносимо праці Дж. Річардсон, Дж. Пауел, Б. Чагран, М. Шмідт, М. Нінда, С. Томлінсон та інших. Емпіричні дослідження проблем соціалізації осіб із обмеженими можливостями є вагомим вкладом науковців у з'ясуванні інституційних прогалин чи здобутків у системі залучення громадян суспільства до активної участі в усіх сферах суспільного життя. Дослідники концентрують свою увагу на різноманітних аспектах залучення чи обмеження різних верств населення до основних соціальних благ. Представлені теоретичні міркування про спеціальну й інклюзивну освіту не можуть бути корисним, якщо ігнорувати більш широкий національний і глобальний контексти. Натомість існує низка досліджень, у яких використовується міжкультурний опис для вивчення політики та практики, що стосуються категорії інклюзивної освіти. Визначено, що дослідження іноземних науковців спрямовані здебільшого на розгляд інклюзії як повноцінної соціальної практики, яка, у свою чергу, складається з процесів як включення, так і виключення; вітчизняні вчені ж, навпаки, описують головним чином процеси виключення.*

**Ключові слова:** інклюзивна освіта, інклюзія, ексклюзія, соціальна практика, соціологічне дослідження, світові практики.

*The article is devoted to the problems of implementation of inclusive education. Despite the fact that the issue of inclusion has become the subject of professional sociological discussion and a number of important decisions of government structures of Ukraine, there is a significant lack of information about the real state of affairs in this area. The attempts to assess the situation described in the article were made mostly on the basis of fragmentary data and focused on narrow tasks. In the current realities, neither the government nor the third sector has balanced and thorough information on the situation in the field of inclusive education, unlike its Western counterparts. From the above information it is clear that the available research focuses more on the economic or political types of involvement/exclusion, the description of institutional change, rather than on the cultural understanding of the problem. The main differences between foreign and domestic research in the field of inclusion/exclusion, which include the works of J. Richardson, J. Powell, B. Chagran, M. Schmidt, M. Ninda, S. Tomlinson and others. Empirical studies of the socialization problems of persons with disabilities are a significant contribution of scientists in finding out the institutional gaps or achievements in the system of involvement of citizens of society to active participation in all spheres of public life. Researchers focus their attention on various aspects of attracting or restricting different segments of the population to basic social benefits. The theoretical considerations presented about special and inclusive education cannot be useful if the broader national and global contexts are ignored. However, there are a number of studies that use cross-cultural descriptions to explore policies and practices related to the category of inclusive education. It is determined that the research of foreign scholars is mainly aimed at considering inclusion as a full-fledged social practice, which in turn consists of processes of both inclusion and exclusion; domestic, on the contrary, describe mainly the processes of exclusion.*

**Key words:** inclusive education, inclusion, exclusion, social practice, sociological research, world practices.

УДК 316.061.213(477)  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.1>

**Микитюк І.В.**

аспірант кафедри соціології  
історичного факультету  
Львівський національний університет  
імені Івана Франка

**Вступ.** Нині більшість фахівців розглядає поняття «інклюзивна освіта» як інноваційну тенденцію розвитку сучасної освіти. Основними чинниками є сучасні зміни ціннісних орієнтацій сучасного світу, як наслідок, трансформація освітньої парадигми в гуманістичну. Емпіричні дослідження проблем соціалізації осіб з обмеженими можливостями

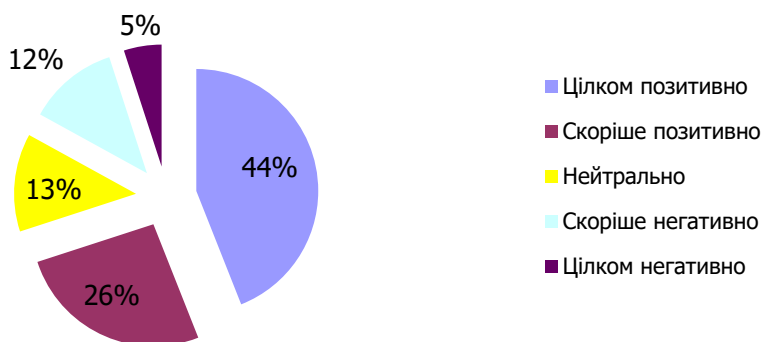
є вагомим вкладом науковців у з'ясування інституційних прогалин чи здобутків у системі залучення громадян суспільства до активної участі в усіх сферах суспільного життя. Дослідники концентрують свою увагу на різноманітних аспектах залучення чи обмеження різних верств населення до основних соціальних благ.

**Мета дослідження** – провести компаративний аналіз емпіричних досліджень процесів впровадження інклюзивної освіти в нашій державі та світі. Основними шляхами дослідження мають стати аналіз характерних ознак процесу інклюзивної освіти; фокус на основних поняттях, моделі навчання, специфіці практичного впровадження інклюзивної освіти в умовах сьогодення; вивчення особливостей організації процесу інклюзивної освіти в нашій державі та світі.

**Аналіз основних досліджень і публікацій.** Теоретико-методологічні аспекти дослідження інклюзивної освіти відображено в працях Л. Білецької, В. Засенко, Ю. Найди, Т. Сак, О. Тараненко й інших. Одне з перших масштабних досліджень стану інклюзивної освіти в Україні проведено у 2011–2012 рр. зусиллями ГО «Європейська дослідницька асоціація» (ERA) у співпраці з дослідницькою компанією InMind, ГО «Демократичні ініціативи молоді» та ГО «Аліса» за фінансової підтримки фонду «Відродження» [2]. Дослідники ставили за мету вивчити та представити стан інклюзивної освіти в Україні, результати дій, соціальні й системні бар'єри, а також проаналізувати перспективи впровадження інклюзії в систему освіти України. Реалізація проекту включала низку емпіричних методів, з-поміж яких – поглиблені експертні та напівформалізовані інтерв'ю, фокус-групові дискусії, поглиблені інтерв'ю з батьками дітей з особливими потребами й батьками здорових дітей, on-line опитування українських неурядових організацій, репрезентативне телефонне опитування дорослого населення обласних центрів України. Окремо варто зупинитися на дослідженнях А. Колупаєвої, яка проаналізувала історичні аспекти розвитку інклюзивної освіти в країнах пострадянського простору та розвинутих країнах світу, виокремила методологічні аспекти становлення інклюзивної освіти на теренах нашої держави. В Енциклопедії освіти поняття «інклюзивна освіта» розглядається як система освітніх послуг, що базується

на принципі забезпечення реалізації прав дітей на освіту, зокрема дітей з особливостями психофізичного розвитку, і їхніх прав навчатися за місцем проживання [3, с. 11]. З огляду на вищесказане, наше розуміння поняття «інклюзивна освіта» буде таким: інтегральна системи освітніх послуг, яка дає можливість реалізовувати права дітей на освіту, зокрема дітей з особливостями психофізичного розвитку. Науковці здебільшого акцентують увагу на питаннях мінімізації ексклюзії в освітньому середовищі й переході до якісної освіти для вразливих груп населення в контексті культурологічної парадигми, на теоретичному обґрунтуванні та емпіричному вивченні проблеми інклюзивного навчання дітей із затримкою психічного та фізичного розвитку [9]. Висновки досліджень також зосереджуються на проблемах вибору місця навчання, питаннях, пов'язаних із батьківським вибором і рівності в доступності й інтеграції, формах і моделях інтеграції, навчанні викладачів і підтримці персоналу освітніх установ [8, с. 201]. Соціологічну рефлексію отримують поняття «інклюзія» та «ексклюзія» в контексті їх взаємозв'язку з такими більш загальними категоріями, як соціальна ізоляція та соціальна інтеграція [7, с. 31]. Нині відбувається інтенсифікація впровадження інклюзивної освіти в українське освітнє середовище та суспільство в цілому. Тому доцільним є здійснити аналіз досліджень процесів інклюзії в працях зарубіжних і вітчизняних учених, дослідницьких компаній. Результатом дослідження стало глибоке проникнення в стан інклюзивної освіти в державі; з'ясовано проблемні зони, напрями та перспективи подальшого впровадження такої системи освіти, яка б забезпечувала потреби всіх учасників освітнього процесу. Зокрема, діагностовано ставлення громадськості до ідеї інклюзивної освіти (рис. 1).

У рамках теми «Науково-методичне забезпечення інклюзивного навчання дітей з особливими освітніми потребами» (реєстраційний № 01090000311) Інститутом спеціальної



**Рис. 1. Ставлення до ідеї інклюзивної освіти, %**

Джерело: [2, с. 13]

педагогіки АПН України у 2012 р. проведено соціологічне дослідження методом безпосереднього анкетування в загальноосвітніх навчальних закладах України з метою виявлення інклюзивних зрушень у структурі шкільної освіти [5]. Опитуванням були охоплені такі міста, як Сімферополь, Севастополь і Львів. Проведене анкетування в закладах освіти й застосований до них статистичний аналіз відображають погляди учнів, батьків і вчителів, які були основними учасниками освітнього процесу.

Загалом ініційоване дослідження продемонструвало як позитивні, так і негативні зрушення в ставленні до інклюзії та інклюзивних методів навчання. Зокрема, з'ясовано, що учні та батьки позитивно ставляться до розширення участі дітей з особливими потребами в освітньому процесі. Важливим напрямом дослідження стало з'ясування ролі асистента вчителя як нового суб'єкта освітнього процесу. Визначено, що більшість асистентів вчителя (60%) вважає надмірним своє навантаження, вважаючи, що в класі не повинно бути більше двох дітей з особливими потребами. Також асистенти-вчителі зазначили, що їхня робота на уроці сприяє підвищенню ефективності навчального процесу як із особливими освітніми потребами, так і всіх учнів класу [5, с. 219].

Фахівці-практики, які безпосередньо занурені в перебіг інклюзивного навчання, у дослідженнях фіксують увагу переважно на низці різноманітних умов, дотримання яких уможливує ефективне включення дітей з особливими потребами в освітній процес. Зокрема, порушуються питання щодо оцінки фізичного доступу таких учнів до навчальних закладів, забезпеченість відповідним програмним і технічним забезпеченням, яке має полегшувати дітям з особливими потребами процес адаптації до навчального середовища (шрифт Брайля, мова жестів, сенсорні екрани й ноутбуки тощо), облаштування кабінетів учителя-дефектолога, учителя-логопеда для проведення корекційно-розвивальних занять [4, с. 18–19].

Соціологи активно долучаються до моніторингу результатів різноманітних ініціатив, зокрема Міжнародного проекту «Східне партнерство у сфері педагогічних інновацій в інклюзивній освіті» (INOVEST), «Впровадження педагогічних інновацій в інклюзивну освіту», який був реалізований у 2013 р. за участі університетів Німеччини, Іспанії, Швеції, Білорусії, Молдови й України. У рамках реалізації Проекту розроблено навчально-методичні комплекси для підготовки трьох цільових груп педагогів на основі 13 освітніх модулів: для вчителів, директорів і промоутерів (носіїв ідеї). Авторами модулів стали експерти, мето-

дисти, викладачі, учені вищих навчальних закладів – учасників Проекту. Цільова установка Проекту полягала в упровадженні педагогічних інновацій в інклюзивну освіту й посиленні координації безперервного навчання вчителів, менеджерів освіти в галузі педагогічних інновацій на основі міжнародного досвіду. С. Здрагат проведено серію формалізованих інтерв'ю «віч-на-віч» із директорами та заступниками директорів пілотних шкіл Проекту з метою з'ясування рівня обізнаності щодо методики організації інклюзивного навчання, нових педагогічних технологій з інклюзії та рівня готовності до реалізації цієї моделі освіти керівників масових шкіл [1, с. 10]. За результатами трьох серій інтерв'ю з керівниками шкіл, авторці вдалося визначити динаміку їхньої обізнаності з основними положеннями інклюзивної освіти, рівень усвідомлення значення інклюзії як соціальної технології подолання виключення в суспільстві. Миколаївським центром соціологічних досліджень Чорноморського національного університету імені Петра Могили протягом січня-травня 2018 р. було ініційоване дослідження методом особистісного інтерв'ю батьків дітей з інвалідністю та дітей з обмеженими можливостями здоров'я, метою якого було виявлення труднощів, із якими вони стикаються в отриманні основних соціальних послуг, зокрема й освітніх [3, с. 53]. За результатами опитування 385 миколаївських сімей, що виховують дітей з обмеженими можливостями, встановлено, що більше половини батьків (58,1%) віддали перевагу очному навчанню в межах освітньої установи, кожен п'ятий респондент (18,9%) схвально ставиться до індивідуальної форми, що передбачає поєднання навчання вдома й відвідування окремих занять в освітньому закладі, 7,6% батьків вважає за доцільне використовувати очно/заочну форму навчання, що передбачає індивідуальне дистанційне навчання без відвідування навчального закладу [3].

Дослідники встановили деякі проблемні зони в можливостях отримувати якісну освіту дітьми з особливими потребами. Опитані батьки визначили, що найбільше перешкоджають якісному опануванню знань їхніми дітьми неадаптовані навчальні програми (13,6%), відсутність відповідної підготовки, досвіду роботи з особливими дітьми в учителя, вихователя (12,8%), нестворені (або створені лише частково) відповідні умови (10,0%), відсутність належного фінансування навчального закладу (7,9%), велика кількість дітей у шкільних класах, групах дитячого садка (7,4%) [3].

Загалом дослідники зафіксували численну кількість невирішених проблем у сфері забезпечення належного доступу до основних соціальних благ дітей з особливими потребами. Н. Когутяк у 2018 р. проведено опитування

вчителів, помічників вчителів і практичних психологів, у перебігу якого з'ясуванню підлягали фактори екосистеми освітнього середовища, такі як психологічний клімат класу, методи навчання, якими користується вчитель, ставлення до дітей з особливими освітніми потребами, почуття відповідальності за емоційні взаємини в класі тощо [6, с. 121]. Зокрема, визначено, що для кожного фахівця існують власні критерії ефективності діяльності, чинники, які так чи інакше сприяють або ж перешкоджають налагодженню сприятливої атмосфери в класах, у яких навчаються діти з особливими потребами. Наприклад, дослідницею з'ясовано, що кожен фахівець у діяльності затрачає неоднакову кількість зусиль на формування й розвиток функцій, навичок, знань під час роботи в інклюзивних класах.

Так, відповіді на запитання «Розвитку яких функцій, навичок чи знань Ви приділяєте максимальну увагу під час реалізації Ваших професійних обов'язків?» здебільшого зосереджуються на сфері пізнавальних процесів (таблиця 1).

У зарубіжному науковому дискурсі проблем включення осіб з особливими потребами в освітню сферу отримали назву інклюзивних досліджень і використовують як загальний термін для дослідження, у якому беруть участь люди зі складнощами в навчанні, які є значно вагоміші, ніж просто предмети дослідження чи респонденти [15, с. 526].

Проведене нами дослідження базувалося на методиках якісного аналізу даних, оскільки вони забезпечують глибинне дослідження та виокремлення причинно-наслідкових зв'язків ефективності педагогічної діяльності фахівців. Зокрема, опитування фахівців були націлені на врахування їхнього власного педагогічного досвіду під час роботи в інклюзивних класах. При визначенні цільової групи фахівців, які брали участь в опитуванні, головна увага була зосереджена на ключових учасниках освітнього процесу в інклюзивних класах.

У цьому контексті прикметним є якісне дослідження колективу британських авторів, реалізоване у 2008 р. та спрямоване на вивчення повсякденного життя молодих людей, які мали проблеми із законом чи про-

живали в прийомних сім'ях. План дослідження включав широкий спектр засобів для отримання даних (включаючи відеокамери, цифрові камери, щоденники, записки, інтерв'ю, групові та індивідуальні зустрічі). Молодих людей запросили взяти участь у двотижневих сесіях проекту, де вони могли досліджувати будь-який аспект свого повсякденного життя, використовуючи будь-яку комбінацію методів. Під час групових сесій молоді люди працювали над своїми індивідуальними проектами, брали участь у численних взаємодіях і комунікаціях. Загалом до проекту було залучено групу з восьми молодих людей віком від 10 до 20 років.

Дослідники цікавилися культурою і самобутністю молодих людей в різних контекстах. Тому для досягнення поставленої мети вчені звернулись до методів етнографічного дослідження, зберігаючи отримані замітки та записи учасників. Згодом дані були закодовані й інтерпретовані, що дало змогу отримати більш достовірні дані про внутрішній світ дітей, умови їхньої соціалізації [13]. Практичне використання етнографічних методів в інклюзивній освіті базується на дослідженні колективних смислових систем, та, відповідно, можливості їх включення в систему спеціальної освіти.

Заслугує на увагу трирічне етнографічне дослідження ізраїльських науковців, реалізоване у 2012–2015 рр., теоретичним підґрунтям якого стали концептуальні положення соціальних уявлень С. Московічі. Такий підхід передбачає, що суспільне життя будується на основі колективних смислових систем, які науковці можуть виявити, аналізуючи зразки природних соціальних дискусій у конкретних контекстах соціальної реальності. Дослідники поставили за мету, по-перше, з'ясувати соціальні уявлення в початкових школах щодо включення, виключення та розшарування, як вони з'являються в ідеології та щоденному дискурсі й діяльності вчителів, директорів і шкільних радників. По-друге, пов'язати ці спостереження з процесом, у результаті яких одні діти, а не інші «висуваються» членами певної групи учнів і потребують спеціальної освіти. Тобто питання полягало в тому, яким чином учителі вирішували, кого необхідно віднести до окре-

Таблиця 1

**Категорії відповідей щодо напряму професійних зусиль (за фахом) [6]**

Посада	Функції, навички, знання (у % по категорії)					
	пізнавальні	моторика	соціальна перцепція	мовлення	емоційно-вольова сфера	практичний інтелект
Учитель	28	14	4	24	4	24
Психолог	55	18	0	9	18	0
Помічник учителя	66	0	34	0	0	0

мих спеціальних категорій освіти й у який спосіб ця категоризація відбувається. Як зазначають автори дослідження, «наша етнографічна мандрівка закінчується там, де починається більшість досліджень щодо дітей з особливими потребами» [16, с. 51]. Результатом спостережень постало осмислення реальності, у якій діти, які щойно вийшли з дитячого садка й почали навчання в початковій школі, стали представлятися двома відносно фіксованими ієрархічними соціальними категоріями «слабких» і «нормальних» учнів. Ця соціальна категоризація на «слабких» і «нормальних» базувалася на низці вербальних і невербальних сигналів, різному ставленні, педагогічних методах, адміністративних процедурах і приписуваннях щодо різноманітності дітей у навчальних досягненнях. Шкільні уявлення, більше ніж природа дітей, впливали на віднесення деяких із них до складу певної групи з фіксованим низьким статусом: лише ті, хто не зміг набути визначеного рівня навичок читання, були марковані як «слабкі» учні.

Категоризація вищенаведених авторів відображає соціальні уявлення щодо того, кого розуміти як «ми» та «наші», а кого визначати як «інший». «Діти з обмеженими можливостями», на протизагу «дітям зі здібностями» та «дітям з особливими потребами», протиставляються тими, хто вміє задовольнити «нормальні» вимоги. Отже, навіть «діти з особливими потребами» уявляються такими, які відрізняються від більшості дітей і які нібито не потребують особливої турботи. Замість того щоб пропонувати зміни в способі поведінки дітей з особливими потребами, резюмують дослідники, увагу необхідно спрямовувати на те, як ними конструюється реальність. Представлені теоретичні міркування про спеціальну й інклюзивну освіту не можуть бути корисним, якщо ігнорувати більш широкий національний і глобальний контексти. Натомість існує низка досліджень, у яких використовується міжкультурний опис для вивчення політики й практики, що стосуються категорії інклюзивної освіти [14, с. 22]. Дж. Річардсон і Дж. Пауелл у 2011 р. підготували авторитетний соціологічний аналіз походження та розвитку спеціальної освіти в суспільствах з різними культурними, релігійними, політичними й економічними системами. Вони описали структури, створені для роботи з дітьми та молодими людьми з обмеженими можливостями, і з'ясували, чому історичні передумови й міжкультурні відмінності важливі для розуміння того, що роблять суспільства, коли вони спрямовують велику кількість своїх молодих людей на неякісне навчання та безперспективне майбутнє. Дж. Річардсон і Дж. Пауелл дійшли висновку, що в Європі, незважаючи на риторику про реформу справедливості й усеохоплюючу реструктуризацію,

«додаткові недоліки в можливостях навчання, освітніх досягненнях і життєвих шансах» стали результатом скорочення економічних і соціальних послуг у багатьох країнах [17, с. 236].

Колективом науковців з Данії у 2016 р. було ініційоване проведення порівняльного міжнародного дослідження, присвяченого вивченню соціальної практики інклюзивної освіти в початкових і молодших класах середньої школи (у віці 6–16 років), а також зміщенню акценту з розуміння інклюзії як питання трансформації педагогічної та дидактичної практики на розгляд її як соціальної практики, яка, у свою чергу, складається з процесів як включення, так і виключення. Соціальною визначається практика, яка виробляє й відтворює норми, цінності, правила за допомогою соціальних процесів, взаємодій і відносин, що встановлюють певний соціальний порядок [12, с. 10].

Автори зосередилися на вивченні рецензованих досліджень із 1999 по 2016 рр., написаних англійською, данською, норвезькою та шведською мовами. Оскільки дослідження мало фундаментальний характер, а не зосереджувалося на навчальних, дидактичних або педагогічних висновках чи конкретних методах для покращення інклюзивної практики, використовувалися ключові слова широкого спектру: включення, виключення, процес, соціальна практика, соціальне прийняття, соціальна взаємодія, межі, стосунки, школа, спільнота в класі, навчальне середовище та навчання. У пошук потрапило 1 257 наукових статей. На основі заголовків і рефератів статей обрано 82 роботи для поглибленого наукового опрацювання. Результати аналізу дали змогу дослідникам класифікувати процеси інклюзії та інклюзії у шкільній практиці за чотирма різними темами.

Конструкції ідеального учня. Учителі схильні будувати розуміння ідеального учня, з яким порівнюються всі інші. Ці процеси є прихованими й невидимими для вчителів, але вони викликають до життя певні соціальні моделі. Учителі підтримують одних учнів, які не відповідають цьому ідеалу, і всіляко сприяють їхній інклюзії, тоді як інші учні залишаються виключеними. Власне виробництво учнями інклюзії та ексклюзії. Включення й виключення є складними процесами, у яких моментально задіяні учні та вчителі. Основна увага приділяється тому, як учні обговорюють свій шлях у ці моменти, позиціонують себе як активних членів мікрокультури в класі. Культура в класі може давати можливість легітимної участі учням, які відчувають труднощі, але може перешкоджати й сприяти маргіналізації, якщо в групі немає особливої підтримки або розподілу ролей.

3. Простір та артефакти. Фізичне середовище може суттєво перешкоджати інклюзії

деяких учнів, наприклад, якщо вони розташовані близько до вчителя, щоб скористатися швидкою та постійною допомогою. Хоча учні займають однаковий простір, вони є частиною структур, які створюють різні позиції, що включають і виключають учнів. Ці висновки лежать в основі аргументу, що посилена увага до соціально-просторових відносин може призвести до зміни місця та становища людини, шкільні простори не є нейтральними, але впливають на позиції учнів, сприяють їхній категоризації.

4. **Значимість відносин.** Згідно з дослідженням, включеному в огляд, відносини між учителем та учнями суттєво впливають на те, чи знаходиться учень під загрозою включення або виключення, відносини між людьми та їхні взаємодії, структурні умови суспільства, школи та класу є важливими бар'єрами для інклюзії.

У дослідженні, проведеному словенськими вченими у 2010 р., виявлено кореляцію успішності інклюзії дітей із особливими потребами зі ставленням до цього процесу самих учителів (репрезентативна вибірка становила 1360 учителів) [10]. Визначено, що ставлення вчителів до інклюзії залежить від того, які вади притаманні учням. Педагоги демонструють високий ступінь прийняття учнів з фізичною інвалідністю, натомість менший, якщо в диті діагностовано поведінкові чи емоційні розлади. Окрім різновиду інвалідності, найважливішою умовою прийняття вчителів інклюзії є їхня професійна компетентність. З'ясувалося також, що ті педагоги, які проходили навчання на курсах підвищення кваліфікації, більш схильні до запровадження інклюзивної освіти.

Вочевидь, критична маса емпіричних досліджень інклюзії в працях зарубіжних учених є досить представницькою, що уможливорює саморефлексію соціологічної спільноти стосовно їх аналізу й узагальнення, виробництва нового соціального знання. Наприклад, міжнародним колективом науковців у 2009 р. здійснено аналіз публікацій емпіричних досліджень, описаних у публікаціях із дев'яти наукометричних баз даних, таких як ERIC, MEDLINE, PsycARTICLES, PsychINFO та SocINDEX за десятилітній період з метою визначити ставлення вчителів до інклюзивної освіти й чинників, які на них впливають. Огляд 26 досліджень показав, що для більшості вчителів притаманно нейтральне або негативне ставлення до інклюзії учнів з особливими потребами, вони відчувають брак знань і відповідних компетентностей для роботи з такими категоріями населення. Також встановлено, що вчителі без значного педагогічного стажу роботи, а також ті, які мають досвід інклюзивної освіти й навчання, демонструють більш позитивне ставлення до інклюзії, ніж вчителі з багаторічним досвідом викладання чи без відповідних знань у роботі з дітьми з особливими потребами [11, с. 347].

Наведений огляд досліджень зарубіжних і вітчизняних учених засвідчує, що спостерігаються певні розбіжності в тематиці, масштабах і використаних методиках у розкритті сутнісних характеристик процесів інклюзії та ексклюзії в освіті.

**Висновки.** Можна висувати, що представницький арсенал соціологічних методів проникнення в сутнісні прояви інклюзії й ексклюзії в освіті дає змогу дослідникам із різних країн світу водночас сегментувати та інтегрувати проблемне поле, на якому перебувають усі учасники освітнього процесу; комбінація міжкультурних і локальних, кількісних і якісних, глибинних та описових досліджень із залученням різноманітних теоретичних пояснювальних моделей концептуалізує очевидні й оприятують латентні перешкоди до залучення всіх громадян суспільства в активне життя; українські дослідники в основному зосереджені на констатації проблемних сегментів у реалізації та запровадженні принципів інклюзії в повсякденні практики загалом і в освітні зокрема; кількісні та якісні параметри вітчизняних емпіричних досліджень демонструють певну стохастичність і нездатність охопити більш широкий спектр проблем, які стосуються соціокультурних, ментально-психологічних, структурних, конфліктогенних причин ексклюзії. Вочевидь, така ситуація спричинена тим, що означена тематика знаходиться в стадії розвитку й становлення, потребує посиленого теоретичного й емпіричного обґрунтування, що відповідатиме суспільному запиту на проведення таких досліджень. Як одну з можливих відповідей на цей запит бачимо організацію подальших досліджень в емпіричному полі зазначеної проблеми.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Здрагат С.Г. Інклюзивна освіта в Україні: рівень готовності керівників масових шкіл. *Український соціум*. 2016. № 1 (56). С. 8–18.
2. *Енциклопедія освіти / Акад. пед. наук України*; головний ред. В.Г. Кремінь. Київ: Інтер, 2008. 1040 с.
3. Інклюзивна освіта в Україні: здобутки, проблеми та перспективи. Резюме аналітичного звіту за результатами комплексного дослідження. Київ, 2012. 36 с.
4. Калашнікова Л.В. Проблеми соціального захисту інтересів родин, що виховують дітей з інвалідністю та дітей з обмеженими можливостями здоров'я. *Вісник ХНУ імені В.Н. Каразіна. Серія «Соціологічні дослідження сучасного суспільства: методологія, теорія, методи»*. Харків, 2018. Т. 41. С. 49–55.
5. Качмар О. Сучасні тенденції розвитку інклюзивної освіти в Україні (досвід Івано-Франківської області). *Соціальне партнерство в інклюзивній освіті: європейський вектор, українські реалі*: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції (15 березня 2018 р.). Ізмаїл: РВВ ІДГУ, 2018. С. 15–19.



6. Коваль Л.В., Рубан О.М. Здобутки та перспективи інклюзивної освіти в Україні за результатами соціологічного дослідження. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*. 2013. Вип. 4 (1). С. 205–220.
7. Когутяк Н. Інклюзивна освіта дітей з аутизмом як фактор розвитку «теорії розуму». *Збірник наукових праць: психологія*. Івано-Франківськ : Вид-во ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2019. Вип. 23. С. 117–127.
8. Колупаєва А.А. Інклюзивна освіта: реалії та перспективи. Київ : Самміт-книга, 2009. 272 с.
9. Корнієнко С. Особливості організації інклюзивної освіти дітей із відхиленням у психофізичному розвитку. *Соціальне партнерство в інклюзивній освіті: європейський вектор, українські реалії* : збірник наукових праць за матеріалами Міжнародної науково-практичної конференції (15 березня 2018 р.). Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2018. С. 30–31.
10. Лапін А.В. Огляд зарубіжного досвіду інклюзивної освіти. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*. 2013. Вип. 4 (1). С. 194–205.
11. Снісаренко О.І. Поняття інклюзії та інтеграції через призму соціології. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 19 «Корекційна педагогіка та спеціальна психологія»*. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016. Вип. 31. С. 93–98.
12. Čagran B., Schmidt M. Attitudes of Slovene teachers towards the inclusion of pupils with different types of special needs in primary school. *Educational Studies*. 2011. Vol. 37 (2). P. 171–195.
13. De Boer, A. Pijl S.J., Minnaert A. Regular primary schoolteachers' attitudes towards inclusive education: a review of the literature. *International Journal of Inclusive Education*. 2011. № 15 (3). P. 331–353.
14. Approaching Inclusion as Social Practice: Processes of Inclusion and Exclusion / J.H. Hansen, C.R. Jensen, M.C. Lassen, M. Molbæk, M. Schmidt. *Journal of educational and social research*. 2018. Vol. 8. № 2. P. 9–19.
15. Holland S., Renold E., Ross N., Hillman A. Rights, «right on» or the right thing to do? A critical exploration of young people's engagement in participative social work research. NCRM Working Paper Series, 2008. 30 p.
16. John G. Richardson, Justin J.W. Powell Comparing Special Education: Origins to Contemporary Paradoxes. Stanford, CA : Stanford University Press, 2011. 360 p.
17. Ninda M. Inclusive research and inclusive education: why connecting them makes sense for teachers' and learners' democratic development of education. *Cambridge journal of education*. 2014. Vol. 44 (4). P. 525–540.
18. Tomlinson S. A Sociology of Special and Inclusive Education. Exploring the Manufacture of Inability. Routledge, 2017. 182 p.
19. Tuval S., Orr E. Social representations of inclusion and stratification: ethnographic research within two Israeli elementary schools. *Disability & Society*. 2009. Vol. 24 (4). P. 503–516.

## СЕКЦІЯ 2

# СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ

### ЗАДОВОЛЕНІСТЬ ЗАПОРІЖАН ДІЯЛЬНІСТЮ МІСЬКОЇ ВЛАДИ ТА ЯКІСТЮ МУНІЦИПАЛЬНИХ ПОСЛУГ (ЗА МАТЕРІАЛАМИ ОПИТУВАНЬ ГРОМАДСЬКОЇ ДУМКИ)

### ZAPORIZHYA RESIDENTS` SATISFACTION OF CITY GOVERNMENT`S ACTIVITIES AND MUNICIPAL SERVICES` QUALITY (ACCORDING TO PUBLIC OPINION SURVEY)

Актуальність дослідження задоволеності запоріжан діяльністю міської влади та якістю муніципальних послуг зумовлюється поточною військово-політичною кон'юктурою, пов'язаною з агресивними діями Російської Федерації проти України в цілому й вразливістю міста щодо загрози нового російського вторгнення зокрема, перебігом реформи децентралізації, покликаної забезпечити комфортне й безпечне середовище для життя громадян, що потребуватиме активнішого впровадження інструментів оцінювання громадянами діяльності місцевої влади та якості надання ними муніципальних послуг. Показники задоволеності запоріжан діяльністю місцевої влади, якістю муніципальних послуг виявляються за допомогою масових опитувань громадської думки (насамперед 3-го – 6-го всеукраїнських муніципальних опитувань, які впродовж 2017–2020 рр. проводилися групою «Рейтинг» від імені Міжнародного республіканського інституту) і локальних соціологічних опитувань.

Метою статті є демонстрація на прикладі міста Запоріжжя можливостей використання моніторингу громадської думки для аналізу динаміки задоволеності громадян діяльністю органів місцевого самоврядування й визначення напрямів підвищення ефективності їхньої роботи. Аналіз «Стратегії розвитку міста Запоріжжя до 2028 року», даних всеукраїнських і локальних соціологічних опитувань засвідчив, що впродовж 2017–2020 рр. міська влада Запоріжжя демонструє відкритість і чутливість до потреб жителів у плані інфраструктурного розвитку міста. Спостерігається позитивна динаміка відносно розв'язання проблем благоустрою міста, що відображається на зростанні рівня задоволеності жителів місцевою владою. Масштабність наявних у Запоріжжі проблем благоустрою уможлиблює їх комплексне розв'язання принаймні в середньостроковій перспективі. Запоріжжани залишаються стриманими у своїх оцінках успіхів місцевої влади. По мірі розв'язання одних проблем вони своїми критичними оцінками «переключають» увагу місцевої влади на інші проблеми.

**Ключові слова:** міська влада, якість обслуговування, муніципальні послуги, муніципальне опитування, громадська думка, оцінювання.

The urgency of the survey of Zaporizhzhya residents' satisfaction of city government's activities and municipal services' quality is determined by the current military and political situation related to the Russian Federation's aggressive actions against Ukraine in general, the city's vulnerability to a new Russian invasion and also, the reform of decentralization, which deployed to provide comfortable and safe living environment for citizens, which will need more active implementation of tools for citizens' assessing city government's activities and municipal services' quality. Indicators of Zaporizhzhya residents' satisfaction of city government's activities and municipal services' quality are revealed through public opinion polls (first of all, the 3rd – 6th all-Ukrainian municipal polls conducted by the Group Rating on behalf of the International Republican Institute in 2017–2020) and local opinion polls.

The aim of the article is to demonstrate on example of Zaporizhzhya city the possibilities of using public opinion monitoring to analyze dynamics of citizens' satisfaction of city government's activities and identify ways to improve their efficiency. Analysis of the "Strategy for development of Zaporizhzhya city until 2028", data from national and local opinion polls showed that during 2017–2020, the city government of Zaporizhzhya showed openness and sensitivity to residents' needs in terms of infrastructural development of the city. There is a certain positive dynamics in solving problems of urban development, which is reflected in the growing level of residents' satisfaction of city government's activities. The scale of the improvement problems in Zaporizhzhya makes it possible to solve them comprehensively, at least in the medium term. Zaporizhzhya residents remain restrained in their assessments of city government's success. As some issues are solved, their critical assessments "switch" the attention of local authorities to other issues.

**Key words:** city government, quality of services, municipal services, municipal poll, public opinion, assessing.

УДК 316.4.05

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.2>

**Никифороенко А.Р.**

старший викладач кафедри соціально-гуманітарних дисциплін Донецький державний університет управління

**Баєв А.І.**

магістрант спеціальності Донецький державний університет управління

Після 2014 року в Україні відбувається посилення залежності влади від суспільства. Інституційно цей процес підтримано реформою децентралізації. Метою останньої є створення належних передумов для формування

ефективної й відповідальної місцевої влади, здатної забезпечити комфортне й безпечне середовище для життя громадян. Досягнення зазначеної мети не в останню чергу залежить від затвердження принципів клієнтоорієнто-

ваності, соціального партнерства, субсидіарності у функціонуванні органів місцевого самоврядування, що, у свою чергу, потребує активнішого впровадження інструментів оцінювання громадянами їхньої діяльності та якості надання муніципальних послуг [1].

Опитування громадської думки допомагають органам місцевої влади визначати пріоритети діяльності, виявляти слабкі ланки, проблемні питання розвитку певних галузей чи територій, узгоджувати позиції влади та громади з приводу засобів вирішення відповідних питань, уникати несвоєчасних і хибних рішень, ураховувати різноманіття потреб, інтересів і запитів членів громади, динаміку їхніх уподобань, аналізувати вплив відповідних ситуацій, явищ, процесів на оцінку якості публічних послуг, прогнозувати соціальні наслідки заходів, що плануються, оперативно реагувати на зміни в настроях членів громади, уносити необхідні корективи в діяльність [2, с. 6].

Проблематику оцінювання громадянами діяльності органів місцевої влади та якості муніципальних послуг активно досліджують: у площині публічного управління – такі вітчизняні науковці, як В. Авер'янов, І. Артим та Г. Дзяна, В. Бакуменко, О. Бортнік, І. Бригілевич, Р. Брусак, Н. Гудима, О. Гуненкова та Ю. Молодожен, С. Дембіцька, В. Долечек, В. Дзюндзюк, Н. Калинець, Ю. Козаченко, І. Коліушко, І. Кравчук, Т. Маматова, Н. Мельтюхова, Н. Плахотнюк, Л. Прудіус, В. Тимошук, В. Сороко, Д. Сухінін, О. Федорчак, А. Чемерис, Ю. Шаров, В. Ярошенко й ін.

Попри високий рівень уваги дослідників до зазначеної проблематики, методики вимірювання ефективності надання муніципальних послуг ще не набули в Україні завершеного вигляду. Це пояснюється насамперед складністю визначення критеріїв їх оцінювання, пов'язану, серед іншого, з необхідністю узгоджувати суб'єктивні показники довіри мешканців тих чи інших населених пунктів до місцевої влади, показники їхньої задоволеності муніципальними послугами, з об'єктивними показниками діяльності відповідних органів місцевого самоврядування, стандартами сервісного обслуговування споживачів, показниками прогресу реформ тощо.

Зазначені вище показники задоволеності містян діяльністю місцевої влади, якістю муніципальних послуг виявляються за допомогою масових опитувань громадської думки (здійснюваних Фондом «Демократичні ініціативи» імені Ілька Кучеріва, Соціологічною групою «Рейтинг», Центром аналізу та соціологічних досліджень Міжнародного республіканського інституту, Transparency International тощо) і локальних опитувань.

Унаслідок анексії Російською Федерацією території Криму, окупації частини терито-

рій Донецької та Луганської областей, блокади Азовського моря, через загрозу нового російського вторгнення в Україну життєзабезпечення великих індустріальних міст Сходу й Півдня (у тому числі Запоріжжя) набуває стратегічного значення, чим зумовлюється особлива увага уряду, міжнародного співтовариства, неурядових організацій, місцевої влади, дослідників до питань підвищення в них рівня довіри громадян до державних інституцій, місцевого самоврядування, покращення якості муніципальних послуг.

Мета статті – на прикладі міста Запоріжжя продемонструвати можливості використання моніторингу громадської думки для аналізу динаміки задоволеності громадян діяльністю органів місцевого самоврядування та визначення напрямків підвищення ефективності їхньої роботи

«Стратегія розвитку міста Запоріжжя до 2028 року», прийнята у 2017 році, спиралась на дані анкетного опитування запоріжан (n = 2455 осіб), проведеного у вересні 2016 р. [3]. До негативних аспектів повсякденного життя Запоріжжя його мешканці на перше місце тоді вивели проблему логістики (добудову мостового переходу через Дніпро, ремонт доріг, покращення стану громадського транспорту, забезпечення місць для паркування, облаштування велодоріжок) [4, с. 9]. На друге – проблему розвитку міської інфраструктури та якості роботи комунальних служб (благоустрій парків і скверів, забезпечення чистоти міста, створення зон відпочинку, спортивних майданчиків, оновлення дитячих майданчиків та атракціонів у парках, освітлення вулиць, упорядкування набережної, пляжів, установа лавок, громадських туалетів, реконструкція будинків) [4, с. 9].

У відповідь на запит містян у «Стратегії розвитку міста Запоріжжя до 2028 року» виокремлено відповідний стратегічний напрям – «Місто зручної, безпечної та креативної урбаністики», що передбачає, зокрема, реалізацію стратегічної цілі «Безпечне, облаштоване та доступне міське середовище» через досягнення низки оперативних цілей: «Упорядкування паркових зон у районах міста, доступних для всіх груп населення», «Місто креативної архітектури та естетики міського простору», «Охайне місто», «Безпечне місто», «Місто здорових традицій», «Вільне для спілкування та використання Інтернет зв'язку міське середовище» [4, с. 46]. У рамках реалізації «Стратегії Запоріжжя-2028» прийнято й міські цільові програми («Програма розвитку інфраструктури та комплексного благоустрою міста Запоріжжя на 2017–2019 роки», «Програма запобігання і ліквідації надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру, організація рятування на водах на 2017–2019 роки») [4, с. 51–56].

Розробка «Стратегії Запоріжжя-2028» спиралася також на результати експертного опитування представників бізнесу м. Запоріжжя, проведеного в липні 2016 р. консультантами проекту міжнародної технічної допомоги «Партнерство для розвитку міст» (проект ПРО-МІС) і незалежними соціологами за сприяння виконкому Запорізької міської ради (n = 63 особи). У межах цього опитування респонденти оцінювали діяльність місцевої влади в цілому за 4-бальною шкалою: «відмінно», «добре», «задовільно», «погано». Оцінку «відмінно» не поставив жоден експерт, 23% опитаних оцінили діяльність влади на «добре», майже стільки ж було оцінок «погано» – 22%. Трохи більше половини респондентів (52%) оцінили роботу влади на «задовільно». 3% опитаних утруднилися з оцінкою (див. рис. 1) [5, с. 16–17].

Найбільш значущу роль респонденти відвели функціоналу міської влади у сфері розвитку інфраструктури міста, прозорому наданню земельних ділянок і залученню інвестицій у міський розвиток, забезпеченню доступу мешканців до інформації. Для представників малих підприємств також важливою виявилася роль міської влади в наданні адміністративних послуг і консультативному супроводі їхньої діяльності [5, с. 17–19].

За 4-бальною шкалою («відмінно», «добре», «задовільно», «погано») експерти оцінювали якість 13 послуг органів місцевого самоврядування щодо підтримки бізнесу: установлення ставок місцевих податків і зборів; прозорість тендерних процедур; надання дозволів і погоджень; надання земельних ділянок для ведення бізнесу; оренда/відчуження комунального майна; діяльність Центру надання адміністративних послуг (далі – ЦНАП); сприяння експорту; покращення доступу до капіталу; забезпечення умов для започаткування бізнесу; розвиток міської інфраструктури (газ, вода, каналізація, електроенергія); гарантування безпеки та правопорядку; збір і вивезення сміття; доступ до інформації. Найкращі оцінки отримали послуги: збір і вивезення

сміття, діяльність ЦНАП, доступ до інформації; найгірші – послуги з надання земельних ділянок для ведення бізнесу, гарантування безпеки та правопорядку. Представники малих підприємств, зокрема, найнегативніше оцінили послуги з розвитку міської інфраструктури та прозорість тендерних процедур [5, с. 20–22].

Реалізація «Стратегії Запоріжжя-2028» передбачає 3 етапи: перший – 2018–2020 роки; другий – 2021–2024 роки; третій – 2025–2028 роки. Отже, сьогодні вже завершено перший етап і можна здійснювати моніторинг його результативності як за об'єктивними показниками/індикаторами, закладеними в Стратегії (кілометри відремонтованих доріг, кількість реконструйованих споруд, відремонтованих покрівель, встановлених лавок тощо), так і за суб'єктивними показниками – рівнем задоволеності мешканців змінами, що відбулися в місті в рамках реалізації Стратегії.

Зупинимось докладніше на розгляді результатів соціологічних досліджень, які презентують оцінку запоріжанами розвитку міста впродовж останніх 3-х років, з акцентом на питанні благоустрою, яке на момент розробки Стратегії у 2017 року було віднесено до проблем, що потребують першочергового розв'язання.

Динаміку задоволеності запоріжан якстю муніципальних послуг можна простежити на основі даних 3-го – 6-го всеукраїнських муніципальних опитувань, які впродовж 2017–2020 років проводилися групою «Рейтинг» від імені Міжнародного республіканського інституту (IRI). Це дослідження також дає змогу виявити ставлення громадян до місцевого самоврядування. Опитування проводиться у 23-х обласних центрах України, на підконтрольній Уряду України території, а також у місті Маріуполі Донецької області. Дослідження базується на вибірці в 19 200 респондентів віком 18+ (по 800 респондентів в кожному місті) [6; 7; 8; 9; 10].

На основі цього опитування будується зведений індекс якості обслуговування та послуг у містах за 22-ма послугами та сферами: хідники; збір сміття; каналізація; медзаклади;

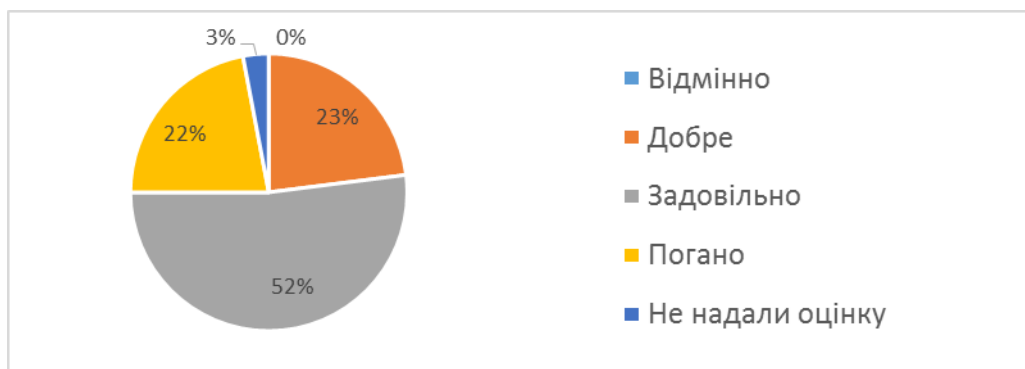


Рис. 1. Оцінка діяльності місцевої влади представниками бізнесу

транспортна інфраструктура, громадський транспорт; вуличне освітлення; дороги; промислові зони; спортивні заклади; університети, технікуми, коледжі; школи; дитячі садки; заклади культури; базари, заклади торгівлі; публічні парки та сквери; двори та прибудинкові території; діяльність поліції; водопостачання; екологія; паркування; опалення; оцінками за 5-бальною шкалою, де 5 – «відмінно», 4 – «добре», 3 – «посередньо», 2 – «погано», 1 – «жахливо».

Як видно з рис. 2, у Запоріжжі зведений індекс якості обслуговування та послуг становив у 2017 р. – 2,8 бали (7-ме місце з кінця в рейтингу міст), у 2018 р. – 2,9 бали (7-ме місце з кінця), у 2019 р. – 2,6 бали (4-те місце з кінця), у 2020 р. – 2,7 бали (5-те місце з кінця).

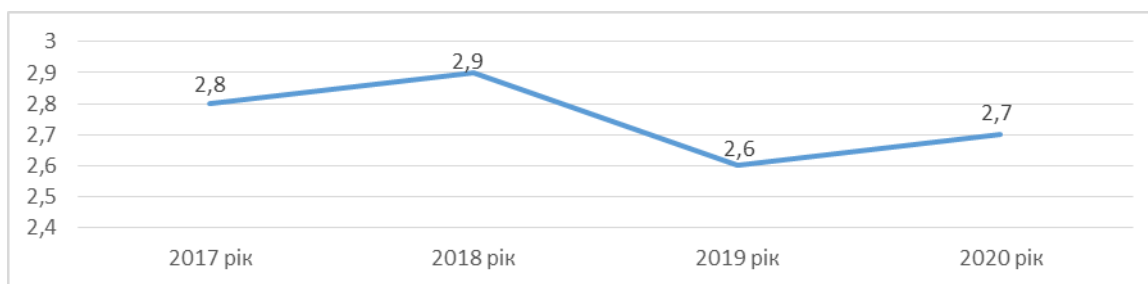
У 2017 р. у Запоріжжі найгіршу оцінку (останнє місце в рейтингу міст за параметром) отримав стан доріг: лише 1% респондентів надали їм оцінку «добре», а 8% – «посередньо», також украй низькі оцінки отримала екологія міста: лише 2% респондентів поставили їй оцінку «добре» та 12% – «посередньо» (2-ге місце з кінця в рейтингу міст за цим параметром). Низькі оцінки порівняно з іншими містами України мешканці Запоріжжя надали стану дворів і прибудинкових територій: 9% оцінок «добре» і 34% оцінок «посередньо» (3-тє місце з кінця в рейтингу міст за цим параметром), закладам культури: 30% оцінок «добре» та 43% оцінок «посередньо» (4-те місце з кінця в рейтингу міст за цим параметром), спортивним закладам: 20% оцінок «добре» та 47% оцінок «посередньо» (5 місце з кінця) [6].

У 2018 р. загальна оцінка запоріжанами стану доріг у місті значно покращилася: 7% оцінок «добре» та 21% оцінок «посередньо» (8 місце з кінця рейтингу міст за цим параметром). Низькі оцінки (хоча й із незначним покращенням порівняно з торішніми) знову отримала екологія міста: 1% оцінок «відмінно», 5% оцінок «добре» та 14% оцінок «посередньо» (3-тє місце з кінця рейтингу міст за цим параметром). Низькі оцінки порівняно з іншими містами в Запоріжжі знову отримав і стан дворів і прибудинкових територій: 2% оцінок «відмінно», 9% оцінок добре та 34% оцінок «посе-

редньо» (2-ге місце з кінця в рейтингу міст за цим параметром). Заклади культури та спортивні заклади запоріжжани оцінили краще, ніж торік: 5% оцінок «відмінно», 24% – «добре», 54% – «посередньо» та 3% оцінок «відмінно», 19 – «добре», 58% – «посередньо» відповідно. Але порівняно з іншими містами за оцінками закладів культури і спортивних закладів Запоріжжя лишилося у хвості рейтингів – 3-тє та 4-тє місця з кінця [7].

У 2019 р. порівняно з 2018 р. запоріжжани відзначили ще більше покращення стану доріг в місті: 12% поставили оцінки «добре», а 39% – «посередньо», що дало змогу Запоріжжю піднятися на 1 сходинку вгору в рейтингу міст за цим параметром (9 місце з кінця). Екологія міста отримала традиційно низькі оцінки: лише 4% респондентів поставили їй оцінку «добре», а 19% – «посередньо» (друге місце з кінця в рейтингу міст за цим параметром). Краще, ніж у 2018 р., мешканці Запоріжжя оцінили стан дворів і прибудинкових територій: 16% оцінок «добре» та 33% – «посередньо», у результаті чого місто просунулося в рейтингу за цим параметром з 2-го місця з кінця на 5. Натомість заклади культури і спортивні заклади порівняно з попереднім роком отримали нижчі оцінки: 2% оцінок «відмінно», 21% – «добре», 34% – «посередньо» та 15% оцінок «добре» і 33% «посередньо» відповідно, залишившись на прикінцевих позиціях рейтингу міст за цими параметрами оцінювання – третє місце з кінця й друге місце з кінця [8].

У 2019 р. спостерігалось погіршення позицій Запоріжжя щодо інших обласних центрів, за такими параметрами оцінювання: медзаклади – друге місце з кінця в рейтингу міст (7% оцінок «добре», 27% – «посередньо»); університети, технікуми та коледжі – останнє місце в рейтингу (2% оцінок «відмінно», 20% – «добре», 33% – «посередньо»); школи – останнє місце в рейтингу (2% оцінок «відмінно», 20% – «добре», 34% – «посередньо»); дитячі садки – друге місце з кінця рейтингу (2% оцінок «відмінно», 18% – «добре», 33% – «посередньо»); базари, заклади торгівлі – друге місце з кінця рейтингу (4% оцінок «відмінно», 26% – «добре», 39% – «посередньо») [8].



**Рис. 2. Динаміка зведеного індексу якості обслуговування та послуг у м. Запоріжжі (у балах за 5-бальною шкалою)**

У 2020 р. оцінки мешканців Запоріжжя щодо стану доріг дещо погіршилися порівняно з 2019 р.: 1% оцінок «відмінно», 11% – «добре», 35% – «посередньо» (9 місце з кінця в рейтингу міст за цим параметром). Екології міста запоріжжани традиційно поставили низькі оцінки: лише 6% оцінили її на «добре», а 15% на «посередньо» (друге місце з кінця рейтингу міст за цим параметром). За оцінками запоріжжан, знову покращився порівняно з торішніми стан дворів і прибудинкових територій: 1% оцінок «відмінно», 17% оцінок «добре» та 42% – «посередньо», щоправда, порівняно з іншими містами Запоріжжя тут опустилося на одну сходинку в рейтингу – з 5-го місця на 4-те. Оцінки запоріжжанами закладів культури і спортивних закладів міста істотно не змінилися порівняно з торішніми: 1% оцінок «відмінно», 21% – «добре», 36% – «посередньо» та 1% оцінок «відмінно», 15% оцінок «добре», 31% «посередньо» відповідно, проте в рейтингах міст за цими параметрами Запоріжжя просунулося на одну сходинку вгору – на 4-те місце з кінця та 3-тє місце з кінця відповідно [9].

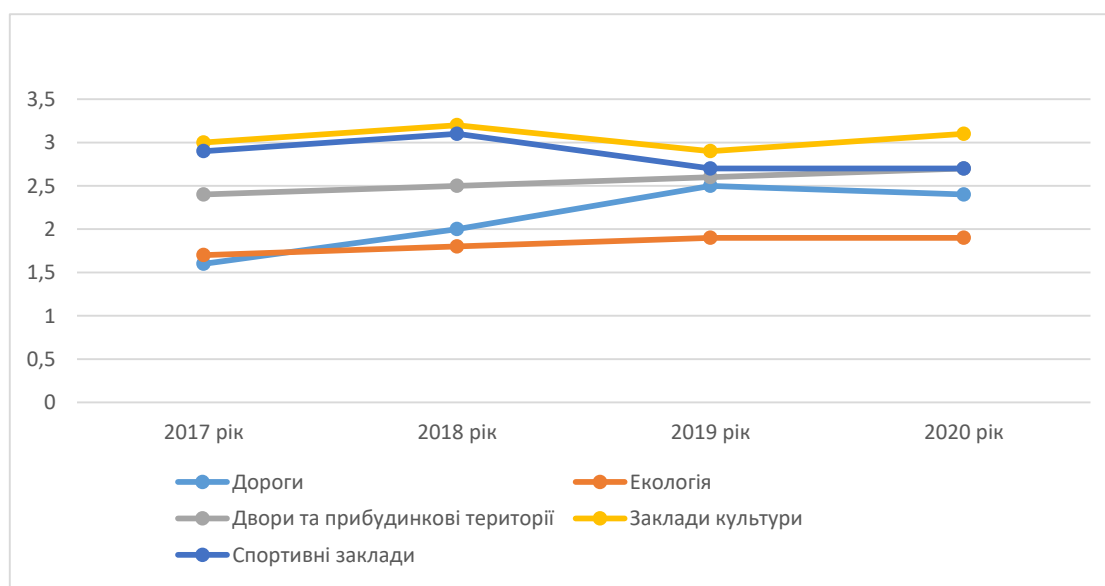
У 2020 р. істотних змін щодо оцінки медичних закладів, закладів освіти та закладів торгівлі порівняно з 2019 р. не відбулося, хоча за деякими із цих параметрів місту вдалося піднятися на одну й навіть на дві сходинки вгору: медзаклади – третє місце з кінця рейтингу міст (8% оцінок «добре», 27% – «посередньо»); університети, технікуми та коледжі – друге місце з кінця (1% оцінок «відмінно», 18% – «добре», 34% – «посередньо»); школи – останнє місце (1% оцінок «відмінно», 17% – «добре», 35% – «посередньо»); дитячі садки – третє місце з кінця рейтингу (1% оцінок «відмінно»,

18% – «добре», 33% – «посередньо»); базари, заклади торгівлі – 3 місце з кінця рейтингу (3% оцінок «відмінно», 30% – «добре», 41% – «посередньо») [9].

Динаміку оцінок мешканцями м. Запоріжжя таких сфер і послуг, як дороги, екологія, двори та прибудинкові території, заклади культури та спортивні заклади, за 2017–2020 роки, згідно з даними 3-го – 6-го муніципальних опитувань, демонструє рис. 3. З 22-х сфер і послуг, які можна узагальнено охарактеризувати як «якість життя в місті» (у розумінні комфортності), муніципальні опитування, з одного боку, дали змогу виявити найпроблемніші сфери й послуги в Запоріжжі, а з іншого – побачити поступ чи регрес (міру їх вираженості) в розвитку цих сфер і послуг.

ТОП-3 проблем, які визначили запоріжжани у 2017 р. (у рік розробки стратегії міста), стосувався доріг, екології, дворів і прибудинкових територій. Упродовж наступних 3-х років опитування мешканців засвідчили позитиву динаміку в благоустрої міста, а саме: покращення стану доріг та облаштування дворів і прибудинкових територій. Водночас окреслилася певна негативна динаміка щодо оцінки стану й діяльності закладів культури та спортивних закладів, а з 2019 р. – ще й медичних закладів, освітніх, торговельних. Вочевидь, мешканців не задовольняють повільні темпи оновлень у цих сферах і вони стають критичнішими в оцінках.

Соціологічне дослідження «Формуємо бюджет разом» (2019 р.), проведене ГО «Інститут соціологічних досліджень і громадських ініціатив» з ініціативи Запорізького міського голови Володимира Буряка, стосувалося бачення запоріжжанами (n = 2500



**Рис. 3. Динаміка оцінок мешканцями окремих сфер і послуг у м. Запоріжжі (у балах за 5-бальною шкалою)**

респондентів) розвитку свого міста [10]. Метод – вуличне інтерв'ю (стаціонарні точки на зупинках громадського транспорту в усіх районах міста). Дослідження засвідчило, що понад 2/3 опитаних (77,4%) бачать позитивні зміни в розвитку міста. До найуспішніших проєктів, реалізованих міською владою, запоріжжани віднесли запуск великих автобусів – 70,7% опитаних; благоустрій (нові алеї, сквери, парки, зелені зони тощо) – 34,4%; капітальний ремонт міських доріг і хідників – 22,2%; новий термінал міжнародного аеропорту «Запоріжжя» – 18,2%; оновлення парку тролейбусів, трамваїв – 17,7%. Попри певні позитивні зрушення у сфері благоустрою, цю проблему (яка виявлена в опитуванні 2017 р.) запоріжжани вважають ще далеко не вирішеною й поставили її на перше місце в переліку міських проблем, що потребують першочергового вирішення – більшість – 45,8% опитаних, зі значним відривом від інших варіантів відповідей, а саме: мости, продовження ремонту доріг (вуличні й у дворах будинків), хідники, парки, сквери, зони відпочинку, освітлення вулиць міста. Проблему екології запоріжжани поставили на друге місце (26,2% опитаних). Третя проблема – робота громадського транспорту (8,2% опитаних), а саме: подальше збільшення транспорту великої місткості, облаштування зупинок, установлення інформаційних табло [10].

Порівняно з 2017 р. пріоритетність проблем у ТОП-3 змінилася. Питання інфраструктури превалюють над транспортними (у 2017 р. було навпаки), що можна розглядати

як свідчення ефективного реалізації заходів з оновлення парку громадського транспорту й налагодження транспортного сполучення в місті. Уточнювальні запитання дали змогу деталізувати першочергові потреби запоріжжан у сфері благоустрою та житлово-комунального господарства: ремонт аварійних будинків – 62,7%; ремонт покрівель будинків – 57,2%; підвищення рівня безпеки для пішоходів та водіїв – 51,9%; ремонт хідників, створення нових піших маршрутів – 51,6%; ремонт внутрішньо кварталних доріг – 50,5%; облаштування майданчиків для збору сміття – 50,3%; озеленення вулиць, дворів, дитячих майданчиків – 49%; створення комфортних зон дозвілля біля Дніпра – 46,7%; ремонт основних доріг – 43,9% (рис. 4).

Додаткову інформацію щодо пріоритетів благоустрою міста надали відповіді респондентів на відкрите запитання «Яких інфраструктурних об'єктів, у першу чергу, не вистачає у м. Запоріжжя». До ТОП-3 таких інфраструктурних об'єктів потрапили недобудовані мостові переходи через Дніпро – 27,2%; об'єкти спортивної сфери (спортивні майданчики, спортивні комплекси, басейни, стадіони, скейт парк) – 12,4% опитаних; парки та сквери (ішлося про реконструкцію парку біля БК Кірова, парк відпочинку «Дубовий гай», парку Слави біля бульвару Шевченка) – 9,9% [10].

Зауважимо, що запоріжжани схвально ставляться до ідеї проведення подібних соціологічних опитувань (92% респондентів) [10], сподіваючись, що при прийнятті управлінських рішень міська влада враховуватиме їхні

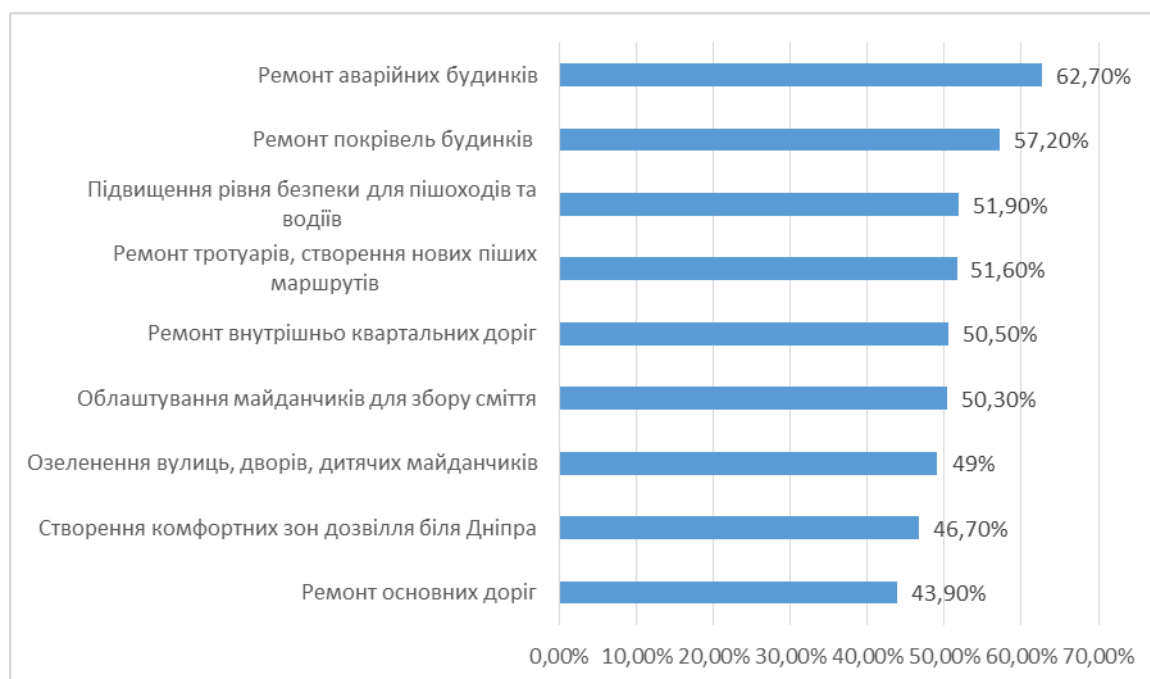


Рис. 4. Пріоритети благоустрою Запоріжжя очима мешканців (n = 2500)

потреби й місто розвиватиметься в руслі цих очікувань.

Муніципальні опитування, про які йшлося вище, також містять важливу інформацію, що дає змогу з'ясувати рівень задоволеності респондентів різними формами співпраці з місцевою владою, динаміку оцінок респондентами міської влади (мера, міськради) та співвіднести її з динамікою задоволеності вирішенням місцевих проблем тощо.

Так, упродовж останніх двох років мали досвід взаємодії з представниками місцевої влади (мерія, виконком, міськрада, райрада, райадміністрації, комунальні підприємства) у 2017 р. 39% запоріжан, у 2018 р. – 25%, у 2019 р. – 19%, у 2020 р. – 17%. З тих, хто мав досвід безпосередньої взаємодії з представниками місцевої влади, задоволеними якістю послуг (оцінка «відмінно», «добре», «посередньо» за 5-бальною шкалою), залишилися у 2017 р. 24% запоріжчан, у 2018 р. – 90%, у 2019 р. – 50%, у 2020 році – 54% (див. рис. 5) [6; 7; 8; 9]. Інтенсивність особистих контактів громадян з місцевою владою в Запоріжжі з 2017 р. по 2020 р. знизилась удвічі (що можна пояснити збільшенням числа Е-послуг), при цьому задоволеність наданими послугами зростає (хоча й не планомірно).

Муніципальні опитування демонструють стабільні рейтинги міського голови Запоріжжя – підтримка («цілком схвалюю» та «швидше схвалюю») – понад 40%) та Запорізької міськради – підтримка («цілком схвалюю» та «швидше схвалюю») – 30%, з незначним зростанням рівня схвалення їхньої діяльно-

сті у 2020 р. – до 52% та до 43% відповідно. Рівень схвалення діяльності міського голови є вищим, ніж діяльності міськради (стабільна різниця близько 10%) (див. рис. 5) [6; 7; 8; 9]. Зростання рівня схвалення запоріжжанами діяльності місцевої влади, імовірно, пов'язане не з передвиборчою кампанією, а з успішністю реалізацією проектів з благоустрою міста й налагодженням роботи громадського транспорту, а також зі зростанням якості послуг завдяки запровадженню онлайн сервісів.

**Висновки з проведеного дослідження.** Аналіз «Стратегії розвитку міста Запоріжжя до 2028 року», даних всеукраїнських і локальних соціологічних опитувань засвідчив, що впродовж 2017–2020 рр. міська влада Запоріжжя демонструє відкритість і чутливість до потреб жителів у плані інфраструктурного розвитку міста. Спостерігається певна позитивна динаміка стосовно розв'язання проблем благоустрою міста, що відображається на зростанні рівня задоволеності жителів місцевою владою. Однак масштабність наявних у Запоріжжі проблем благоустрою уможливорює їх комплексне розв'язання принаймні в середньостроковій перспективі (тоді як мешканцям хотілося б якомога скорішого покращення якості життя в місті). Тому запоріжжани залишаються стриманими в оцінках успіхів місцевої влади, по мірі розв'язання одних проблем вони своїми критичними оцінками «переключають» її увагу на інші проблеми.

Перспективи подальших студій пов'язуємо з прогресом у забезпеченні прозорості в діяльності органів місцевого самовряду-

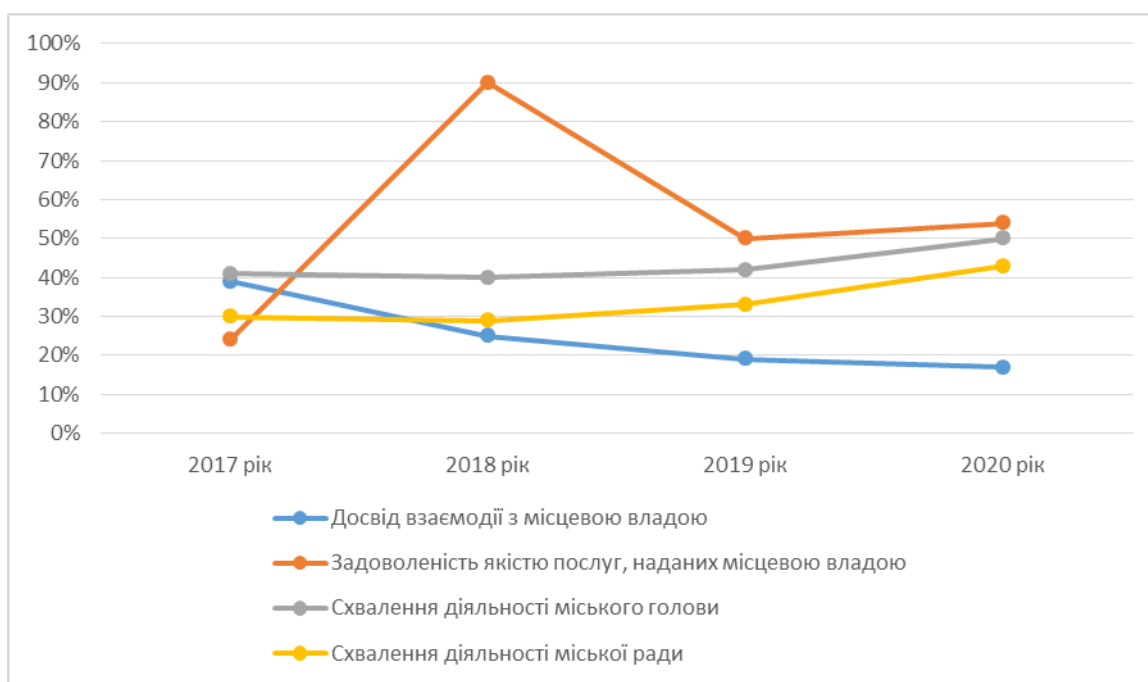


Рис. 5. Динаміка оцінки запоріжжанами місцевої влади (n = 800)



вання, про що свідчать матеріали моніторинрів громадської думки, ураховуючи, що забезпечення такої прозорості є одним із пріоритетних напрямів реформи публічного адміністрування в Україні.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Про схвалення Концепції реформування місцевого самоврядування та територіальної організації влади в Україні : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 1 квітня 2014 р. № 333-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/333-2014-%D1%80#Text> (дата звернення: 24.12.2021).
2. Оцінка громадськістю діяльності органів виконавчої влади : методичні рекомендації з проведення соціологічних досліджень. Київ, 2009. 33 с.
3. Звіт про результати опитування громади міста Запоріжжя щодо проблем та напрямів розвитку міста. URL: [https://zp.gov.ua/upload/editor/dodatok\\_2\\_\\_e.pdf](https://zp.gov.ua/upload/editor/dodatok_2__e.pdf) (дата звернення: 24.12.2021).
4. Стратегія розвитку міста Запоріжжя до 2028 року. URL: [https://zp.gov.ua/upload/editor/strategiya\\_\\_e.pdf](https://zp.gov.ua/upload/editor/strategiya__e.pdf) (дата звернення: 24.12.2021).
5. Звіт Звіт про результати опитування представників бізнесу міста Запоріжжя. URL: [https://zp.gov.ua/upload/editor/dodatok\\_3\\_\\_e.pdf](https://zp.gov.ua/upload/editor/dodatok_3__e.pdf) (дата звернення: 24.12.2021)
6. Третє всеукраїнське муніципальне опитування. 20 січня – 20 лютого, 2017. URL: [http://ratinggroup.ua/research/regions/trety\\_vseukrainskiy\\_municipalnyy\\_opros.html](http://ratinggroup.ua/research/regions/trety_vseukrainskiy_municipalnyy_opros.html) (дата звернення: 24.12.2021).
7. Четверте всеукраїнське муніципальне опитування. 20 січня – 10 лютого, 2018. URL: [http://ratinggroup.ua/research/regions/chetverty\\_vseukrainskiy\\_municipalnyy\\_opros.html](http://ratinggroup.ua/research/regions/chetverty_vseukrainskiy_municipalnyy_opros.html) (дата звернення: 24.12.2021).
8. П'яте всеукраїнське муніципальне опитування. 6 вересня – 10 жовтня, 2019. URL: [http://ratinggroup.ua/research/regions/pyaty\\_vseukrainskiy\\_municipalnyy\\_opros.html](http://ratinggroup.ua/research/regions/pyaty_vseukrainskiy_municipalnyy_opros.html) (дата звернення: 24.12.2021).
9. Шосте всеукраїнське муніципальне опитування. 25 січня – 17 лютого, 2020. URL: [http://ratinggroup.ua/research/regions/shestoy\\_vseukrainskiy\\_municipalnyy\\_opros.html](http://ratinggroup.ua/research/regions/shestoy_vseukrainskiy_municipalnyy_opros.html) (дата звернення: 24.12.2021).
10. Формуємо Бюджет разом : соціологічний проєкт, жовтень 2019 р. Інститут соціологічних досліджень і громадських ініціатив. URL: [https://static.wixstatic.com/ugd/a3665a\\_b3a3b3b7444d4f379b8727073d9c9e53.pdf](https://static.wixstatic.com/ugd/a3665a_b3a3b3b7444d4f379b8727073d9c9e53.pdf) (дата звернення: 24.12.2021).

## СЕКЦІЯ 3 СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ

### СИСТЕМА ФАКТОРІВ СУСПІЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я УКРАЇНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА: СТРУКТУРА ТА СОЦІАЛЬНІ ДЕТЕРМІНАЦІЇ

### SYSTEM OF PUBLIC HEALTH FACTORS OF UKRAINIAN SOCIETY: STRUCTURE AND SOCIAL DETERMINATIONS

*У статті порушується питання збереження здоров'я нації, здоров'я кожної людини, підтримки її активного довголітнього життя в умовах пандемії. Здоров'я розглядається як один із найважливіших ресурсів, який є необхідним для розвитку та реалізації потенціалу людини. Під соціальними факторами, що детермінують здоров'я, розглядаються всі умови, породжені спільною діяльністю людей як членів суспільства, які підвищують або знижують імовірність настання певної негативної чи позитивної події. Описуються соціальні фактори на різних рівнях, а саме: мікрорівні, інституціональному рівні, соцієтальні рівні. Будучи однією з основних людських цінностей, здоров'я впливає на якість життя як індивіда, так і суспільства в цілому. Тематика здоров'я входить у низку пріоритетних питань, актуальних для людства на цивілізаційному рівні. У періоді соціальних змін фокус наукової уваги переводиться у сферу соціальних детермінант, що визначають здоров'я суспільства. Здоров'я як об'єкт дослідження визначається як складне явище, котре піддається впливу різноманітних соціальних та економічних факторів. Підкреслюється, що виявлення факторів, від яких передусім залежить рівень здоров'я населення й визначення ступеня їх впливу, дасть змогу забезпечити проведення ефективної державної політики в секторі здоров'я та охорони здоров'я, тобто стратегія розвитку системи охорони здоров'я повинна розроблятися не тільки на основі аналізу фактичних показників здоров'я, а й на основі висновків, зроблених під час дослідження впливу економічного сектору як соціального інституту, котрий є позаінституційним соціальним актором, що впливає на розвиток інституційних аспектів системи охорони здоров'я.*

**Ключові слова:** здоров'я, фактори, що детермінують здоров'я, система охорони здоров'я, суспільне здоров'я, соціальні фактори, фактори суспільного здоров'я.

*The article raises the issue of preserving the health of the nation, the health of each person and the support of its active long life in a pandemic. Health is considered to be one of the most important resources necessary for the development and realization of human potential. Social factors that determine health include all the conditions created by the joint activities of people as members of society, which increase or decrease the likelihood of a certain negative or positive event. Social factors at different levels are described, namely: micro level, institutional level, social level. As one of the basic human values, health affects the quality of life of both the individual and society as a whole. The issue of health is one of the priority issues relevant to humanity at the level of civilization. In times of social change, the focus of scientific attention is shifted to the sphere of social determinants that determine the health of society. Health as an object of study is defined as a complex phenomenon that is affected by various social and economic factors. It is emphasized that identifying the factors that primarily affect the health of the population and determining the degree of their impact will ensure effective public policy in the health and health care sector, ie the strategy for the development of the health system should not be developed not only on the basis of analysis of actual health indicators, but also on the basis of conclusions made during the study of the impact of the economic sector as a social institution, which is a non-institutional social actor influencing the development of institutional aspects of health care.*

**Key words:** health, factors determining health, health care system, public health, social factors, public health factors.

УДК 316.35.304  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.3>

**Горпинич О.В.**

к.філос.н., доцент,  
доцент кафедри соціології  
Державний університет телекомунікацій

**Кирилюк Н.А.**

к.політ.н., доцент,  
доцент кафедри соціології  
Державний університет телекомунікацій

**Постановка проблеми.** На сучасному етапі розвитку українського суспільства, в умовах пандемії, питання збереження здоров'я нації, здоров'я кожної людини, підтримка її активного довголітнього життя, надання своєчасної та якісної медичної допомоги стають усе більш актуальними. Здоров'я – один із найважливіших ресурсів, який є необхідним для розвитку та реалізації потенціалу людини. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, здоров'я – це стан повного фізичного, психічного та соціального добробуту, а не лише відсутність хвороб чи недуг [4].

Будучи однією з основних людських цінностей, здоров'я впливає на якість життя як індивіда, так і суспільства в цілому. Тематика здоров'я входить у низку пріоритетних питань, актуальних для людства на цивілізаційному рівні. Для кожного суспільства в періоді соціальної стабільності є властивим інтерес до клініко-морфологічних аспектів здоров'я та хвороби, тоді як у періоді соціальних змін фокус наукової уваги переводиться у сферу соціальних детермінант, що визначають здоров'я суспільства. Суспільне здоров'я є однією зі сфер цілісної суспільної

системи, невід'ємним компонентом популяційного потенціалу суспільства, що знаходиться у взаємозв'язку з іншими структурами соціально-економічних системи. Трансформаційні соціально-економічні тенденції, охоплюючи всі сфери соціального життя, формують макросоціальний контекст суспільного здоров'я. Світове напрацювання в галузі охорони й поліпшення здоров'я населення свідчить, що здоров'я – це комплекс соціального, психічного, генетичного та соматичного благополуччя людини зокрема й суспільства в цілому як єдиного на Землі, що приблизно рівною мірою (по 25%) впливають на досягнення належного рівня тривалості якісного життя. Таким чином, рівень здоров'я, його збереження й поліпшення є медико-соціальною проблемою, яка потребує оптимального вирішення залежно від тих чи інших умов сьогодення, при зміні яких виникає необхідність удосконалення організації та управління системою заходів з досягнення мети [6].

Система охорони здоров'я виступає як один із соціальних інститутів, котрий являє собою вироблену сукупність норм (інституціоналізованих практик), функціонально спрямованих на забезпечення безперервного відновлення цього потенціалу.

Рада національної безпеки і оборони України Рішенням «Про стан національної системи охорони здоров'я та невідкладні заходи щодо забезпечення громадян України медичною допомогою» від 30 липня 2021 року, розглянувши стан системи охорони здоров'я, її вплив на здоров'я громадян і демографічну ситуацію в державі, відзначає таке:

– в умовах поточних і прогнозованих загроз національній безпеці та національним інтересам України (скорочення народжуваності й високий рівень смертності населення, проблеми репродуктивного здоров'я населення, поширення гострої коронавірусної хвороби COVID-19, висока вірогідність виникнення епідемій унаслідок появи нових інфекційних агентів, наявність інших загроз біологічного походження, недостатня готовність діяти в надзвичайних ситуаціях) реформування системи охорони здоров'я здійснюється здебільшого несистемно й охоплює лише фінансовий складник;

– відсутність єдиного медичного простору й неоднорідність організаційно-правових форм функціонування державних і комунальних закладів охорони здоров'я призводять до розбалансованості функціонування галузі, неефективного державного управління у сфері охорони здоров'я та ускладнень у плануванні діяльності на всіх рівнях національної системи охорони здоров'я, не забезпечують достатніх передумов для отримання населенням своєчасної, ефективної, доступної та безпечної

медичної допомоги відповідно до гарантій, визначених Конституцією України;

– тарифікація медичних послуг, що підлягають оплаті в рамках реалізації програми державних гарантій медичного обслуговування населення (програми медичних гарантій), відбувається без урахування медико-технологічних документів зі стандартизації медичної допомоги, що має наслідком невідповідність тарифів фактичним витратам закладів і призводить до неможливості надання пацієнтам медичної допомоги належного обсягу та якості;

– спроможність системи охорони здоров'я в Україні впливати на демографічну ситуацію, покращення стану здоров'я та підвищення рівня якості життя населення є обмеженою внаслідок втрати профілактичного складника в організації надання медичної допомоги;

– рівень забезпечення організаційних, фінансових, інформаційних, кадрових, технічних, технологічних та інших ресурсних потреб системи охорони здоров'я є вкрай недостатнім для задоволення потреб населення в рівному його доступі до своєчасної, якісної та безпечної медичної допомоги;

– кадрове забезпечення системи охорони здоров'я характеризується відсутністю послідовної стратегії забезпечення галузі спеціалістами необхідного профілю, що спричиняє відтік із галузі високопрофесійних фахівців і молодих спеціалістів [1].

Сучасна система охорони здоров'я представлена соціально-медичним комплексом, включеним у контекст соціально-економічних трансформацій, що відбуваються в країні, у соціально-практичному плані формально регулює динаміки індивідуального, групового та суспільного здоров'я детермінуючи зміст процесів соціалізації і соціально-культурної ідентифікації. Суспільне здоров'я виступає в ролі такої цінності, доступ до якої в суспільстві виявляється далеко неоднаковим для різних груп і прошарків населення. Він зумовлений становищем індивідів і груп у конкретній соціальній системі нерівності. Відповідно, здоров'я слугує однією з основ ідентифікації та самоідентифікації людей у системі соціальної нерівності, а отже, виступає як один із основоположних чинників соціальних взаємодій, соціальної інтеграції чи дезінтеграції, крім того, суттєвим фактором суспільно-психологічного клімату в соціальних групах і суспільстві в цілому. Ці схеми виявляються корисними для вирішення деяких проблем управління охороною здоров'я та суспільним здоров'ям і відображення його взаємозв'язку із соціально-стратифікаційних системою суспільства, що є актуальним для суспільства в період соціальних змін.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У науковому середовищі сформувався кілька підходів до класифікації факторів, що детермінують здоров'я населення. Так, наприклад, Дж. Роббінс виділив чотири групи факторів охорони здоров'я: спосіб життя, біологічні фактори, стан навколишнього (природного) середовища, обсяг і якість медичної допомоги [14].

Ю. Лисицин, спираючись на модель експертів Всесвітньої організації охорони здоров'я, виділяє такі групи факторів: спосіб життя й соціально-економічні умови, якість навколишнього середовища, генетичні та біологічні фактори, система охорони здоров'я [17].

В. Куценко вважає, що стан здоров'я населення формується під впливом таких основних чинників, як спадковість і генетичний фонд; рівень розвитку системи охорони здоров'я; спосіб і рівень життя населення; рівень розвитку продуктивних сил; стан навколишнього середовища; політичні рішення щодо розвитку охорони здоров'я [8].

Л. Немець і Г. Баркова виділили шість груп факторів впливу на стан здоров'я населення й розвиток медичної системи: суспільно-географічні, історичні (звичаї, традиції), економічні (державне фінансування галузі, доходи та витрати населення, рівень життя тощо), демографічні (природний рух, міграції населення), соціальні (наявність і рівень соціальної інфраструктури, рівень життя, умови праці, можливості оздоровлення) та екологічні [11].

На думку Р. Молікевич, на стан здоров'я населення впливають різні групи факторів (природні, демографічні, соціально-економічні, соціокультурні, екологічні), акцентує увагу на тому, що окремі чинники «поєднуються» у впливі на здоров'я населення, підсилюючи або послаблюючи один одного. На його думку, оскільки іноді дуже важко відділити один чинник від іншого, з'ясувати силу впливу фактора, тому доцільніше вести мову про ймовірність збільшення ризику для здоров'я чи поширення конкретної групи хвороб, що методично реалізується за допомогою кореляційного аналізу [10].

М. Бідний та Н. Рімашевська групують фактори здоров'я на біологічні, природно-географічні, соціально-економічні та психологічні [2].

Б. Ревіч, С. Бойцов та І. Самородська поєднують основні, значущі фактори ризику в п'ять домінант здоров'я: соціально-економічну, поведінкову (спосіб життя), середовище, медико-організаційну та спадкову [15], при цьому відводячи визначальну роль першим двом.

Т. Тагаева та В. Гільмундінів поділяють фактори ризику на економіко-інфраструктурні, соціально-психологічні й екологічно-кліматичні [18].

Вихідні уявлення про взаємозв'язок соціальної поведінки та здоров'я позначені в роботах І. Гофмана, Дж. Міда, М. Куна, в аспекті можливості реалізації соціальних ролей і функцій – Т. Парсонса. Вивченням соціальних практик, що формуються в аспекті взаємодії соціальних макро- та мікросистем, займався П. Бурд'є. У пострадянському просторі вивченням цих питань займаються К. Хабібуллін, Л. Астаф'єв, Л. Панова, А. Решетников, М. Сурмач, Є. Дмитрієва, В. Медик, А. Осипов, Н. Паніна, Т. Соколова.

Вивченням проблем здоров'я та хвороби займалися такі вчені: І. Сеченов, С. Боткін, І. Павлов, Н. Амосов, Г. Сердюковська, Г. Апанасенко, С. Павленко, С. Олійник, Ю. Лисицин, І. Брехман, І. Калью та інші.

**Постановка завдання.** З огляду на різноманіття дослідницьких праць, присвячених вивченню цієї проблеми, метою статті було розглянути систему факторів суспільного здоров'я українського суспільства.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У науковій літературі існує величезна кількість визначень і понять здоров'я. Дефініції здоров'я розглядаються з точки зору фізики, біології, психології, соціології та інших сучасних наук. Оскільки з приводу цього поняття існує велика кількість думок, то неможливо досить чітко дати вичерпне визначення. Кількість понять «здоров'я» зростає з кожним днем.

Всесвітня організація охорони здоров'я визначає здоров'я як «стан повного фізичного, душевного й соціального благополуччя, а не тільки відсутністю хвороб і фізичних дефектів» [4]. За індексом цитування це визначення є найпоширенішим у світі.

Узагалі існує окрема наука про здоров'я, засновником якої прийнято вважати І. Брехмана, який спробував розробити єдиний інтегральний науковий підхід на основі даних медицини, психології, етики та екології. Наука отримала назву валеологія, що в перекладі з латини означає «бути здоровим» [3].

П. Калью, розглядаючи різні визначення поняття «здоров'я людини», підкреслює такий факт. Він каже, що поняття здоров'я людини різні автори трактують по-різному: одні представляють його як стан або систему, інші говорять про нього як про динамічний процес, треті – як про гармонію [5].

На підставі висновків П. Калью і представлених вище понять визначимо основні підходи, що використовуються в літературі для розуміння здоров'я людини як феномена:

1) нормальне функціонування організму. У цьому підході здоров'я розуміється як цілісна система, що характеризується стабільним станом організму, збалансованим протіканням усіх функцій і середньостатистичних показників, які не ухиляються від норм;

2) соціальний складник, що включає активну діяльність у соціумі, здатність до виконання функцій у суспільстві;

3) рівновага організму з навколишнім середовищем. У цьому випадку здоров'я має на увазі динамічну рівновагу із собою й навколишнім середовищем;

4) пристосованість організму до навколишнього середовища, тобто здатність організму адаптуватися в умовах навколишнього середовища, а також можливість забезпечувати стабільність внутрішнього середовища;

5) благополуччя духовної, фізичного та соціального складників;

6) відсутність ознак захворювань, хвороб і хворобливих відчуттів.

Аналізуючи особливості визначення поняття «здоров'я» в працях науковців, не можемо не відзначити певну неоднозначність формулювань. Одні дослідники стверджують, що формула здоров'я складається з фізичних і психічних складників, які гармонійно об'єднуються в організмі людини. Інші дослідники запевняють, що здоров'я, будучи особливим станом людського тіла, залежить від збалансованості психічних, фізичних і соціальних складників, що водночас існують і впливають на людину як ціле. У деяких дослідженнях узагалі не виокремлюють окремих компонентів «здоров'я», розглядаючи цей феномен на загальному рівні взаємодії середовища та організму. Також доволі специфічними на перший погляд є підходи, використовувані дослідниками під час вивчення людини як суб'єкта здоров'я. Ставлення до людини як системи істоти чи організму в стані здоров'я та хвороби детерміноване патерналістською, колегіальною або механістичною позицією науковця. Однак незалежно від підходу і трактувань поняття здоров'я має біомедицинський, психологічний і соціальний складники, які залежать від наукового інтересу дослідника. Разом із тим у кожному з них містяться загальні для всіх положення.

Перше – це те, що здоров'я характеризується як стан.

Друге – підкреслюється обумовленість здоров'я внутрішніми й зовнішніми факторами, передусім соціальними факторами. Природа людини біологічна, але специфіка людини складається з того, що за сутністю вона соціальна. Функціонування фізіологічних систем робить можливим реалізацію соціальних потреб людини чи, навпаки, обмежує соціальну активність.

Соціальними факторами, що детермінують здоров'я, отже, варто вважати всі умови, породжувані спільною діяльністю людей як членів суспільства, які підвищують або знижують імовірність настання певної негативної чи позитивної події. Соціальні чинники ризику можуть проявлятися на різних рівнях.

На мікрорівні соціальними факторами є поведінкові особливості індивіда, обумовлені його інтегрованістю в соціальні структури (інтеріоризовані в процесі соціалізації цінності й норми, засвоєні соціальні ролі тощо); на інституціональному рівні – специфіка функціонування соціальних інститутів, їх явні та латентні функції й дисфункції. На соцієтальному рівні – соціальне розшарування, особливості соціально-економічної та соціально-політичної підсистем суспільства [9].

Певні фактори безпосередньо визначають вірогідність настання сприятливої чи небажаної події (прямі фактори стійкості – ризику), певні – впливають на виникнення позитивних-негативних наслідків, опосередковано виступаючи умовами формування факторів ризику й антиризиків.

Традиційно низький рівень доходу позначається як фактор ризику для здоров'я, однак низький рівень доходу сам по собі на здоров'я людини не впливає. Він визначає неможливість раціонального й безпечного харчування, поліпшення житлових умов, обмежує доступ до кваліфікованої медичної допомоги, є джерелом стресу, провокує девіантну поведінку індивіда, тобто стимулює, істотно збільшує ймовірність виникнення факторів ризику здоров'я, виступаючи їх умовою або «ризиком ризиків».

Контекстуалізація соціальних факторів ризику є найважливішим методом розуміння особливостей їх впливу на здоров'я людини й передбачає усвідомлення умов, що детермінують існування, інтенсифікацію або, навпаки, зникнення соціальних факторів ризику, безпосередньо пов'язаних зі станом здоров'я людини. Розуміння факторів дає змогу виробити ефективні інструменти управління ними, сформувані дієві стратегії підвищення якості індивідуального й суспільного здоров'я.

Таким чином, соціальні фактори (чинники ризику-антиризиків), що формують здоров'я, являють собою відносно близькі причини стану здоров'я людини. Ці фактори прийнято називати первинними. Первинні соціальні фактори знаходяться під впливом соціальних умов, що впливають на їх зміну (інтенсифікацію, поширення тощо). Соціальні умови не визначають безпосередньо стан здоров'я людини, але впливають на виникнення позитивних чи негативних наслідків опосередковано, виступаючи умовами формування первинних факторів стійкості й факторів ризику.

Первинні фактори ризику погіршення здоров'я можна розділити на кілька підгруп. Перша підгрупа відображає особливості медичного поведінки індивіда. До факторів ризику погіршення здоров'я, що входять у цю групу, відносяться несвоєчасне звернення до лікаря, невиконання рекомендацій лікаря

і «недолікування», самолікування, ігнорування профілактичних оглядів, зловживання ліками й фармакофобія [9].

Друга підгрупа пов'язана з гігієнічною поведінкою індивіда, включає такі чинники ризику, як недотримання правил особистої й побутової гігієни, небезпечне сексуальну поведінку, ігнорування засобів захисту від зовнішніх загроз, наприклад, відмова від респіраторів в ситуації екологічної катастрофи [9].

У третю підгрупу входять фактори ризику, пов'язані з руховою активністю людини [9].

Четверта підгрупа чинників ризику стосується різних аспектів харчування. Сюди варто віднести незбалансованість харчування, порушення енергетичної рівноваги, нехтування вимогами безпеки щодо продуктів харчування [9].

У п'яту підгрупу входять фактори ризику, пов'язані з режимом і ритмом життя. Це порушення режиму сну, режиму дня, а також порушення режиму праці та відпочинку як у вузькому (чергування періодів роботи й перерв на відпочинок протягом робочого дня або зміни), так і в широкому (поєднання робочих і вихідних днів, тривалість і регулярність відпустки) сенсі [9].

Шоста підгрупа чинників стосується стресозахисної поведінки. Сюди входить відсутність навичок опору дії стресорів, ігнорування профілактики стресів, зневага доступних методів нейтралізації стресів [9].

Сьома, остання, підгрупа чинників ризику стосується девіантної поведінки. До цієї підгрупи належать такі фактори ризику, як куріння, зловживання алкоголем, уживання наркотиків і токсикоманія. Умови, що визначають існування прямих (первинних) факторів ризиків здоров'я, проявляються як на мікрорівні, так і на макрорівні [9].

Перші стосуються самого індивіда та його найближчого соціального оточення (сім'я, друзі, колеги). Другі характеризують такі мікросоціальні кластери, як територія, регіон, суспільство в цілому, висловлюючись у рівні їх соціально-економічного й соціокультурного розвитку, специфіку функціонування різних соціальних інститутів, особливості політичної, економічної та інших сфер.

Рівень здоров'я населення на 59% залежить від способу життя, на 15–20% від навколишнього середовища й настільки ж від спадковості й ефективності роботи системи охорони здоров'я. Подібна схема здоров'я, звісно, застосовується в контексті медико-соціологічних досліджень, проблематика яких має конкретно-локальний характер. На жаль, при проведенні комплексних медико-соціологічних досліджень неможливо обійтися без урахування місця та ролі економічного фактора, адже на основі такого роду «приблизної» «урізаної» інформації неможливим стає здійс-

нення якісного аналізу й розробки відповідної ефективної державної політики в системі охорони здоров'я, конструкт якої зазначено раніше.

Всесвітнім банком сумісно з Всесвітньою організацією охорони здоров'я у виданні «Звіт про мировий розвиток – 1993 р. Інвестиції в охорону здоров'я» на прикладі низки держав представлена оцінка впливу, що розрахована на основі даних про окремі соціально-економічні фактори, які відображені в структурі здоров'я населення цих країн. Оцінювані у звіті соціально-економічні фактори використовуються для тих же цілей у світовій практиці до наших днів [13].

Ці фактори представляють:

- можливість сім'ї: дохід; освіта;
- харчування;
- споживання тютюну, алкоголю і наркотиків;
- розмір та ефективність системи охорони здоров'я;

клімат і географічне положення, яке в основному детермінує особливості захворювань;

стан навколишнього середовища.

Оцінка параметрів впливу цих факторів на здоров'я населення в Україні давала б змогу дослідити й урахувати їх вплив з наміром прогнозування змін у рівні здоров'я й чи/або, впливаючи на ці фактори, керувати змінами в структурі цих факторів безпосередньо.

Київський міжнародний інститут соціології відслідковує динаміку самооцінки стану здоров'я населенням України з 1995 року. Як свідчать дані опитувань, «протягом останніх кількох років спостерігалась тенденція до поступового зростання частки здорових (за самооцінкою) жителів України: якщо в 2013–2015 роках близько 40% українців вважали себе здоровими, то, починаючи з 2016 року, цей показник зростав і у 2019–2020 роках складав близько 50%. Проте півтора року в умовах пандемії, імовірно, наклали відбиток на здоров'я та самопочуття українців: згідно з даними дослідження 2021 року, 40% опитаних оцінюють стан власного здоров'я як добрий, а 14% – як поганий» [16].

**Висновки з проведеного дослідження.** Аналіз змін факторів «рівня життя» й «фінансових можливостей економічної системи» дає прогнозувати можливу зміну здоров'я населення та передбачати прийняття адекватних заходів шляхом прямого впливу з боку держави на фактори «фінансування галузі охорони здоров'я» та «потенціал лікувально-профілактичних установ».

Однак і сфері управління суспільним здоров'ям, усупереч деклараціям, нерідко випадає стратегічне завдання формування здорового способу життя населення, розвиненого ціннісного ставлення до здоров'я та зацікавленої участі в його збереженні, а також форму-

вання системи широкого соціального партнерства навколо проблеми збереження здоров'я в певному локальному співтоваристві.

Здоров'я населення країни є базисним складником трудового потенціалу країни, тому покращення здоров'я населення є найважливішим фактором економічного розвитку. Здоров'я як об'єкт дослідження – складне явище, котре піддається впливу різноманітних соціальних та економічних факторів. При цьому виникає необхідність виявлення факторів, від яких передусім залежить рівень здоров'я населення й визначення ступеня їх впливу.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Про стан національної системи охорони здоров'я та невідкладні заходи щодо забезпечення громадян України медичною допомогою : Закон України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/n0052525-21#Text>.
2. Бедный М.С. Семья – здоровье – общество. URL: <https://igu.org.ua/uk/node/17330>.
3. Визначення «валеології». URL: <https://bigenc.ru/medicine/text/189524>.
4. Всемирная организация здравоохранения. Устав (Конституция) Всемирной организации здравоохранения. *Основные документы, включающие поправки, принятые до 31 декабря 2014 г.* URL: <http://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd48/basic-documents-48th-edition-ru.pdf?ua=1#page=9>.
5. Калью П.А. Сущностная характеристика понятия «здоровье» и некоторые вопросы перестройки здравоохранения: обзорная информация. Москва : ВНИИМИ, 1988. С. 33–35.
6. Корнацький В.М. Проблеми здоров'я та продовження тривалості життя населення України. URL: <https://www.umj.com.ua/article/2596/problemi-zdorovya-ta-podovzhennya-trivalosti-zhittya-naselennya-ukraini>.
7. Короленко А.А. Факторы общественного здоровья: опыт социологического исследования. URL: [http://www.unn.ru/pages/e-library/vestnik\\_soc/18115942\\_2018\\_-\\_1\\_unicode/12.pdf](http://www.unn.ru/pages/e-library/vestnik_soc/18115942_2018_-_1_unicode/12.pdf).
8. Куценко В.І., Трілленбергт Г.І. Сфера охорони здоров'я: соціально-економічні та регіональні аспекти : монографія. Київ : РВПС України НАН України, 2005. 366 с.
9. Лебедева-Несевря Н.А., Гордеева С.С. Социология здоровья : учебное пособие для студ. вузов / Перм. гос. нац. иссл. ун-т. Пермь, 2011. 238 с.
10. Моликевич Р.С. Стан здоров'я населення Херсонської області : автореф. дис. ... канд. геогр. наук : 11.00.02 «Економічна та соціальна географія». Київ, 2016. 20 с.
11. Немець Л.М., Баркова Г.А., Немець К.А. Медична галузь Харківської області: територіальні особливості, проблеми та шляхи удосконалення (суспільно-географічні аспекти) : монографія. Київ : Четверта хвиля, 2009. 224 с.
12. Розробка та фінансування регіональних і місцевих програм громадського здоров'я : операційний посібник. URL: [https://phc.org.ua/sites/default/files/users/user90/Manual\\_Development%20and%20funding%20of%20regional%20and%20local%20public%20health%20programs\\_print\\_210x297%2B3mm.pdf](https://phc.org.ua/sites/default/files/users/user90/Manual_Development%20and%20funding%20of%20regional%20and%20local%20public%20health%20programs_print_210x297%2B3mm.pdf).
13. Отчет о мировом развитии – 1993. Инвестиции в здравоохранение. Международный банк реконструкции и развития. Всемирный Банк. Вашингтон, 1993. С. 61.
14. Панорама охорони здоров'я населення України / за ред. А.В. Підаєва, О.Ф. Возіанова, В.Ф. Москаленка, В.М. Пономаренка. Київ : Здоров'я, 2003. 396 с.
15. Ревич Б.А. Детерминанты общественного здоровья в российской Арктике и на приарктических территориях. *Проблемы прогнозирования*. 2017. № 1. С. 50–60.
16. Самооцінка стану здоров'я населенням України. URL: <http://kiis.com.ua/?lang=ukr&cat=reports&id=943&page=1>.
17. Социальная гигиена (медицина) и организация здравоохранения : учебное руководство / под ред. Ю.П. Лисицына. Казань, 1998. 698 с.
18. Тагаева Т.О., Гильмундинов В.М. Статистический анализ влияния факторов риска на ухудшение общественного здоровья. *Проблемы прогнозирования*. 2015. № 1. С. 105–118.

## ЧИННИКИ ВІДМОВИ МОЛОДИХ ЖІНОК УКРАЇНИ ВІД ПОБУДОВИ СІМ'Ї

### FACTORS OF REFUSAL OF YOUNG UKRAINE WOMEN FROM BUILDING A FAMILY

*У статті аналізуються основні чинники та механізми відмови молодих українських жінок від побудови сім'ї. Автор звертає увагу, що проблема депопуляції спостерігається в низці економічно розвинених країн, тож вони докладають значних зусиль для подолання цього явища. Невирішення проблеми створює серйозні загрози для економіки та розвитку людського капіталу. Обґрунтовується, що в Україні депопуляція має власну специфіку, тож використання методів та інструментів, що використовують економічно розвинені країни, виявляється недостатнім.*

*Автор стверджує, що перелік основних чинників, що сприяють відмові жінок від створення сім'ї, сьогодні виглядає доволі спрощено, тож уряди часто схиляються до примусового повернення жінок у традиційну сім'ю та відстоювання патріархальних цінностей. Подібна ситуація в Україні, де переважають традиційні погляди щодо побудови сім'ї та розподілу гендерних ролей, має наслідком негативні явища: коли, з одного боку, збільшуються можливості вибору варіантів побудови життя й самореалізації, з іншого – зберігається надмірний тиск традиційних сімейних ролей, жінки обирають своєрідні стратегії уникнення чи відкладення набуття сімейних зобов'язань. Серед основних чинників уникнення створення сім'ї також називаються зміни типу сучасних сімейних відносин; чинник економічної (пов'язаної з прагненням зберегти високий рівень життя), фізичної та психологічної безпеки (пов'язаної з небажанням миритися з насиллям у сім'ях); збільшення варіантів життєвої самореалізації (де жінки мають змогу обрати сфери творчої та професійної діяльності); освітня інтеграція (пов'язана зі збільшенням обізнаності щодо власних можливостей і прагненням планувати життя); дефіцит часу та підвищення динаміки життя; надмірні сімейні й кар'єрні очікування щодо жінок; відсутність відповідного партнера.*

**Ключові слова:** молоді жінки, сімейні ролі, гендерні стереотипи, цінності, кар'єра, бюджет часу.

*This article analyzes the main factors and mechanisms of young Ukrainian women's refusal to start a family. The author points out that the problem of depopulation is observed in a number of economically developed countries, so they are making significant efforts to overcome this phenomenon. Failure to solve the problem poses serious threats to the economy and human capital development. It is argued that depopulation in Ukraine has its own specifics, so the use of methods and tools used by economically developed countries is inappropriate.*

*The author argues that the list of major factors contributing to women's refusal to start a family seems rather simplistic today, so governments are often inclined to force women to return to the traditional family and uphold patriarchal values. A similar situation in Ukraine, where traditional views on family building and gender distribution prevail, has negative consequences: when, on the one hand, there are increasing opportunities to choose life and self-realization, on the other hand, there is excessive pressure on traditional family roles, women choose unique strategies to avoid or delay the acquisition of family responsibilities. Among the main factors to avoid starting a family are also: changes in the type of modern family relationships; a factor of economic (related to the desire to maintain a high standard of living), physical and psychological security (associated with unwillingness to put up with domestic violence); increase of life self-realization options (where women have the opportunity to choose the spheres of creative and professional activity); educational integration (related to increasing awareness of one's own capabilities and desire to plan one's life); lack of time and increasing dynamics of life; excessive family and career expectations of women; lack of a suitable partner.*

**Key words:** young women, family roles, gender stereotypes, values, career, time budget.

УДК 316.477

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.4>

**Кухта М.П.**

Д.соц.н.,  
професор кафедри філософії,  
соціології та політології  
Київський національний торговельно-  
економічний університет

#### **Вступ та актуальність дослідження.**

Однією з найбільш важливих для вирішення в Україні є проблема подолання депопуляції, що спостерігається тривалий час та зумовлена в тому числі значним скороченням дітонародження. Демографами підраховано, що для відтворення суспільства коефіцієнт народжуваності має бути 2,1 (середня кількість дітей, яку народжує жінка), тоді як зараз в Україні ця цифра станом на 2020 рік була 1,2, причому у 2020 році спостерігалася найнижча кількість новонароджених за роки незалежності, а протягом останніх 10 років народжуваність знизилася аж на 40%, тобто можна говорити про не просто про зниження, а про стрімке скорочення народжуваності [16].

Проблема не є локальною для України: у всьому світі в розвинених країнах спосте-

рігається скорочення народжуваності, а до 2100 року очікується, що у 23 країнах світу населення скоротиться вдвічі. На думку деяких експертів, незабаром відтворення за рахунок міграції стане необхідною умовою збереження суспільства: економічно розвинені країни намагатимуться переманити молодь, що забезпечуватиме економічне процвітання [4]. У розрізі подолання екологічних загроз, здавалося б, скорочення кількості населення здатне знизити навантаження на екологію, проте збільшення тривалості життя людей призводить до набуття демографічною пірамідою перевернутого вигляду, де кількість старих і немічних зростає настільки, що коефіцієнт економічного навантаження стає непідйомним для молоді та може мати катастрофічні наслідки для економіки в цілому. На цьому фоні



значні зусилля розвинених держав стимулювати дітонародження виглядають зважено: це й безкоштовні догляди за дитиною, і пільги на житло, і додаткові вихідні, і довші декретні відпустки, і різноманітні фінансові стимули. У деяких країнах політика стимулювання дітонародження приносить свої плоди: Швеція, доклавши значних зусиль, зуміла підняти коефіцієнт народжуваності з 1,7 до 1,9, проте інші країни, що так само мають можливості залучати різноманітні економічні стимули, суттєвих успіхів не мали (у Сінгапурі рівень народжуваності впав приблизно до 1,3) [4; 11; 15; 24]. Низька динаміка позитивних змін, а іноді їх відсутність, попри зусилля розвинених країн, свідчить, що проблема є більш глибокою та лежить не лише в економічній площині, а потребує ґрунтового наукового аналізу чинників, що зумовлюють відмову молодих жінок від створення сім'ї та дітонародження.

**Огляд останніх досліджень.** Проблеми, пов'язані з впливом гендерних очікувань і розподілом гендерних ролей на соціальне життя, розглядалися низкою науковців: О. Гладун розглядає економічні чинники депопуляції, Т. Марценюк, К. Коваленко – питання гендерних стереотипів, проблеми співвідношення сім'ї та праці, гендерної дискримінації на ринку праці, О. Макарова та С. Аксьонова займаються дослідженням бюджету часу у фокусі гендерних досліджень, О. Стрельник, А. Маслоva, М. Потапенко – вивчають соціальні проблеми сучасного материнства, феномен чайлдфрі, В. Лапшина – гендерні стереотипи в професійній сфері. Сьогодні успішно функціонує також низка інформаційних платформ, у тому числі в соціальних мережах, спрямована на просвітницьку та об'єднуючу діяльність: «Гендер у деталях», «The Devochki», «Повага. Кампанія проти сексизму», «Фемінізм UA» тощо. Щорічно оновлюються аналітичні звіти щодо подолання гендерного розриву [13].

Проте науковцями та громадськими діячами в основному порушуються окремі проблеми, пов'язані з подоланням гендерних стереотипів і сексизму, доступу жінок до різних сфер соціального життя, подолання насилля тощо. Перелік основних чинників, що сприяють відмові жінок від створення сім'ї, виглядає доволі спрощено, тож уряди часто схилаються до примусового повернення жінок у традиційну сім'ю та відстоювання патріархальних цінностей, що, до речі, спостерігається й в Україні [8]. Проте, як показують вищенаведені приклади розвинених країн, у тому числі Польщі (з її заборонаю абортів), подібна політика не приносить очікуваних результатів у плані підвищення дітонародження, а, швидше, має негативні наслідки в контексті подолання ксенофобії (в Україні – один із найнижчих рівнів толерантності серед європей-

ських країн, високий рівень гомофобії [21]). Таким чином, проблема визначення основних чинників і механізмів відмови від створення сім'ї молодими жінками має як соціальний, так і науковий характер.

**Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням здобутих наукових результатів.** Світове поширення проблеми свідчить, що чинники мають міжкультурний характер і пов'язані як із глобальними тенденціями суспільного розвитку, так і з культурною специфікою, що відрізняється в тому числі й залежно від економічного розвитку країни. При цьому характерно, що низьке економічне становище країни передусім завдає удару по жінках. Так, серед найбільш розвинутих країн – Індія та країни Африки, де переважають традиційні цінності, зберігаються високі рівні народжуваності та шлюбності. Тим не менше як хороший приклад до наслідування їх назвати не можна: там жінки потерпають від так званого менструального насилля, жіночого обрізання, відсутності засобів гігієни, виконують важку фізичну працю й, незважаючи на бажання молодих дівчат, їх швидко віддають заміж і заставляють народжувати багато дітей. Що ж до економічно розвинених країн, то в орбієнтах на сімейну політику, на наш погляд, їх умовно можна поділити на 3 типи:

- консервативні – такі як Японія та Південна Корея, де зберігаються патріархальні відносини, а жінки змушені робити вибір на користь або кар'єри, або сім'ї;

- емансиповані – сюди сьогодні можна віднести країни Скандинавії, де переважають егалітарні взаємини в сім'ї, а чоловіки, наприклад, порівну ділять декретні відпустки з жінками;

- перехідний тип – Сполучені Штати Америки та Європа. Через збереження традиційних цінностей у низці сфер тут існують латентні проблеми, що не вирішуються (наприклад, заборона абортів у Польщі та низці штатів у США), а це, у свою чергу, провокує відмову від створення сім'ї з боку жінок.

Що ж до України, то вона швидше наближається до консервативного типу, попри декларування «Глобальних цілей сталого розвитку» до 2030 року, а саме: «гідна праця та економічне зростання», «досягнення гендерної рівності», «подолання бідності, скорочення нерівності», «досягнення більшості з них поки що недоступне. Показовим у цьому плані може бути паралель із Японією та Південною Кореєю. В Україні так само зберігається традиційний розподіл ролей між чоловіками та жінками, переважає патріархат. За даними деяких учених, сьогодні ринок праці в Японії надає дуже мало шансів молодим людям обох статей на отримання постійної роботи зі стабільним заробітком, а розрив між життєвими

очікуваннями молодих жінок і можливістю їх реалізувати постійно збільшується [11; 15].

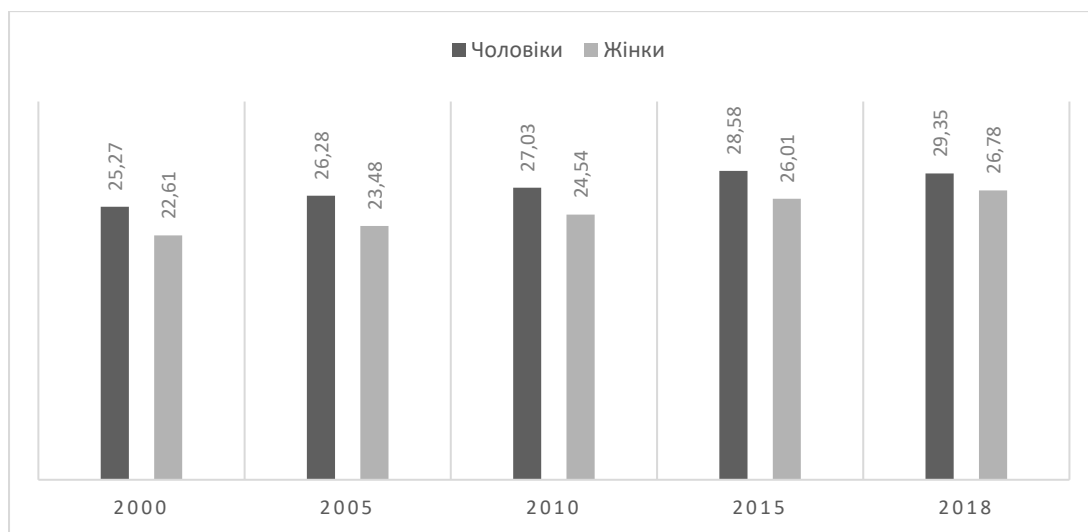
В Україні, як й у вищезазначених країнах, з одного боку, жінка, як і раніше, прагне знайти чоловіка, здатного утримувати сім'ю (традиційний гендерний розподіл праці), хоча кількість молодих чоловіків, що відповідають цій вимозі, зменшується з року в рік. З іншого боку, вона змушена відкладати шлюб або зовсім відмовитися створення сім'ї, якщо вона має роботу та перспективи кар'єрного зростання. На цьому тлі, за спостереженнями низки соціологів, набирає силу тенденція до «консерватизму», або «професіоналізації функцій домогосподарки» серед молодих жінок [15]. Розглянемо детальніше основні чинники, що змушують саме українських жінок відмовлятися чи відкладати створення сім'ї та народження дітей.

*Чинник зміни типу сімейних відносин.* У сучасному індивідуалізованому суспільстві нормою стають нуклеарні сім'ї, де діти по досягненню повноліття відділяються від батьків і живуть власним самостійним життям. В умовах, де батьки не можуть розраховувати на довгострокову підтримку від дітей у поважному віці, бо в розвинених країнах їх переважно віддають у спеціальні заклади для осіб похилого віку, подружжя не може жертовувати значною частиною власного життя заради виховання великої кількості дітей. Відповідно, в Україні продовжується зниження загальної чисельності новонароджених і рівня народжуваності, причому темпи зниження народжуваності помітніше виражені в молодих репродуктивних групах населення, що впливає на подальші трансформаційні процеси народжуваності та зміну її вікової моделі. Тим не менше більшість усіх народжень у 2018 році (85,4%) припадала на жінок у віці до 35 років,

що на фоні загальноєвропейських тенденцій є одним із «наймолодших показників». Дотепер лідерами щодо дитородної активності є 25–29-річні жінки. Проте продовжує зростати розрив між інтенсивністю народжуваності серед жінок цієї вікової групи і жінок віком 20–24 роки, яка в попередні роки відзначалася найвищим коефіцієнтом народжуваності в Україні. Також прискорюються темпи зменшення народжуваності жінками у віці 15–24 роки: якщо у 1990–2000 роках їх внесок у календарну сумарну народжуваність знизився неістотно – від 60% до 57,2%, то вже у 2010 році він становив 41,2%, а у 2018 році – майже 35% [5]. Важливо відмітити, що ця тенденція є загальною для країн Європи: так, за прогнозами Євростату, рівень народжуваності продовжить падати, тоді як тривалість життя збільшуватиметься. Саме тому політика європейських країн спрямована на підтримку мігрантів з числа висококваліфікованої та перспективної молоді [24].

В Україні також продовжується зростання середнього віку матері при народженні дитини [5]. Це спричинено поширенням практики відкладання народження на старший вік, що насамперед стало результатом прагнення досягти спочатку певного професійного рівня, а потім реалізуватися в материнстві та батьківстві [14, с. 12]. Також підвищується вік вступу у шлюб як у чоловіків, так і в жінок (див. рис. 1).

*Чинник економічної безпеки.* У сучасному розумінні під безпекою швидше маєтись на увазі не лише фізичне збереження, а й передусім збереження високого рівня життя, стандарти якого постійно підвищуються. У віковій групі 65 років і старші чисельність жінок майже удвічі перевищує чисельність чоловіків [5]. Тобто старіння в Україні має «жіноче обличчя».



**Рис. 1. Середній і медіанний вік осіб, які взяли шлюб, у тому числі перший шлюб, в Україні у 2000–2018 роках, років [5]**

Специфіка ситуації полягає в тому, що більша середня тривалість життя жінок порівняно з чоловіками є загальновідомою, а поряд із віковою різницею в подружжя (так, здебільшого чоловік старший за дружину) виявляється, що значну частину власного життя жінка проведе без подружнього партнера. Такі умови накладатимуть відбиток на побудову життя вже в молодому віці, де жінці необхідно розраховувати ресурси, на котрі вона зможе існувати в старості.

Орієнтації української молоді на створення власної сім'ї поки що є традиційно сильні [19], рівень шлюбності високий [5], однак стилі шлюбно-сімейної поведінки поступово змінюються відповідно до загальноєвропейських закономірностей [5]. Безшлюбна самотність мало поширена в країні, однак не завжди молоді люди, проживаючи разом, реєструють свій шлюб: кожна четверта молода людина, маючи шлюбного партнера, не перебуває в офіційному шлюбі. Шлюбне партнерство без реєстрації найчастіше є випробувальним етапом у стосунках, після якого пара вирішує, реєструвати їм шлюб чи розійтися.

Високий рівень шлюбності поєднується з нестабільністю шлюбних відносин, високим рівнем розлучуваності. Після зменшення кількості розлучень у 2015–2017 роках, у 2018 році в Україні їх кількість зросла майже на 20%. Поступово змінюється віковий профіль шлюбності, усе частіше молодь відкладає шлюб до закінчення періоду навчання, отримання професії, працевлаштування [5]. Крім того, за даними Європейської економічної комісії, порівняно з чоловіками жінки витрачають на оплачувану роботу на 40% менше часу, проте хатня робота забирає в жінок часу у 2,3 рази більше, ніж у чоловіків, а загалом (якщо враховувати оплачувану та неоплачувану роботу), жінки працюють на 12% довше, ніж чоловіки [10]. Варто зауважити, що вища зайнятість жінок у неоплачуваній домашній праці є ознакою патріархальної культури. Так, в Україні чоловіки зайняті переважно на посадах керівників, а праця жінок більше застосовується на посадах службовців і технічного персоналу з нижчим рівнем оплати праці. Зокрема, середньомісячна заробітна плата жінок по економіці країни на 22,8% нижча, ніж відповідний показник у чоловіків. І схожа ситуація спостерігається в більшості видів економічної діяльності, проте існує певна варіація гендерної нерівності в оплаті праці залежно від сфери діяльності. Найменша різниця в рівні оплати праці за статтю в освіті (3,8%), діяльності у сфері транспорту (4%), державному управлінні й обороні, обов'язковому соціальному страхуванні (4,5%), у сфері адміністративного та допоміжного обслуговування (5,1%), будівництві (5,9%) [13].

Утрата місця роботи (і, відповідно, доходу) також більшою мірою зачіпає жінок порівняно з чоловіками. Загалом по дорослому населенню з усієї кількості вибулих у 2020 році більшість (87,6%) залишили робочі місця через плінність і тільки 5% – через скорочення штатів. Серед останніх жінки становили 61,8%. Відмітимо, що чинниками соціального виключення зі сфери праці цієї частини респондентів називаються низька кваліфікація та незатребуваність [13].

У 2018 році рівень економічної активності серед осіб у віці 30–34 років становив 83,3%, у віці 25–29 років – 79,6% і був вищим, ніж у середньому серед населення віком 15–70 років (62,6%). Високий рівень економічної активності серед 30–34-річних пояснюється тим, що молодь цього віку вже завершила процес здобуття освіти й вийшла на ринок праці. Невисокі показники економічної активності в наймолодшій когорті переважно пов'язані з тим, що саме в цей період життя молодь отримує освіту, відкладаючи свій вихід на ринок праці [14]. Також простежується чітка залежність: що більше дітей у сім'ї, то вищий ризик її потрапляння до категорії бідних. При цьому сім'ї з однією дитиною перебувають на рівні середнього по Україні значення, але вже поява другої дитини підвищує рівень бідності в півтора рази – до 37,7% та 57,6% відповідно – до критерію виміру [6].

В умовах економічної нестабільності, тобто невпевненості в постійному доході, а також відносно легкій процедурі розлучення, при якій жінці доводиться переважно самій утримувати дитину, обмежуючись невисокими виплатами аліментів, народження дитини несе суттєвий ризик для збереження якості життя, а народження більшої кількості дітей ставить під загрозу не лише рівень життя жінки, а і її вже народженої старшої дитини.

*Чинник фізичної та психологічної безпеки.* Для країн, що розвиваються, у тому числі й України, фізична безпека має високе значення, особливо якщо жінки нарешті отримують можливість вибору відмови від шлюбу. Кожна третя жінка у світі – а це приблизно 736 мільйонів – зазнавала фізичного чи сексуального насильства. Більшість жінок постраждали через насильство від партнера. Про це йдеться у звіті Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) [25]. Насильство над жінками є ендемічним у кожній країні та в кожній культурі, що завдає шкоди мільйонам жінок і їхнім сім'ям і посилюється пандемією COVID-19 [2; 25]. Звернемо увагу на те, що провідним фактором ризику насильства щодо жінок є економічна нерівність. Насильство непропорційно впливає на жінок, які проживають у країнах із низьким і нижчим за середній рівнем доходу. Приблизно 37% жінок, які проживають у най-

бідніших країнах, у своєму житті зазнавали фізичного та/або сексуального насильства з боку інтимних партнерів, причому поширеність у деяких із цих країн сягає 1:2 [25]. В Україні домашнє насильство вже підпадає як під адміністративне, так і під кримінальне законодавство, проте його масштаби доволі великі: за даними Міністерства соціальної політики України, кожна 5 жінка в Україні стикалася з тією чи іншою формою насильства, 90% постраждалих від насильства – саме жінки [12].

Отже, чим більш економічно розвинена країна, чим більше шансів у жінок самотійно обирати, тим більше вони схилитимуться до відмови від незадовільного шлюбного партнера чи створення сім'ї загалом.

*Збільшення варіантів життєвої самореалізації.* За результатами досліджень, більшість українців досі вважають, що головним покликанням жінки є народження дитини, а хатніми справами та вихованням дитини також має займатися жінка [18]. Проте переважно патріархальні погляди демонструють більшою мірою чоловіки, вихідці із Західної України, люди, що мають нижчий рівень доходів. За умов отримання хорошої освіти й можливостей обирати варіанти життя жінки переорієнтовуються до того, щоб займатися покращенням власного існування та саморозвитком. Так, із відходом від традиційного способу життя й набуттям економічних, політичних, соціальних прав і свобод значній частині жінок цікаво спробувати себе в різних сферах діяльності, де вони володітимуть більшим вибором того, чим і коли займатися, тоді як сім'я накладає на це суттєві обмеження.

Вторинний аналіз даних низки інтерв'ю, проведених у різний період із представниками течії чайлдфрі, дає змогу стверджувати, що соціальні бар'єри, як-от: труднощі з подорожами, проведенням відпустки, комунікації з друзями, неможливість чи складність відвідати громадські місця – є додатковим стимулом для відмови чи відкладення часу дітнародження чи, тим паче, народження більшої кількості дітей [3; 22].

За даними досліджень, молодь переважно цікавить спорт, подорожі, музика та саморозвиток. При цьому відмінності по статі зберігаються: так, чоловікам цікавий спорт (48%), жінкам – подорожі (39%) і здоровий спосіб життя (36%). При цьому в українському суспільстві традиційно досить високі вимоги до жінок бути красивими, якій вони приділяють уваги набагато більше за чоловіків. А краса – це також сфера здоров'я [19]. Проте деякі жінки-чайлдфрі заявляють, що виношування дитини пов'язане з ризиком для здоров'я, тож є додатковим чинником для відмови від народження дитини: «Для мене сам

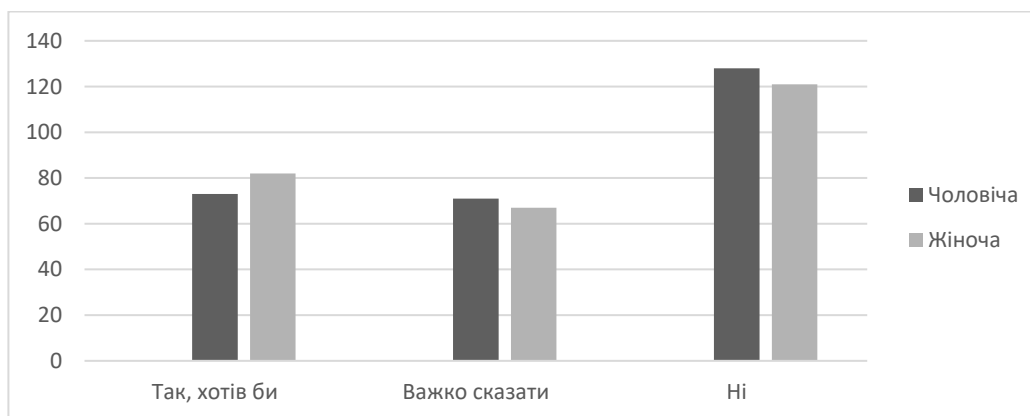
факт виносити та народити – це складна ризикована справа» - зазначає В. [22].

У сучасних умовах інакшовість сприймається як частина норми, полікультуралізм і полістилізм життя змінюють ставлення людей до сімейних цінностей. З'являються люди та соціальні течії, що заявляють відмову від сім'ї чи виконання частини сімейних функцій: асексуали, хікікоморі, чайлдфрі. На цьому фоні відкладення вступу в шлюб, народження дітей у пізньому віці, народження однієї дитини виглядає цілком нормативно. З поширенням доступу до інтернету й розвитком блогосфери та соціальних мереж молоді також демонструються зразки життя «як насолоди», де основним мірилом успіху виступає можливість розважатися, бути безтурботним, мобільним і багато подорожувати. Побудова сімейних стосунків, тим паче народження дітей суттєво ускладнюють або ж унеможливають подібний вільний і безтурботний спосіб життя: «Я не готова жертвувати власними ресурсами – часом, кар'єрою, грошима та власним тілом заради так званого щастя материнства. Краще я час і гроші вкладатиму в освіту, здоров'я та відпочинок», – наголошує Ю. [22]. Це доповнюється тим, що вища частка жінок орієнтована на пошук кращих місць для життя. Так, матеріальне становище 51,8% наших громадян погіршилося протягом 2020 року [9].

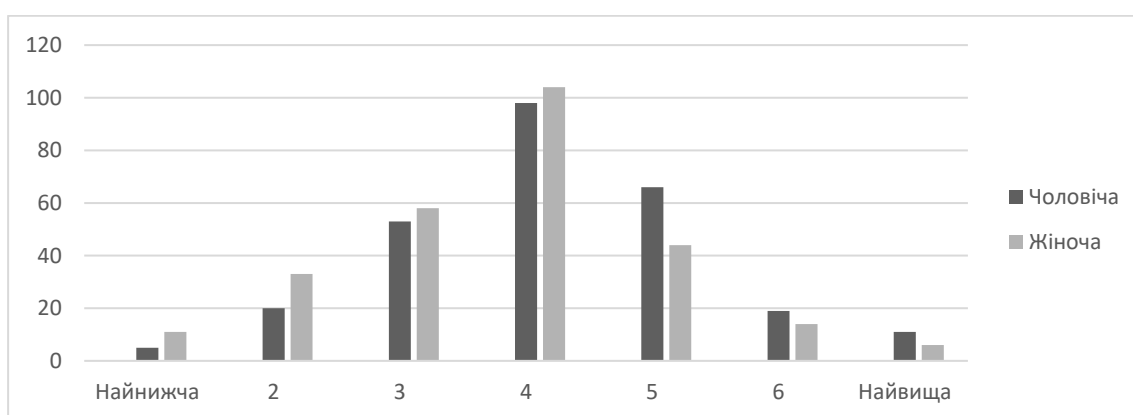
Варто зауважити, що саме високі стандарти споживання, які відповідають західним зразкам, визначали найвагоміші ціннісні орієнтації молоді [21]. Світова криза змусила знизити рівень домагань молоді та відмовитися від низки звичних уже поведінкових практик, зокрема, географічної мобільності. Лише 8,8% чоловіків і 7,0% жінок скористалися перевагами безвізового режиму та подорожували країнами ЄС. 57,0% молоді протягом останніх 5 років жодного разу не виїжджали за кордон [19]. І хоча в цьому випадку різниця не є суттєвою, примітно що в молодих жінок порівняно з чоловіками нижчий рівень задоволеності місцем проживання та помітно більша частка бажаючих виїхати з населеного пункту, у якому проживають (див. рис. 2 [7]).

Також, за даними моніторингового дослідження українського суспільства (див. рис. 3), помітно, що серед молодих жінок більша частка тих, що бачать своє соціальне становище гіршим, порівняно з чоловіками.

*Підвищення освітнього рівня.* Науковець Дж. Брайант заявляє, що, чим вища освіта жінки, тим вище її потенційний заробіток і ймовірність роботи в сучасних секторах, важко сумісних з вихованням дітей. Через поширення і зростання середнього рівня жіночої освіти, працюючій жінці стає складніше й дорожче знайти когось для догляду та нагляду за дітьми: раніше таку функцію виконували



**Рис. 2. Розподіл відповідей молодих чоловіків і жінок на запитання, чи хотіли б вони виїхати з населеного пункту, де проживають [7]**



**Рис. 3. Розподіл відповідей молодих чоловіків і жінок щодо їх знаходження на уявній соціальній драбині у 2020 році (18–35 років) [7]**

старші діти й молодші родички, а з повсюдним зростанням жіночої освіти в такого традиційного розподілу ролей виникає все більше перешкод; робота в сучасних секторах підвищує ймовірність отримання майбутніх фінансових і соціальних гарантій, роль великого числа дітей як опори й фінансової підтримки в старості знижується [23]. Крім того, освіта та інформаційна обізнаність сприяють побудові довгострокових життєвих стратегій, життєвому плануванню. Тому, імовірно, що відсутність власного житла, нерозвинена соціальна інфраструктура, недоступність дитячих садків і гнучкої системи роботи змушують відкладати створення сім'ї та народження дітей до кращих часів. Власне тому більш освічені жінки віддають перевагу особистій реалізації і професійному зростанню, пізніше виходять заміж, мають більше інформації й доступу до планування сім'ї, частіше та ефективніше використовують сучасні способи контрацепції.

*Дефіцит часу й підвищення динаміки життя.* Одним із чинників, що негативно впливають на формування в молодих жінок сімейних цінностей є переважання образу «вільної» жінки, що

не зв'язана жодними узами. Так, за даними досліджень, цінність свободи є однією з найвагоміших у молоді [19]. За даними експертних опитувань, одна з основних причин поширеності дискримінаційних практик, що зумовлюють гендерний поділ праці в українському суспільстві як на рівні родини, так і всього соціуму, – це гендерні стереотипи (так вважає 92% опитаних експертів) [10].

Важливими з позиції дослідження відмови від створення сім'ї є показники надмірної зайнятості, а також поняття «часового пресу» – стану, коли людина відчуває постійну нестачу часу, щоб зайнятися тими речами, якими їй хочеться займатися. Такий стан набуває дедалі більшого поширення серед зайнятих людей у сучасному суспільстві, являє собою тип стресу, що суттєво погіршує якість життя [10, с. 35].

Науковці вважають, що дефіцит часу на відпочинок є ознакою бідності, оскільки він не дає можливості людині повноцінно задовольняти потреби в дозвіллі, відновленні працездатності, реалізації культурних і комунікаційних потреб. У цілому в жінок вільний час (у середньому на

добу) є на одну годину меншим, ніж у чоловіків (4,63 години в жінок і 5,4 години в чоловіків). Важливо зауважити, важливою є не лише кількість, а і якість використання вільного часу. Час, що витрачається на навчання та розвиток особистості, освіти, зайняття фізичною активністю, оцінюється як інвестиція в людський капітал і є більш престижним порівняно з часом, що вкладається у виконання сімейних обов'язків [1; 10].

У сучасних високотехнологічних та економічно розвинених суспільствах соціальні очікування й тиск щодо відповідності вимогам успішної та високоактивної людини посилюються. Ринкові умови в глобалізованому світі диктують необхідність бути постійно «на гребені хвилі», бути у формі та конкурентоспроможним. При цьому народження дітей і сім'я в більш молодому віці можуть стати непереборною перешкодою для подальшої кар'єри молодої жінки. Це значить, що подолати проблему на рівні окремого суспільства досить складно, адже ринок формується під впливом глобальних тенденцій.

*Високі сімейні очікування до заміжніх жінок в Україні.* За даними останніх досліджень, готування їжі вважають жіночим обов'язком 64% дорослого населення України, хатні справи – 56%, виховання дітей – 41%, тобто в сімейній сфері зберігається традиційний розподіл ролей [18]. Можливо, традиційність найбільш яскраво проявляється в застосунку до розподілу побутових ролей між подружжям, тож спинимось на цьому детальніше. Українська жінка в ідеалі повинна бути вірною, ніжною та мудрою, а ще красивою й турботливою. Такі результати соціальних досліджень, проведених компанією R&B Group [20]. Для українських жінок важливо бути успішними як у професійній діяльності, так і в домашній царині: це диктується традиційними уявленнями про успішну жінку в нашій культурі [18]. Неможливість, а в деяких випадках небажання скористатися допомогою батьків або інших родичів зазвичай не супроводжується зниженням стандартів щодо хорошого виконання домашніх обов'язків, яким намагаються слідувати більшість жінок, а це зазвичай потребує надмірних витрат часу [1; 10]. Серед чинників, що ускладнюють виконання на належному (бажаному для жінки) рівні домашніх обов'язків, не витрачаючи при цьому багато часу, передусім варто вказати певні проблеми розвитку ринку побутових послуг, котрі, у свою чергу, пов'язані з низьким рівнем попиту на них [1].

*Високі кар'єрні очікування щодо жінок.* Емансипація іноді набуває парадоксальних рис: жінки змушені виконувати подвійну роботу щодо побудови кар'єри й утримання домашнього господарства. У таких умовах значна частина молодих економічно активних

жінок схильні відкладати створення сім'ї. Показово, що, за даними досліджень, найбільше серед тих, хто мріють про кар'єру, молодих 16–24 річних жінок – 45%. Молоді хлопці цього ж віку переважно зорієнтовані на власну справу (38%), ніж на кар'єру, до того ж частка хлопців, що налаштовані на побудову кар'єри (28%), набагато менша, ніж жінок їхнього віку. Звісно, це не значить, що чоловіки не будуть робити кар'єру, проте це, скоріше, вимога до них. Молоді українські дівчата сьогодні вже достатньо емансиповані, тому про дітей вони можуть ще не думати. Проте до 25–30 років частка таких жінок наполовину зменшується (21%), тому що суспільство залишається доволі традиційним та очікування щодо того, що жінці необхідно створити сім'ю та народити дитину, високі. Тому кар'єра жінок у цьому віці у зв'язку з появою дітей уповільнюється [19].

*Відсутність відповідного партнера.* Україна вирізняється тим, що вищу освіту тут отримує більша частка дівчат порівняно з хлопцями (котрі частіше після школи починають працювати). Примітно, що в Україні серед жінок (30–34 роки) осіб, які отримали вищу освіту, – 70,8% проти 65,8% серед чоловіків [14].

Освітній дисбаланс зумовлює труднощі в пошуку партнера, який би знаходився на одному освітньо-культурному рівні. Інші два чинники підсилюють проблему: порівняно нижча кількість чоловіків фертильного віку через вищу смертність. Так, в Україні спостерігається статевий дисбаланс на користь жінок, починаючи з 35-річного віку [5]. Це значить, що жінкам, що уже здобули освіту, реалізувалися в професійному плані й хотіли б створити сім'ю, не вистачає партнерів їхнього віку чи старше (адже традиційно вважається кращим, щоб чоловік був старшим за дружину). Це доповнює проблема алкоголізму й інших шкідливих звичок: серед чоловіків значно вища частка, що зловживають алкоголем (особливо в сільській місцевості) чи мають інші шкідливі звички (так, серед чоловіків уп'ятеро більша кількість тих, хто палить). У традиційному суспільстві чоловік сприймається як опора та «годувальник» сім'ї, що в кризових умовах здатний гарантувати безпеку. Проте сучасні реалії показують дещо інше: наприклад, під час пандемії (тобто періоду економічної та соціальної кризи) українська жінки зіткнулися зі збільшеним робочим навантаженням, скороченням заробітної плати й, зокрема, насильством у сім'ї [2].

**Висновки з проведеного дослідження.** Україна, попри декларування руху до досягнення гендерної рівності, поки що за низкою показників відноситься до консервативного типу суспільств в плані ставлення до побудови сім'ї та розподілу гендерних ролей. Таким чином, жінки обирають своєрідні стратегії

уникнення: в умовах, коли на законодавчому рівні та рівні соціальних, виробничих відносин неврегульованими залишаються основні питання, значна частина молодих жінок, зростаючи в умовах переважання цінностей свободи та самореалізації, з одного боку, з іншого – надмірного тиску соціальних очікувань щодо заміжніх жінок, труднощів у пошуку партнера, загрози матеріальному, психологічному та фізичному благополуччю, обирає можливості здобувати освіту та вибудовувати кар'єру на противагу побудові сім'ї та народженню дітей.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Аксьонова С.Ю. Гендерні відмінності витрат часу на домашню роботу. *Demography and Social Economy*. 2013. № 2 (20). С. 126–136.
2. Аносова Ю.В. Аналітичний звіт «Реагування державних органів влади на випадки домашнього насильства під час кризових ситуацій (зокрема пандемії COVID-19) та рекомендації щодо вдосконалення їхньої роботи» / Ла Страда Україна. Київ, 2021. 56 с.
3. Вегера-Абрамович В. «Деякі люди не мають права розмножуватися» – луцькі чайлдфрі розповіли, чому не хочуть дітей. *Конкурент*. 2020. URL: <https://konkurent.ua/publication/59566/deyaki-ludi-nemaut-prava-rozmnozhuvasiya-lutski-chayldfri-rozpovili-chomu-ne-hochut-ditey/>.
4. Галлахер Дж. Народжуваність стрімко падає. І світ до цього не готовий. 2020. URL: <https://www.bbc.com/ukrainian/features-53418849>.
5. Державна служба статистики України. Офіційний сайт. URL: <http://www.ukrstat.gov.ua>.
6. Бідність та нерівні можливості дітей в Україні / Дитячий фонд ООН (ЮНІСЕФ) в Україні та Інститут демографії та соціальних досліджень імені М.В. Птухи Національної академії наук України. Київ, 2021. URL: <https://reliefweb.int/sites/reliefweb.int/files/resources/FINAL-poverty-report-UA-web.pdf> ст.21.
7. Українське суспільство: моніторинг соціальних змін / Інститут соціології НАН України. Київ, 2020.
8. Коломієць В. Понад 300 депутатів Ради об'єдналися, щоб «захищати сімейні цінності». 2020. URL: <https://hromadske.ua/posts/u-radi-stvorili-najbilshemizhfrakijne-obyednannya-yake-zahishatime-vichnicnosti-suspilstva>.
9. Кухта М. Між потребою і бажанням: стилі споживання у сучасному українському суспільстві. *Трансформація соціальних інститутів в інформаційному суспільстві* : збірник тез IV Конгресу САУ. Київ, 2021.
10. Макарова О.В. Статистика використання часу у фокусі гендерних досліджень. *Демографія та соціальна економіка*. 2019. № 4 (38). С. 30–41.
11. Мейбін Саймон. Ні родини, ні дітей, ні сексу: чому молоді корейки уникають стосунків. *BBC World Service*. Сеул, 2018. URL: <https://www.bbc.com/ukrainian/features-45238115>.
12. Кожна 5 жінка в Україні стикається з тією чи іншою формою насильства / Міністерство соціальної політики України. 2020. URL: <https://www.msp.gov.ua/news/18311.html>.
13. Дев'ять періодична доповідь України про виконання Конвенції Організації Об'єднаних Націй про ліквідацію всіх форм дискримінації щодо жінок / Міністерство соціальної політики України. 2021. URL: <https://www.msp.gov.ua/news/19890.html?PrintVersion>.
14. Молодь на ринку праці: навички XXI століття та побудова кар'єри : щорічна доповідь Президентів України, Верховній Раді України, Кабінету Міністрів України про становище молоді в Україні / Держ. ін-т сімейної та молодіжної політики. Київ, 2019. 107 с. URL: <https://dismp.gov.ua/dopovid-m2019/>.
15. Ої Маріко. Декрет як вироки кар'єри. Чому освічені японки не можуть знайти роботу. *BBC News*. Японія, 2021. URL: <https://www.bbc.com/ukrainian/features-58377778>.
16. Опендатабот – відкриті дані. Народжуваність в Україні продовжує падати і готується поставити новий антирекорд останніх 30 років. 2021. URL: <https://opendatabot.ua/analytics/depopulation-2021>.
17. Смагіна А. До кінця століття українців стане майже вдвічі менше: чому, до чого тут освіта і що з цим робити. *Рубрика*. 2021. <https://rubryka.com/article/demograf-kryza/>.
18. Гендерні ролі і стереотипи / соціологічна група «Рейтинг». 2021. URL: [https://ratinggroup.ua/research/ukraine/gendernye\\_rol\\_i\\_stereotipy.html](https://ratinggroup.ua/research/ukraine/gendernye_rol_i_stereotipy.html).
19. Покоління Незалежності: цінності та мотивації / соціологічна група «Рейтинг». 2021. URL: [https://ratinggroup.ua/research/ukraine/pokolenie\\_nezavisimosti\\_cennosti\\_i\\_motivacii.html](https://ratinggroup.ua/research/ukraine/pokolenie_nezavisimosti_cennosti_i_motivacii.html).
20. Степаненко Е., Пирогова М. Какою видит украинскую женщину современное общество: больше мудрости и меньше вольностей. *Сегодня*. 2018. URL: <https://ukraine.segodnya.ua/ukraine/kakoy-vidit-ukrainskuyu-zhenshchinu-sovremennoe-obschestvo-bolshe-mudrosti-i-menshe-volnostey-1163014.html>.
21. Світове дослідження цінностей 2020 в Україні / Український центр європейської політики. Київ, 2020.
22. Ярмошук Т., Мусаві Н., Сафарзода А. Кто такие чайлдфрі и как им живется в Украине, Азербайджане и Центральной Азии. *Настоящее время*. 2021. URL: <https://www.currenttime.tv/a/childfree-ukraine-azerbarjan-kyrgyzstan-tajikistan/31355141.html>.
23. Bryant John. Theories of Fertility Decline and the Evidence from Development Indicators. 2007. URL: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1728-4457.2007.00160.x>.
24. Eurostat. Being young in Europe today – demographic trends/ 2020. URL: [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Being\\_young\\_in\\_Europe\\_today\\_-\\_demographic\\_trends#Europe.E2.80.99s\\_demographic\\_challenge](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Being_young_in_Europe_today_-_demographic_trends#Europe.E2.80.99s_demographic_challenge).
25. WHO: 1 in 3 women globally experience violence. 2021. URL: <https://www.hifa.org/dgroups-rss/who-1-3-women-globally-experience-violence>.

## СЕКЦІЯ 4

### ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

#### ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ НАРЦИСІСНИХ ОСІБ: ГЕНДЕРНИЙ АСПЕКТ

#### PSYCHOLOGICAL FEATURES OF NARCISSUS PERSONS: GENDER ASPECT

У статті розглянуто проблему дослідження психологічних особливостей нарцисичних осіб і проведено порівняльний аналіз його прояву в представників юнацького та середнього віку. Наведено стислий аналіз визначення поняття нарцисизму в психологічній науці, сучасних поглядів і напрямів його вивчення. Визначено, що нарцисизм – це властивість характеру, яка полягає в надмірній самозакоханості й завищеній самооцінці. Нарцисична особистість характеризується переконанням у власній унікальності, особливому становищі, переваги над іншими людьми. Емпірично встановлено значимі додатні та від'ємні взаємозв'язки на 1% і 5% між показниками нарцисизму та широким спектром рис особистості. Проведено порівняльний аналіз спектру рис, що притаманні особам із високим рівнем нарцисизму юнацького та середнього віку. Установлено, що особи юнацького віку демонструють тенденцію до зниження самооцінки, нестабільність емоційних переживань, схильність до переживання тривоги, зарозумілості, сварливості, егоцентричності, імпульсивності, примхливості, у стосунках схильні до ідеалізації гармонії в міжособистісній взаємодії, виражену емоційну залученість, мають розчарування в міжособистісних стосунках, бажання обмежити коло спілкування як підсвідому мету захиститися від нарцисичної травматизації. Для представників середнього віку притаманна афективна стабільність, витримка, здатність аналізувати та оцінювати, швидкість реакцій, висока активність, виражена мотивація досягнення, підвищений рівень домагань, самодостатність, упевненість, емоційна зрілість, у стосунках спрямовані на домінування та демонстрацію влади, мають високу потребу в отриманні визнання оточуючих, схильні підкреслювати свою перевагу, високо оцінюючи власні інтелектуальні здібності, зовнішню привабливість, власні досягнення, схильні до маніпуляцій,

орієнтацію на власну думку, швидкість у прийнятті рішень.

**Ключові слова:** особистість, нарцисизм, нарцисична особистість, нарцисичні тенденції, юнацький вік, середній вік, психологічні властивості нарцисів.

The article deals with the problem of the study of psychological features of narcissistic persons and provides a comparative analysis of its manifestation in the representatives of adolescence and middle age. A brief analysis of the definition of narcissism in psychological science of modern views and directions of its study is given. It was defined that narcissism is a characteristic of the character, which consists in excessive narcissism and exaggerated self-esteem. Narcissistic personality is characterized by the belief in its own uniqueness, a special position, superiority over other people. Significant positive and negative correlations of 1% and 5% were empirically established between narcissism indicators and a wide range of personality traits. A comparative analysis of the spectrum of traits inherent in individuals with high levels of narcissism representatives of adolescence and middle age was conducted. It was discovered that adolescents demonstrate a tendency to lower self-esteem, instability of emotional experiences, a tendency to experience anxiety, arrogance, grumpiness, self-centeredness, impulsiveness, capriciousness, in relationships tend to idealize harmony in interpersonal interaction, expressed in the interpersonal interaction. The representatives of the middle age are characterized by affective stability, endurance, the ability to analyze and evaluate, reaction rate, high activity, expressed achievement motivation, an increased level of pretensions, self-sufficiency, confidence, emotional maturity, in relationships aimed at dominance and demonstration of power, having a high need to gain recognition of others, tend to emphasize their superiority.

**Key words:** narcissism, narcissistic personality, narcissistic tendencies, adolescence, middle age, psychological properties of narcissists.

УДК 159.9.075  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.5>

**Бедан В.Б.**  
к.психол.н.  
старший викладач кафедри психології  
Національний університет  
«Одеська юридична академія»

**Квітко О.О.**  
магістрант 2-го курсу факультету  
психології, політології, соціології  
Національний університет  
«Одеська юридична академія»

**Постановка проблеми.** Інтерес до проблеми нарцисизму зумовлений усе більш широким поширенням означеного феномена. Стрімкість соціально-економічних змін і наростання індивідуалістичних тенденцій у суспільстві, руйнування почуття спільності, невизначеність соціальних очікувань, що висуваються до людини, підсилюють нарцисичні тенденції сучасного суспільства, що спрямовує особистість на досягнення власного благополуччя. Одночасно відбувається нівелювання, дискредитація багатьох моральних орієнтирів,

що зумовлює байдужість людей до зовнішніх подій і концентрацію уваги виключно на собі.

Протягом усієї історії людства концепція надмірного самолюбівання – нарцисизму – досліджувалася філософами, мислителями, психологами. У повсякденній мові поняття «нарцисизм» уживається зазвичай для позначення таких негативних якостей, як егоцентризм, пихатість, стан надзвичайної гордовитості й зарозумілості, відчуття грандіозності й усемогутності, прагнення використовувати інших людей для заповнення емоційного



вакууму, що утворився внаслідок відсутності емпатії. З позиції філософської моралі нарцисизм виявляється болючою самозакоханістю.

### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Дотепер нарцисизм як поняття не має загально-визнаного визначення в сучасній психології, що свідчить не тільки про інтерес різних наук до цього явища, про різноманітність підходів до його вивчення, а й про складність і неоднозначність самого питання. Так, З. Фрейд розглядав нарцисизм як специфічний стан, і як особистий, і як клінічний феномен [7]. Пізніше його уточнювали й визначали як певний стійкий довготривалий стан, що виник на основі спотворення способів регуляції самоуявлення особистості, як особистісну рису, що характеризується передусім демонстративною грандіозністю [3; 4; 8 тощо], як концентрацію людського інтересу виключно на собі [1], неусвідомлену частину уявлення особистості про себе [8]. У сучасній зарубіжній психології нарцисизм описується в термінах нарцисичних станів темної тріади [5; 6], коли різною мірою самооставлення, самооцінка, самоповага різко змінюються залежно від того, наскільки задовільні взаємодія людини з іншими людьми, особливо в тих випадках, якщо ці люди їх розчаровують, а також від суб'єктивної оцінки актуального втілення її цілей і прагнень у життя [8].

Останнім часом інтерес до проблеми нарцисизму зумовлений усе більшим поширенням означеного феномена, що привертає все більше уваги соціальних, особистісних і клінічних психологів. Крім того, клінічні та соціально-особистісні концептуалізації нарцисизму часто відрізняються, хоча обидва підходи підкреслюють акцент на міжособистісному антагонізмі. Тим не менше існує розумний консенсус щодо основних ознак нарцисичної особистості. Нарциси зазвичай мають завищену самооцінку, самозаглибленість, самозакоханість, грандіозність, ворожість, самовдосконалення, неадекватну емоційну регуляцію, імпульсивність, нереалістичне відчуття влади, маніпулятивність.

Сучасні теоретики нарцисизму Х. Когут, К.К. Родевальд, Р. Морф, Ф.В. Денеке й інші схильні розглядати це явище «виключно як мотиваційний конструкт, у якому «Я» знаходить власну унікальність – це є результат взаємодії внутрішніх когнітивно-афективних процесів і зовнішніх інтерперсональних саморегулюючих стратегій, що вступають у дію на соціокультурній сцені із самого народження людини» [9, с. 308]. Оптимальний нарцисизм служить основою для розвитку позитивного уявлення особистості про себе й регуляції адекватної самооцінки, задає вектор морально здорової особистості, спрямованої на усвідомлення і внутрішнє прийняття цінності й цілісності свого «Я» [3].

Концептуальні моделі визначення нарцисизму з позиції К.К. Морфа, Ф. Родевальта

орієнтовані на широкий контекст соціальних відносин. У їх основі лежить уявлення про особистість, яка демонструє імідж грандіозності, під яким глибоко заховане почуття слабкості та вразливості уявлення про себе. Прихильники цієї концепції наводять результати досліджень, у яких аналізують співвідношення грандіозності й уразливості в уявленні про себе у випробовуваних із різною виразністю нарцисизму. Сучасний погляд на міжособистісну теорію особистості забезпечує ідеальну основу для вивчення дезадаптивних соціальних процесів, пов'язаних із нарцисизмом. Зокрема, міжособистісна теорія стверджує, що особистість індивіда відображається в послідовних динамічних моделях перцептивних, поведінкових та афективних процесів, які виникають у міжособистісних ситуаціях.

**Постановка завдання.** Метою дослідження є вивчення відмінності психологічних особливостей нарцисизму та його впливу на поведінкові й афективні процеси в представників юнацького та середнього віку.

Для досягнення мети визначено завдання дослідження, які полягали в дослідженні характеру взаємозв'язків між показниками нарцисизму та широкого спектру рис особистості, що характеризують та аранжують його прояв; визначенні індивідуально-психологічних особливостей нарцисизму осіб юнацького та середнього віку.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Для діагностики нарцисизму застосовано «Тест оцінки нарцисизму» (F.-W. Deneke й В. Hilgenstock в адаптації В.Д. Віда, Н. Залуцької, А.Я. Вукс) [2]; для визначення властивостей особистості залучено опитувальник «Велика п'ятірка» BFI-2 (The Big Five Inventory (BFI) Oliver P. John, Christopher J. Soto, адаптація С. Щебетенко, О. Калугін, О. Мішкевич) [10], який дає змогу вивчити не тільки загальні риси, а й фази, з яких вони складаються. Для визначення взаємозв'язку проведено кореляційний аналіз між показниками нарцисизму та показниками властивостей особистості. У таблиці 1 надано значимі коефіцієнти кореляції між показниками нарцисизму та показниками властивостей особистості «Великої п'ятірки».

Так, показник Н1 «безсильне Self» виявив від'ємний зв'язок із показниками комунікабельність (Е1) ( $p \leq 0,01$ ), наполегливість (Е2) ( $p \leq 0,01$ ), енергійність (Е3) ( $p \leq 0,01$ ), екстраверсія (Е) ( $p \leq 0,01$ ), доброзичливість (А) ( $p \leq 0,01$ ) і додатний зв'язок із показниками депресивність (N2) ( $p \leq 0,01$ ), емоційна мінливість (N3) ( $p \leq 0,01$ ). Виявлено від'ємні зв'язки між показником Н3 дереалізація, деперсоналізація з показниками комунікабельність (Е1) ( $p \leq 0,05$ ), енергійність (Е3) ( $p \leq 0,01$ ), екстраверсія (Е) ( $p \leq 0,01$ ), доброзичливість (А) ( $p \leq 0,05$ ) і додатні зв'язки з показниками

**Значимі коефіцієнти кореляції між показниками нарцисизму та широким спектром властивостей особистості за BFI-2**

	Показники властивостей особистості (BFI-2)												
	E1	E2	E3	A2	A3	N1	N2	N3	E	A	C	N	O
H1	-564*	-448*	-639*				641*	513*	-650*	-391			
H3	-372		-544*				386	400	-475*	-378			
H4			473**			-402	-589*	-459*	496*	387			392
H5	-340	-458*	-405				367	375	-381*		-377		
H6	-333		-569*				412	406	-520*	-389	-342		
H7	-640*	-499*	-551*		-325		451*	443*	-523*				
H9							-443*		434*				
H10				413									
H11				384									
H14		-404		-346									
H15		-397											
H16				468*									
H17					-462*								
НК						373							
ІФ		-347				379	534*	565*	-352			467*	

Примітки: 1) коми та нулі опущені; 2) позначка «\*» – значущість на 1% рівні ( $p \leq 0,01$ ), без позначки – 5% рівень значущості ( $p \leq 0,05$ ); 3) умовні скорочення шкал нарцисизму: H1 – безсильне Self, H3 – дереалізація, деперсоналізація, H4 – базисний потенціал надії, H5 – незначне Self, H6 – негативне тілесне Self, H7 – соціальна ізоляція, H9 – грандіозне Self, H10 – прагнення до ідеального Self-об'єкта, H11 – спрага похвал і підтвердження, H14 – знецінювання об'єкта, H15 – ідеал цінностей, H16 – симбіотичний захист Self, H17 – іпохондричний захист від тривоги, НК – нарцисичний коефіцієнт, ІФ – індекс функціонування Self системи. 4) Умовні скорочення показників «Великої п'ятірки», BFI-2: E1 – комунікабельність, E2 – наполегливість, E3 – енергійність, A2 – поважність, A3 – довіра, N1 – тривога, N2 – депресивність, N3 – емоційна мінливість, E – екстраверсія, A – доброзичливість, C – добросовісність, N – негативна емоційність, O – відкритість досвіду.

депресивність (N2) ( $p \leq 0,05$ ), емоційна мінливість (N3) ( $p \leq 0,05$ ). Установлено від'ємні зв'язки між показником H4 базисний потенціал надії з показниками тривога (N1) ( $p \leq 0,05$ ), депресивність (N2) ( $p \leq 0,01$ ), емоційна мінливість (N3) ( $p \leq 0,01$ ) і додатний зв'язок із показником енергійність (E3) ( $p \leq 0,01$ ). Також установлено додатні зв'язки з показниками екстраверсія (E) ( $p \leq 0,01$ ), доброзичливість (A) ( $p \leq 0,05$ ), відкритість досвіду (O) ( $p \leq 0,05$ ). Показник незначне Self (H5) показав від'ємні зв'язки з показниками комунікабельність (E1) ( $p \leq 0,05$ ), наполегливість (E2) ( $p \leq 0,01$ ), енергійність (E3) ( $p \leq 0,05$ ), екстраверсія (E) ( $p \leq 0,05$ ), добросовісність (C) ( $p \leq 0,05$ ). Додатні зв'язки встановлено з показниками депресивність (N2) ( $p \leq 0,05$ ), емоційна мінливість (N3) ( $p \leq 0,05$ ). Показник негативне тілесне Self (H6) має від'ємний зв'язок із показниками комунікабельність (E1) ( $p \leq 0,05$ ), енергійність (E3) ( $p \leq 0,01$ ) та додатні зв'язки отримано з показниками депресивність (N2) ( $p \leq 0,05$ ), емоційна мінливість (N3) ( $p \leq 0,05$ ). Також отримано від'ємні зв'язки показника соціальна ізоляція (H7) з показниками комунікабельність (E1) ( $p \leq 0,01$ ), наполегливість (E2) ( $p \leq 0,01$ ), енергійність (E3) ( $p \leq 0,01$ ), екстраверсія (E) ( $p \leq 0,01$ ) та з показником довіра (A3) ( $p \leq 0,05$ ). Додатний зв'язок виявлено з показниками депресивність (N2) ( $p \leq 0,01$ ), емоційна мінливість

(N3) ( $p \leq 0,01$ ). Виявлено від'ємний зв'язок показника грандіозне Self (H9) з показником депресивність (N2) ( $p \leq 0,01$ ), екстраверсія (E) ( $p \leq 0,01$ ). Показники прагнення до ідеального Self-об'єкту (H10) і спрага похвал і підтвердження (H11) додатно пов'язані з показником поважність (A2) ( $p \leq 0,05$ ). Показник знецінювання об'єкта (H14) виявив від'ємні зв'язки з показниками наполегливість (E2) ( $p \leq 0,05$ ), поважність (A2) ( $p \leq 0,05$ ). Показник ідеал цінностей (H15) від'ємно пов'язаний із показником наполегливість (E2) ( $p \leq 0,05$ ). Показник симбіотичний захист Self (H16) має додатний зв'язок із показником поважність (A2) ( $p \leq 0,01$ ). Показник іпохондричний захист від тривоги (H17) виявив від'ємний зв'язок із показником довіра (A3) ( $p \leq 0,01$ ). Показник нарцисичний коефіцієнт (НК) додатно пов'язаний з показником тривога (N1) ( $p \leq 0,05$ ). Показник індекс функціонування Self системи (H20) показав від'ємний зв'язок із показником наполегливість (E2) ( $p \leq 0,05$ ) і з показником екстраверсія (E) ( $p \leq 0,01$ ). Додатні зв'язки виявлено з показниками негативна емоційність (N) ( $p \leq 0,01$ ), тривога (N1) ( $p \leq 0,05$ ) депресивність (N2) ( $p \leq 0,01$ ), емоційна мінливість (N3) ( $p \leq 0,01$ ).

Таким чином, проведений кореляційний аналіз показав взаємозалежність і взаємопов'язаність показників нарцисизму й такими властивостями особистості, як комунікабель-

ність, наполегливість, енергійність, тобто властивостями, що утворюють екстраверсію, і такими властивостями особистості, як тривога, депресивність, емоційна мінливість. Можна припустити, що прояви нарцисичних тенденцій значною мірою супроводжуються негативними емоціями, а екстраверсія звучує ознаки нарцисизму.

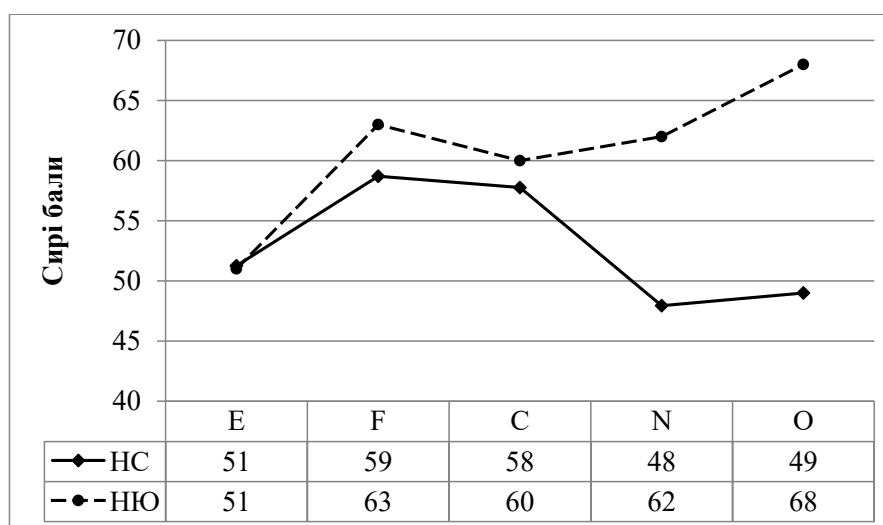
Подальше дослідження полягало у визначенні відмінностей нарцисичних тенденцій залежно від віку.

На рис. 1 надано профілі властивостей особистості (BFI-2) у групах осіб юнацького та середнього віку.

Отже, аналізуючи отримані результати, варто визначити виражену негативну емоційність у групі респондентів юнацького віку (НЮ), що вказує на часті перепади настрою. Молоді люди можуть почуватися розлюченими, збентеженими. Узагалі це є цілком зрозумілим, з огляду на саме вікові особливості досліджуваних. При вивченні показників варто врахувати переживання можливих соціальних і біологічних змін, які відбуваються в цьому віці. Порівняно з дорослими вони частіше відчувають високоінтенсивні позитивні та негативні емоції, більшу емоційну інтенсивність і більшу нестабільність. Вони не зовсім вдало можуть контролювати свої емоції та імпульсивні потяги, у поведінці це проявляється відсутністю почуття відповідальності, примхливістю. Іноді демонструють безпорадність, нездатність упоратися із життєвими труднощами. Їхня поведінка зазвичай підпорядкована й зумовлена ситуацією. При більш детальному розгляді спостерігається схильність до переживання тривоги, вони перебувають в очікуванні неприємностей, легко впадають у відчай у разі можливої

невдачі, відчувають психологічне напруження, виявляють вразливість і впертість, шукаючи при цьому співчуття. Це зарозумілі, сварливі, інфантильні, егоцентричні та вимогливі особи. Тим не менше вони часто виявляють нормальну реакцію на новий досвід, обов'язки та розуміння світу. Риси, що пов'язані з відкритістю до нового досвіду, включають уяву та креативність, винахідливість, відкритість до незвичайних ідей, потребу в різноманітності й пригодах і нонконформізм. Такі особи цікавляться всім новим, особливо новими знаннями, мистецтвом і нетрадиційними ідеями. Мають широкий кругозір і готовність пробувати все нове, можуть легко адаптуватися до мінливих ситуацій і шукати альтернативні шляхи вирішення проблем. Представники цієї групи чуйні до мистецтва та краси, уважні до власних почуттів, готові пробувати нові види діяльності, інтелектуально допитливі й нетрадиційні та нестандартні у виборі варіантів вирішення життєвих задач. Вони схильні до глибокого вивчення власних думок, почуттів і цінностей. Зазвичай дружні стосунки встановлюють із тими, хто поділяє їхні інтереси й цінності. Відкритість також пов'язана з професійними інтересами та професійною поведінкою.

У групі осіб середнього віку (НС) спостерігається тенденція до емоційної стійкості, що вказує на афективну стабільність, здатність зберігати спокій і витримку навіть у стресовій ситуації та швидко відновлюватися після негараздів і негативних подій. Їхня емоційна стійкість дає змогу виробити цілісний і збалансований спосіб сприйняття життєвих проблем, допомагає розвивати орієнтоване на реальність мислення, здатність аналізувати та оцінювати. Цих осіб можна вважати самодо-



**Рис. 1. Профілі властивостей особистості (BFI-2) у групах осіб юнацького та середнього віку**

Примітки: умовні скорочення: Е – екстраверсія, F – доброзичливість, С – добросовісність, N – негативна емоційність, О – відкритість досвіду.

статніми, упевненими у своїх силах, емоційно зрілими, спокійними, постійним у своїх планах та уподобаннях, вони не піддаються випадковим коливанням настрою. Вони реалістично дивляться на життя, адекватно оцінюють власні недоліки. У стресогенних ситуаціях демонструють спокій і виваженість. Вони більш консервативні щодо відкритості новому досвіду, до отримання інформації підходять практично, зосереджено на завданнях і приземлено, уважають за краще дотримуватися встановлених повсякденних розпорядків і процедур. Нова інформація або несподівані новини потенційно можуть порушити їхній баланс і контроль, як наслідок, вони будуть їх уникати. Особи цієї групи надають перевагу стабільності, що створює для них почуття безпеки.

**Висновки з проведеного дослідження.**

Проведене дослідження психологічних властивостей нарцисичних тенденцій осіб юнацького та середнього віку дало змогу визначити, що нарцисизм – це риса особистості, яка полягає в надмірній самозакоханості й завищеній самооцінці. Нарцисичні тенденції спостерігаються в представників обох груп, що по-різному впливає на поведінкову та афективну сферу особистості, що, у свою чергу, впливає на вибудовування міжособистісних стосунків.

Установлено, що представники юнацького віку демонструють певне розчарування в міжособистісних стосунках, відчуття безпорадності, тенденцію до зниження самооцінки. Нестабільність емоційних переживань викликає бажання обмежити коло спілкування, що можна розглядати як підсвідому мету захиститися від нарцисичної травматизації. При більш детальному розгляді спостерігається схильність до переживання тривоги, вони перебувають в очікуванні неприємностей, легко впадають у відчай у разі можливої невдачі, відчувають психологічне напруження, виявляють вразливість і впертість, шукаючи при цьому співчуття. Це зарозумілі, сварливі, інфантильні, егоцентричні та вимогливі особи. Вони не зовсім вдало можуть контролювати свої емоції й імпульсивні потяги, у поведінці це проявляється примхливістю. Дружні стосунки зазвичай установлюють із тими, хто поділяє їхні інтереси та цінності. Їхній тип міжособистісних відносин характеризується вираженою потребою дотримання соціальних норм поведінки, схильністю до ідеалізації гармонії в міжособистісних стосунках, навіть екзальтацією в прояві своїх переконань, вираженою емоційною залученістю, яка може мати більш поверховий характер, ніж це декларується.

Для представників середнього віку характерна спрямованість на прояв домінування та демонстрацію влади в стосунках, здатність змінювати або контролювати дії іншої людини, що відповідає владно-лідуючому

типу міжособистісних відносин. У взаємодії використовують такі стратегії, як авторитетність, егоцентризм, домагання, маніпулювання, самозахоплення й марносластво. Вони схильні підкреслювати свою перевагу, високо оцінюючи свої інтелектуальні здібності, зовнішню привабливість, власні досягнення, навіть якщо при цьому існує високий ризик руйнування міжособистісних відносин. Мають високу потребу в отриманні визнання оточуючих у поєднанні з нетерпимістю до критики й тенденцією уникати ситуацій, у яких може статися їх реальна зовнішня оцінка. Недостатність міжособистісного спілкування компенсується яскраво вираженою схильністю до маніпуляцій. Їм притаманна оптимістичність, швидкість реакцій, висока активність, виражена мотивація досягнення, тенденція до домінування, підвищений рівень домагань, легкість і швидкість у прийнятті рішень, орієнтація в основному на власну думку й мінімальна залежність від зовнішніх середовищних факторів.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Егорова М.С., Ситникова М.А. Тёмная триада. *Психологические исследования*. 2014. Т. 7. № 10.
2. Залуцкая Н.М. Индекс функционирования Self-системы (на основе теста оценки нарциссизма) : пособие для врачей. Санкт-Петербург : НИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2003. 47 с.
3. Клепикова Н.М. Операциональное определение нарциссизма в пределах психической нормы : автореф. дисс. ... канд. психол. наук. Хабаровск, 2011. 23 с.
4. Корнилова Т.В. Методика диагностики личностных черт «Темной триады»: апробация опросника «Темная дюжина». *Психологический журнал*. 2015. Том 36. № 2. С. 99–112.
5. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика. Понимание структуры личности в клиническом процессе. Москва : Класс, 2015. 475 с.
6. Столору Р., Брандшафт Б., Атвуд Д. Клинический психоанализ. Интерсубъективный подход. Москва : Класс, 1999. 278 с.
7. Фрейд З. О введении понятия «нарциссизм». *Психология бессознательного*. Москва : СТД, 2006. С. 39–73.
8. Deneke F.W. Die Regulation des Selbsterlebens bei Gesunden, psychosomatischen, psychoneurotischen und alkoholkranken Patienten. *eintaxonomischer Forschungsansatz. Psychotherapie, Psychosomatik und medizinische Psychologie*. 1994. Heft. 44. P. 260–280.
9. Morf C.C., Torchetti L., Schürch E. Narcissism from the perspective of the dynamic self-regulatory processing model. *Campbell W.K., Miller J.D., editors. The handbook of narcissism and narcissistic personality disorder: Theoretical approaches, empirical findings, and treatment*. New York, NY : Wiley, 2011. P. 56–70.
10. Soto C.J., John O.P. The next Big Five Inventory (BFI-2): Developing and assessing a hierarchical model with 15 facets to enhance bandwidth, fidelity, and predictive power. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2017. № 113. P. 117–143.

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ РІВНЯ ІНТЕЛЕКТУ НА СТАВЛЕННЯ ДО ВАКЦИНАЦІЇ ПРОТИ COVID-19

### PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE INFLUENCE OF INTELLIGENCE LEVEL ON ATTITUDES TOWARDS VACCINATION AGAINST COVID-19

У статті проаналізовано психологічні особливості впливу рівня інтелекту на ставлення до вакцинації проти Covid-19; висвітлено основні категоріальні підходи до трактування поняття «інтелект». Проаналізовано основні соціально-психологічні фактори, які впливають на формування ставлення індивіда до власного здоров'я та вакцинації. Розглянуто основні причини формування неоднозначного ставлення людей до питань збереження, зміцнення здоров'я й формування здорового способу життя. Виявлено основні критерії, які детермінують формування адекватного та неадекватного ставлення людей до вакцинації. Розкрито особливості впливу пандемії на психічне здоров'я осіб середнього віку. Доведено, що коронавірус по-різному впливає на населення й найкраще ця різниця простежується між жінками та чоловіками не лише в протіканні самої хвороби, а й у її довготривалих наслідках для стану психічного здоров'я. Особливу увагу звернено на інтелект як одну з провідних детермінант ставлення до вакцинації проти Covid-19. Когнітивний, емоційний і мотиваційно-поведінковий компоненти ставлення до вакцинації проти Covid-19 багато в чому залежать від психологічної компетентності особистості. Вони характеризують знання людини про вакцинацію, розуміння нею ролі здоров'я в життєдіяльності, відповідність її самооцінки психічному та соціальному стану суспільства в умовах пандемії. Ставлення до вакцинації безпосередньо взаємопов'язано з культурним капіталом людини, зокрема освітою, вихованням, цілями й установками.

Констатовано, що ставлення до вакцинації сьогодні прийнято розглядати в рамках континуальної моделі, де крайніми полюсами є повне прийняття та відмова від вакцинації, а проміжними формами – види так званої «нерішучості».

В умовах відносно нестабільної епідеміологічної обстановки важливо формувати адекватне ставлення людей до власного здоров'я та корегувати дистресові побуювання. Збереження оптимального психо-емоційного балансу дасть змогу нівелювати панічні настрої.

Представлено результати діагностики особливостей впливу рівня інтелекту на ставлення до вакцинації проти Covid-19 у педагогічних і технічних працівників середнього віку. Запропоновано можливі шляхи формування адекватного ставлення населення до вакцинації проти Covid-19 і методи боротьби з інфекцією.

**Ключові слова:** інтелект, ставлення до вакцинації проти Covid-19, пандемія, ставлення до здоров'я, когнітивний, емоційний і мотиваційно-поведінковий компоненти

ставлення, офіційний портал fake news, скоординований підхід до інформації.

The article analyzes the psychological features of the influence of the level of intelligence on the attitude to vaccination against Covid-19; the main categorical approaches to the interpretation of the concept of "intelligence" are highlighted. The main socio-psychological factors that influence the formation of an individual's attitude to their own health and vaccination are analyzed. The main reasons for the formation of ambiguous attitudes of people to the preservation, promotion of health and the formation of a healthy lifestyle are considered. The main criteria that determine the formation of adequate and inadequate attitude of people to vaccination are identified. The specifics of the pandemic's impact on the mental health of middle-aged people have been revealed. Coronavirus has been shown to affect populations in different ways, and this difference is best seen between women and men, not only in the course of the disease itself, but also in its long-term effects on mental health.

Particular attention is paid to intelligence as one of the leading determinants of the attitude to vaccination against Covid-19. Cognitive, emotional, motivation and behaviour components of the attitude to vaccination against Covid-19 largely depend on the psychological competence of the individual. They characterize a person's knowledge of vaccination, his understanding of the role of health in life, the compliance of his self-esteem with the mental and social state of society in a pandemic. Attitudes toward vaccination are directly related to a person's cultural capital, including education, upbringing, goals, and attitudes.

It is stated that the attitude to vaccination is now considered in the framework of the continuous model, where the extreme poles are the full acceptance and rejection of vaccination, and intermediate forms – the types of so-called "indecision".

In a relatively unstable epidemiological situation, it is important to create an adequate attitude of people to their own health and correct distress fears. Maintaining optimal psycho-emotional balance will help reduce panic.

The results of diagnostics of the peculiarities of the influence of the level of intelligence on the attitude to vaccination against Covid-19 in pedagogical and technical workers of middle age are presented. Possible ways of creating an adequate attitude of the population to vaccination against Covid-19 and methods of combating disinformation are suggested.

**Key words:** intelligence, attitude to vaccination against Covid-19, pandemic, attitude to health, cognitive, emotional and motivation and behaviour components of attitude, official fake news portal, coordinated approach to information.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.6>

**Гештьєн Е.О.**

студентка 4 курсу  
Вінницький державний  
педагогічний університет  
імені Михайла Коцюбинського

**Шевченко О.С.**

студент 2 курсу  
Вінницький державний  
педагогічний університет  
імені Михайла Коцюбинського

**Постановка проблеми.** 2020-й рік – час поширення коронавірусу по всьому світі – кинув виклик людству. Пандемія зачепила всі

аспекти суспільного й особистого життя людей, цілих держав. У щоденний ужиток увійшли слова «карантин», «локдаун», «над-

звичайний стан», «епідемія», «пандемія», «колективний імунітет» та інші суміжні поняття. Covid-19 вплинув на глобальну економіку, світову політику, міжнародні відносини і змінив цінності й установки суспільства, звички та повсякденні реалії.

Період пандемії супроводжується постійними ситуаціями невизначеності. Люди по всьому світі зараз не мають точного уявлення про те, що відбуватиметься в їхньому житті найближчим часом. Ситуація ускладнюється за рахунок дефіциту достовірної інформації про захворювання, засоби лікування і профілактики, жертви, можливості медицини, тоді як у засобах масової інформації та соціальних мережах транслюється велика кількість повідомлень, які не завжди викликають довіру. У результаті в багатьох людей виникає страх, розгубленість, тривожність тощо.

Кожній людині доводиться постійно приймати незвичні рішення щодо організації своєї життєдіяльності в умовах пандемії, зокрема рішення про вакцинацію проти Covid-19, яке обумовлюють її знання про цінність здоров'я, про основні фактори, які чинять позитивний і негативний вплив на здоров'я тощо.

Детермінанти недовіри та відмови від вакцинації можуть бути водночас і бар'єром, і фактором, що сприяє. Наприклад, експерти зазначають, що високий рівень інтелекту не є значимим показником у формуванні ставлення особи до вакцинації проти Covid-19. Проте в низці досліджень показано, що високий рівень інтелектуальних здібностей може бути фактором, який потенційно перешкоджає формуванню в індивіда позитивного ставлення до вакцинації.

Статус проблеми інтелекту є парадоксальним з різних точок зору: парадоксальні і його роль в історії людської цивілізації, і характер його досліджень у галузі психологічної науки тощо. Сьогодні цікавість та інтерес до психологічних особливостей впливу рівня інтелекту на ставлення до вакцинації проти Covid-19 в осіб зрілого віку набуває особливої гостроти.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Теоретико-методологічною основою для визначення психологічної сутності поняття «інтелект» слугують концепції таких дослідників, як Р. Кеттел, Дж. Гілфорд, І. Сеченов, Ф. Гальтон, С. Рубінштейн, Е. Торндайк, Б. Теплов та інші.

Категорія «ставлення» як предмет наукового пізнання розроблена В. Бехтеревим, О. Лазурським, В. М'ясищевим, С. Рубінштейном, С. Франком та іншими; на основі їхніх наукових праць у психологічній науці наприкінці ХХ ст. зародилася концепція «ставлення до здоров'я», яку розглядала та розвивала в працях низка авторів, а саме: О. Башмакова, Р. Березовська, П. Гусак, С. Дерябко,

О. Єжова, І. Журавльова, Л. Куліков, В. Кабієва, Г. Нікіфоров, В. Петрович, В. Ясвін та інші. Вивченню різних аспектів поняття «ставлення до вакцинації» присвятили праці Н. МакДоналд, Р. Батлер, Е. Бистрьом, С. Кауфман, Е. Дубе й інші.

**Постановка завдання.** Розкрито психологічні особливості взаємозв'язку та впливу рівня інтелекту на ставлення до вакцинації проти Covid-19.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У багатьох психологічних дослідженнях інтелект розглядають як систему психічних механізмів, які обумовлюють здатність побудови індивідом суб'єктивної картини світу [5]. У психологічному словнику [4, с. 125] інтелект визначається як відносно стійка структура розумових здібностей. У низці психологічних підходів і теорій учені ототожнюють інтелект із системою розумових операцій, зі стилем діяльності і стратегією розв'язання проблем, з ефективністю індивідуального підходу до кожної конкретної ситуації, що вимагає пізнавальної активності, з когнітивним стилем тощо.

Вивчення та трактування інтелекту ґрунтується на тій чи іншій його моделі, яка, у свою чергу, опирається на певні апріорні теоретичні моделі, а потім верифікується в емпіричному дослідженні. У психології виділяють два провідні підходи до вивчення інтелекту: когнітивний (визначає інтелект крізь призму основних його проявів у пізнавальній діяльності особистості, зокрема активізацію мисленнєвого акту, пам'яті, уяви й інших психічних функцій) і категоріальний, який дає змогу виявити структуру інтелекту, механізми та умови його розвитку й функціонування.

У ході проведення аналізу експериментально-психологічних досліджень вітчизняних і зарубіжних психологів виділяють такі категоріальні підходи до поняття «інтелект»:

1) феноменологічний підхід (М. Вергеймер, Д. Дей, К. Дункер, М. Карнес тощо) виник у часи становлення психології як науки, яка як основна категорія розглядає інтелект, а до «вічних», «планетарних» проблем відносить проблему його природи та сутності;

2) вимірвальний (або тестологічний) підхід (Р. Амтхауер, А. Анастасі, Б. Басс і Б. Аволіо, Н. Бейлі, А. Біне і Т. Сімон, Р. Кеттелл, Ч. Спірмен, Р. Стернберг, Р. Торндайк та інші) співвідносить інтелект із психофізіологічними функціями особистості. До того ж робиться акцент на органічному характері інтелектуальних відмінностей між людьми;

3) генетичний підхід. Його прихильники – А. Біне й У. Чарлсворз – стверджують, що навколишнє середовище здійснює вагомий вплив на пізнавальний розвиток особистості. У межах цього підходу інтелект трактується як

уже досягнутий, стійкий рівень психічного розвитку, а не як здатність до пізнання;

4) факторний підхід (Д. Векслер, Г. Гарднер, Дж. Гілфорд, Ч. Спірмен, Л. Терстоун та інші). Теорія інтелекту, запропонована Ч. Спірменом, базується на факті наявності позитивної кореляції між даними розв'язання досліджуваними різних тестів інтелекту. Концепція Л. Терстоуна акцентує увагу на неможливості виокремлення загального інтелекту [9]. На основі багатьох емпіричних досліджень Л. Терстоун виокремив більше 10 групових факторів, а 7 із них він ідентифікував і назвав як «первинні розумові здібності»;

5) регуляційний підхід (Ж. Піаже, Р. Стернберг, Л. Терстоун та інші). Згідно з парадигмою запропонованого підходу, інтелект розглядається як уміння адаптуватися до нових соціальних умов існування та міжособистісної взаємодії;

6) структурно-функціональний (Д. Завалишина, Л. Засєкіна, М. Смульсон, Б. Теплов). Прихильники зазначеного підходу трактують інтелект як складну структурно-функціональну систему, що не піддається розмежуванню на види інтелекту;

7) інформаційний підхід (Д. Люсін, Р. Стернберг та інші). Згідно з поглядами Р. Стернберга, альтернативою психометричного підходу є вивчення основних інформаційних процесів, які лежать в основі розв'язання задач, притому розгляд IQ як показник рівня розвитку інтелекту залишається незмінним, а зусилля дослідника концентруються на аналіз когнітивних процесів, які, у свою чергу, дають змогу охарактеризувати індивідуальні відмінності в успішності розв'язання індивідом тестів інтелекту.

Таким чином, інтелект – це відносно стійка структура розумових здібностей індивіда. У низці психологічних концепцій його ототожнюють із системою розумових операцій, зі стилем і стратегією розв'язання проблем, з ефективністю індивідуального підходу до ситуації, що вимагає пізнавальної активності, з когнітивним стилем тощо.

Ситуація з поширенням вірусу Covid-19 внесла свої корективи в усі сфери людського життя: у багатьох країнах зупинено роботу підприємств, припинено роботу навчальних закладів, відмінено громадські заходи, введено обмежений режим пересування, закриті на карантин цілі міста. Усі ці обставини стали причиною появи в людей різного роду страхів, підвищеного рівня тривоги, посилення стресових реакцій, які негативно відображаються на здоров'ї.

Страх заразитися коронавірусом, а також вимушена розлука й ізоляція, викликані карантинном та іншими заходами забезпечення фізичної дистанції, можуть призвести до неба-

жаних наслідків і викликати самотність і панічні стани, особливо серед осіб середнього віку, які більшу частину свого часу включені в соціальні зв'язки.

Аналіз досліджень каліфорнійських і японських учених виявив, що вірус Covid-19 по-різному впливає на різні групи населення й найкраще ця різниця простежується між жінками та чоловіками середнього віку. Ця різниця спостерігається не лише в протіканні самої хвороби, а й у її довготривалих наслідках для стану психічного здоров'я [10].

Психічне здоров'я жінок страждає особливо сильно через збільшення трудового навантаження під час карантину. Масовий перехід на дистанційну форму роботи викликав «епідемію понаднормової роботи», яка найбільшою мірою торкнулася жіночої половини вибірки.

Якщо ж мова йде про вразливість до умов викликаних Covid-19, то зазвичай найбільшою мірою цей вплив відчувають чоловіки, що вчені пов'язують із низкою соціальних, фізіологічних ті генетичних, поведінкових факторів.

Д. Хореш та А. Браун пропонують розглядати ситуацію з поширенням Covid-19 з точки зору психічної травматизації. Так, на їхню думку, експерти з психічної травми – учені та практики, повинні відігравати провідну роль у розв'язанні психологічних наслідків цієї кризової події, оскільки вони володіють потенційно необхідними знаннями для надання допомоги в гострий період появи події, а також у найближчому й віддаленому майбутньому. Згідно з поглядами авторів, пріоритетними галузями роботи психологів і клініцистів повинні стати діагностика, профілактика, інформаційно-просвітницька робота й комунікація з громадськістю, робота з медичним персоналом і дослідження психічного травматизму Covid-19 [9].

Проблема вивчення системи ставлення особистості в психологічній літературі широко представлена в працях Н. М'яшицева, О. Лазурського, С. Рубінштейна, Б. Ломова.

Формування свідомого ставлення до об'єкта пізнання й дії пов'язане з розвитком усіх компонентів системи стимуляції. Усвідомлення свого ставлення до навколишньої дійсності породжує відповідні почуття й емоції, які, у свою чергу, стимулюють діяльність і впливають на розвиток спрямованості особистості.

Ставлення до вакцинації проти Covid-19 сьогодні прийнято розглядати в рамках континуальної моделі, де крайніми полюсами є повне прийняття (vaccine acceptance) і відмова (vaccine refusal/rejection) від вакцинації, а проміжними формами – види так званої «нерішучості» (vaccine hesitancy) [11]. Ця «нерішучість» передбачає різноманітні стратегії ставлення до вакцинації у сфері вакцинопрофілактики, включаючи негативне став-

лення та відмову від вакцинації проти Covid-19, відтермінування вакцинування або навіть просто наявність сумнівів при нейтральному ставленні до вакцинації. Ця модель найбільше відповідає сьогоденній реальності, однак вона є значно складнішою для емпіричного дослідження порівняно з більш традиційним поглядом – поділом на умовних прихильників та умовних противників вакцинації.

Ставлення до власного здоров'я та вакцинації може бути адекватним (тотожним реальності) або неадекватним. Як показує теоретичний аналіз літератури, критеріями рівня адекватності ставлення людей до здоров'я та вакцинації можуть слугувати:

- на когнітивному рівні: міра поінформованості у сфері здоров'я та пандемії Covid-19, знання основних факторів ризику вакцинації, усвідомлення ролі здоров'я в забезпеченні активного і тривалого життя;

- на поведінковому рівні: ступінь відповідності дій і вчинків вимогам здорового способу життя;

- на емоційному рівні: оптимальний рівень тривоги щодо ситуації поширення Covid-19, уміння насолоджуватися станом здоров'я;

- на ціннісно-мотиваційному рівні: висока значимість здоров'я в ієрархії цінностей, наявність мотивації на збереження та зміцнення здоров'я.

Сформоване в людини ставлення до вакцинації може змінюватися з набуттям нового досвіду. Це складний, динамічний і суперечливий процес, що детермінується двома групами факторів:

1. Внутрішні фактори – демографічні (стать, вік, національність), індивідуально-психологічні й особистісні характеристики людини.

2. Зовнішні фактори – характеристика навколишнього середовища, зокрема особливості соціального мікро- та макросередовища, а також професійного середовища, у якому знаходиться людина.

Дані численних експериментальних досліджень свідчать про те, що в жінок спостерігається більш висока самооцінка здоров'я порівняно з чоловіками, що, у свою чергу, й зумовлює формування адекватного ставлення до вакцинації. Здоров'я особливо в умовах пандемії коронавірусу як цінність займає досить високе місце в ієрархії індивідуальних цінностей як чоловіків, так і жінок. Проте варто відмітити, що ставлення жінок до вакцинації й до здоров'я загалом більш діяльне та більшою мірою відповідає карантинним вимогам. У чоловіків через хибне розуміння мужності часто спостерігається тенденція приймати й реалізовувати програму життя.

Одною з провідних детермінант ставлення до вакцинації проти Covid-19 осіб середнього віку ми вважаємо рівень інтелекту. Ког-

нітивний компонент ставлення до вакцинації проти Covid-19 багато в чому залежить від психологічної компетентності особистості. Він характеризує знання людини про вакцинацію, розуміння ролі здоров'я в життєдіяльності, знання основних факторів, які здійснюють як негативний, так і позитивний вплив на імунітет.

Емоційний складник є вкрай значимими в контексті загальної самооцінки особистості, у визначенні її «лінії життя», «плану життя», «життєвого стилю». Емоційний компонент відображає переживання й почуття людини, пов'язані зі станом її здоров'я, а також особливості емоційного стану, зумовлені погіршенням фізичного або психічного самопочуття людини.

Адекватне ставлення до вакцинації формується на основі високої міри поінформованості й компетентності людини у сфері вакцинопрофілактики; знань про основні фактори ризику та антиризiku, а також розуміння ролі здоров'я в забезпеченні її життєдіяльності.

Щоб визначити особливості впливу рівня інтелекту (когнітивної компоненти) на ставлення до вакцинації проти Covid-19 в осіб середнього віку, нами проведено дослідження на базі комунального закладу «ЗШ І–ІІІ ст. № 15 ВМР» і Неліпинського закладу загальної середньої освіти І–ІІІ ступенів, у якому взяло участь 60 педагогічних і технічних працівників середнього віку. Процедура діагностики психологічних особливостей впливу рівня інтелекту на ставлення до вакцинації проти Covid-19 реалізовано за допомогою використання таких методик: тест «Прогресивні матриці Равена» (Л. Пенроуз, Дж. Равен), тест «Соціальний інтелект» (Дж. Гілфорд, М. Саллівен), «Анкета ставлення до вакцинації проти Covid-19», опитувальник «Ставлення до здоров'я» (Р. Березовська).

Діагностуючи рівень інтелекту осіб за методикою «Прогресивні матриці Равена», ми виявили, що більшій частині вибірки властивий середній (38,7%) і вище середнього (32,3%) рівні розвитку інтелектуальних здібностей. Респонденти вмiють знаходити потрібну інформацію, аналізувати та синтезувати її, робити логічні висновки, будувати докази, критично опрацьовувати факти, грамотно представити результати власних умовиводів і суджень.

У процесі обробки отриманих даних за методикою «Соціальний інтелект» (Дж. Гілфорд, М. Саллівен) у 51,6% вибірки встановлено середній рівень SQ, що свідчить про вміння досліджуваних адекватно відображати цілі, потреби та наміри учасників комунікації, вони характеризуються ефективною адаптивністю, що допомагає респондентам пристосовуватися до мінливих зовнішніх і внутрішніх



Таблиця 1

		Ставлення до вакцинації	SQ	IQ
		y	x <sub>1</sub>	x <sub>2</sub>
Ставлення до вакцинації	y	1	0,1581	0,5283*
SQ	x <sub>1</sub>	0,1581	1	0,3551
IQ	x <sub>2</sub>	0,5283*	0,3551	1

Рівняння регресії:  $Y = -1,145 - 0,02093X_1 + 0,01739X_2$ .

умов. Ця якість також пов'язана зі стресостійкістю й умінням швидко орієнтуватися в складних життєвих ситуаціях (пандемія Covid-19).

Синтез отриманих даних за когнітивною, емоційною, поведінковою та ціннісно-мотиваційною шкалами опитувальника «Ставлення до здоров'я» (Р. Березовська) показав, що в осіб середнього віку переважає когнітивний компонент (61,3%) ставлення до здоров'я над емоційним (58,1%), що дає нам підстави говорити про сформованість адекватного й відповідального ставлення осіб середнього віку до здоров'я. Вони свідомі та компетентні у сфері здоров'я, знають основні фактори ризику та антиризиків. Їхні дії та вчинки відповідають вимогам здорового способу життя. Респондентам властивий оптимальний рівень тривоги щодо здоров'я. Вони вміють насолоджуватися станом здоров'я і радіють йому. Здоров'я посідає вагоме місце в індивідуальній ієрархії цінностей досліджуваних, а мотивація на збереження та зміцнення здоров'я сформована в них достатньою мірою.

Діагностуючи ставлення до вакцинації проти Covid-19 за допомогою методики «Анкета ставлення до вакцинації проти Covid-19», ми з'ясували, що 54,8% досліджуваних відповідально ставляться до вакцинації, ретельно зважують усі «за» і «проти», опираючись на свої знання та попередній досвід.

У ході проведеного статистичного кореляційно-регресійного аналізу даних ми виявили, що показник рівня інтелекту значимо впливає на показник ставлення до вакцинації (див. таблицю 1). Високий рівень інтелекту передбачає формування в осіб середнього віку адекватного й відповідального ставлення до вакцинації проти Covid-19 і навпаки.

Оскільки проведене нами дослідження підтверджує суттєвий вплив рівня інтелекту та знань на формування адекватного ставлення до вакцинації, ми вважаємо, що необхідно приділити значну увагу боротьбі з інфодемією, яка сьогодні стрімко поширюється. Потік хибних чуток, неперевірена або навмисно спотворена інформація, пропаганда альтернативного й недоведеного лікування, надлишок інформації призводять до поляризації суспільної думки з питань, що стосуються Covid-19; провокують риторику нена-

висті; підвищують ризик конфліктів, насилля і ставлять під загрозу довготривалі перспективи соціальної згуртованості.

Одним із варіантів розв'язання вищезазначеної проблеми може стати створення загальнодоступного й постійно оновлюваного порталу, який міститиме в собі базу даних fake news, чуток, псевдомедичних порад і буде аналізувати тексти, що циркулюють мережі Інтернет і розсилках у їх можливій варіативності. Інформація на порталі повинна бути чіткою, короткою, зрозумілою, подана доступною мовою, мати посилання на джерела інформації в тому числі іноземною мовою, загалом давати можливість населенню самостійно здійснювати перевірку достовірності свідчень, які отримує кожна окрема людина на своїх каналах. Важливо, щоб такий портал мав офіційні афіліації й широко пропагувався як офіційне джерело інформації.

Таким чином, формування адекватного ставлення до вакцинації проти Covid-19 в осіб середнього віку має здійснюватися за допомогою скоординованого підходу до інформації. Якщо розуміння реальної ситуації в світі допомагає респондентам заспокоїтися, тоді за інформацією потрібно звертатися тільки до достовірних джерел та офіційних порталів.

**Висновки з проведеного дослідження.** У ході теоретичного й емпіричного дослідження нами встановлено, що однією з провідних детермінант ставлення до вакцинації проти Covid-19 осіб середнього віку є рівень інтелекту. Ставлення до вакцинації безпосередньо взаємопов'язано з культурним капіталом людини, зокрема освітою, вихованням, цілями й установками. У людей із вищим рівнем інтелекту й активно включених в інформаційне поле вищий рівень довіри до знань і науки, а також вони більш відповідально ставляться до власного здоров'я та вакцинації.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні особливостей ставлення до вакцинації проти Covid-19 осіб різних вікових категорій, насамперед осіб пенсійного та юнацького віку. Доцільним є дослідження психологічних механізмів формування ставлення до вакцинації, а також теоретико-методичні засади підготовки психологів до роботи з населенням в умовах пандемії.

## ЛИТЕРАТУРА:

1. Антонова Н.А., Ерицян К.Ю., Дубровский Р.Г. Отказ от вакцинации: качественный анализ биографических интервью. *Теория и практика общественного развития*. 2014. № 20. 211 с.
2. Психологическое состояние людей в период пандемии COVID-19 и мишени психологической работы / О.М. Бойко, Т.И. Медведева, С.Н. Ениколопов, О.Ю. Воронцова, О.Ю. Казьмина. *Психологические исследования*. 2020. № 70. URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2020v13n70/1731-boyko70.html>.
3. Кошман К.Н., Цветкова Л.А. Социально-психологические факторы принятия решения о вакцинации. *Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ* / под ред. А.В. Шаболтас. Санкт-Петербург, 2016. Т. 4.
4. Психологический словарь / за ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. Москва, 2004. 479 с.
5. Рябушкина Т.М. Структуроопределяющие основания сознания. Москва : Издательский дом Высшей школы экономики, 2020. 648 с.
6. Психологические особенности переживания неопределенности при эпидемии covid-19 / И.Г. Скотникова, П.И. Егорова, Ю.Л. Огаркова (Дубинская), Л.С. Жиганов. *Социальная и экономическая психология*. 2020. Т. 5. № 2.
7. Современные исследования интеллекта и творчества. Москва : Институт психологии РАН, 2015. 374 с.
8. Betsch C., Brewer, N.T., Brocard, P. et al. Opportunities and challenges of Web 2.0 for vaccination decisions. *Vaccine*. 2012. Т. 30. №. 25. P. 3727–3733.
9. Horesh D., Brown A.D. Traumatic stress in the age of COVID-19: A call to close critical gaps and adapt to new realities. *Psychological Trauma : Theory, Research, Practice, and Policy*. 2020. № 12 (4). 335 p. URL: <https://doi.org/10.1037/tra0000592>.
10. Larson H.J., de Figueiredo A., Xiahong Z. The state of vaccine confidence 2016: global insights through a 67-country survey. *EBioMedicine*, 2016. Т. 12. 301 p.
11. Larson H.J., Jarrett C., Eckersberger E. Understanding vaccine hesitancy around vaccines and vaccination from a global perspective: A systematic review of published literature. *Vaccine*. 2014. № 32 (19). 2159 p.

## ПСИХОЛОГІЧНА СУТНІСТЬ ПОНЯТТЯ ШКІЛЬНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ТА ЙОГО РОЛЬ У РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ СУЧАСНОГО УЧНЯ

### PSYCHOLOGICAL ESSENCE OF THE CONCEPT OF THE SCHOOL EDUCATIONAL ENVIRONMENT AND ITS ROLE IN THE DEVELOPMENT OF PERSONALITY OF THE MODERN STUDENT

*У статті викладено основні результати теоретичного аналізу соціально-психологічних аспектів структури шкільного освітнього середовища; розглянуто різні погляди зарубіжних і вітчизняних учених на сутність ефективного освітнього середовища. На основі узагальнення й систематизації наукових джерел висвітлено актуальність досліджуваної проблеми з огляду на те, що в наш час освітня галузь активно трансформується й необхідно враховувати, що вплив школи на розвиток особистості є досить вагомим.*

*Проаналізовано дані досліджень, проведених вітчизняними й зарубіжними вченими, на предмет того, що за час навчання в школі учні не лише набувають базових знань, а й засвоюють нові соціальні ролі, моральні норми та цінності, формуються нові інтереси. Також школа впливає й на розвиток вольових якостей, таких як активність, амбіційність, цілеспрямованість. Ці якості розвиваються на фоні правильного функціонування шкільного освітнього середовища. Освітнє середовище – це соціально-психологічні умови, які мають сприяти досягненню освітньої мети. Метою освіти є всебічний розвиток людини як особистості й найвищої цінності суспільства. Школа є інститутом соціалізації особистості, що втілюється за двома напрямками: соціально-психологічним (засвоєння норм соціальної поведінки, наслідування, неусвідомлене отождолення себе з кимось) і соціально-педагогічним (засвоєння прийнятих у суспільстві еталонів поведінки, норм, стереотипів і поглядів).*

*Сучасні тенденції освіти пов'язані з ідеєю створення умов для розвитку особистості. Освітнє середовище є частиною життєвого, соціального середовища людини, яка виявляється в сукупності факторів, що безпосередньо або опосередковано впливають на особистість у процесах навчання, виховання та розвитку, тобто є простором, у якому здійснюється розвиток особистості.*  
**Ключові слова:** шкільне освітнє середовище, соціально-психологічна атмосфера, ціннісні орієнтири, ефективне середовище, компетентності, соціальна взаємодія.

*The main results of the theoretical analysis of social and psychological aspects of the structure of the school educational environment are presented in the article; different views of foreign and domestic scientists on the essence of an effective educational environment are considered. Based on the generalization and systematization of scientific sources highlighted the relevance of the research problem, given that in our time the educational sector is actively transforming and we must take into account that the impact of school on personal development is quite significant.*

*The data of researches conducted by domestic and foreign scientists are analyzed, for the fact that during their studies at school students not only acquire basic knowledge, but also learn new social roles, moral norms and values, new interests are formed. Also, the school influences the development of strong-willed qualities, such as activity, ambition, purposefulness. These qualities develop against the background of the proper functioning of the school educational environment. The educational environment is a socio-psychological conditions that should contribute to the achievement of educational goals. And the purpose of education is the comprehensive development of man as a person and the highest value of society. The school is an institution of socialization of the individual, which is embodied in two areas: socio-psychological (assimilation of norms of social behavior, imitation, unconscious identification with someone) and socio-pedagogical (assimilation of socially accepted standards of behavior, norms, stereotypes and views).*

*Current trends in education are associated with the idea of creating conditions for personal development. The educational environment is part of the living, social environment of man, which is manifested in a set of factors that directly or indirectly affect the individual in the processes of learning, education and development; is a space in which the development of personality takes place.*

**Key words:** school educational environment, socio-psychological atmosphere, values, effective environment, competencies, social interaction.

УДК 159.922.27:373.5]:159.922.82  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.7>

#### Дубатовк В.С.

аспірантка першого року навчання  
Вінницький державний  
педагогічний університет імені  
Михайла Коцюбинського

#### Паламарчук О.М.

д.психол.н., професор,  
завідувач кафедри психології  
та соціальної роботи  
Вінницький державний  
педагогічний університет імені  
Михайла Коцюбинського

**Постановка проблеми.** Шкільне освітнє середовище є одним із важливих чинників формування особистості учня, який сприяє або перешкоджає процесу розвитку освіти в умовах інноваційних змін. Вагому цінність у житті кожного учня мають не лише академічні знання та матеріально-технічне забезпечення, а й спілкування з однолітками, позашкілья й, звичайно ж, соціально-психологічна атмосфера.

На сучасному етапі розвитку освіти існує загострення протиріч між об'єктивною необ-

хідністю формування життєвої компетентності учнів і можливостями сучасної освітньої системи, між процесами саморозвитку особистості й системою традиційного виховання, спрямованого на єдині стандарти її формування, а також недостатньою розробленістю практичних основ означеної проблеми. Варто розглядати ефективне освітнє середовище як атмосферу, яка є сприятливою для розвитку повноцінної особистості й передусім базується на ціннісних орієнтирах сучасної української школи.

Особливої актуальності набуває проблема створення умов для формування особистості, яка здатна до самоактуалізації, лідерства, творчого сприйняття світу й соціально значущої діяльності, спрямованої на розвиток суспільства. У зв'язку із цим соціально-психологічні проблеми формування життєвої компетентності особистості виходять сьогодні на рівень пріоритетних в українському суспільстві.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Шкільне освітнє середовище стало предметом дослідження зарубіжних (А. Уоттс, В. Ясвін, Г. Ковальов, В. Рубцова) та вітчизняних (І. Бех, О. Сухомлинська, І. Зязюн, О. Савченко, В. Гриньова, В. Панов) науковців.

Дослідженням ролі шкільного середовища в розвитку особистості займалися А. Мудрик, В. Белінський, Л. Карамушка, Л. Виготський.

**Постановка завдання.** Мета статті – теоретично дослідити значення й соціально-психологічні аспекти впливу шкільного освітнього середовища на розвиток особистості сучасного учня.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Поняття освітнього середовища включає основні потреби й можливості розвитку, які забезпечують учням особистісно-орієнтоване навчання. Це можливість задоволення фізіологічних потреб; потреби в безпеці; засвоєнні групових норм та ідеалів; потреби у визнанні, суспільному схваленні; потреби в праці, значущої діяльності; у збереженні й підвищенні самооцінки; пізнавальної потреби в особливій галузі інтересів; потреби в естетичному оформленні навколишнього оточення; потреби в самостійному впорядкуванні індивідуальної картини світу; потреби в оволодінні все більш високим рівнем майстерності; потребі в самоактуалізації особистості [9, с. 228].

У Законі України «Про освіту» мету освіти визначено як усебічний розвиток людини як особистості й найвищої цінності суспільства, її талантів, інтелектуальних, творчих і фізичних здібностей, формування цінностей і необхідних для успішної самореалізації компетентностей, виховання відповідальних громадян, які здатні до свідомого суспільного вибору та спрямування своєї діяльності на користь іншим людям і суспільству, збагачення на цій основі інтелектуального, економічного, творчого, культурного потенціалу українського народу, підвищення освітнього рівня громадян задля забезпечення сталого розвитку [6].

Також освітнє середовище припускає включення системи комунікацій і створюваного учнями власного культурного мікросередовища. Це може привести до того, що структура не тільки індивідуального світогляду, а й суспільної свідомості може зміститися в бік більш чіткого й усвідомленого розуміння та ухва-

лення суспільних цінностей, чіткішої й усвідомленої орієнтації на гуманістичний напрям розвитку суспільства, точніше, розуміння того, що людина є рушійна сила й суб'єкт суспільно-історичного процесу [7, с. 146].

Ситуація в шкільній освіті радикально змінилася. Сьогодні експерименти у сфері освіти представлені найрізноманітнішими напрямками, передусім це інноваційні психолого-педагогічні технології, індивідуальні та групові форми організації процесу навчання, рівнева диференціація навчального змісту й диференціація дітей за здібностями. Таким чином, школи отримали значно більшу свободу і самостійність, при цьому зросла й різноманітність внутрішніх соціально-психологічних завдань, які змогла ставити перед собою і вирішувати засобами кожна конкретна школа. Однак не кожна школа використовує ці можливості. Змінилося й соціальне замовлення: одержало «офіційне» визнання завдання розвитку дитини як основного результату й основної цінності освітніх впливів. Саме цінності є фундаментом освіти, умовою формування людини та суспільства, які як у професійній, так і в повсякденній діяльності зважають морально-етичний, а також і публічний інтереси [4].

У більшості зарубіжних досліджень освітнє середовище описується в термінах «ефективності школи» як соціальної системи – емоційного клімату, особистого благополуччя, особливостей мікрокультури, якості виховного освітнього процесу.

А. Уоттс, досліджуючи умови та фактори розвитку біологічних і соціальних процесів, відзначав: «Якщо розумний організм, то розумним має бути і його середовище» [13, с. 21].

У свою чергу, В. Ясвін тлумачив освітнє середовище як систему впливів та умов формування особистості, а також можливостей для її розвитку, які містяться в соціальному й просторово-предметному оточенні [10, с. 45].

Унаслідок узагальнення власного досвіду дослідження освітніх процесів Г. Ковальов [9, с. 229] розглядає освітнє середовище як структуру, яка включає такі компоненти:

1) фізичне оточення – шкільне приміщення, його дизайн, розмір і просторова структура навчальних помешкань, умови для переміщення й розміщення учнів;

2) людський фактор – добір учнів, наповнення класів і його вплив на соціальну поведінку учнів, особливості й успішність учнів, етнічні особливості, якість підготовки вчителів, статеві структура шкільного контингенту;

3) програма навчання – новаторський характер змісту програм навчання, технології навчання, стиль і методи навчання, форми навчальної діяльності, характер контролю.

На думку дослідника, аналіз освітнього середовища на рівні соціальних взаємодій

припускає, що не існує наперед показників, які б кількісно визначили більш або менш «ефективну» школу, оскільки кожна школа унікальна.

На думку В. Рубцова, змістовні характеристики освітнього середовища школи визначаються тими внутрішніми завданнями, які конкретна школа ставить перед собою. І саме набором та ієрархією цих завдань визначають зовнішні (доступні спостереженню й фіксації) характеристики освітнього середовища. До них можна віднести й представлені вищі критерії: змістовні (рівень і якість культурного змісту), процесуальні (стиль спілкування, рівень активності), результативні (розвиваючий ефект) [1, с. 7].

Вітчизняні дослідники одностайні в поглядах, що ціннісний компонент є основою шкільного освітнього середовища.

Зокрема, науковець І. Бех підходить до обґрунтування поняття освітнього середовища як ціннісного процесу. Інші відомі українські науковці – О. Сухомлинська, І. Зязюн, О. Савченко – уважають, що за сучасних умов підвалинами освітньої системи повинні стати гуманістичні цінності [5, с. 12].

На думку В. Гриньової, організація навчально-виховного процесу повинна базуватися на активній діяльності учнів, позитивній мотивації навчання, розвитку пізнавальної діяльності, урахуванні вікових особливостей, успішній соціалізації, сприятливих умовах для спілкування та цінностей [2, с. 98].

О. Малихіна, розкриваючи аксіологічну сутність особистісної моделі навчання, відзначає, що гуманістичні цінності є провідними засадами для такого типу навчання. Дослідник В. Слободчиков також відштовхується від культурно-суспільного контексту, вписує освітнє середовище в механізми розвитку дитини, визначаючи таким чином її цільове й функціональне призначення. В. Панов у дослідженні освітнього середовища звертає основну увагу на «технологічний» рівень його реалізації й оцінки [5, с. 13].

Проблема створення освітнього середовища в сучасній школі переконує нас у тому, що необхідно системно застосовувати інноваційні соціально-психологічні підходи до організації навчально-виховного процесу. Особистісний підхід визнає носієм освітнього процесу не учня як такого (індивіда), а його особистість. Утвердження особистості найвищою цінністю буття, навколо якої групується решта суспільних пріоритетів, характеризує особистісно-ціннісний підхід у навчально-виховному процесі. Культивування гуманістичних цінностей, орієнтирів, які втілюють національні й загальнолюдські цінності духовного життя суспільства та становлять одну з його сутнісних основ, декларує ціннісний підхід.

Важливим складником системи формування нового змісту освіти є чітке бачення результатів взаємодії «учень – учитель», в основі якого відповідні цінності, зазначені в Концепції Нової української школи, що, у свою чергу, рекомендовані Європейським парламентом і Радою Європи, містять 24 риси й чесноти, що їх визнали пріоритетними понад 50 країн світу, а саме: креативність, цікавість, критичне мислення, любов до навчання, мудрість, відвага, наполегливість, чесність, енергійність, любов, доброта, соціальний та емоційний інтелект, співпраця, справедливість, лідерство, вміння пробачати, скромність, розсудливість, самоконтроль, вдячність, оптимізм, гумор і віра [8].

Цінності в освіті мають бути не просто добіркою хороших і гідних правил життєдіяльності в суспільстві, а наочним набором внутрішніх щоденних принципів, які допоможуть у дорослому житті не лише обрати професію, знайти своє покликання, а й реалізувати свій творчий потенціал, стати гідним громадянином, сім'янином.

Школа важлива насамперед тим, що вона є найпотужнішим інструментом соціалізації дитини, завдяки якому суспільство отримує особистість, яка вміє жити в соціумі, тобто засвоїла та здатна відтворити соціальний і культурний досвід, властивий суспільству, соціальній спільності, групі. Однак за несприятливих умов існує ризик зворотного ефекту, тобто суспільство отримує особистість, невпевнену в собі, тривожну, з низькою самооцінкою, яка не буде прагнути подальшого розвитку та самореалізації. Відповідно, на особливу увагу при оцінці правильності формування особистості заслуговує вплив соціально-психологічних умов у школі.

Розвиток дитини відбувається безперервно. Навчання охоплює такі важливі життєві періоди, як дитинство, підлітковий вік і дорослішання. У цей час людина перебуває в суспільстві й, відповідно, отримує нові навички та знання, відповідно, формується її система цінностей. Від того, наскільки теплою та дружньою є атмосфера в шкільному освітньому середовищі, залежатиме, наскільки дитина буде доброзичливою. Комунікативний досвід, отриманий у шкільні роки, нерідко визначає міру довіри до навколишнього світу [4].

А. Мудрик [3, с. 62], автор інноваційних програм, спрямованих на психологічний розвиток і соціалізацію дітей, стверджує, що сучасна школа володіє всіма механізмами соціалізації, унаслідок чого здатна активно впливати не тільки на дитину, а й на суспільне життя в цілому. Серед основних механізмів шкільної соціалізації дослідник виділяє два основні напрями:

1) соціально-психологічний – неусвідомлене засвоєння дитиною норм соціальної поведінки, наслідування якогось прикладу, неусвідомлене ототожнення себе з якоюсь людиною (або групою);

2) соціально-педагогічний – засвоєння дитиною прийнятих у суспільстві еталонів поведінки, норм, стереотипів і поглядів.

Тобто за час перебування в школі учні не лише набувають базових знань, а й свідомо чи мимоволі засвоюють нові соціальні ролі, моральні норми та цінності.

Ще один важливий аспект впливу школи на особистість учня – це формування нових інтересів. Сучасні навчальні заклади мають в арсеналі різноманітні секції та гуртки. Беручи участь у всіх шкільних заходах, дитина розвивається, знаходить щось справді цікаве для себе. Іноді саме за рахунок кропіткої роботи шкільного колективу дитина визначається з бажаною професією. Але в сучасних реаліях такі шкільні заходи не є в пріоритеті, що негативним чином впливає на розвиток ініціативності сучасного учня.

Також школа впливає й на розвиток вольових якостей у дітей. Активність, цілеспрямованість, амбіційність – якості, які розвиваються на фоні правильного функціонування шкільного освітнього середовища. Необхідно враховувати, що, стимулюючи учнів до постійного пізнання, отримання нової інформації, викладач може домогтися того, що діти й життя продовжать проявляти амбітність і цілеспрямованість. Крім знань із предметів, у школі діти здобувають і певні погляди.

Тому безпосереднє призначення шкільного колективу полягає в тому, що процес формування й розвитку особистості має бути організованим, таким чином, щоб у ході свого розвитку дитина плавно й безболісно була підготовлена до соціального життя. Школа повинна являти собою громадську організацію, метою якої є створення навчально-розвивального середовища для соціально-орієнтованої та гармонійно розвиненої особистості [8].

**Висновки з проведеного дослідження.** Теоретичний аналіз сучасних варіацій тлумачення й поглядів на те, яким має бути шкільне освітнє середовище, що сприятиме розвитку особистості сучасного учня, переконує нас у значимості системи цінностей, на яких будуються шкільні правила та стратегії розвитку. Висновки вітчизняних і зарубіжних дослідників переконують у тому, що шкільне освітнє середовище є атмосферою, яка включає емоційний клімат, комунікативний досвід, організованість, ціннісні орієнтири сучасної школи (гідність, рівність, справедливість, тур-

бота, чесність, довіра, верховенство права, патріотичність, екологічність, етичність, соціальна відповідальність, свобода, лідерство та самореалізація, толерантність і культурне різноманіття).

Перспектива подальшого вивчення соціально-психологічних чинників розвитку особистості в шкільному освітньому середовищі є актуальною, вимагає залучення нових наукових підходів.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Борисов В. Освітнє середовище як чинник формування культурних ідентичностей молоді. *Наукові записки Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. Серія «Педагогічні та історичні науки»*. 2014. № 119. С. 5–10.
2. Доценко О. Освітнє середовище як умова формування компетентностей школярів. *Наукові записки Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. Серія «Педагогічні науки»*. 2013. № 123 (2). С. 96–99.
3. Мудрик А. Социальная педагогика. Москва : Академия, 2013. 240 с.
4. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи. Київ: Міністерство освіти і науки України, 2016. 40 с. URL: <https://www.kmu.gov.ua/storage/app/media/reforms/ukrainska-shkolacompressed.pdf>.
5. Полобок Л. Формування і розвиток соціально зрілої особистості в школі. *Постметодика. Педагогічні технології*. 2015. № 2. С. 12–14.
6. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 № 2145-VIII. URL: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>.
7. Тітов С. Інформаційно-освітнє середовище навчального закладу: розвиток засобів і способів комунікаційної й інформаційної взаємодії. *Вісник Харківської державної академії культури*, 2014. № 43. С. 144–150.
8. Ціннісні орієнтири сучасної української школи. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/Serpneva%20conferencia/2019/Presentation-Roman-Stesichin.pdf>.
9. Щербак І. Сучасні підходи до розуміння поняття «освітнє середовище» *Теорія та методика навчання та виховання*. 2012. № 32. С. 227–231.
10. Ясвин В. Образовательная среда: от моделирования к проектированию. Москва : Смысл, 2001. 365 с.
11. Mark R. Raymond. *Jon Analysis and Specification of Content for Licensure and Certification Examination. Applied measurement foreducation. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.* 2001. № 14 (4). P. 369–415.
12. Smith V. *New Dimensions for General Education. Higher Learning in America, 1980–2000. Ed. by Levine A.* Baltimore: John Hopkins Univ. Press, 1994. 244 p.
13. *Survey of the Practice of Psychology, prepared by Professional Examination Service. Association of States and Provincial Psychology Boards*, 2003. 147 p.

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ТА УВАГИ ПЕРШОКУРСНИКІВ В СИТУАЦІЇ ІСПИТУ

### THE PECULIAR FEATURES OF PSYCHO-EMOTIONAL STATE AND ATTENTION OF FIRST-YEAR STUDENTS IN THE EXAM SITUATION

*У статті представлено результати теоретико-експериментального дослідження впливу ситуації екзамену на психоемоційний стан та показники уваги студентів закладів вищої освіти. Теоретичний аналіз проблеми дозволив виокремити психологічну сутність екзаменаційного стресу, його вплив на когнітивну, емоційну та поведінкову сфери особистості. Закцентовано увагу на тому, що ситуація іспиту та високий рівень навчального стресу, який вона спричиняє, позначаються за загальному стані здоров'я та академічній успішності студентів, що негативно впливає на процес професійно-особистісного становлення майбутнього фахівця.*

*У результаті емпіричного дослідження було з'ясовано, що ситуація іспиту змінює психоемоційний стан студентів по-різному. Було виділено чотири тенденції впливу ситуації іспиту на психоемоційний стан студентів. Цей вплив виражається у зміні інтенсивності тривоги та виснаження. Перша тенденція описується як така, що не має ознак стресу, виснаження та тривоги. Друга тенденція виявляється у зменшенні інтенсивності тривоги, відсутності ознак стресу. Третя тенденція виявляється у стабільно високій інтенсивності тривоги під час наростання виснаження. Четверта тенденція характеризується наростанням інтенсивності тривоги та виснаження. Зафіксовано зміну показників уваги, цілеспрямованої активності та розумової працездатності за кожного типу реагування респондентів на ситуацію іспиту. Встановлено, що екзаменаційний стрес спричиняє зрушення більшості показників уваги в бік зниження їх рівня (успішність роботи, швидкість обробки інформації, розумова працездатність та розумова продуктивність, стійкість концентрованої уваги). Водночас стабільно високими у всіх респондентів залишилися показники концентрації уваги, обсягу зорової інформації, точності уваги. Це доводить, що ситуація іспиту є умовою виникнення низки психологічних реакцій, які можуть викликати зниження результативності діяльності через значне психічне напруження.*

*Результати досліджень доводять необхідність пошуку нових способів оцінки знань та вмінь студентів, рівня набутих ними компетентностей, а також розробки різноманітних методів психологічного впливу для підвищення стресостійкості студентів у ситуації випробування.*

**Ключові слова:** психоемоційний стан, стрес, екзаменаційний стрес, увага, студенти.

*The paper presents the results of theoretical and experimental study of the impact of the exam situation on the psycho-emotional state and attention indicators of students of higher education institutions. Theoretical analysis of the problem allowed to identify the psychological essence of examination stress, its impact on the cognitive, emotional and behavioral spheres of personality. It is emphasized on the fact that the situation of the exam and the high level of educational stress caused by it, affects the general health condition and the level of academic performance of students, which negatively affects the process of professional and personal development of the future specialist.*

*Empirical research has shown that the situation of the exam changes the psycho-emotional state of students in different ways. Four trends in the impact of the exam situation on the psycho-emotional state of students, which is expressed in changes in the intensity of anxiety and exhaustion, have been identified. In particular, the first trend is described as having no signs of stress, exhaustion or anxiety; the second tendency is manifested in a decrease in the intensity of anxiety, the absence of signs of stress; the third one has a consistently high intensity of anxiety with increasing exhaustion; and finally, the fourth trend is characterized by an increase in the intensity of anxiety and exhaustion. The change of attention indicators, purposeful activity and mental capacity for each type of response of respondents to the situation of the exam has been recorded. It has been found that exam stress causes a shift in most indicators of attention to reduce their level (performance, speed of information processing, mental performance and mental productivity, stability of focused attention), while consistently high in all respondents' indicators of concentration, volume of information, accuracy of attention. This proves that the situation of the exam is a condition for a number of psychological reactions that can cause a decrease in performance due to significant mental stress.*

*The results of research prove the necessity of finding the new ways to assess students' knowledge and skills, the level of their acquired competencies, as well as to develop various methods of psychological influence to increase students' resilience in a test situations.*

**Key words:** psycho-emotional state, stress, examination stress, attention, students.

УДК 159.944.4:159.952:37.091.212  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.8>

**Савицька О.В.**

к. психол. н.,  
доцент кафедри психології освіти  
Кам'янець-Подільський національний  
університет імені Івана Огієнка

**Постановка проблеми.** Професійна підготовка майбутнього фахівця з вищою освітою передбачає низку заходів, які спрямовані як на формування та розвиток визначених освітньо-професійними програмами інтегральної, загальних та спеціальних (фахових) компетентностей в ході вивчення низки обов'язкових освітніх компонентів, так і на перевірку

рівня оволодіння програмними результатами навчання. Освітній процес передбачає як поточний, так і підсумковий контроль знань студентів з кожного освітнього компоненту навчального плану. Як правило, підсумковий контроль реалізується у формі заліку й екзамену. Якщо здебільшого залік з навчальної дисципліни студенти отримують за резуль-

татами поточного контролю («автоматом») наприкінці семестру, то екзамен є особливим способом перевірки знань студентів під час сесії. Щоправда, у закладах вищої освіти сьогодні урізноманітнюються форми екзаменів, та все ж іспит є ситуацією, яка породжує стрес у студентів. Досить часто психічне напруження, яке він викликає, а також фізіологічні та психічні порушення, спричинені ним, негативно відображаються на особистісно-професійному розвитку майбутнього фахівця, його психічному здоров'ї.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** У психологічній літературі проблеми навчального та екзаменаційного стресів обговорюються з середини ХХ століття. У психологічних та фізіологічних дослідженнях доведено, що екзамен є одним з найсильніших джерел стресу (Д. Брайт, Ю.В. Щербатих та ін.). Екзаменаційний стрес як тимчасовий стан супроводжується сильним занепокоєнням, втратою контролю над ситуацією, очікуванням небажаного розгортання подій [1], до яких доєднується комплекс фізіологічних зрушень в організмі [2], і поєднує різні рівні регулювання (зокрема, моторний, вегетативний, психічний, соціально-психологічний, психологічний, психофізіологічний та фізіологічний) [8].

Інтенсивність екзаменаційного стресу, як підкреслює Ю.В. Щербатих, визначається особистісною значущістю для студента самої ситуації іспиту [15]. Саме орієнтація студентів на успіх у ситуації іспиту дозволяє вибрати конструктивні стратегії для подолання стресу [5]. Окрім того, на розвиток, силу та особливості розгортання стресу впливає низка таких вроджених чинників, як тип ВНД та властивості темпераменту [9], стать [3], а також таких набутих факторів, як емоційно-вольові якості особистості [13], рівень життєстійкості [11] тощо.

Екзаменаційний стрес вчені розглядають як чинник, який впливає на протікання пізнавальних процесів і результативність та успішність навчальної діяльності загалом. Як зазначає О. Кондаш, досить чутливою до психічних навантажень, які спричиняє ситуація іспиту, є увага [6].

Доведено, що вплив ситуації екзамену не зникає після його завершення, а афективні сліди іспиту зберігаються впродовж трьох місяців після нього і продовжують негативно впливати на рівень розумової працездатності студента в міжсесійний період [7]. Хоча досить часто вчені розглядають саме деструктивний вплив екзамену на поведінку та психіку студентів, що доведений в низці емпіричних досліджень [6; 7; 10 та ін.], чимало авторів підкреслює стимулюючий вплив екзаменаційного стресу на особистісний розвиток людини. Екзамени забезпечують мобілізацію психіч-

них та фізіологічних ресурсів особистості для подолання перешкод та труднощів у ситуації навчання [14; 15; 11]. Отже, екзаменаційний стрес не завжди має згубний характер [7; 14].

Існує значний практичний інтерес до проблем психоемоційного стану студентів у різних ситуаціях освітнього процесу та необхідності здійснення корекційно-відновлювального впливу на особистість, що перебуває під впливом стресогенних чинників. Вчені займаються обґрунтуванням сучасних форм екзамену та з'ясуванням змін у когнітивній сфері особистості. Водночас є мало робіт з цих питань, що і стало підставою для нашого дослідження.

**Постановка завдання. Метою статті** є з'ясування специфіки впливу ситуації іспиту на показники уваги та психоемоційного стану студентів-першокурсників.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Психологічні механізми виникнення та динаміки психічних станів, особливості ситуації іспиту, в якій перебувають студенти під час екзаменаційної сесії, не лише визначили набір діагностичного інструментарію для психологічного обстеження і послідовність пред'явлення методик, а й зумовили вибір термінів збору емпіричних даних.

Вибірка утворювалася випадковим способом і складалася з 72 студентів першого курсу напряму підготовки «Педагогічна освіта» денної форми навчання. Вік студентів – 17–18 років.

У дослідженні використовувалися такі методи психодіагностичного обстеження: модифікований варіант восьмиколірного тесту Макса Люшера «Метод кольорних виборів» (МКВ) [12] для вивчення особливостей психоемоційного стану студентів у ситуації іспиту, коректурна проба (буквений варіант) для діагностики особливостей та властивостей уваги.

Дослідження проводилося за день до іспиту та в день іспиту. За день до іспиту здійснювалося вивчення властивостей та особливостей уваги. Студентам пропонувалася коректурна проба (тест Бурдона) (час роботи з методикою – 5 хв). Час відмірявся секундоміром. Дослідження проводилося в груповій формі. У день іспиту проводилося визначення особливостей актуального психоемоційного стану студентів за допомогою МКВ з використанням восьмиколірного ряду. Відповідно до процедури обстеження вибір кольорів від найприємнішого до найнеприємнішого здійснювався студентами двічі з інтервалом у 2 хвилини до іспиту. Дослідження проводилося індивідуально з кожним студентом.

Обробка отриманих в ході дослідження емпіричних даних проводилася за допомогою методів математичної статистики (визначення відсоткових співвідношень, критерію Манна – Уїтні).



З діагностичної точки зору найінформативнішим є порівняння результатів діагностики за допомогою МКВ, отриманих у першій та другій спробі групування кольорів. Таке порівняння дозволяє виявити не лише найтипівіший розподіл восьми кольорів за вісьмома позиціями, стійкі «пари» кольорів, тобто визначити не лише особливості психоемоційного стану респондента, силу психологічного чи фізіологічного стресу, який викликає тривогу, а й основні тенденції зміни тривоги (наростання чи зменшення), її інтенсивність і допомагає зробити прогноз щодо стану респондента.

Окрім того, аналіз отриманих за допомогою МКВ результатів здійснювався за розміщенням кольорів (основних і допоміжних) на першій, другій, третій та шостій, сьомій, восьмій позиціях.

Узагальнення даних МКВ виявило низку індивідуально-психологічних тенденцій. Оскільки раніше ми не проводили лонгитюдних досліджень за допомогою МКВ, спираючись на результати теоретико-емпіричних досліджень проблем екзаменаційного стресу, ми вважаємо, що отримані нами результати двократних виборів кольорів у ситуації екзаменаційного випробовування зумовлені саме цими особливими обставинами і відображають тимчасовий психічний стан, викликаний ситуацією іспиту. Зокрема, більшість респондентів в обох спробах на перших трьох позиціях розмістила основні кольори (синій, зелений, червоний та жовтий). Додаткові кольори (фіолетовий, коричневий, чорний та сірий) студенти змістили до нижнього краю розкладки (на шосту, сьому та восьму позиції). Водночас спостерігалася тенденція до зміщення одного або двох основних кольорів на шосту, сьому та восьму позиції у 75% респондентів у другій спробі або в обох спробах, що свідчить про психологічний або фізіологічний стрес, викликаний тривогою різної інтенсивності. Крім того, відбувалося зміщення одного або двох допоміжних кольорів до початку ряду (на першу або другу позицію) у 30,1% респондентів, що свідчить про наростання виснаження, викликаного стресом та тривогою, що ним породжена.

Визначення інтенсивності тривоги здійснювалося шляхом порівняння першого та другого вибору та групування кольорів. З'ясувалося, що спостерігається чотири основні тенденції зміни інтенсивності тривоги, накопичення виснаження, прояву активності та стресу загалом. Першу тенденцію можна охарактеризувати як таку, за якої немає ознак стресу та тривоги, виснаження відсутнє, а цілеспрямована активність та працездатність недостатні. Такі особливості психоемоційного стану спостерігалися у 19,4% респондентів. Друга тенденція виявляється у зниженні інтенсивності

тривоги, відсутності ознак стресу. Водночас ми відзначили ознаки виснаження за хорошою працездатністю та недостатньо цілеспрямованою активністю. Така тенденція була виявлена у 26,4% респондентів. Третю тенденцію, яка виявлена у 19,4% респондентів, можна описати як стабільно високу інтенсивність тривоги за недостатньо цілеспрямованою активністю та знижену працездатність за наростання виснаження. Четверта тенденція, зафіксована у 34,7% респондентів, характеризується високою цілеспрямованою активністю, хорошою працездатністю і водночас наростанням інтенсивності тривоги та виснаження.

Отримані нами результати свідчать про позитивний психоемоційний стан, що відповідає ситуації іспиту, а також про відсутність серйозних психосоматичних розладів у першокурсників. Однак варто відзначити, що узагальнений аналіз отриманих за допомогою МКВ результатів дозволяє виокремити чотири основні форми реагування першокурсників на екзаменаційний стрес та виділити чотири групи респондентів: 1) не виявляють стресу (відсутня реакція на стресор) (група А); 2) перебувають у стані стресу, але інтенсивність тривоги має тенденцію до зменшення (група Б); 3) перебувають у стані стресу та виснаження (група В); 4) перебувають у стані стресу з тенденцією до наростання інтенсивності тривоги та виснаження (група С). Ми припускаємо, що особливості реагування на стрес будуть викликати специфічні зміни у когнітивних функціях першокурсників. З огляду на це ми вважаємо за необхідне більш детально проаналізувати особливості психоемоційних станів студентів кожної з виділених нами груп за способом реагування на екзаменаційний стрес.

Оскільки вважається, що другий вибір у МКВ є більш безпосереднім і невимушеним і дозволяє отримати більш надійні результати, а найінформативнішими для опису психоемоційного стану є розміщення основних та допоміжних кольорів на першій-другій та сьомій-восьмій позиціях, то аналіз стійких пар кольорів на цих позиціях дозволив виокремити специфічні особливості психоемоційного стану студентів кожної з виділених нами груп. Так, для психоемоційного стану студентів, які нами об'єднані у групу А відповідно до поєднань кольорів (жовтий – зелений) на першій та другій позиціях у другій спробі, характерним є стеничний тип реагування на ситуацію, а також активна позиція, оптимістичність, сподівання на кращий результат. Присутність одночасно коричневого (78,6%) і сірого (21,4%) на сьомій та чорного (50%), сірого (28,6%) і коричневого (21,4%) на восьмій позиціях свідчить про відповідальність, підвищену напруженість через самоконтроль та відсутність втоми у респон-

дентів в ситуації екзаменаційного стресу.

У респондентів групи Б спостерігалось домінування червоного (78,9%) та жовтого (63,2%) кольорів на першій та другій позиціях у поєднанні з домінуванням коричневого (63,1%) на сьомій і чорного (47,4%) та фіолетового (36,8%) на восьмій позиціях. Це свідчить про поєднання активності з нестійкістю емоційного стану, оптимістичність, прагнення до успіху та боротьби, а також про потребу керувати власною долею. Зміщення основних кольорів (зеленого (21,1%), синього (21,1%) та червоного (21,1%) в кінець ряду, тобто на 6 і 7 позиції, та поява сірого кольору (21,1%) на 2 позиції, що трапляється у респондентів цієї групи, свідчить про виснаження, зумовлене тимчасовим напруженням, викликаним ситуацією іспиту.

На першій позиції у респондентів групи В теж домінує жовтий колір (50%) зі значною кількістю сірого (28,6%), але у поєднанні у 50% випадків із зеленим, а у 50% з коричневим та сірим кольорами, чого не спостерігалось у групах А і Б. Таке розміщення основних і допоміжних кольорів є відображенням стану емоційної напруженості, фізичної втоми та дискомфорту, тривожних відчуттів небезпеки, що може загрожувати, а також свідчить про значну втому та стрес. Зміщення основних кольорів (синього (28,6%), червоного (28,6%) та жовтого (14,2%) на сьому позицію, а червоного (28,6%) на восьму позицію свідчить про стрес, переважно, стурбованість та перезбудження, що викликані ситуацією іспиту, і це поєднується з небажанням діяти для зміни ситуації, схильністю до підвищеного самоконтролю, що дозволяє приховати вразливість, роздратування та невпевненість.

Нарешті, у респондентів групи С при домінуванні основних кольорів на перших трьох позиціях спостерігається тенденція до вибору кольорів соматичного дискомфорту – сірого (по 28% на другій та третій позиціях) та чорного (8% та 12% на першій та третій позиціях). Спостерігається також незначна кількість фіолетового (16% на третій позиції). Це є відображенням тривожності з соматичним забарвленням, стресу, незадоволеного бажання визнання, емоційної нестійкості. А у поєднанні з основними кольорами на сьомій позиції (синій, зелений, червоний (по 20%), жовтий (16%) і восьмій (жовтий 16%) це свідчить про прагнення респондентів звільнитися від обмежень ситуації іспиту, бажання вийти з травмуючої ситуації, а також про максимальну напруженість, виснаження, перезбудження, страх, тривогу, пов'язану з розчаруванням та відчуттям нездійснених бажань. Варто зазначити, що за результатами МКВ саме у цій групі ми можемо спостерігати прояви дезадаптації, тривоги, втрати самоконтролю, які позна-

чаються на здатності до концентрації уваги в ситуації іспиту.

З-поміж інтелектуальних функцій увага дуже чутлива до психічних навантажень, тому особливий інтерес становить зміна показників уваги студентів з різним типом емоційного реагування на екзаменаційний стрес.

Оскільки ми не виявили патологічного впливу стресу на психічне здоров'я респондентів, порівняння показників уваги здійснювалось відносно норм для психічно здорової дорослої людини. Ми аналізували такі показники уваги: успішність виконаної роботи (N), швидкість обробки інформації (Q), концентрацію уваги ( $K_u$ ), обсяг зорової інформації (V), коефіцієнт розумової працездатності ( $A_u$ ), точність роботи (A), стійкість концентрованої уваги ( $C_u$ ) та коефіцієнт розумової продуктивності (E).

Загалом зміни показників уваги та розумової працездатності в усіх чотирьох виділених нами групах студентів є закономірними. Слід відзначити, що екзаменаційний стрес спричинив зрушення більшості показників уваги в бік зниження їх рівня (загальної кількості переглянутих знаків, швидкості обробки інформації, розумової працездатності та розумової продуктивності, стійкості концентрованої уваги), водночас стабільно високими у всіх респондентів залишилися показники концентрації уваги, обсягу зорової інформації, точності уваги. Це дозволяє респондентам у стані психічного напруження отримувати бажаний результат. Низький рівень концентрації уваги у всіх респондентів спостерігається одночасно зі зростанням обсягу зорової інформації, що піддається обробці, та зниженням швидкості обробки одиниці інформації. Лише за таких умов студент, перебуваючи у стані стресу, може здійснювати діяльність.

Особливості психоемоційного стану студентів кожної з груп яскраво виявилися у показниках уваги (див. табл. 1). Варто зазначити, що студенти групи А при високому коефіцієнті точності уваги та дуже хорошій концентрації уваги, що загалом пояснюється такими характеристиками психоемоційного стану, як відсутність психічного напруження та втоми, активна позиція, очікування високого результату, мають низькі значення інших показників уваги. Це, ймовірно, пов'язано з індивідуальними властивостями уваги, а також недостатньою цілеспрямованістю та байдужістю в ситуації іспиту.

Привертає увагу і той факт, що у респондентів групи С вищими є всі показники уваги. Усі вони, як видно у таблиці 1, окрім показника стійкості концентрованої уваги, перебувають в межах норми або є значно вищими за норму. Тобто стрес чинить загалом стійкий вплив на діяльність студентів цієї групи в ситуації іспиту,

Таблиця 1

**Показники уваги студентів з різним формами реагування на екзаменаційний стрес**

Показник	Норма	Група А	Група Б	Група В	Група С
успішність виконаної роботи (N)	850 і більше	590	853	677	900
швидкість обробки інформації (Q)	1,6±0,16	1,31	1,33	1,2	1,61
концентрація уваги (K <sub>ц</sub> )	81-100 — дуже хороший	95,2	94	96,9	96
обсяг зорової інформації (V)	360-390	341	488	468	534
коефіцієнт розумової працездатності (A <sub>ц</sub> )	—2,8...2,8	1,97	2,22	2,09	2,6
коефіцієнт розумової продуктивності (E)	850 і більше	559	790	652	855
коефіцієнт точності уваги (A)	0,9-0,94 —вище середнього 0,95 —високий	0,91	0,93	97	95
стійкість концентрованої уваги (C <sub>ц</sub> )	5...35,5 низький	21,2	17,9	26	26

а значне зростання тривоги і виснаження зумовлене здебільшого високою особистою відповідальністю, особистісною тривожністю та суб'єктивним сприйняттям ситуації іспиту як загрозової.

Цікаво, що у ситуації, коли екзаменаційний стрес спричиняє стабільно високу інтенсивність тривоги або ж інтенсивність тривоги має тенденцію до зменшення в ситуації іспиту, показники уваги поводять себе, як видно з таблиці 1, або ближче до ситуації, характерної для показників групи А, або показників групи С. Зокрема, це стосується показника успішності роботи, коефіцієнта розумової продуктивності та розумової працездатності і точності уваги.

Використовуючи U-критерій Манна – Уїтні ми встановили такі статистично значущі відмінності коефіцієнту успішності роботи: між групами респондентів А і С:  $U_{емп} = 0$  (для  $p \leq 0,01$  та  $p \leq 0,05$ ); між групами респондентів Б і С:  $U_{емп} = 0$  (для  $p \leq 0,01$  та  $p \leq 0,05$ ); між групами респондентів В і С:  $U_{емп} = 90$  (для  $p \leq 0,01$  та  $p \leq 0,05$ ). Також ми визначили відмінності швидкості обробки інформації між групами респондентів А і С:  $U_{емп} = 40$  (для  $p \leq 0,01$  та  $p \leq 0,05$ ); між групами респондентів Б і С:  $U_{емп} = 90$  (для  $p \leq 0,01$  та  $p \leq 0,05$ ); між групами респондентів В і С:  $U_{емп} = 70$  (для  $p \leq 0,01$  та  $p \leq 0,05$ ). За показником обсягу зорової інформації ми визначили такі відмінності: між респондентами груп А і С:  $U_{емп} = 0$  (для  $p \leq 0,01$  та  $p \leq 0,05$ ); між групами респондентів Б і С:  $U_{емп} = 0$  (для  $p \leq 0,01$  та  $p \leq 0,05$ ); між групами респондентів В і С:  $U_{емп} = 0$  (для  $p \leq 0,01$  та  $p \leq 0,05$ ). За коефіцієнтом розумової працездатності ми виявили такі відмінності: між групами респондентів А і С:  $U_{емп} = 10$  (для  $p \leq 0,01$  та  $p \leq 0,05$ ); між групами респондентів Б і С:  $U_{емп} = 60$  (для  $p \leq 0,01$  та  $p \leq 0,05$ ); між групами респондентів В і С:  $U_{емп} = 60$  (для  $p \leq 0,01$  та  $p \leq 0,05$ ). Отримані результати засвідчують, що відмінності у зазначених показниках уваги у студентів з різними типом емоційного реа-

гування на екзаменаційний стрес є статистично значущими.

**Висновки.** Дослідження дозволило оцінити показники уваги першокурсників та виявити особливості психоемоційного стану студентів у ситуації іспиту.

Оцінка актуального психоемоційного стану студентів безпосередньо в ситуації іспиту виявила у всіх студентів прагнення контролювати власні емоції, заперечення потреби у відпочинку та розслабленні. У першокурсників діагностований позитивний психоемоційний стан, а також відсутність серйозних психосоматичних розладів. Ми виявили, що ситуація екзамену може викликати чотири різні типи реагування, які відрізняються за змінами інтенсивності тривоги, її динамікою, що позначається на показниках уваги. Аналіз останніх в ситуації іспиту засвідчує їх залежність від психоемоційного стану студентів. Ми з'ясували, що ситуація іспиту призводить до виснаження, втоми, породжує прагнення спокою, соматичний дискомфорт, емоційну нестійкість, потребу в соціальній активності, спілкуванні, ригідність, оптимістичність. Частина першокурсників вирізняється дратівливістю, захисною агресивністю, ірраціональними способами захисту від стресу, прагненням домінувати, наявністю високої мотивації досягнень. Стан напруження та стресу здебільшого виявився тонізуючим та таким, що дозволяє зберігати достатній рівень працездатності та уваги. Це забезпечує досягнення бажаних результатів навчання.

Отже, вивчення особливостей уваги та психоемоційного стану студентів у ситуації екзаменаційних випробувань є перспективною сферою наукових досліджень з огляду на необхідність розробки ефективних технологій прогнозування поведінки людини в стресових ситуаціях, попередження несприятливого впливу негативних чинників шляхом розробки стратегії і підвищення стресостійкості студентів та збереження їх психологічного здоров'я.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Богуш В.М. Особливості прояву екзаменаційного стресу у студентів ДВНЗ. *Young Scientist*. 2017. № 9 (1). С. 1–4.
2. Вальдман А.В. Психофізіологічна регуляція емоційного стресу. *Актуальные проблемы стресса*. Кишинев : Штиинцф, 1996. С. 34–43.
3. Взаимосвязь стратегий совладания с экзаменационным стрессом и тревожностью: роль пола, физиологических показателей и занятий спортом / Р.И. Жданов, Р.В. Куприянов, Д.Р. Нугманова, М.Я. Ибрагимова, В.Г. Двоеносов. *Образование и саморазвитие*. Том 15. 2020. № 2. С. 57–73.
4. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 752 с.
5. Колчигіна А.В. Психологічні можливості цілеспрямованого формування конструктивних форм опановуючої з екзаменаційним стресом поведінки студентів. *Журнальний науковий огляд*. 2015. № 10 (20). С. 1–8.
6. Кондаш О. Хвилювання: страх перед випробуванням. Київ : Радянська школа, 1981. 170 с.
7. Лурия А.Р., Леонтьев А.Н. Экзамен и психика. *Психологическое наследие : избранные труды по общей психологии*. Москва, 2003.
8. Максименко К.С. Переживання і подолання особистісно негативних психічних станів при хронічних соматичних захворюваннях : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2010. 18 с.
9. Рустамова Т.В. Сравнительный анализ влияния экзаменационного стресса на индивидуальные показатели студентов первых и четвертых курсов, обладающих различным типом темперамента. *Advances in Biology & Earth Sciences*. Vol. 5. 2020. № 2. P. 151–159.
10. Сапельнікова Т.С., Білоцерківська Ю.О. Дослідження негативних психічних станів студентів під час учбової діяльності як фактора порушення стресостійкості. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. Вип. 1. Т. 1. 2018. С. 159–163.
11. Семенцова О.М., Назаренко Д.Ю. Психологічні особливості прояву стресу у студентів під час навчання. *ЗНТІ*. 2011. С. 957–966.
12. Собчик Л.Н. Метод цветowych выборов. Модифицированный цветовой тест Люшера : методическое руководство. Москва : ВНИИТЭМР, 1990. 88 с.
13. Степаненко Л.В. Емоційні властивості в системі саморегуляції психологів. *Габітус*. 2020. Вип. 20. С. 56–61.
14. Щербатых Ю.В. Вегетативные проявления экзаменационного стресса : автореф. дис. ... докт. биол. наук. Санкт-Петербург, 2011.
15. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции. Санкт-Петербург : Питер, 2006. 256 с.
16. Lazarus R.S., Launier R. Stress – related transactions between person and environment. *Perspectives in interactional psychology*. New York : Plenum, 1978. P. 287–327.

## СЕКЦІЯ 5 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

### ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ СУЧАСНОЮ МОЛОДДЮ PECULIARITIES OF MANIFESTATION OF VERBAL AGGRESSION BY MODERN YOUTH

*У статті розглядається поняття вербальної агресії та особливості її прояву. Теоретичні основні, викладені в дослідженні, сприяють глибшому вивченню цієї проблеми. Роботи вчених, які досліджували це явище, допоможуть з'ясувати роль і вплив факторів, що беруть участь у розвитку вербальної агресії в молоді. Проведене автором дослідження дає змогу робити висновки про значне поширення вербальної агресії (особливо в юнацькому віці).*

*Так як питання агресії вивчалось багатьма вченими, трактування цього терміна має безліч варіацій. Справа в тому, що агресія як явище, поширене серед людей різних вікових категорій, має кілька різновидів, серед яких є вербальна агресія. Існує велика кількість визначень, що містять поняття агресивної поведінки, при цьому жодне з них не є досить повним і не відображає всю суть цього явища.*

*Основна увага приділяється способам прояву вербальної агресії, а також віковому діапазону вибірки, що відповідає дослідженню. Можливість справлятися з вербальною агресією і спрямовувати її в потрібне русло – один із важливих чинників успішної боротьби зі стресом і запорука повноцінного психічного розвитку кожної людини.*

*Для вираження вербальної агресії використовується словесна образа. Словесна образа – це стійка поведінка, у якій присутні слова та/або «інтелектуальні ігри», щоб навіяти невпевненість у собі на людину, яка зазнала нападу, і створити в кривдника почуття домінування та контролю [1, с. 23]. Вербальний конфлікт – це відкрита словесна суперечка, яка виходить із гніву чи люті і спрямована на контроль ситуації, а не окремої людини.*

*Будь-який із цих елементів, використовуваний часто або регулярно, окремо або разом, може понизити самооцінку, повагу та здатність діяти незалежно. Вербальна агресія використовується для маніпулювання, емоційного послаблення й контролю іншої людини. Прояви викликають сором, приниження й образу. Люди, які зазнають словесних образ, нечасто звертаються за професійною допомогою, саме тому ми маємо вивчити мотиваційний базис кривдників, шляхи розвитку та протікання вербальної агресії.*

**Ключові слова:** вербальна агресія, агресія в молоді, агресивність, мовна агресія, агресія вербального характеру, агресивна поведінка, сублимація.

*The article considers the phenomenon of verbal aggression and its manifestations. The theoretical foundations presented in this study contribute to a deeper issue study. Works of scientists who have studied this phenomenon helps us to determine the role and influence of factors involved in the development of verbal aggression. A survey conducted by author, as well as numerous techniques allows us to draw conclusions about the significant prevalence of verbal aggression (especially in adolescence).*

*Since the question of aggression has been studied by many scientists, the interpretation of this term has many variations. The fact is that aggression as a phenomenon common among people of different ages has several varieties, among which is verbal aggression. There is a large number of definitions that carry the concept of aggressive behavior, none of which is complete enough and doesn't reflect the essence of this phenomenon.*

*The main attention is paid to the ways of verbal aggression, as well as the age range of the sample, which corresponds to our study. The ability to cope with verbal aggression and direct them in the right direction is one of the main factors in the successful fight against stress.*

*Verbal abuse is used to express verbal aggression. Verbal abuse is a constant behavior in which words and/or "intellectual games" are present in order to instill self-doubt in the person being attacked. It shows control and dominance.*

*Verbal conflict is an open verbal dispute that arises out of anger or rage and is aimed at controlling the situation, not the individual.*

*Any of these elements, used frequently or regularly, individually or together, can destroy our self-esteem, respect and ability to act independently. It is used to manipulate and control another person. It causes shame, humiliation and resentment. Verbal insults should not be tolerated. People who experience verbal abuse rarely seek professional help.*

**Key words:** verbal aggression, aggression in youth, aggression, language aggression, aggression of a verbal nature, aggressive behavior, sublimation.

УДК 159.9.072

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.9>

**Амплєєва О.М.**

к.психол.н,  
доцент кафедри психології  
Чорноморський національний  
університет імені Петра Могили

**Божко О.О.**

студент кафедри психології  
Чорноморський національний  
університет імені Петра Могили

**Постановка проблеми.** Сучасне суспільство характеризується розвитком агресивної поведінки в міжособистісних формах спілкування. Підлітки та люди юнацького віку часто схильні до проявів деструктивної агресивної поведінки щодо однолітків, батьків, учителів та інших значимих фігур.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Дослідженням вербальної агресії займалися такі вчені, як Зігмунд Фрейд, Р. Берон, Д. Річардсон, А. Бандура, Р. Берон, Д. Річардсон, Р. Кайл, Л. Семенюк, Д. Виготського, Д. Ельконіна, Ю. Гіппенрейтер. Також ми розглянули праці вчених, присвячені вивченню

агресії (А. Басс, А. Бандура, Л. Бертковіц, Е. Фром).

**Постановка завдання.** Мета статті – висвітлення та вивчення мотивації виникнення вербальної агресії в молоді, а також пошук нових шляхів гармонізації особистості та зниження рівня вербальної агресивності.

**Виклад основного матеріалу.** Трактуювання агресії має неоднозначні тенденції серед учених. Потрібно виділити декілька основних тверджень, що стосуються агресивної поведінки особистості:

1. Агресивна поведінка являє собою стійке, цілеспрямоване бажання самоствердитися й відстояти свою «територію» [5, с. 45].

2. Л. Берковиць під агресією розуміє акти ворожості, атаки, руйнування, тобто дії, що шкодять іншій особі або об'єкту [1, с. 50].

3. Під агресією розуміється активна дія або рішучі заходи, особливо з наміром силою домогтися панування або заволодіти чимось [3, с. 72].

Людська агресія – це поведінкова реакція, що характеризується проявом сили в спробі заподіяти шкоду людині чи суспільству. Таким чином, виявляючи особливості агресивної поведінки, учені підкреслюють, що вона прагне нашкодити або зашкодити іншій живій істоті [4, с. 12].

А. Басс та А. Даркі виділяють такі п'ять видів агресії [9, с. 35]:

1. Агресивність на фізичному рівні (бійки).
2. Імпульсивність, дратівливість.
3. Агресивність на вербальному рівні.
4. Прихована агресивність, що має вектор (плітки, злісні жарти) та ненаправлена на предмет або об'єкт.
5. Негативізм (опозиційна поведінка).

Також у біхевіористському підході існує класифікація Арнольда Басса, який виділяв основні три гілки агресивної поведінки, визначаючи фрустрацію як блокування процесу, і ввів поняття атаки – акту, що постачає організму ворожі стимули:

- фізичне – вербальне;
- активне – пасивне;
- спрямоване – ненаправлене.

Вербальна агресія чи словесне насильство – агресія в мовній формі з метою зниження впевненості в собі та породження почуття безпорадності в об'єкта нападу [9, с. 36]:

Модель поведінки цілеспрямована на заподіяння шкоди іншим для маніпуляції жертвою та її покори.

Словесна агресія може включати такі елементи:

- Утримання: кривдник відмовляється ділитися ідеями, почуттями, близькістю, думками та мріями з партнером.
- Протидія: думки, почуття, сприйняття й переживання партнера заперечуються чи аргументується точка або ідея.

- Дисконтування: досягнення чи досвід партнера зводяться до мінімуму чи ігноруються як неважливо.

- Словесні образи, замасковані на жарт.
- Блокування та відволікання уваги.
- Звинувачення.
- Засудження та критика.
- Упущення: кривдник діє так, начебто думки, дії чи побоювання партнера тривіальні.
- Загроза.
- Обзивання.
- Хронічне забування.
- Накази.
- Заперечення гніву та жорстокого поведіння.
- Аб'юзивний гнів.

Якщо простежувати динаміку вікового розвитку, то можна побачити, що прояви агресивної поведінки зустрічаються ще з раннього віку, коли особистість лише формується, тому існує взаємозв'язок між віковими особливостями розвитку людини та характером прояву агресивних реакцій. У перші роки дитина не усвідомлює багатьох речей, й агресія як така проявляється в імпульсній неконтрольованій поведінці, що характеризує спробу захиститися й установити свої межі. На другому році життя агресія має інструментальний характер. Часто конфлікти виникають на ґрунті задрозів і почуття власництва, де діти необдуманно агресією намагаються маніпулювати кимось. Тут же агресивні реакції мають цілеспрямований характер [8, с. 63].

Імовірність агресивної поведінки залежить насамперед від того, чи піддаються діти домашньому насильству. Примушування може бути фізичним і психологічним. Психологічна травма зазвичай викликається холодністю з боку батьків, неявною почуттів, образою, залякуванням, погрозами. Якщо в дитини (незалежно від віку) погані стосунки з батьками, якщо вона не отримує батьківської підтримки, то в неї можуть розвинути травми та розлади.

На думку С. Завражин, коли дитина досягає 6–7 років, до інструментальної агресії додається агресія, спрямована на конкретну людину. У молодших класах агресивна поведінка стає організованішою і спрямованою на групи, а не на окремих дітей. Із розвитком навичок конструктивного спілкування співвідношення інструментальної агресії змінюється на користь ворожості [4, с. 116].

Одна з характерних рис особистості підлітка – реакція емансипації, що розвивається в нього, це основа новоутворення. Почуття самосвідомості також впливає на поведінку підлітків.

Як сказано вище, біля витоків підліткової агресії лежить неправильне виховання. Розглянуті внутрішні причини агресивної поведінки, до зовнішніх належать саме виховання

та зовнішні фактори, такі як соціальне середовище у школі й інших будь-яких місцях.

Також дуже важливо розуміти, які моменти в житті для нього значущі. Наприклад, успішність у навчанні, задоволеність процесом навчання, кохання без взаємності тощо.

Вербальна агресія за багатьма дослідженнями є однією з найпоширеніших форм прояву агресії. Дослідження підвищеної агресивної поведінки особливо актуально щодо підлітків і молоді юнацького віку у зв'язку з їх нестабільним психофізичним розвитком, активною зміною різних соціальних середовищ, де виявляються різні форми поведінки, а також високою ймовірністю ситуативної поведінки.

Щоб вивчити прояви вербальної агресивної поведінки, ми використали такі діагностичні методики: виявлення інтегральних форм комунікативної агресивності В. Бойко, «Опитувальник Томаса-Кілмена», опитувальник Л. Почебут, опитувальник агресивності й ворожості Басса-Даркі. Вибірка становила 50 студентів (дівчат – 38, хлопців – 12), студентів 3–6 курсу Чорноморського національного університету імені Петра Могили, середній вік яких становив 21 рік.

У результаті дослідження за методикою В. Бойко ми визначили рівень агресії комунікативного характеру в контрольній вибірці (32,32%). Рівень студентів експериментальної вибірки становив приблизно середину. Отримані результати дають змогу свідчити про наявність задоволення від агресивної поведінки та схильність зараження агресією від натовпу, провокування агресивної поведінки інших людей. Водночас наявність низького рівня агресії у 22,6% студентів експериментальної групи й у 18,39% контрольної групи та наявність невисокого рівня в 17,26% і 16,3% відповідно свідчать про потенційну здатність студентів до конструктивного спілкування без прояву комунікативної агресивності. Разом із тим негативними є показники підвищеного рівня агресивності, що становить 13,09% та 15,59% і свідчить про слабу здатність до гальмування в конфліктних ситуаціях. Результати дослідження показано в таблиці 1.

Вивчення й розгляд певних нюансів стратегії поведінки в конфліктній ситуації відбувалися за допомогою методики «Опитувальник Томаса-Кілмена». Аналітична робота показала, що більша кількість вибірки звикла обирати компромісний відхід від конфліктних ситуацій (близько 37,94%). Це свідчить про можливість погодження з чужою думкою, ідеєю або бажанням задля знаходження спільного рішення. Потрібно зауважити, що певна кількість опитуваних (33,55%) обрала стиль «співпраця» як взаємодію в конфлікті. Пристосування обрала 17,27% і 13,8% студентів експериментальних і контрольних груп. Іншими словами, ця кількість студентів приводить свою поведінку в конфлікті до бажаних норм задля уникнення ескалації конфлікту (при цьому власні інтереси не враховуються).

Також ми з'ясували, що деякі студенти обирають стиль «уникнення» (20,7% в експериментальній вибірці та 16,3% в контрольній). Юнаки та дівчата, що обрала цю стратегію, мають тенденцію до інтровертованого стилю спілкування, вони не вважають за потрібне взагалі починати конфлікт. Часто такі студенти можуть уникати не лише загострення конфліктних ситуацій, а й спілкування взагалі.

Результати діагностики за допомогою методики «Опитувальник Томаса-Кілмена» показано в таблиці 2.

Далі показано результати, отримані за допомогою тесту на визначення форми агресивності (опитувальник Л.Г. Почебут), представлені в діаграмі рис. 1.

Згідно з наведеним результатам, у студентів є тенденція до вербальної агресії (ВА) та одночасно до емоційної агресії (ЕА).

Дослідження показало, що в цій вибірці більшість потребує корегування спрямованості вербальної агресії та стабілізації психічного стану. У тренінгу використано вправи, зазначимо назви деяких із них:

1. «Асоціації».
2. «Символічне зображення емоцій».
3. «Скарбничка порад».
4. Анкета.
5. «Очищення».

Таблиця 1

**Порівняльні дані показників рівня сформованості в студентів інтегральних форм вербальної агресії (констатуючий експеримент) в експериментальній (Е) і контрольній (К) групах**

№ з/п	Курс	Рівень сформованості (у %)									
		високий		підвищений		середній		низький		невисокий	
		е	к	е	к	е	к	е	к	е	к
1	3 курс	21	26	13,2	16,67	27,3	15,6	20	25	20	16,66
2	4 курс	8	39	15,39	11	22,06	9	31,4	20	23,07	20
3	5 курс	30,81	35,80	15,39	14,29	22,06	20,5	23,7	14,28	7,69	14,28
4	6 курс	33,32	28,58	8,5	21,43	32,03	20,5	16,6	14,28	18,3	14,28
5	Середнє	23,2	32,34	13,12	15,57	25,3	16,8	22,6	18,39	17,26	16,3

6. «Пляшечка».
7. «Бомбардування джерел сили».
8. «Кульки спокою».

Мета тренінгу – усвідомлення та навчання конструктивних способів управління агресією. Цей тренінг органічно поєднується з когнітивними та екзистенційно-гуманістичними психотерапевтичними методами. Виходячи із цього, корекційна робота в групі відбувається не тільки на поведінковому рівні, а й на особистісному, тим самим торкаючись глибинних пластів індивідуальності.

Тренінг мотивує студентів до самовдосконалення, рефлексії та комунікативної компетентності. Це дає змогу розширити спектр інструментів, якими володіє підліток або людина юнацького віку. Рівень вербальної агресії при цьому знижується або знаходить витоки у творчій діяльності.

**Висновки.** Одним із найважливіших факторів формування високої агресивності залишається неправильне сімейне виховання (тобто придбані патерни, методи вирішення проблем тощо), а також спостереження за агресивною манерою поведінки інших людей у житті (комп'ютерні ігри, кіно). Також варто виділити ситуативні фактори, серед яких:

1. Температура навколишнього середовища.
2. Високий рівень шуму.
3. Дискомфорт.

4. Велике скупчення людей.
5. Соціальне середовище, що має вороже ставлення до індивіда.
6. Больові відчуття.
7. Гостра реакція на стрес.
8. Уживання алкоголю та психоактивних речовин.
9. Сексуальне збудження.
10. Вплив кліматичних умов.

Дослідники налічують кілька основних особистісних складників, що сприяють підвищенню рівня агресивності. Сюди входить висока ворожість середовища, висока емоційна реактивність (швидка реакція на негативні події), негативна афективність, надто висока або низька самооцінка, особливості мотиваційної сфери, знижений рівень інтелекту (як логічного, так й емоційного), антисоціальний особистісний вектор, негативні риси заздрість, мстивість), схильність приписувати іншим агресивні наміри. Серед чинників, які перешкоджають прояву агресивності, називають можливість покарання за агресію, любов, дружні стосунки, а також такі особистісні якості, як поміркованість, толерантність, завбачливість, безконфліктність, високий самоконтроль.

Проведене дослідження свідчить про необхідність уведення тренінгової роботи з людьми, що досягли юнацького віку. Тренінги повинні бути спрямовані на мінімізацію агресії, а також гармонізацію особистості в цілому.

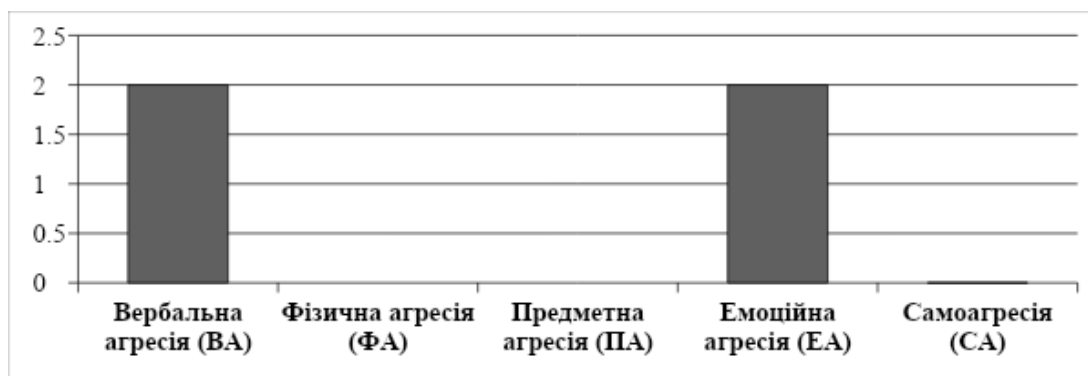


Рис. 1. Діаграма результатів тестування студентів з визначення форми агресивності

Таблиця 2

**Порівняльні дані показників рівня сформованості в студентів особливостей поведінки в конфліктній ситуації (опитувальник Томаса-Кілменна) (констатуючий експеримент) в експериментальній (Е) і контрольній (К) групах**

№ з/п	Курс	Рівень сформованості (у %)							
		співпраця		приспосування		конфлікт		уникнення	
		е	к	е	к	е	к	е	к
1	3 курс	40	33,3	13,33	16,66	26,66	33,33	20	16,66
2	4 курс	30,76	30	23,07	10	23,07	40	23,07	20
3	5 курс	38,46	35,71	7,69	7,14	30,76	42,75	23,07	14,28
4	6 курс	25	28,57	25	21,42	33,33	35,71	16,66	14,28
5	Середнє	33,55	31,9	17,27	13,8	28,38	37,94	20,7	16,3



**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. Санкт-Петербург : ЄВРОЗНАК, 2001. 516 с.
2. Бафталовська Н.Я. Агресивна поведінка підлітків. *Шкільному психологу усе для роботи*. 2010. № 6. С. 9–11.
3. Ганс Сельє. Stress Without Distress. 1974.
4. Завражин С.А. Адаптація дітей с обмеженими можливостями. Москва : Высшая школа, 2005. 400 с.
5. Журавель Т.В. Попередження агресивної поведінки підлітків як наслідку насильства в сім'ї. Запоріжжя : НЗУ, 2014. С. 26–28.
6. Синявський В.В. Психологічний словник. 2017. URL: [http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/5980/3/O\\_Serhieienkova\\_IL](http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/5980/3/O_Serhieienkova_IL).
7. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. Москва : АСТ, 2009. 637 с.
8. Фурманов І.О. Агресія і насильство: діагностика, профілактика та корекція. 2017. URL: <https://scholar.google.com/citations?user=akacvHcAAAAJ&hl=ru>.
9. Хван А.А. Стандартизація опросника А. Басса и А. Дарки. *Психологическая диагностика*. 2008. № 1. С. 35–58.
10. Черезова І.О. Психологія життєвих криз особистості : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Бердянськ : БДПУ. 2016. 143 с.

## ПСИХОЛОГІЧНІ ПРИНЦИПИ Й МЕХАНІЗМИ ГАРМОНІЗАЦІЇ ВЗАЄМОДІЇ ОФІЦЕРІВ

### PSYCHOLOGICAL PRINCIPLES AND MECHANISMS OF HARMONIZATION OF OFFICERS' INTERACTION

У статті з'ясовано, що в процесі взаємодії кожен із офіцерів прагне максимально використовувати наявні можливості. Діапазон засобів, прийомів і способів досить широкий: від переконання й прохань до погроз і шантажу. Проте завдяки збереженню балансу рангів вдається забезпечувати конструктивну взаємодію в ситуації протиріччя. Якщо ж один із учасників різко посилить свою владу (у широкому значенні цього слова), то опонент також змінить свою стратегію поведінки на жорсткішу. У результаті взаємодія з оптимальної трансформується в конфліктну й різко знижує можливості щодо конструктивного вирішення проблеми. Тому цей механізм передбачає відмову від нарощування сил, зосередження уваги не на підвищенні рангу, а на обговорюваній проблемі. Визначено, що характер міжособистісних стосунків опонентів до виникнення проблемної міжособистісної ситуації також впливає на встановлення довіри між ними. Велике значення для конструктивної взаємодії офіцерів з вирішення протиріччя має реалізація такого психологічного механізму, як рефлексія. У соціально-психологічному аспекті рефлексія розглядається як усвідомлення учасником спілкування того, як він сприймається його партнером. Зроблено висновок, що оптимальна взаємодія офіцерів у проблемній міжособистісній ситуації припускає прагнення емоційно відгукнутися на проблеми один одного, відчувати їх і, виходячи із цього, будувати свою лінію поведінки. Жорстке, бездушне ставлення до опонента не вирішить протиріччя. З іншого боку, емоційне прийняття позиції іншого, співпереживання його прагненням не означає автоматичної готовності йти на поступки або поступати всупереч совісті. Співпереживання допомагає краще впізнати внутрішній світ іншого, точніше спрогнозувати його поведінку, скорегувати свою стратегію і тактику й, відповідно, підвищує шанси продуктивного вирішення проблеми. Таким чином, основними психологічними механізмами оптимальної взаємодії офіцерів у проблемній міжособистісній ситуації є узгодження цілей та інтересів, прагнення до взаємної довіри, рефлексія, забезпечення балансу рангів і взаємного контролю сторін, емпатія.

**Ключові слова:** взаємодія, офіцери, засоби, прийоми, способів, переконання, протиріччя, стратегія, поведінка.

The article finds that in the process of interaction, each of the officers seeks to make the most of available opportunities. The range of means, methods and techniques is quite wide: from persuasion and requests to threats and blackmail. However, by maintaining the balance of ranks it is possible to ensure constructive interaction in a situation of contradiction. If one of the participants sharply increases his power (in the broadest sense of the word), the opponent will also change his strategy of behavior to a tougher one. As a result, the interaction from the optimal is transformed into a conflict and sharply reduces the possibilities for constructive problem solving. Therefore, this mechanism involves the refusal to build strength, focusing not on promotion, but on the issue under discussion. It is determined that the nature of interpersonal relations of opponents before the emergence of a problematic interpersonal situation also affects the establishment of trust between them. Of great importance for the constructive interaction of officers to resolve the contradiction is the implementation of such a psychological mechanism as reflection. In the socio-psychological aspect, reflection is seen as the participant's awareness of how he is perceived by his partner. It is concluded that the optimal interaction of officers in a problematic interpersonal situation involves the desire to respond emotionally to each other's problems, feel them and, based on this, build their line of behavior. Tough, heartless treatment of the opponent will not resolve the contradiction. On the other hand, emotional acceptance of the position of another, empathy for his aspirations does not automatically mean a willingness to make concessions or act against conscience. Empathy helps to better understand the inner world of another, more accurately predict his behavior, adjust their strategy and tactics and, accordingly, increases the chances of productive problem solving. Thus, the main psychological mechanisms of optimal interaction of officers in a problematic interpersonal situation are the coordination of goals and interests, the desire for mutual trust, reflection, balance of ranks and mutual control of the parties, empathy.

**Key words:** interaction, officers, means, methods, ways, beliefs, contradictions, strategy, behavior.

УДК 159.9:356.13(477)

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.10>

**Гаврюшенко В.В.**

доцент кафедри військової психології та педагогіки  
військового гуманітарно-лінгвістичного факультету  
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

**Актуальність теми.** Найбільш адекватними оптимальності результатами взаємодії офіцерів у проблемних ситуаціях є її конструктивні підсумки. Порівняно з такими результатами проблемної міжособистісної ситуації, як пригнічення одного з опонентів, загасання взаємодії, переростання в конфлікт, призупинення вирішення проблеми, конструктивними можуть бути визнані: вирішення проблеми (протиріччя); реалізація опонентами своїх

інтересів; збереження міжособистісних стосунків. Із перерахованих конструктивних підсумків визначальним є вирішення проблеми. Тому оптимальною взаємодією ми вважати- мемо таку взаємодію, яка призводить до вирішення протиріччя між офіцерами. По-друге, у дослідженнях умов попередження конфліктів основна увага приділяється недопущенню розвитку конфліктної взаємодії. На наш погляд, по-друге, завдання полягає в забезпе-

ченні вирішення проблеми в умовах проблемної міжособистісної ситуації, бо просування у вирішенні проблеми блокуватиме розвиток ситуації в бік конфлікту. По-третє, дослідження оптимізації взаємодії офіцерів припускає не лише врахування умов і чинників їх неконфліктної поведінки, а й розгляд механізмів оптимальної взаємодії та основних напрямів корекції психологічними засобами повсякденної взаємодії офіцерів.

**Виклад основного матеріалу.** Виділення низки критеріїв оптимальної взаємодії офіцерів зовсім не означає, що вони протиставляються один одному або не можуть бути одночасно задіяні при оцінці вирішення ситуації. Наприклад, коли повністю або частково реалізуються інтереси обох опонентів, проблема вважається фактично вирішеною. У процесі дослідження за допомогою пасивного констатувального експерименту виділені психологічні принципи вирішення проблеми у взаєминах офіцерів і деякі умови реалізації інтересів одного з опонентів. При цьому потрібно враховувати, що основна проблема ситуації може бути розв'язана з різною ефективністю.

Виявилося, що вирішувальність проблемної міжособистісної ситуації більшою мірою пов'язана не з її гостротою й напруженістю, а з трудностю як такою, тобто неможливістю знаходження варіанта вирішення проблеми. Аналіз впливу труднощі проблеми на ступінь вирішення проблемної міжособистісної ситуації показав, що ця дія має нелінійний характер. Наголосимо, що найбільш проблемною для офіцера є передконфліктна ситуація. Далі за ступенем труднощі йде конфліктна ситуація. Найбільш «легкою» вважається проблемна ситуація. Розрахунок середніх значень ступеня вирішення проблемної міжособистісної ситуації дав змогу отримати такі результати. Найефективніше вирішуються конфліктні ситуації, потім – проблемні. Найменш ефективно вирішуються передконфліктні ситуації.

Зробимо висновок, що найменш ефективно вирішуються передконфліктні ситуації, оскільки для офіцерів вони найбільш важкі. Найефективніше вирішуються конфліктні ситуації, тому що вони відносно менш важкі, ніж передконфліктні (велика ясність у позиціях та інтересах, що відстоюються). Крім того, у конфліктних ситуаціях опонентами додається більше зусиль для їх вирішення (частіше застосовуються жорсткі стратегії, розширюється спектр тактик, що реалізуються тощо). Проте в конфліктних ситуаціях і більше втрат як часу, так і сил.

У процесі дослідження виявлені психологічні принципи оптимізації взаємодії офіцерів у проблемній міжособистісній ситуації, реалізація яких сприяє повнішому вирішенню протиріччя між ними:

1. Вибір офіцером переговорної стратегії поведінки. Незважаючи на те що всі питання життя й діяльності військ суворо регламентовані правовими нормами, передусім загальновійськовими статутами, у повсякденній взаємодії офіцерів часто виникають ситуації, які нормативно не визначені або не мають однозначного рішення. У таких умовах, як показало дослідження, найбільш ефективним є застосування переговорної стратегії, яка забезпечує повне або майже повне вирішення протиріччя в більшій частині ситуацій, у яких реалізовувалася ця лінія поведінки.

Другою за ефективністю вирішення протиріччя є маніпулятивна стратегія. Нормативна стратегія у двох із трьох ситуацій забезпечує вирішення протиріччя. Вона найбільш ефективна тоді, коли офіцер правий у своїх вимогах, а його позиція забезпечена нормативною аргументацією. Найменш ефективна конфронтаційна стратегія, яка дає змогу повністю або в основному вирішити протиріччя лише в одному з трьох випадків його застосування.

2. Використання різноманітних засобів комунікації при мінімізації критики і погроз. Виявлено, що роз'яснення своїх цілей та інтересів, чітка аргументація й підкріплення своїх вимог правовими та моральними нормами приблизно однаковою мірою застосовуються як у ситуаціях, які вирішувались успішно, так і в тих, які не були вирішені або ще більше загострилися. Указані засоби дії можуть бути розглянуті як універсальні, необхідні для застосування в будь-яких ситуаціях. Аналіз проблемних ситуацій, які не вирішилися або ще більше загострилися, показав, що в них більше ніж в 3,5 рази частіше застосовувалися критика й різні погрози, ніж у тих ситуаціях, які вирішувалися успішно. Проблема полягає не в самій критиці як такій, а в її особистісній спрямованості, неконструктивній за формою і змістом. Офіцери в більшості випадків прагнуть використовувати критичні висловлювання з конструктивною метою – усунути упущення по службі, виправити неблагополучний стан справ у підрозділі або частині, не допустити некоректної поведінки щодо себе або до інших військовослужбовців. Проте ця критика реалізується далеко не в оптимальній формі й часто починає реалізовувати зовсім іншу функцію – нанесення збитку опонентові, його честі й особистій гідності. У результаті проблемна ситуація переростає в передконфліктну й навіть у конфліктну. Тому важливо, щоб критика мала конструктивний характер, була спрямована на вирішення проблеми, усунення недоліків та упущень по службі.

3. Точне прогнозування розвитку проблемної міжособистісної ситуації. Точний прогноз ситуації відіграє чималу роль у недопущенні її ескалації, отже, успішному вирішенні. Про-

блемна ситуація – це, як правило, ситуація невизначеності. Її невизначеність полягає в імовірнісному характері адекватності дій сторін обставинам, що склалися, багатоваріантності поведінки опонента, неминучій фрагментарності врахування чинників ситуації й у перекручуванні сприйняття ситуації в цілому. Проте прогноз розвитку ситуації значно знижує величину цієї невизначеності й, отже, підвищує вірогідність оптимального вирішення протиріччя.

Результати дослідження показали, що при значних помилках у точності прогнозу розвитку ситуації ступінь її вирішення підвищується, що суперечить гіпотетичній лінійній залежності. Додатковий аналіз характеру помилок у прогнозуванні розвитку ситуацій показав, що помилки в «кращій» або в «гірший» бік по-різному впливають на результат ситуації. Якщо офіцер неточно прогнозує ситуацію та недооцінює негативні варіанти в її розвитку (тобто сподівається на кращий розвиток подій), то ситуація вирішується з меншою ефективністю. До цього призводить самозаспокоєність офіцера, його недостатня наполегливість та енергійність у діях. Якщо ж офіцер допускає значні помилки в прогнозі ситуації, переоцінюючи можливі негативні тенденції в її розвитку, то він змушений уживати додаткові заходи щодо їх нейтралізації, у результаті ситуація вирішується значно краще, ніж він припускав. Таким чином, точний прогноз розвитку проблемної міжособистісної ситуації сприяє ефективнішому її вирішенню. Якщо зростає вірогідність помилки в такому прогнозі, то необхідно прагнути перестраховатися, тобто краще переоцінити можливі негативні тенденції, ніж їх недооцінити.

4. Орієнтація мотивів опонентів на справу, на інтереси служби. Результати констатувального експерименту свідчать, що залежно від орієнтації мотивів опонентів у процесі взаємодії змінюється ефективність вирішення протиріччя ситуації.

Так, найефективніше вирішуються ситуації, у яких офіцер схильний орієнтуватися на інтереси свого опонента. У більшості таких ситуацій протиріччя вирішується повністю або в основному, лише в п'яти-шести ситуаціях проблема не вирішується або загострюється. Це відбувається в тому випадку, якщо у важкій ситуації офіцер поступається іншому, а сам залишається незадоволеним вирішенням проблеми. Міжособистісні стосунки не нормалізуються, можливо навіть загострення. З високою ефективністю вирішуються також і ситуації, у яких офіцер орієнтований на службові інтереси, у кожному другому випадку протиріччя вирішується повністю або в основному.

Найменш продуктивно вирішуються ситуації, у яких офіцер орієнтований на реалізацію

лише особистих інтересів. Проблема успішно вирішується лише у двох з п'яти таких ситуацій. Отже, краще всього вирішуються ситуації з орієнтацією офіцера на інтереси іншого. Але кількість таких ситуацій у загальному масиві проблемних ситуацій, що постійно виникають, незначимо. Ситуацій, у яких опоненти орієнтуються переважно на службові інтереси, більшість. Тому оптимальною для взаємодії офіцерів у таких ситуаціях є орієнтація на інтереси військової служби. Якщо для офіцера дуже важливі особисті інтереси, то їх необхідно максимумно пов'язувати з інтересами служби. У такому разі зростає вірогідність успішного вирішення проблеми.

5. Контроль за своїм емоційним станом багато в чому сприяє продуктивнішому вирішенню проблемних ситуацій. Безконтрольні емоційні прояви особливо сценічного характеру знижують точність сприйняття і прогнозу офіцерами такої ситуації, збільшують вірогідність використання конфронтаційної стратегії, що знижує вірогідність повного вирішення проблеми. На необхідність контролю своїх емоцій у суперечливих ситуаціях традиційно вказується в психологічній літературі [1; 2].

6. Відкритість і відвертість із опонентом у процесі взаємодії можуть сприяти певному успіху при обговоренні офіцерами проблеми. Проте зайва відвертість і надмірна відкритість опонентів знижують ефективність вирішення протиріччя.

Так, у запалі емоційного збудження офіцер може розговоритися й висловити опонентів, як то кажуть, «усе, що він думає про нього», унаслідок чого створюються додаткові перешкоди на шляху до вирішення проблеми: образа, прагнення протилежної сторони відповісти тим же, відхід від обговорення, перехід до особистісних негативних оцінок тощо. Тому оптимальній взаємодії офіцерів у проблемній міжособистісній ситуації сприяє помірний рівень відвертості й відкритості щодо опонента.

7. Шанобливе ставлення до іншого. Експериментальні дані про залежність ступеня вирішення проблеми від шанобливого ставлення опонентів один до одного свідчать про незначний зв'язок між цими змінними.

На наш погляд, ця умова має менше «факторне» значення порівняно з такими параметрами, як стратегія поведінки, засоби дії на опонента, контроль свого емоційного стану, тощо. Тому дуже коректна поведінка офіцера в проблемній міжособистісній ситуації не набагато покращує ситуацію, ніж якби він поведився різко щодо опонента. Особливо це характерно для умов виконання службово-бойових і навчально-бойових завдань. Водночас виявлено, що в умовах передконфліктної ситуації вміння не відповідати грубістю на гру-

бість, різким випадом на аналогічні ініціативні дії опонента багато в чому локалізує ситуацію, не дає їй змогу ескалювати в бік конфлікту. Якщо офіцер вважає недоцільною реалізацію «балансу збитку» і продовжує лінію на неконфліктне вирішення проблеми, то така поведінка підвищує вірогідність її успішного вирішення. Витримка стає важливим аргументом на користь його точки зору.

Другим важливим критерієм оптимальної взаємодії офіцерів у проблемній міжособистісній ситуації є міра реалізації ними своїх інтересів. Офіцер фіксує ситуацію взаємодії як важку, коли з тих або інших причин блокується реалізація його інтересів і він усвідомлює ситуативну неможливість або обмеженість можливості їх реалізації, причому, чим об'єктивніше або психологічніше складніше проблема, тим менше в нього шансів на успіх. Дослідження показало, що, як і вирішення проблеми в цілому, реалізація своїх інтересів більшою мірою забезпечується в умовах конфліктної ситуації й відносно менш ефективно на етапі проблемної ситуації. Найбільш несприятлива для вирішення своїх проблем – передконфліктна ситуація. На наш погляд, ця залежність пояснює, чому ж офіцери, не реалізувавши свої інтереси на етапі проблемної або передконфліктної ситуації, ідуть на конфлікт, знаючи про його негативні наслідки. Значущість інтересів і впевненість у тому, що за допомогою конфлікту проблема все ж буде розв'язана, штовхають їх на конфліктну протидію.

Нормативна й особливо маніпулятивна стратегії передусім орієнтовані на реалізацію особистих інтересів, а потім і на інтереси служби. Тому при реалізації своїх інтересів ці стратегії виявляються продуктивнішими, ніж при вирішенні основного протиріччя ситуації.

Значний вплив на реалізацію офіцером своїх інтересів у проблемній міжособистісній ситуації справляє його статус. У дослідженні О. Шипілова показано, що в конфліктах між керівниками та підлеглими значно частіше реалізує свої інтереси начальник [3]. Так, не лише в конфліктах, а й у всіх проблемних ситуаціях керівники частіше реалізують свої інтереси, ніж опоненти-підлеглі. Отже, статус керівника й велика залежність від нього підлеглого, наявність у начальника різноманітніших засобів дії на опонента підвищують його можливості в реалізації своїх інтересів у проблемній міжособистісній ситуації.

Таким чином, результатом оптимальної взаємодії офіцерів у проблемній міжособистісній ситуації є вирішення протиріччя ситуації, а також реалізація своїх інтересів обома опонентами. На успішність вирішення проблеми більшою мірою впливає не гострота й напруженість ситуації, а трудність проблеми.

Найменш ефективно вирішуються передконфліктні ситуації, оскільки вони найбільш важкі. Найефективніше вирішуються конфліктні ситуації, оскільки вони відносно менш важкі, ніж передконфліктні ситуації.

Оптимальній взаємодії офіцерів у проблемній міжособистісній ситуації сприяє реалізація таких психологічних принципів: вибір офіцером переговорної стратегії поведінки; використання різноманітних засобів комунікації при мінімальному застосуванні критики та погроз; точне прогнозування розвитку проблемної міжособистісної ситуації, а якщо це неможливо, то краще орієнтуватися на негативний розвиток подій, ніж їх недооцінити; орієнтація опонентів на інтереси служби або ж пов'язання особистих інтересів з інтересами справи; контроль за своїм емоційним станом і врахування емоційного стану опонента; певний рівень відкритості й відвертості; шанобливе ставлення до опонента.

Можливості щодо реалізації офіцером своїх інтересів збільшуються в проблемних і конфліктних ситуаціях порівняно з передконфліктними. Вони також залежать від того, як реалізував свої інтереси опонент. Лише в кожній шостій важкій ситуації обом офіцерам удається повністю або в основному реалізувати свої інтереси. Найефективніше офіцери домагаються свого за наявності статусу керівника, а також за допомогою нормативної або маніпулятивної стратегії взаємодії.

Спілкування офіцерів у проблемній міжособистісній взаємодії може бути розглянуто як специфічний вид спільної діяльності, особливість якої полягає в тому, що цілі й інтереси, а тим більше позиції сторін не співпадають. Специфіка полягає також і в тому, що в процесі взаємодії кожен опонент інтенсивно контактує з іншим, вимушений зважати на його дії, які часто блокують власні, тим самим коригуючи свою поведінку. Тому у взаємодії, де офіцерами реалізуються «м'які» лінії поведінки (переговорна й маніпулятивна), можна виділити його специфічні механізми. Психологічні механізми є цілісною сукупністю психічних процесів, які забезпечують рух до деякого результату відповідно до послідовності, що часто зустрічається.

Узгодження цілей та інтересів опонентів. Коли в процесі взаємодії офіцери реалізують переговорні стратегії або ж один із них – переговорну, а інший – маніпулятивну, то офіцери фактично організовують переговорний процес. Це не просто спілкування як комунікативна діяльність, а спілкування в суперечливій ситуації, яке набуває форми переговорів. За якою б схемою не організовувався переговорний процес (співпраця, компроміс або поступка одного з опонентів), він може досягти результату лише через узгодження цілей та інтересів

сторін. Міра досягнутого узгодження може бути різною: від повного врахування інтересів до часткового. У цих випадках переговорний процес вважається успішним. Якщо діалог не завершився домовленістю, то це не означає, що узгодження не було. Просто в процесі узгодження опоненти не змогли домовитися. На наш погляд, сутність цього механізму полягає в тому, що офіцери на основі почергового висунення й обґрунтування своїх цілей та інтересів, обговорення їх сумісності погоджують загальну мету, яка полягає в спільному вирішенні проблемної міжособистісної взаємодії.

Деякі дослідники, аналізуючи процеси вирішення міжособистісного конфлікту, розробили загальну схему (алгоритм) переговорного процесу [4; 5]. Спираючись на їхні розробки й результати власного дослідження, ми запропонували алгоритм узгодження цілей та інтересів опонентів під час вирішення проблемної міжособистісної ситуації. У процесі взаємодії офіцери фіксують свої позиції, декларуючи при цьому індивідуальні цілі, а іноді й інтереси. Свої інтереси офіцерами часто не вербалізуються, і їх необхідно виявляти під час взаємодії з опонентом. Якщо інтереси не пред'являються протилежною стороною, то офіцерові бажано їх виявити за допомогою системи уточнюючих питань, збору інформації з інших каналів тощо. Далі офіцер розглядає умови, при яких ці цілі могли б бути поєднані. При цьому кожна сторона висуває свої умови прийняття мети опонента. Після цього відбувається пошук сумісності висунених умов. Офіцер приймає цілі іншої сторони зі своїми умовами. Аналогічно чинить й опонент.

Завершальним етапом є перехід до вироблення узгодженого рішення, яке враховує цілі обох сторін і висунені ними умови реалізації мети опонента. При цьому одні й ті ж інтереси опонента можуть бути реалізовані за допомогою різних цілей. Тому важливо розглядати «віяло» цілей як сукупність альтернативних варіантів здійснення прагнень опонентів.

Узгодження цілей та інтересів офіцерів у процесі вирішення проблемної міжособистісної ситуації вимагає від них творчого пошуку альтернатив вирішення проблеми, використання нестандартних варіантів і підходів. В. Дружинін і Д. Конторов указують, що «у складних або конфліктних ситуаціях стереотипний прийом лише в дуже окремих випадках може привести до успіху. Вірний і найкоротший шлях до успіху – дослідження нової прогресивної ідеї» [6, с. 27]. Військові психологи в експериментальних дослідженнях підтвердили необхідність реалізації творчого, нестандартного підходу до вирішення проблемних ситуацій професійної діяльності [7]. Дослідження показало, що, як і у важких ситуаціях діяльності, проблемні міжособистісні ситуації

ефективніше вирішуються при пошуку й реалізації нестандартних рішень. Нестандартність вирішення проблемної міжособистісної ситуації припускає розширення віяла можливих варіантів, вихід із площини аналізу цілей, що пред'являються, можливу зміну системи цінностей, включення цієї проблеми в ширший контекст реалій військової служби. Успішна реалізація механізму узгодження цілей та інтересів опонентів дає змогу ефективно розв'язати проблему, що виникла в службових стосунках офіцерів.

Прагнення сторін до взаємної довіри. Важливим механізмом оптимальної взаємодії офіцерів щодо вирішення проблемної міжособистісної ситуації є прагнення сторін забезпечити взаємну довіру один до одного. Як соціально-психологічний феномен довіра є єдністю сприйняття іншої людини й ставлення до неї. Виділяють потенційну й реальну довіру [8]. Якщо одна людина говорить іншій, що вона їй довіряє, то це означає, що вона знає, як ця інша може вчинити в тій або іншій ситуації, чекає позитивних дій щодо себе й тому вона так до неї ставиться.

Коли важка ситуація виникає або починає розвиватися, складно говорити про збереження або розвиток взаємної довіри сторін, якщо воно було до початку виникнення ситуації. У важких, особливо в передконфліктних і конфліктних, ситуаціях протидія, погрози, негативні емоції, а також отриманий збиток можуть продукувати недовіру й очікування небезпеки. Але якщо сторони приходять до усвідомлення, що проблему необхідно все-таки вирішувати, і починають конструктивний діалог, то цим запускається механізм встановлення взаємної довіри. Звичайно, сторони певною мірою ризикують, будучи вимушеними довіряти опонентіві, а в деяких ситуаціях і недавньому супротивникові. Проте узгодження інтересів, кроки один назустріч одному, послаблення негативних емоцій, зменшення перекручування сприйняття ситуації сприяють розвитку взаємної довіри. Деякі фахівці вважають довіру ключовою в переговорному процесі [9]. Якщо офіцер вірить, що його партнер по спілкуванню не має небезпечних для нього намірів, не збирається завдати йому збитку й готовий вирішувати проблему (чи вже намагається це робити), то тоді він буде більше схильний до відвертості й довіри в процесі взаємодії. Без довіри до опонента офіцер часто поводить себе в проблемній міжособистісній ситуації обережно, прагне не надавати йому інформацію (думку, точку зору, оцінки, ставлення тощо), яка може бути використана проти нього. У результаті конструктивна взаємодія не забезпечується.

Дослідження показало, що ні в одній проблемній ситуації грубість та образа щодо опо-

нента не призводять до встановлення взаємної довіри й узгодження цілей, а, навпаки, провокують конфліктну взаємодію. Тому для встановлення й розвитку взаємної довіри сторін потрібне коректне ставлення один до одного, висока міра відкритості, дотримання статусних стосунків і максимальне виконання раніше взятих на себе зобов'язань. Крім того, у процесі дослідження встановлено, що реалізація опонентами переговорних стратегій більшою мірою сприяє взаємній довірі, ніж використання хоч би одним із них маніпулятивної стратегії.

Характер міжособистісних стосунків опонентів до виникнення проблемної міжособистісної ситуації також впливає на встановлення довіри між ними. Велике значення для конструктивної взаємодії офіцерів з вирішення протиріччя має реалізація такого психологічного механізму, як рефлексія. У соціально-психологічному аспекті рефлексія розглядається як усвідомлення учасником спілкування того, як він сприймається його партнером. Основний сенс рефлексії виражається в такій інтерпретації: я знаю, яким він мене представляє і чому він мене так сприймає. Щоб забезпечити об'єктивний підхід до вирішення проблеми, необхідно аналізувати не лише власну позицію і позицію опонента, а й те, як він сприймає нашу позицію. Доведено, що повнота уявлень людини про саму себе значною мірою визначається багатством її уявлень про інших людей, широтою і різноманіттям її соціальних стосунків [10]. Тому активна реалізація офіцерами процесу рефлексії в процесі взаємодії допомагає всебічно сприймати проблему, з меншими перекручуваннями аналізувати ситуацію, критично аналізувати свою позицію, повніше враховувати цілі й інтереси опонентів, точніше прогнозувати розвиток проблемної міжособистісної ситуації.

Забезпечення балансу рангів і взаємного контролю за діями сторін – ще один соціально-психологічний механізм оптимальної взаємодії офіцерів у важких міжособистісних ситуаціях. Цей механізм полягає в тому, що в процесі переговорного процесу сторони разом з узгодженням цілей і встановленням взаємної довіри прагнуть зберегти первинний або такий, що складається, баланс сил і контроль за діями іншої сторони.

В умовах проблемної міжособистісної ситуації вагоме значення має статус однієї сторони щодо статусу іншої, а також те, як кожен учасник оцінює можливості іншого. Іноді влада або статус розглядається як ранг опонента. Ранг офіцера в проблемній ситуації взаємодії виражається в його можливостях впливу на іншого. Це можуть бути перевага в службовому статусі, військовому званні й віці; правова обґрунтованість його позиції; підтримка оточення або

старшого керівництва. Певне значення можуть мати й суто фізичні дані опонента.

Істотний вплив на баланс сил у проблемній міжособистісній ситуації справляють не лише реальні можливості іншого, а й те, як ці можливості сприймаються першою стороною. Для досягнення бажаного результату в процесі переговорного процесу часто важлива не влада, якою учасник реально володіє, а те, як вона оцінюється іншою стороною. Тому на остаточне рішення може впливати не фактичне, а уявне становище балансу рангів опонентів. Особливо цей вплив реалізується при використанні офіцерами маніпулятивної стратегії. Як аргументи на користь пропонованого рішення можуть бути посилення й натяки на думку старшого керівництва, його підтримку думки, що відстоюється, згадка мимохідь про могутні зв'язки, впливових родичів і покровителів. Цій же меті можуть служити коректні вказівки на можливі негативні наслідки невідповідних для маніпулятора пропозицій його опонента тощо.

Звичайно, у процесі взаємодії кожен із офіцерів прагне максимально використовувати наявні можливості. Діапазон засобів, прийомів і способів досить широкий: від переконання та прохань до погроз і шантажу. Проте завдяки збереженню балансу рангів вдається забезпечувати конструктивну взаємодію в ситуації протиріччя. Якщо ж один із учасників різко посилить свою владу (у широкому значенні цього слова), то опонент також змінить свою стратегію поведінки на жорсткішу. У результаті взаємодія з оптимальної трансформується в конфліктну й різко знижує можливості щодо конструктивного вирішення проблеми. Тому цей механізм передбачає відмову від нарощування сил, зосередження уваги не на підвищенні рангу, а на обговорюваній проблемі.

Емпатія як соціально-психологічний механізм взаємодії офіцерів украй важливий з точки зору успішного вирішення протиріччя в проблемній міжособистісній ситуації. У проблемних ситуаціях офіцери рідко виявляють емпатію щодо опонентів. У результаті вони не враховують внутрішні переживання, стани опонента, не співпереживають йому, що, у свою чергу, не дає їм змоги повною мірою визначити мотиви й потреби опонента, робить їх неготовими та нездатними до корекції й узгодження цілей і мотивів. Це призводить до неконструктивної поведінки й непродуктивного вирішення проблемної ситуації. Тому оптимальна взаємодія офіцерів у проблемній міжособистісній ситуації припускає прагнення емоційно відгукнутися на проблеми один одного, відчуття їх і, виходячи із цього, будувати свою лінію поведінки. Жорстке, бездушне ставлення до опонента не вирішить протиріччя. З іншого боку, емоційне прийняття позиції іншого, співпережи-

вання його прагненням не означає автоматичної готовності йти на поступки або поступати всупереч совісті. Співпереживання допомагає краще впізнати внутрішній світ іншого, точніше спрогнозувати його поведінку, скорегувати свою стратегію і тактику й, відповідно, підвищує шанси продуктивного вирішення проблеми. Таким чином, основними психологічними механізмами оптимальної взаємодії офіцерів у проблемній міжособистісній ситуації є узгодження цілей та інтересів, прагнення до взаємної довіри, рефлексія, забезпечення балансу рангів і взаємного контролю сторін, емпатія.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Альберти Р.Е., Эммонс М.Л. Умейте постоять за себя. Ключ к самоутверждающему поведению. Москва, 2008. 32 с.
2. Емельянов Ю.М. Исследование и проектирование межличностных ситуаций как теоретико-прикладное направление социальной психологии. *Вестник Ленинградского университета. Серия 6.* 1986. Вып. 1. С. 54–61.
3. Шипилов А.И. Конфликтология: опорный конспект. Ужгород, 1999. 85 с.
4. Ниренберг Дж. Маэстро переговоров. Минск : Парадокс, 1996. 416 с.
5. Сергеечева В. Как говорить убедительно. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 224 с.
6. Дружинин В.В., Конторов Д.С. Проблемы системологии (проблемы теории сложных систем). Москва : Радио и связь, 1976. 288 с.
7. Сафін О.Д., Сідак В.С. Психолого-акмеологічні основи професійного та особистісного самовдосконалення співробітників правоохоронних органів України : монографія. Київ : Вид-во НА СБ України, 2004. 178 с.
8. Скрыпкина Т.П. Взаимодоверие как основание межличностных взаимодействий. *Вопросы психологии.* 1999. № 5. С. 21–30.
9. Ниренберг Дж. Маэстро переговоров. Минск : Парадокс, 1996. 416 с.
10. Демський В.В. Психологічні особливості розвитку професійної рефлексії офіцерів-прикордонників : дис. ... канд. психол. наук / Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького. Хмельницький, 2009. 157 с.



## ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЧАСОВИХ ПЕРСПЕКТИВ І БАЗИСНИХ ПЕРЕКОНАНЬ ОСОБИСТОСТІ В КОНТЕКСТІ ВИМУШЕНОГО ПЕРЕСЕЛЕННЯ

### CORRELATION BETWEEN THE TIME PERSPECTIVES AND THE WORLD ASSUMPTIONS OF THE PERSONALITY IN THE CONTEXT OF FORCED MIGRATION

У статті розглядаються особливості сприймання складників психологічного часу внутрішньо перемішеними особами, часові перспективи та їх взаємозв'язок із базовими переконаннями особистості. Викладаються теоретичні основи дослідження: характеризується вплив вимушеного переселення на різні часові періоди, окреслені результати вивчення балансу часових перспектив і відхилення від нього в мігрантів та осіб, які мають досвід психологічної травматизації, оскільки остання є розповсюдженою наслідком переселення спричиненого воєнними подіями. Також окреслені теоретичні положення з базисних переконань особистості, їх змін після пережитих негативних життєвих подій. Представлений аналіз результатів проведеного автором пілотажного дослідження часових перспектив внутрішньо переміщених осіб і взаємозв'язку часових перспектив з базовими переконаннями особистості. У дослідженні використовуються методи: опитувальник часової перспективи Ф. Зімбардо й опитувальник «Шкала базисних переконань» Р. Янов-Булман. Особлива увага приділяється майбутньому внутрішньо переміщених осіб як часовому періоду, якому властивий найбільший адаптаційний потенціал. Виявлено відмінності в балансі часових перспектив внутрішньо переміщених осіб і місцевих мешканців, зокрема визначено, що в перших більш високі показники негативного минулого та фаталістичного теперішнього. Також виявлені прямі та зворотні взаємозв'язки негативного минулого, позитивного минулого, майбутнього й фаталістичного теперішнього зі шкалами базисних переконань особистості. Зазначено, що переконання щодо цінності власного «Я» та ступеня везіння мають зворотні кореляції з більш вираженими у внутрішньо переміщених осіб негативним минулим і фаталістичним теперішнім. Окрім цього, спостерігається зворотна кореляція між негативним минулим і доброзичливістю людей і пряма кореляція між фаталістичним теперішнім і переконаннями щодо впливу випадковості на перебіг подій. Наявність зазначених взаємозв'язків може позначатися на будіванні внутрішньо переміщеними особами власного майбутнього.

**Ключові слова:** внутрішньо переміщені особи, психологічний час, особистісне майбутнє, вимушене переселення, вимушена внутрішня міграція, конструювання особистісного майбутнього, базові переконання, часові перспективи.

The article deals with the peculiarities of the perception of the psychological time's components by internally displaced persons, time perspectives and their relationship with the individual's basic beliefs. Theoretical bases of the research are presented: the influence of forced resettlement on different time periods is characterized; the results of studying the balanced time perspective and deviations from it among migrants and persons with experience of psychological trauma are outlined. In addition, the theoretical studies on the basic beliefs of the individual, their changes after experienced negative life events are indicated. The analysis of the pilot study's results conducted by the author on the time perspectives of internally displaced persons and the relationship of time perspectives with the basic beliefs of the individual is presented. The following methods are used in the study: the Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI) and the Janoff-Bulman World Assumption Scale. Particular attention is paid to the future of internally displaced persons as a time period with the greatest adaptation capacity. Differences in the time perspectives' balance of and local residents were revealed, in particular, it was defined that the former have higher rates of negative past and fatalistic present. Also direct and inverse relationships between the negative past, the positive past, the future and the fatalistic present with the scales of basic personal beliefs are indicated. It is pointed out that beliefs about the value of one's self and the degree of luck are inversely correlated with negative past and fatalistic present, which are more common among internally displaced persons. In addition, there is an inverse correlation between the negative past and the goodwill of people and a direct correlation between the fatalistic present and the belief in the role of chance in the course of events. The existence of mentioned relationships may affect the internally displaced person's own future.

**Key words:** internally displaced persons, psychological time, personal future, forced resettlement, forced internal migration, construction of personal future, basic beliefs, time perspectives.

УДК 159.923-054.7  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.11>

**Діброва В.А.**

аспірант лабораторії соціальної психології особистості  
Інститут соціальної та політичної психології  
Національної академії педагогічних наук України

**Вступ.** Актуальність досліджень психологічних проблем внутрішньо переміщених осіб зумовлена великим обсягом вимушеної внутрішньої міграції в Україні, спричиненої анексією Російською Федерацією АР Крим і військовим конфліктом та окупацією окремих районів Донецької та Луганської областей. Травматичні події до й під час переселення, раптове руйнування звичного плину життя,

труднощі адаптації до нових умов повсякденного буття ускладнюються довготривалістю й незавершеністю конфлікту. Зазначені причини привертають увагу до психологічного часу ВПО та окремих його складників: минулого, теперішнього та майбутнього.

Минуле ВПО набуває невизначеного емоційного забарвлення, оскільки спогади про нього містять, з одного боку, приємні згадки

про звичне життя в рідних містах, а з іншого – глибокі травмівні переживання, які, урахувавши їх інтенсивність і вплив на подальші життєві події, привертають до себе більше уваги й накладають певний відбиток на загальний психологічний стан ВПО. Теперішнє, яке складається з пристосування до нових обставин у всіх сферах життя й часто порівнюється зі знайомим до переселення повсякденням, зазвичай оцінюється залежно від успіхів окремої особистості на місці переселення. Майбутнє ж характеризується невизначеністю, яка тільки посилюється очікуванням звільнення окупованих територій. Проте саме майбутнє може містити найбільший адаптаційний потенціал, якщо властиві цьому часовому періоду оптимізм і віра в краще життя знайдуть активне підкріплення в його конструюванні та діях, що сприятимуть здійсненню запланованого.

Розглядаючи активність особистості в авторському творенні власного буття, Т.М. Титаренко підкреслює, що структурування майбутнього залежить від структурованості й асимільованості минулого та теперішнього від усвідомлення того, що саме в минулому вплинуло на вже розгорнуте сьогоднішнє [6, с. 49].

Отже, особливого значення набувають три часові періоди, їх баланс і взаємозв'язок. Теорію, яка всебічно розглядає баланс часових періодів, з урахуванням їх багатомірності, під якою розуміється поєднання в структурі психологічного часу минулого, теперішнього та майбутнього, та афективного забарвлення (наприклад, негативне й позитивне минуле), є теорія часових перспектив Ф. Зімбардо [14, с. 235]. Згідно із цією теорією, виокремлено шість часових перспектив, а саме: негативне минуле, позитивне минуле, фаталістичне теперішнє, гедоністичне теперішнє, майбутнє та трансцендентне майбутнє [2, с. 59]. Варто зазначити, що адаптована версія методики «Опитувальник часової перспективи Ф. Зімбардо» [5], яка використовується в дослідженні, містить лише п'ять шкал часових перспектив, оскільки з неї виключена шкала трансцендентного майбутнього.

Дослідження Н.В. Володарської, яке проведене за допомогою методики Ф. Зімбардо, визначає значущі показники впливу життєвих цілей на фактор сприйняття особливостей життя залежно від його часу так. Фактор негативного минулого визначає рівень несприйняття власного минулого, яке викликає неприємні почуття болі та розчарування. Фактор позитивного минулого сприяє подальшому формуванню життєвого досвіду на базі власного минулого, розвитку особистості та її психологічному благополуччю. Фактор гедоністичного теперішнього життя вказує на бачення теперішнього відірваним від мину-

лого й майбутнього, роблячи єдиною ціллю особистості насолоду. Фактор фаталістичного теперішнього відображає бачення життя не залежним від волі людини, а підпорядкованим фатуму. Фактор орієнтації на майбутнє виявляє наявність в особистості цілей і планів на майбутнє [1, с. 55–56].

Збалансована часова перспектива описує рівень зосередженості особистості на минулому, теперішньому та майбутньому, який сприяє добробуту й оптимальному перебігу життя. Дослідження відхилення від збалансованої часової перспективи показали, що вищому добробуту сприяють вищий рівень показників позитивного минулого та майбутнього, тоді як високі показники негативного майбутнього й фаталістичного теперішнього негативно позначаються на добробуті [8, с. 164]. Також доведено, що збалансована часова перспектива з переважанням позитивного минулого та майбутнього викликає в особистості більше почуття вдячності за те, що в неї було, є та буде, що збільшує рівень задоволеності життям [13, с. 123].

Дослідження зв'язку психологічних проблем мігрантів і біженців з наявними в них часовими перспективами свідчать про негативний вплив переважання минулого, пов'язуючи з ним складнощі, які виникають при адаптації до життя на новому місці [10, с. 19], і проявлення симптомів ПТСР [11, с. 9]. Також у зазначених дослідженнях підкреслюється позитивний вплив збалансованої часової перспективи та високих показників майбутнього на успішність перебігу адаптаційного процесу.

Наведені результати досліджень привертають увагу до вивчення майбутнього внутрішнє переміщених осіб як часової перспективи, що сприяє психологічному благополуччю та полегшенню адаптації. Проте, урахувавши досвід раптових негативних змін, які кардинально вплинули на життя ВПО в минулому, можна припустити наявність у них певних негативних переконань, що будуть формувати їхнє ставлення до майбутнього та здатність до його конструювання.

Оскільки переконання, що виникли внаслідок адаптації до середовища в минулому, можуть перешкоджати засвоєнню нової системи переконань, необхідної під час зміни середовища [4, с. 447], можна припустити, що переконання, які сформувалися у ВПО через травмівні події та вимушене переселення, впливають на їхнє теперішнє життя, заважаючи прийняти умови нової дійсності й уповільнюючи конструювання майбутнього згідно цих нових умов.

Результати вивчення психологічних наслідків травмівних подій свідчать про те, що люди зазвичай діють на основі незмінних беззаперечних переконань про себе та навколишній

світ. Р. Янов-Бульман виокремлює такі три категорії базисних переконань: доброзичливість світу, усвідомленість світу й самоцінність. Категорія доброзичливість світу позначає те, якою мірою позитивно або негативно особистість оцінює навколишній світ та оточуючих людей. Усвідомленість світу відтворює здатність особистості оцінювати причинно-наслідкові зв'язки в результатах подій, які зазвичай відповідають трьом принципам: справедливості, контрольованості й випадковості. До категорії самоцінності входять переконання щодо самооцінки, здатності до самоконтролю та рівня власного везіння [9, с. 118–120].

Зазначається, що переживання негативних життєвих подій може накладати відбиток на адаптацію шляхом погіршення базисних переконань. Більше того, через зміни переконань щодо світу й оточуючих змінюється соціальна поведінка – зростає кількість контактів і знижується сприйняття соціальної підтримки [12, с. 28]. І навпаки, якщо після переживання травматичних подій було збережено позитивні переконання щодо світу, це сприяє посттравматичному зростанню та знижує вірогідність розвитку ПТСР [7, с. 353].

Аналіз теоретичної літератури показав необхідність дослідження таких питань:

1. Які часові перспективи більш проявлені в структурі психологічного часу ВПО? Чи відрізняються вони від тих, що більш проявлені у місцевих мешканців?

2. Чи існує взаємозв'язок між часовими перспективами й базовими переконаннями особистості?

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Для відповіді на поставлені питання нами проведено пілотажне дослідження, у якому взяли участь 42 особи. Основну вибірку дослідження становили 22 внутрішньо переміщені особи з Донецької та Луганської областей та АР Крим, із яких 17 жінок і 5 чоловіків. Офіційний статус ВПО був підтверджений ствердними відповідями на питання про наявність довідки про взяття на облік внутрішньо переміщеної особи й указаними в демографічному блоці анкети місцями проживання на території України після переїзду. Контрольна вибірка була сформована з людей, які постійно проживають на одному місці та не мають досвіду

вимушеного переселення, у кількості 20 осіб, із яких 16 жінок і 4 чоловіків.

Для проведення дослідження обрані такі методики:

1) анкета для встановлення соціально-демографічних особливостей респондентів;

2) опитувальник «Шкала базисних переконань» Р. Янов-Бульман в адаптації О. Кравцової [3];

3) опитувальник часової перспективи Ф. Зімбардо [5].

Аналіз даних здійснений за допомогою методів описової статистики через порівняно невеликий обсяг вибірки, застосовані непараметричний U-критерій Манна-Уїтні й непараметричний метод рангової кореляції Спірмена.

На першому етапі проведено аналіз проявлених у відповідях респондентів часових перспектив і порівняння їх вираженості в основній і контрольній вибірках. Для виявлення переважаючих часових перспектив був застосований опитувальник часової перспективи Ф. Зімбардо, який складається з 56 тверджень, згоду або незгоду з наведеними твердженнями респондентам пропонується виразити згідно з 5-бальною шкалою Лайкерта. Під час інтерпретації результатів за цією методикою використовуються п'ять шкал, які відповідають п'ятьом часовим перспективам за Ф. Зімбардо.

За U-критерієм Манна-Уїтні ( $p \leq 0,05$ ) ми отримали такі статистично значущі відмінності: за шкалою «Негативне минуле» вищим є показник у субвибірці респондентів, які мають статус ВПО; за шкалою «Фаталістичне теперішнє» більш високим є також показник основної вибірки.

Завданням наступного етапу дослідження було встановити взаємозв'язок між наявними в особистості часовими перспективами та базовими переконаннями, які визначені за «Шкалою базисних переконань» Р. Янов-Бульман. Зазначена методика складається з 8 шкал, на основі яких вираховуються значення трьох факторів. Кожна шкала включає 4 пункти, відповіді на які формуються за шестибальною шкалою: (1) повністю не згоден; (2) не згоден; (3) скоріш не згоден; (4) скоріш згоден; (5) згоден, (6) повністю згоден. Деякі пункти мають обернену спрямованість. Шкали методики розподілені на фактори так. Фактор загаль-

Таблиця 1

**Середні значення показників за методикою Опитувальник часової перспективи Ф. Зімбардо**

Вибірка	Шкали методики				
	Негативне минуле	Гедоністичне теперішнє	Майбутнє	Позитивне минуле	Фаталістичне теперішнє
ВПО	2,92	3,05	3,84	3,46	2,79
Місцеві мешканці	2,56	2,90	3,92	3,24	2,24

ного ставлення до доброзичливості навколишнього світу представлений шкалами «доброта навколишнього світу» (А) й «доброзичливість людей» (В). Фактор загального ставлення до усвідомленості світу, який об'єднує шкали «справедливість світу» (С), «контрольованість світу» (D) та «випадковість як принцип розподілу життєвих подій» (Е). Фактор переконань щодо власної цінності, здатності керувати подіями й везіння включає шкали «цінність власного «Я»» (F), «ступінь самоконтролю» (G) та «ступінь удачі чи везіння» (H).

Аналіз взаємозв'язку часових перспектив і базисних переконань був проведений за допомогою метода коефіцієнту рангової кореляції Спірмена.

Кореляційний аналіз показав відсутність статистично значущих взаємозв'язків між усіма часовими перспективами та базисними переконаннями, які представлені шкалами «доброта навколишнього світу», «контрольованість світу» і «ступінь самоконтролю». Також відсутні статистично значущі кореляції між гедоністичним теперішнім і всіма базисними переконаннями.

Негативне минуле має виражену зворотну кореляцію з шкалою «цінність власного «Я»» ( $p \leq 0,001$ ). Наявні також зворотні кореляції між негативним минулим і шкалою «доброзичливість людей» ( $p \leq 0,05$ ) – слабкий зв'язок, і шкалою «ступінь удачі чи везіння» ( $p \leq 0,05$ ) – помірний зв'язок. Ураховуючи негативний характер наявних зв'язків, можна зробити висновок, що негативне минуле особистості накладає значний відбиток на її почуття власної цінності, ставлення до себе. Разом із тим брак віри у власну цінність, невпевненість у тому, чи вона гідна кращого життя, стимулює повертатися до травмивних подій минулого. Такі події стають тим, що визначає теперішнє та майбутнє. Таким чином, для конструювання майбутнього особистості значний прояв негативного минулого в балансі часових перспектив може нести негативні наслідки, які будуть проявлятися в зниженні домагань і меншій масштабності цілей.

Також наявні статистично значущі ( $p \leq 0,05$ ) слабкі та помірні кореляції між майбутнім і шкалами базисних переконань «справедливість світу», «випадковість як принцип розподілу життєвих подій» і «ступінь удачі чи везіння». Якщо розглядати загальне змістове наповнення наведених шкал, то можна говорити про ймовірність здійснення запланованого майбутнього. Тобто майбутнє за своєю сутністю є тим, що тільки може статися, тим що нині існує лише в уяві особистості. Конструюючи власне майбутнє, особистість, з одного боку, спирається на те, чого вона хоче досягти, на наявні ресурси та на зусилля, які прикладає до досягнення бажаного. З іншого боку, наведені взаємозв'язки свідчать про те, що спрямована на майбутнє особистість у здійсненні запланованого певною мірою розраховує на те, що світ справедливий, тож зусилля не будуть марними, і вважає, що певну роль у реалізації задуманого відіграють везіння та випадковість. І навпаки, у балансі часових перспектив зневіреної в загальній справедливості світу та власній удачливості особистості майбутнє буде менш вираженим.

Позитивне минуле має статистично значущий ( $p \leq 0,001$ ) помірний зворотній взаємозв'язок зі шкалою «ступінь удачі чи везіння». Це свідчить про те, що для особистості, яка позитивно ставиться до спогадів про власне минуле, властиве невисоко оцінювати вплив везіння на перебіг подій, пов'язуючи власні досягнення та невдачі з результатами прикладених зусиль.

Між фаталістичним теперішнім і шкалами «цінність власного «Я»» та «ступінь удачі чи везіння» отримані помірні негативні кореляції на високому рівні статистичної значущості ( $p \leq 0,001$ ). Також спостерігається взаємозв'язок фаталістичного теперішнього з шкалою «випадковість як принцип розподілу життєвих подій» ( $p \leq 0,05$ ). Отримані результати пояснюються змістом фаталістичного теперішнього, який передбачає підпорядкованість події примхам долі, випадковостям, впливу

Таблиця 2

**Взаємозв'язок часових перспектив і базисних переконань особистості**

Часові перспективи	Базисні переконання							
	А	В	С	D	Е	F	G	H
Негативне минуле	-0,16	-0,30*	-0,03	-0,07	0,30	-0,55**	-0,03	-0,37*
Гедоністичне теперішнє	0,14	0,15	0,06	-0,04	0,17	-0,23	0,02	0,14
Майбутнє	0,26	0,05	0,36*	0,1	-0,32*	0,17	0,27	0,30*
Позитивне минуле	-0,1	-0,09	-0,23	-0,16	-0,11	-0,08	-0,08	-0,40**
Фаталістичне теперішнє	-0,17	-0,07	-0,21	0,03	0,37*	-0,50**	-0,27	-0,47**

Примітка: \* – кореляція достовірною при  $p \leq 0,05$ ; \*\* – кореляція достовірною при  $p \leq 0,001$ .

надзвичайних сил. Позитивні переконання про власну цінність та удачливість знижують вплив фаталістичного теперішнього на особистість, тоді як особистість, в уявленні про теперішнє якої домінує фаталістичність, менше вірить у власні сили й таланти. У свою чергу, якщо в особистості переважає орієнтація на фаталістичне теперішнє та актуалізована переконаність у тому, що все в житті є результатом випадковості, вони взаємообумовлюються й органічно доповнюють її картину світу. Розглядаючи вплив фаталістичного теперішнього на подальше життя особистості, а саме на конструювання нею власного майбутнього можна дійти висновку, що розглянуті взаємозв'язки знижують активний власний внесок особистості в будівництво майбутнього через переконання щодо власної неспроможності вплинути на розвиток прийдешніх подій.

Окремо варто зазначити наявність взаємозв'язку часових перспектив не тільки з окремими шкалами методики «Шкала базисних переконань» Р. Янов-Бульман, а також і з факторами, у які ці шкали об'єднані. Статистично значущі взаємозв'язки виявлені лише з фактором, який пов'язаний із переконаннями стосовно власної цінності, здатності керувати подіями та везіння, до якого належать шкали «цінність власного «Я»», «ступінь самоконтролю» та «ступінь удачі чи везіння». Так, на високому рівні статистичної значущості ( $p \leq 0,001$ ) наявні значні зворотні кореляції зазначеного фактору з негативним минулим ( $r = -0,50$ ) і фаталістичним теперішнім ( $r = -0,60$ ). На меншому статистично значущому рівні ( $p \leq 0,05$ ) наявний слабкий взаємозв'язок ( $r = 0,33$ ) з майбутнім і зворотній слабкий взаємозв'язок ( $r = -0,31$ ) з позитивним минулим. Отримані результати дають можливість зробити висновок, що найбільші взаємозв'язки та взаємовпливи часових перспектив і переконань особистості стосуються саме бачення власної цінності та здатності контролювати себе, а також ставлення до рівня свого везіння. Відповідно більшість існуючих взаємовпливів стосується безпосередньо особистості, її бачення себе, своїх можливостей і навіть везіння, яке зазвичай розглядають як зовнішній фактор. Разом із тим наявні зв'язки часових перспектив із переконаннями, які більше асоціюються з такими зовнішніми умовами як ставлення інших людей, бачення світу загалом, мають менш системний характер.

Інтерпретація результатів свідчить, що в балансі часових перспектив ВПО негативне минуле та фаталістичне теперішнє є більш вираженими, ніж у місцевих мешканців. Така відмінність пояснюється попереднім негативним досвідом ВПО, який містить як пов'язані з військовим конфліктом і вимушеним переселенням травматичні події, так і марність

прикладених зусиль і витрачених на побудову власного життя ресурсів, обумовлену суто зовнішніми неочікуваними обставинами, що наводить особистість на думки про роль фатуму та випадковості в перебігу життя. Обидві часові перспективи можуть накладати негативний відбиток на подальше конструювання майбутнього, знижуючи активність особистості в побудові власного життя.

Ураховуючи зворотні кореляції негативного минулого та фаталістичного теперішнього з переконаннями щодо цінності власного «Я» та ступенем везіння, варто зазначити, що такі переконання знижують віру особистості у власні сили й гідність, що також буде накладати відбиток на бачення нею свого подальшого життя та успіхи в реалізації запланованого. Окрім цього, зворотна кореляція між негативним минулим і доброзичливістю людей, що знижує схильність особистості звертатися по допомогу до інших. Наявна пряма кореляція між фаталістичним теперішнім і переконаннями щодо впливу випадковості на перебіг подій свідчить про те, що особистість може в подальшому уникати будівництва власного майбутнього, оскільки віра у випадковість подій позбавляє людину авторської позиції щодо життя, передаючи цю функцію долі. Тож при розробці засобів оптимізації стратегій конструювання особистісного майбутнього ВПО окрему увагу варто спрямовувати саме на зазначені переконання.

**Висновки з проведеного дослідження.** Отже, на основі викладеного можемо резюмувати таке:

1. ВПО мають вищі показники за шкалами «Негативне минуле» й «Фаталістичне теперішнє», ніж респонденти, які не мають досвіду вимушеного переселення за результатами аналізу часової перспективи Ф. Зімбардо. Ступінь прояву зазначених часових перспектив у структурі психологічного часу ВПО свідчить, що психологічна травматизація, спричинена воєнними подіями та раптовим вимушеним переїздом, досі впливає на картину світу ВПО. Оскільки часові перспективи не відтворюють хронологічні часові періоди, а позначають, на якому періоді нині сконцентрована увага особистості, отримані дані свідчать про вплив негативного минулого й віри у фатум на теперішнє життя ВПО та їхню здатність до конструювання власного майбутнього.

2. У пілотажному дослідженні виявлено наявність взаємозв'язків між часовими перспективами й базисними переконаннями особистості. Взаємозв'язок деструктивних орієнтацій на негативне минуле та фаталістичне теперішнє з негативними базисними переконаннями щодо власної цінності й везіння, доброзичливості оточуючих, ролі випадковості в розподілі подій погіршує адаптацію

особистості до умов життя. Більш оптимальні орієнтації на позитивне минуле та майбутнє у взаємозв'язку з переконаннями щодо справедливості світу, випадковості подій і ролі власного везіння підсилюють адаптаційний потенціал особистості.

3. Отримані результати набувають особливого значення в контексті дослідження проблеми конструювання особистісного майбутнього ВПО, оскільки свідчать про необхідність урахування наявних у ВПО часових перспектив і базисних переконань при розробці засобів оптимізації стратегій конструювання майбутнього.

Перспективи подальшого дослідження передбачають дослідження особистісного майбутнього ВПО, виокремлення стратегій, які використовуються для його конструювання, і розробку засобів оптимізації цих стратегій.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Володарська Н.Д. Стратегії реалізації життєвих перспектив особистості як чинники психологічного благополуччя. *Габітус*. 2021. № 27. С. 51–58.
2. Зімбардо Ф., Бойд Дж. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. Санкт-Петербург : Речь, 2010. 352 с.
3. Практикум по психодиагностике и исследованию толерантности личности / под ред. Г.У. Солдатовой, Л.А. Шайгеровой. Москва : МГУ им. М.В. Ломоносова, 2003. 112 с.
4. Рябовол Т.А. Відображення прогнозування майбутнього на різних рівнях організації особистості. *Актуальні проблеми психології*. 2019. № 19. С. 437–452.
5. Сенік О. Адаптація опитувальника часової перспективи особистості Ф. Зімбардо (ZTP1). *Соціально психологія*. 2012. № 1/2 (51–52). С. 153–168.
6. Титаренко Т.М. Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості : монографія / за заг. наук. ред. Т.М. Титаренко ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 512 с.
7. Greenblatt-Kimron L. World assumptions and post-traumatic growth among older adults: The case of Holocaust survivors. *Stress and Health*. 2021. Vol. 37. № 2. P. 353–363.
8. Jankowski K.S., Zajenkowski M., Stolarski M. What Are the Optimal Levels of Time Perspectives? Deviation from the Balanced Time Perspective-Revisited (DBTP-r). *Psychologica Belgica*. 2020. Vol. 60. № 1. P. 164–183.
9. Janoff-Bulman R. Assumptive worlds and the stress of traumatic events: applications of the schema construct. *Social Cognition*. 1989. Vol. 7. № 2. P. 113–136.
10. Marczak M., Sorokowski P., Sobol M. Balanced time perspective as a facilitator of immigrants' psychological adaptation: A study among Ukrainian immigrants in Poland. *Transcultural Psychiatry*. 2020. Vol. 58. № 6. P. 789–803.
11. Papastamatelou J., Unger A., Zachariadis A. Time Perspectives and Proneness to PTSD Among Syrian Refugees in Greece. *Journal of Loss & Trauma*. 2020. Vol. 26. № 4. P. 375–388.
12. Poulin M.J., Silver R.C. When are assumptions shaken? A prospective, longitudinal investigation of negative life events and worldviews in a national sample. *Journal of Research in Personality*. 2019. Vol. 83. P. 1–41
13. Przepiorka A., Sobol-Kwapinska M. People with Positive Time Perspective are More Grateful and Happier: Gratitude Mediates the Relationship Between Time Perspective and Life Satisfaction. *Journal of Happiness Studies*. 2021. Vol. 22. P. 113–126.
14. New perspectives on time perspective and temporal focus / A.J. Shipp, Y. Fried, D.M. Rousseau, P.G. Zimbardo. *Special Issue: Time Perspective and Organizational Behavior*. 2020. Vol. 41. № 3. P. 235–243.

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ: ТЕОРЕТИЧНИЙ КОНЦЕПТ

### FEATURES OF PSYCHOLOGICAL TRAINING ATHLETES: THEORETICAL CONCEPT

У статті проаналізовано трактування поняття «психологічна підготовка особистості». Залежно від специфіки професійної діяльності визначається як комплекс психолого-педагогічних заходів спеціального спрямування, спрямованих на створення оптимального психоемоційного та психофізичного стану людини для виконання дії.

Психологічна підготовка розглядається як вид і функція спортивної підготовки (фізична, спеціальна, тактична, теоретична, технічна), що формує суб'єктивне ставлення до виконання дії у досягненні спортивних результатів; процес формування готовності особистості/команди до виконання завдання з метою прояву вмінь і навичок.

Поняття «психологічна підготовка спортсменів з художньої гімнастики» визначається як цілеспрямований процес формування й розвитку когнітивно-емоційних, фізичних систем/властивостей/якостей особистості, застосовуючи індивідуальні, групові/командні методи, прийоми, тактики, техніки виконання дії, що забезпечують психічну й оперативну підготовленість і збереження сформованих параметрів в емоційно напружених ситуаціях.

Психологічна підготовка розглядається в розумінні, з одного боку, як структурний компонент теоретичної, фізичної, спеціальної, тактичної, технічної підготовки, з іншого – як процес і функція формування суб'єктивного ставлення спортсмена, оцінка здатності виконувати дії/завдання тренувальної та змагальної діяльності.

Результативність тренувальної діяльності зумовлюється нейродинамічними характеристиками, психофізіологічними й антропометричними показниками. Підґрунтя тренувальної діяльності становлять психологічні якості спортсмена: особистісна умотивованість, сила характеру, самодисципліна, самооцінка, владання психоемоційним станом.

Одним із положень психологічної підготовки є позиція спортсмена в колективі (соціальний статус, роль у команді), емоційна експансивність, психологічний клімат команди (психологічна сумісність), ступінь згуртованості. Психологічна атмосфера в спортивній команді залежить від об'єктивних і суб'єктивних факторів.

**Ключові слова:** психологічна підготовка особистості, психологічна підготовка

спортсменів з художньої гімнастики, тренувальна діяльність, індивідуально-психологічні якості, спортивна команда.

The article analyzes the interpretation of the concept of "psychological training of personality". Depending on the specifics of professional activity, is defined as a set of psychological and pedagogical measures of special direction, aimed at creating the optimal psycho-emotional and psychophysical state of man to perform the action.

Psychological training is considered as: as a type and function of sports training (physical, special, tactical, theoretical, technical), which forms a subjective attitude to the implementation of actions in achieving sports results; the process of forming the readiness of the individual/team to perform the task in order to demonstrate skills and abilities.

The concept of «psychological training of athletes in rhythmic gymnastics» is defined as a purposeful process of formation and development of cognitive-emotional, physical systems/properties/qualities of personality, using individual, group/team methods, techniques, tactics, techniques to ensure mental and operational readiness and preservation of the formed parameters in emotionally tense situations.

Psychological training is considered in the understanding, on the one hand – as a structural component of theoretical, physical, special, tactical, technical training, on the other – as a process and function of forming the subjective attitude of the athlete, assessing the ability to perform actions / tasks of training and competition.

The effectiveness of training activities is determined by neurodynamic characteristics, psychophysiological and anthropometric indicators. The basis of training activities are the psychological qualities of the athlete: personal motivation, strength of character, self-discipline, self-esteem, psycho-emotional skills.

One of the provisions of psychological training is the position of the athlete in the team (social status, role in the team), emotional expansiveness, psychological climate of the team (psychological compatibility), the degree of cohesion. The psychological atmosphere in a sports team depends on objective and subjective factors.

**Key words:** psychological training of personality, psychological training of athletes in rhythmic gymnastics, training activities, individual psychological qualities, sports team.

УДК 159.9-043.61:796.412.2  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.12>

**Кайзерова А.В.**

аспірантка кафедри психології  
Інститут підготовки кадрів державної  
служби зайнятості України

На сучасному етапі розвитку художня гімнастика характеризується підвищеною складністю змагальних програм за рахунок збільшення кількості технічних елементів, які супроводжуються взаємодією з предметом і вимагають як технічних, так і психологічних методів підготовки спортсменів.

У психології спорту науковцями (І. Вінер, В. Клименко, О. Кожанова, Т. Нестерова,

Р. Терехина, О. Томенко, О. Федик, О. Шинкарук та ін.) «термін «психологічна підготовка» використовується для характеристики діяльності тренерів, спортсменів, менеджерів, спрямованої на формування й розвиток психічних процесів, якостей особистості спортсменів, їхніх фізичних властивостей, що забезпечують тренувальну діяльність і виступи на змаганнях» [15, с. 21–22].

Наукові положення у вивченні поняття «психологічна підготовка» найчастіше викладено в дослідженнях діяльності персоналу, а також працівників внутрішніх справ, військових. Визначаються такі змістові трактування поняття:

– персоналу організації: «... комплекс організаційних, освітніх і психологічних заходів, що здійснюються з метою забезпечення професійно-психологічної готовності персоналу до виконання професійних завдань, адаптації до умов професійної діяльності, запобігання професійній деформації, відхилення в психоемоційних станах внаслідок дій умов професійної діяльності» [9];

– працівників внутрішніх справ, військових: «... комплекс психолого-педагогічних заходів, спрямованих на формування, підтримку та розвиток у працівників професійно важливих психологічних і морально-ділових якостей, внутрішнього самоконтролю в конфліктних ситуаціях, комунікативної культури, психологічної готовності до професійної діяльності в екстремальних ситуаціях, позитивної мотивації до вибору безпечних технологій виконання службових завдань та дотримання правил особистої безпеки» [5; 10; 18].

Таким чином, трактування змісту терміна «психологічна підготовка» залежно від напряму суб'єктно-професійного аналізу й вивчення можна розглядати за трьома групами:

1) психологічна підготовка трактується як комплекс спеціалізованих заходів;

2) процес формування готовності особистості до умов/виконання певної дії;

3) психологічне налаштування й емоційне владання людини при виконанні завдань діяльності.

У науковій літературі психології спорту, окрім терміна «психологічна підготовка», також використовується поняття «психофізична підготовка». О. Єгоричевим [4] поняття «психофізична підготовка» застосовується для позначення поєднання в одній системі фізичної та психологічної готовності особистості. Аналогічний підхід відзначається в роботах С. Борщова [2], В. Ільніча [16], Л. Колокатової [7]; І. Туревського [14], О. Федика [15, с. 22.], де вказується, що психофізична підготовка й професійно-прикладна фізична підготовка ототожнюються трактуються та вивчаються як фізична підготовка, що ґрунтується на теорії й методиці фізичного виховання. Таким чином, психологічна підготовка як один із аспектів психології спорту сприяє реалізації методів і засобів підвищення психофізичної діяльності й підготовленості спортсменів.

Нами поняття «психологічна підготовка спортсменів з художньої гімнастики» визначається як цілеспрямований процес формування й розвитку когнітивно-емоційних, фізичних

систем/властивостей/якостей особистості, застосовуючи індивідуальні, групові/командні методи, прийоми, тактики, техніки виконання дій, що забезпечують психічну й оперативну підготовленість і збереження сформованих параметрів в емоційно напружених ситуаціях.

Отже, у зв'язку із зазначеним психологічна підготовка нами розглядається в розумінні, з одного боку, як структурний компонент теоретичної, фізичної, спеціальної, тактичної, технічної підготовки, з іншого – як процес і функція формування суб'єктивного ставлення спортсмена, оцінка здатності виконувати дії/завдання тренувальної та змагальної діяльності (рис. 1).

У системі індивідуальної психологічної підготовки спортсменів Л. Лазаревич, В. Параносич і В. Платонов [11; 12] вивчають такі напрями та особливості:

– формування мотивації до тренувальної діяльності; удосконалення спеціалізованих умінь, навичок;

– розвиток психічних процесів і вольова підготовка;

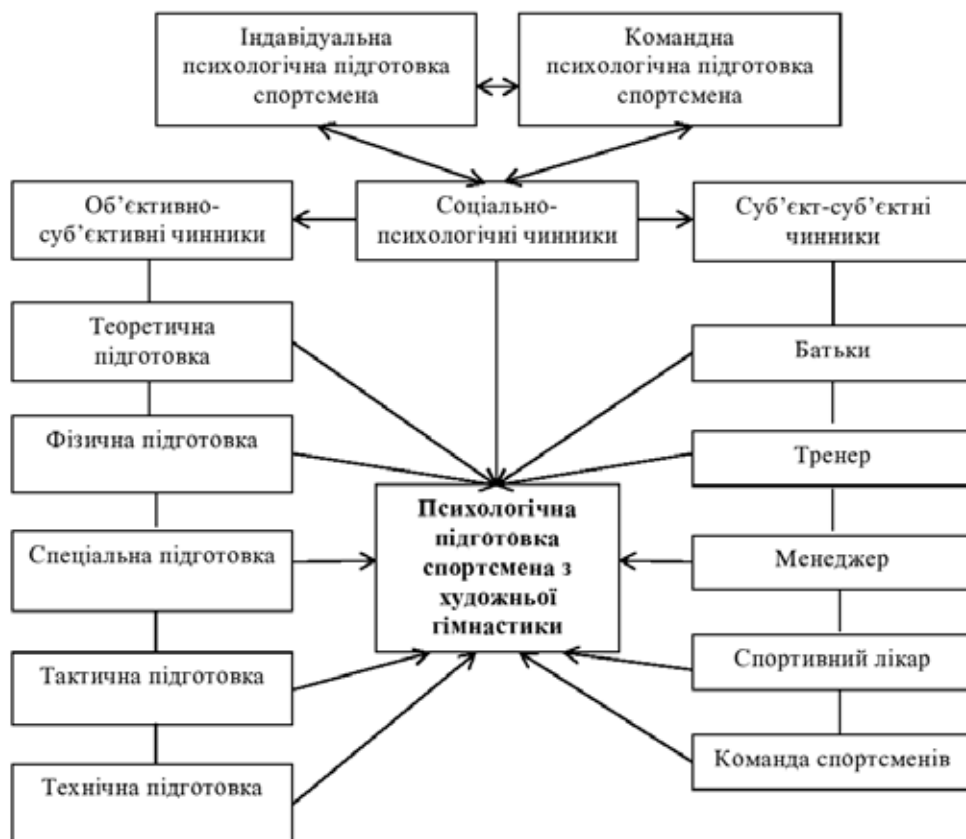
– удосконалення стресостійкості: регулювання психічної напруженості й управління емоціями та передстартовими станами.

Розвиток психічних процесів спортсменів передбачає формування емоційно-мотиваційної сфери, психічної стійкості/витривалості, волі. У ході фізичної підготовки спортсменів з художньої гімнастики змін набувають когнітивні процеси (пам'ять, уява, увага, мислення, сприйняття). Варто відзначити, що для кожного виду спорту є специфічним тип сприйняття умов і результату діяльності, що визначається поняттям «спеціалізоване сприймання». У художній гімнастиці таким спеціалізованим сприйняттям є «відчуття м'яча, скакалки, стрічки, обруча, булави», що ґрунтується на взаємодії аналізаторів: зору, слуху, опорно-рухового й вестибулярного апаратів.

Результативність тренувальної діяльності зумовлюється не лише видом спорту й індивідуальними уподобаннями особистості, а й психофізіологічними, антропометричними показниками. Тому значущості набувають нейродинамічні характеристики, психологічні якості/здібності спортсмена та характерна індивідуальність.

Індивідуальність – це унікальність особистості, яка проявляється як в особистісно-психологічних особливостях, так і у виконанні відповідних дій. Проявом індивідуальності спортсменів у художній гімнастиці є індивідуальний стиль, який формується в тренувальному процесі: виконання гімнастичних вправ, «збільшення різноманітності та складності кидків, захватів і зупинок предметів за допомогою різних ділянок тіла гімнастки; збільшення різноманітності й підвищення складності еле-





**Рис. 1. Теоретична модель психологічної підготовки спортсменів з художньої гімнастики**

ментів з предметами в тісному контакті з тілом гімнасток...» тощо [6; 8; 17].

Основу тренувальної діяльності становлять психологічні якості спортсмена, а саме: особистісна умотивованість, сила характеру, самодисципліна, «самовіддача, самооцінка, самокритичність, віра в себе, інстинкт переможця, тактика, техніка, вміння володіти собою, товарицькість, співпраця, ентузіазм» (В. Климін, В. Колосков).

Зі зростанням конкуренції у вітчизняних змаганнях і на міжнародній арені зростає складність та оригінальність композицій як в індивідуальних програмах, так і в командних виступах. Для досягнення високого рівня підготовленості команди підвищується інтенсивність підготовки й складність вправ без предмета; здійснюється пошук нових складних технічних та оригінальних групових вправ без предмета й із предметами; відпрацювання техніки вправ і композиції до рівня майстерності та віртуозності; уніфікація рухів з предметами; усе це потребує не лише індивідуальної роботи спортсмена, а й зусиль команди. У групових вправах кожне завдання розв'язується колективно. Тому підготовка до виконання групових вправ у художній гімнастиці починається з формування складу команди.

Важливим положенням у психологічній підготовці є позиція спортсмена в колективі (статус), емоційна експансивність (показник соціально-психологічних якостей особистості, який демонструє ставлення цієї особи до групи, і показник соціально-психологічних потреб особистості в спілкуванні з членами групи), психологічний клімат команди (психологічна сумісність), ступінь згуртованості, що є базисом у досягненні спортивного результату.

Психологічна атмосфера в спортивній команді залежить від такого [3]:

1) об'єктивних факторів:

- інструментально-функціональні фактори (матеріальне й технічне забезпечення тренувальної діяльності; організація тренувального процесу: режим занять, відпочинку та відновлення; заохочення спортсменів);

- нормативно-правові фактори (відповідність нормам, вимогам і документам, що регулюють життєдіяльність спортивної команди);

2) суб'єктивних факторів:

- управлінські фактори – методи та стилі управління тренера командою, особливості відносин у системі «тренер-спортсмен», «спортсмен-спортсмен», «спортсмен-інші суб'єкти»;

- психологічні фактори – ступінь психологічної сумісності, рівень комунікації й згуртова-

ності команди, особливості взаємосприйняття та самооцінювання (емоційна експансивність) спортсменів тощо;

– професійно-кваліфікаційні фактори – підготовленість спортсмена й команди, перспективи спортивного становлення тощо [3].

При формуванні спортивних команд у художній гімнастиці тренерами відзначається значення сумісності спортсменів у виконанні спільної синхронної діяльності. Н. Олійник та С. Войтенко визначають чотири принципи й форми організації спортивної взаємодії команди [13]:

1) спільно-індивідуальна (наявність єдиного завдання й одночасне його виконанням кожним членом групи незалежно від інших);

2) спільно-послідовна (спільне виконання завдання послідовно кожним спортсменом);

3) спільно-взаємодіюча (взаємодія спортсмена з кожним членом команди);

4) спільно-синергічна (взаємозв'язок і технічна синхронізація дій команди) [13].

Особливе значення має сумісність тренерів, команди, спортивного лікаря, менеджерів і батьків. Від тренера й спортсмена, менеджерів/психологів і батьків/спонсорів очікується та вимагається готовність до вирішення питань соціально-економічного забезпечення й психологічної підтримки занять спортом, створення іміджу спортсмена та команди, забезпечення глядацьких симпатій тощо.

У психологічній літературі виділяються рівні сумісності в колективі [1]. Перший рівень сумісності – соціально-ідеологічний (єдність моральних та етичних цінностей, переконаність). Другий рівень – соціально-психологічний (подібність поглядів, ставлення до себе, партнерів, колективу, а також єдність думок, інтересів, установок, ціннісних орієнтацій). Третій рівень – психофізіологічний (схожість характеру (відповідальність, заклопотаність справами, тривожність), взаємодоповнюваність (збудливість, рішучість, спокій тощо)). Четвертий рівень – передбачає відмінності в соціально-психологічному статусі. Кожний рівень сумісності забезпечується міжособистісною взаємодією та слугує основою формування психологічного клімату в команді.

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

Психологічна підготовка як вид і функція спортивної підготовки розглядається як структурний компонент теоретичної, фізичної, спеціальної, тактичної, технічної підготовки; як процес і функція формування суб'єктивного ставлення спортсмена, оцінка здатності виконувати дії/завдання тренувальної та змагальної діяльності.

Результативність тренувальної діяльності зумовлюється нейродинамічними характеристиками, психофізіологічними й антропоме-

тричними показниками. Підґрунтя тренувальної діяльності становлять психологічні якості спортсмена: особистісна умотивованість, сила характеру, самодисципліна, самооцінка, владання психоемоційним станом.

Одним із положень психологічної підготовки є позиція спортсмена в колективі (соціальний статус, роль у команді), емоційна експансивність, психологічний клімат команди (психологічна сумісність), ступінь згуртованості. Психологічна атмосфера в спортивній команді залежить від об'єктивних і суб'єктивних факторів.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Бабушкин Г.Д. Психология деятельности тренера. Томск : ТГУ, 2005. 458 с.
2. Борщов С.М. Психофізична підготовка юних гімнастів : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.01. Львів, 2003. 17 с.
3. Воронова В.І. Психология спорта : навчальний посібник. Київ : Олімпійська література, 2007. 271 с.
4. Егорычев А.О. Теория и технология управления психофизической подготовкой студентов к профессиональной деятельности : дисс. ... докт. пед. наук : 13.00.04. Ярославль, 2005. 317 с.
5. Інструкція з організації психологічного забезпечення службової діяльності аварійно-рятувальних служб : Наказ Міністерства України з питань надзвичайних ситуацій та у справах захисту населення від наслідків Чорнобильської катастрофи від 23.02.2004 № 89. *Офіційний вісник України*. 2004. № 11. С. 696.
6. Кожанова О.С. Відбір спортсменок у команди з групових вправ художньої гімнастики з урахуванням фактора сумісності : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.01. Київ, 2013. 20 с.
7. Колокатова Л.Ф. Дидактическая система информационной поддержки психофизической подготовки студентов технических вузов : автореф. дисс. ... докт. пед. наук : 13.00.04, 13.00.08. Москва, 2007. 50 с.
8. Основи науково-дослідної роботи магістрантів та аспірантів у вищих навчальних закладах : навчальний посібник / М. В. Костюкевич та ін. Вінниця : ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. 554 с.
9. Про затвердження Інструкції про порядок організації та проведення психопрофілактичної роботи з персоналом Державної прикордонної служби України : Наказ Адміністрації Державної прикордонної служби України від 14.04.2008 № 318. *Офіційний вісник України*. Київ, 2008. 43 с.
10. Про організацію професійної підготовки рядового і молодшого начальницького складу органів внутрішніх справ : Наказ Міністерства внутрішніх справ України від 25.11.2003 № 1444 / Міністерство внутрішніх справ України. Київ, 2003. 10 с.
11. Параносич В. Психодинамика спортивной группы (советы тренеру). Москва : Физкультура и спорт, 1977. 118 с.
12. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Теоретические основы и практическая реализация. Киев : Олимпийская литература, 2004. 804 с.

13. Олійник Н.А., Войтенко С.М. Психологічні особливості спортивної діяльності : монографія. Вінниця : ВНАУ, 2020. 240 с.

14. Туревский И.М. Структура психофизической подготовленности человека : автореф. дисс. ... докт. пед. наук : 13.00.04. Москва, 1998. 50 с.

15. Федик О.В. Психологія спорту: матеріали для самопідготовки до семінарських занять для студентів спеціальності «Психологія». Івано-Франківськ : Інін, 2013. 226 с.

16. Физическая культура студента : учебник / под ред. В.И. Ильинича. Москва : Гардарики, 2000. 448 с.

17. Шинкарук О., Топол А. Психофізіологічні особливості гімнасток, які спеціалізуються в групових вправах художньої гімнастики. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2017. № 4. С. 97–101.

18. Ягупов В.В. Морально-психологічне забезпечення : курс лекцій. Київ : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2002. 43 с.

## ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ЧОЛОВІЧОЇ СЕКСУАЛЬНОСТІ В СУЧАСНОМУ СВІТІ (РЕЗУЛЬТАТИ ФАКТОРНОГО АНАЛІЗУ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ)

### PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF MALE SEXUALITY IN THE MODERN WORLD (FINDINGS OF FACTOR ANALYSIS OF THE EMPIRICAL RESEARCH)

У статті розглядаються змістові характеристики сексуальності як психологічного феномена, зокрема чоловічої сексуальності, а також критерії оцінки біологічних, соціальних, психологічних і соціально-психологічних норм сексуальності. Описуються соціокультурні й соціально-психологічні аспекти формування сексуальності в сучасному світі. Узагальнено концепції сексуальності, а саме: теологічні, соціобіологічні, психобіологічні, соціоетичні, психогідралічні та соціокультурні. Розглянуто моделі історичного розвитку сексуальності. Вивчені психологічні характеристики сексуальності чоловіка, а також описані компоненти чоловічої сексуальності: енергетичний, селективний і компонент періодичності піднесення й спаду лібідо. Зроблено теоретичний аналіз вітчизняних і зарубіжних досліджень щодо досліджень сексуальності в сучасному суспільстві. Проаналізовано й описано методики та результати психологічного дослідження психологічних детермінант чоловічої сексуальності чоловіків. Здійснено й описано факторний аналіз даних емпіричного дослідження за допомогою критерію Кайзера з ротацією varimax, а також критерію кам'янистого насипу, який визначив наявність шести факторів, що виділилися в матриці компонент, і побудовано графік розподілу факторних навантажень у поверненому просторі, а саме: альтруїзм, моральність, розпущеність, почуттєвість, егоїзм, витривалість. Описано чинники чоловічої сексуальності: продовження роду, моральність, пошук партнера, почуттєвість, ставлення до партнера, сексуальні відносини. Також узагальнено й описано результати описового аналізу дослідження.

Досліджено, що в стосунках для чоловіків є важливим емоційний і почуттєвий компонент. Тому можна припустити формування «жіночого» типу сексуальності, де домінуючими формами поведінки є надмірна вибірковість у пошуку партнера.

**Ключові слова:** сексуальність, чоловіча сексуальність, аспекти сексуальності, компо-

ненти чоловічої сексуальності, моделі чоловічої сексуальності.

The article considers the semantic characteristics of sexuality as a psychological phenomenon, in particular male sexuality, as well as criteria for assessing biological, social, psychological and socio-psychological norms of sexuality. Sociocultural and socio-psychological aspects of the formation of sexuality in the modern world are described. The article summarizes the concepts of sexuality, namely theological, sociobiological, psychobiological, socioethical, psychohydraulic and sociocultural. Models of historical development of sexuality are considered. The psychological characteristics of male sexuality are studied, as well as the components of male sexuality are described: energy, selective and the component of the periodicity of the rise and fall of libido. Theoretical analysis of domestic and foreign research on the study of sexuality in modern society is described. Methods and results of psychological research of psychological determinants of male sexuality of men are analyzed and described. Factor analysis of empirical research data was performed and described using the Kaiser test with varimax rotation, as well as the stone embankment test, which determined the presence of six factors isolated in the component matrix and plotted the distribution of factor loads in returned space, namely: altruism, morality, debauchery, sensuality, selfishness, endurance. Factors of male sexuality are described: procreation, morality, partner search, sensuality, relationship with a partner, sexual relations. Also, the results of descriptive analysis of the study are summarized and described.

It has been studied that the emotional and sensory component is important in relationships for men. Therefore, we can assume the formation of a "female" type of sexuality, where the dominant forms of behavior are excessive selectivity in finding a partner.

**Key words:** sexuality, male sexuality, aspects of sexuality, components of male sexuality, models of male sexuality.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.13>

**Калька Н.М.**

старший викладач кафедри практичної психології  
Інституту управління, психології та безпеки  
Львівський державний університет внутрішніх справ

**Кузьо Л.І.**

к.психол.н., доцент,  
доцент кафедри іноземних мов та культури фахового мовлення  
Львівський державний університет внутрішніх справ

**Вступ.** Проблема формування чоловічої сексуальності як соціально-психологічного феномена останнім часом усе частіше стає актуальною в площині наукових досліджень. Але сьогодні все ще вважається малодослідженою сферою життя людини, зокрема, в Україні через табування цієї теми і стереотипізацію сексуальності українського народу. Проблемі сексу й сексуальності в сучасному світі надається розголос з метою кращого розуміння різниці між жіночою сексуальністю та чоловічою, надання рекомендацій, створення програм і технік для психологічного кон-

сультування для індивідуального та сімейного благополуччя особистості.

Сьогодні існує чітка диференціація між чоловічою та жіночою сексуальністю, тому варто досліджувати зміни параметрів сексуальності серед сучасної молоді.

Варто звернути увагу на те, чи може гендерна рівність зрівняти чоловіка й жінку в соціумі, а також чи може ця рівність впливати на особистість, зокрема на її сексуальність. Тому варто дослідити й проаналізувати наявні особливості та детермінанти чоловічої сексуальності в сучасному світі.

**Виклад основного матеріалу.** Вивченням поняття «сексуальність» займаються різні науковці: психологи, лікарі, соціологи, біологи. Серед психологів особливості феномена сексуальності досліджували З. Фрейд, О. Кернберг, П. Бентлер, Д. Шмітт, Р. Кларк, Е. Ільїн, М. Базон, Є. Кришталь, Т. Кришталь, Г. Кочарян, Р. Крукс, К. Баур, О. Потьомкіна та інші. Серед сучасних науковців, які займалися цим питанням, варто виділити таких науковців, як Л. Акімов, Л. Вільчук, В. Гупаловська, С. Діденко, О. Козлова, Н. Смахтіна, Н. Стрілець.

Л. Акімов описував біологічний аспект сексуальності й акцентує увагу на фізіологічних аспектах, від яких залежить розвиток, статеву зрілість, репродуктивна функція, статеві відмінності в проявах сексуальності й сексуальної поведінки [2, с. 45–68].

Науковець І. Кон відзначив, що в сексуальній поведінці чоловікам більше, ніж жінкам, притаманна агресивність. Основною функцією сексуальності є продовження роду, але сам секс виходить за межі еволюційного інстинкту розмноження. Біологічні чинники сексуальності мають тісний зв'язок із психологічними чинниками сексуальності, такими як емоції, почуття, переживання, фантазія, сприйняття партнера [7].

З. Фрейд вважає, що поняття «сексуальність» включає несвідомі процеси й означає сексуальне задоволення, яке отримується від різної ділянки тіла чи органу. Він не змішував сексуальність і продовження роду, бо вважав, що це може призвести до невротичних розладів і патологій. З. Фрейд увів термін «лібідо» – це енергія тіла, це сила, у якій проявляється сексуальний потяг чи бажання. Він уперше описав феномен сексуальності, який складається із суб'єктивного відчуття задоволення, що пов'язане з різними ділянками й органами тіла, відчуттям бажання й заспокоєння, уявою і фантазуванням [12].

Д. Віннікот зауважує, що завдяки якісному вихованню, турботі й догляду за дитиною виникає здатність зрілої любові до об'єкта, а це, у свою чергу, призводить до здорових сексуальних стосунків. Сексуальні порушення можуть виникати через фруструючий досвід у стосунках із батьками [1, с. 123–156].

Представник трансактного аналізу Е. Берн вважає, що «сексуальність чоловіка в основному визначають дві жінки – його мама (або ж старша сестра), яка винагороджувала його мужність і сексуальність у період його дорослішання, і його партнерка, яка або надихала й збуджувала, або ж, навпаки, пригнічувала й забороняла залежно від його поведінки» [1].

Науковці, які досліджують сексуальність на основі теорії об'єктних стосунків, трактують сексуальність як досвід психосоматики, почи-

наючи від першого досвіду близькості в діадних відносинах мами з дитиною й завершуючи особистісною зрілістю. На думку цих дослідників, страх самотності може зберегти сім'ю без почуттів або статеві стосунки можуть врятувати від самотності.

Крім того, Дж. Лефер зазначає, що сексуальні відносини часто використовуються для компенсації заниженої самооцінки, прочуття провини, злості, порожнечі [1].

Ю. Сільверштейн уважав, що сексуальність пов'язана з поняттям влади. З одного боку, існує зріла об'єктна любов, якій притаманна рівність і взаємна влада, а з іншого боку – садистичність і мазохістичність. Він стверджує, що особи зі зрілим об'єктним коханням практично не мають потреби в контролі та владі, щоб отримати сексуальне збудження. І, навпаки, є особи, які з незрілим об'єктним коханням добиваються жорстокості, приниження, а саме садомазохізму. На основі цього можна виділити 2 види сексуальності особистості – зрілу й інфантильну [11].

Науковець Д. Джуні досліджував проблему зрілої сексуальності. Він звертає увагу на досвід особистості, який отримано протягом усіх етапів психосексуального розвитку сексуальності [11].

О. Кернберг вивчав питання зрілої сексуальної любові. Він вважає, що сексуальний досвід складається з ядерної гендерної ідентичності, ідентичності гендерної ролі, вибору об'єкта й інтенсивності сексуального збудження та потягу. Дослідники В. Пінкстен і Дж. Лівенс вивчали відмінності в розвитку сексуального збудження й гальмування в чоловіків і жінок [8, с. 165–201].

Вітчизняні науковці (Г. Васильченко й А. Свядощ, В. Гупаловська й О. Володимирець) у наукових доробках щодо дослідження чоловічої сексуальності вказують на особливості та відмінності чоловічої та жіночої сексуальності. Так, чоловіки здебільшого оцінюють свою сексуальність у зрізі спроможності, здатності та статевої сили, натомість жінкам не властивий страх імпотенції, неспроможності [3; 4; 5].

*Мета статті* полягає в теоретичному й емпіричному вивченні психологічних детермінант чоловічої сексуальності в сучасному суспільстві.

У житті кожної людини значимими тією чи іншою мірою є чотири сфери життя – професійна, сімейна, сфера відпочинку й сексуальна. Сексуальна сфера пов'язана з іншими сферами життя. Інтимне життя людини – це взаємозв'язок таких факторів, як біологічних, психологічних, соціально-культурних.

Сексуальність – це сукупність рис особистості, завдяки яким особа є такою, якою демонструє себе перед іншими, і є невід'ємним елементом її існування. Це домінантна

ознака екзистенції людини, яка є основою і причиною для формування найпотужніших за силою вираження інтенцій, що пов'язані з підкоренням, утриманням в увазі, розпорядженням та оволодінням іншими як носієм власної ідентичності. Отже, це те, що відмежовує людину, її природу від того аспекту її існування, який відкривається обмеженій людській свідомості [8, с. 28].

Сексуальність може проявлятися в таких формах, як універсальний алгоритм і певна форма акцентуації особи, її потреб, переживань, страхів, вражень, надій, почуттів і водночас психофізіологічних особливостей, навіть до хвороби чи патології. Ці прояви акцентуації часто проявляються у творчості, не тільки в поведінкових реакціях.

Науковці виділили певні критерії таких сексуальностей, як біологічна, соціальна, психологічна, соціально-психологічна. Критерії біологічної сексуальності – це правильні диференціація статі, статеве диференціювання мозку, відсутність ознак, які можуть означати порушення соматично статевого розвитку та його завершеність, а також відсутність ознак, які можуть свідчити про порушення психосексуального розвитку та його завершеність, відсутність хвороб, правильна сексуальна поведінка й дії, що не можуть призвести до захворювань.

Критерії соціальної сексуальності – відповідності однакового рівня культури й типів сексуальної культури партнерів, етнічних особливостей сексуальності, індивідуальної сексуальної поведінки щодо соціальних норм і форм сексуальної поведінки, обізнаність у питаннях психогігієни статевого життя, відсутність ознак соціальної дезадаптації пари й соціальної дезінтеграції як батьківської, так і власної сім'ї [2].

Критерії психологічної сексуальності – це сексуальна поведінка зрілих особистостей, яка буде сприяти правильному й повноцінному виявленню особи та її індивідуальності, відсутність сексуальних комплексів, адекватність і відповідність сексуальній мотивації й мотивів статевого акту, позитивне сприйняття один одного в подружній парі.

Критерії соціально-психологічної сексуальності – це взаємне бажання сексуальних контактів, взаємні почуття, емоційний зв'язок, максимальний міжособистісний контакт в інтимних стосунках, відповідність ціннісних орієнтацій, мотивації, рівня домагань, самооцінки.

Переважання цих показників є основою гармонійних відносин та основою розвитку сексуальності кожного партнера.

До основних концепцій сексуальності належать такі: теологічні – суть полягає в тому, що сексуальність особі подарована Богом, тому

суть життя полягає в посмертній винагороді, а сексуальність необхідна тільки для народження дітей і продовження роду, в основі є ідея служіння Богові й відмова від плотських насолод; соціобіологічні – суть полягає в тому, що людина за своєю сутністю є соціальною твариною, а її спонукання є природними інстинктами, а в основі яких є боротьба за харчові й репродуктивні ресурси для розмноження та збереження виду; психобіологічні – суть полягає у вроджених психосоматичних установках сексуальної поведінки, конфлікті потягів і моралі, а сексуальність – це сфера перманентного внутрішнього конфлікту й причина комплексів; соціоетичні – суть полягає в ідеї вищого розвитку, а саме нижні межі – це розмноження, а вищі – статева любов; психогідралічні – суть їх у тому, що статеве напруження наростає й прагне до розрядки в різноманітних сексуальних діях; соціокультурні – сексуальність пов'язана з владою і підпорядкуванням [7, с. 253–279].

Науковці виділяють моделі історичного розвитку сексуальності – це єдину й подвійну моделі сексуальної поведінки. Єдина модель сексуальної поведінки передбачає існування однакового сексуального потягу як у чоловіків, так і в жінок. Подвійна модель сексуальної поведінки передбачає два різні способи сексуальної поведінки для чоловіків і жінок, а саме чоловіки мають повну сексуальну свободу [10].

Прояви чоловічої сексуальності включають такі компоненти:

- енергетичний – має вроджений характер, формується в ембріональному періоді розвитку й проявляється в нормі з пубертатного періоду, його тривалість від пубертатного періоду до зниження статевого інтересу;

- селективний – це вибір об'єкта статевого потягу, що проявляється в різних формах сексуальної поведінки, його тривалість – від усвідомлення себе як особистості й до згасання свідомості;

- компонент періодичності піднесення і спаду лібідо – вимірюється днями чи тижнями та залежить від накопичення еякуляту й механічного тиску його на нервові закінчення, що збільшує статеве збудження [9, с. 121–145].

З огляду на всі індивідуальні й соціально-групові відмінності між чоловіком і жінкою, чоловіча сексуальність має низку параметрів, а саме: сила сексуального бажання – це специфічна мотивація, яка сконцентрована на сексуальній активності й бажанні до сексуального задоволення; екстенсивність і селективність – прагнення чоловіків мати більше сексуальних партнерок, ніж мають жінки; мотивація й легітимізація – чоловіча сексуальність анатомо-фізіологічно та соціально набагато слабше пов'язана з репродукцією, ніж жіноча, а також чоловіки менше проявляють емоційну

залученість і психологічну інтимність, але більшу різноманітність мотивів; інструментальність – для чоловіків секс не тільки задоволення, а й робота, яка передбачає успіх, завершення й досягнення чогось; пластичність і різноманітність – чоловіки частіше урізноманітнюють сексуальні сценарії, ніж жінки, а також вони частіше застосовують нерепродуктивні сексуальні практики; життєвий шлях – чоловіча й жіноча сексуальність по-різному проявляється на різних стадіях життєвого шляху, чоловіки починають своє сексуальне життя раніше й закінчують пізніше, ніж жінки, через різні біологічні та соціальні чинники; насильство й агресія – у чоловічій сексуальності існує більше агресії й насильства, ніж у жіночій, оскільки чоловіче сексуальне «Я» передбачає напористість, владність, домінантність; сексуальне здоров'я та суб'єктивне благополуччя: чоловіки надають своїй сексуальній активності більшого значення й отримують від неї більше задоволення, ніж жінки.

Для визначення особливостей формування та детермінант чоловічої сексуальності проведено емпіричне дослідження серед чоловіків віком 18–50 років, які мають різні види занять: студенти, медики, працівники сфери ІТ, викладачі, менеджери. Кількість досліджуваних – 50 осіб. Для проведення дослідження використано психодіагностичні методики:

1. Особистісний опитувальник В.В. Козлова (Аніма/Анімус) (чоловічий варіант) (тест «ООКАА»).

2. Методика оцінки сексуального профілю.

3. Методика Р.Е. Баранова «Психотест на визначення гендерної ідентифікації та сексуальної орієнтації».

4. Методика «Відмінності між Я-реальним та Я-ідеальним».

Здійснивши статистичний аналіз даних, а саме факторний аналіз, ми можемо припустити, що існують такі фактори: альтруїзм, моральність, розпущеність, почуттєвість, егоїзм, витривалість, які формують чоловічу сексуальність у сучасному суспільстві. Варто виділити такі чинники:

– перший чинник – «продовження роду», до нього належать такі компоненти, як ніжність (факторне навантаження – 0,834), відповідальність (факторне навантаження – 0,793), жертвність (факторне навантаження – 0,703). Дисперсія – 14,6%;

– до другого чинника «моральність» належать такі компоненти: педантичність (факторне навантаження – 0,879), вибірковість (факторне навантаження – 0,921). Дисперсія – 13,1%;

– третій чинник «пошук партнера» включає сміливість (факторне навантаження – 0,789), гіперсексуальність (факторне навантаження – 0,812). Дисперсія – 12,1%;

– четвертий чинник називається «почуттєвість», містить фемінність (факторне навантаження – 0,658), кохання (факторне навантаження – 0,721). Дисперсія – 12,3%;

– п'ятий чинник «ставлення до партнера» включає низький показник корисливості (факторне навантаження – -0,798), експресивність (факторне навантаження – 0,613), задоволення (факторне навантаження – 0,498). Дисперсія – 11%;

– шостий чинник «сексуальні відносини» включає низький показник стресу (факторне навантаження – -0,731), задоволення (факторне навантаження – 0,785), різноманітність (факторне навантаження – 0,694). Дисперсія – 9,8%.

Факторний аналіз ми проводили двома основними методами, а саме за допомогою критерію Кайзера з ротацією varimax, а також використовувався критерій кам'янистого насипу, який визначив наявність 6 факторів, що виділилися в матриці компонент.

З допомогою факторного аналізу даних дослідження висвітлено 72,3% дисперсії отриманих даних. Ми побудували графік розподілу факторних навантажень у поверненому просторі на основі факторної матриці (рис. 1).

Крім цього, з отриманих результатів дослідження варто зазначити, що особи чоловічої статі вважають себе більш освіченими в сексуальній сфері, ніж жінки. Для них не надто важливими є емоційно-почуттєві зв'язки й обговорення сексуальних відчуттів. Перші сексуальні відносини в чоловіків орієнтовно – у 16–18 років, а кількість партнерок – від 1 до 5 осіб. Чим більш експресивним є чоловік, тим більше в нього проявляється сміливість, він менше корисливий, але, попри це, більш вибірковий, гіперсексуальний, може бути й схильним до жертвності, любові й пошуку постійної партнерки.

Чоловіки, які є більш схильними до вибірковості, можуть проявляти педантичність при виборі партнерів і схильність виявляти почуттів до свого партнера. Особи, які мають почуття до партнерів, проявляють чуттєвість, ніжність, жертвність, відповідальність за партнера. Крім того, у чоловіків, які відчувають кохання до партнера, більше проявляється відповідальності за нього й до нього, але при стресі вона може знижуватися. Чоловіки є більш фемінними, якщо в них немає глибоких почуттів.

Якщо мова йде про продовження роду, то чоловіки більш схильні бути ніжними, відповідальними, жертвними. Моральним компонентом чоловічої сексуальності є прояв педантичності, вибірковості до свого партнера, а при пошуку партнера вони є сміливішими й гіперсексуальними. Вони ставляться до свого партнера більш експресивно й без корисливості.

Графік компонент у поверненому просторі

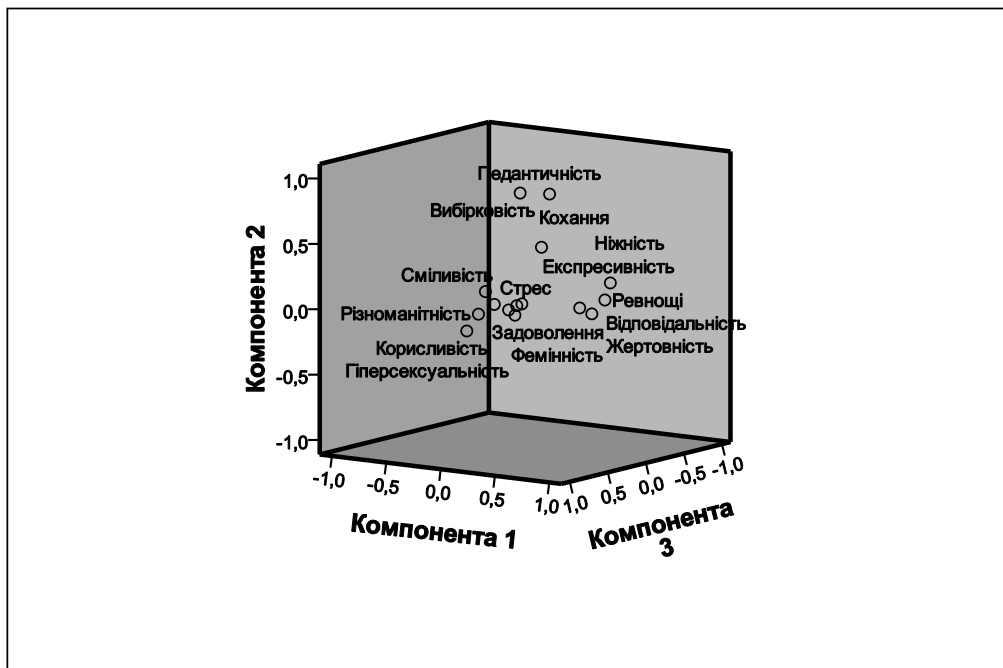


Рис. 1. Графічна демонстрація факторних навантажень

**Висновки з проведеного дослідження.** Отже, сексуальність сьогодні як соціально-психологічний феномен необхідно витягнути з табуованих тем для створення програм, технік і методів психологічного сімейного й індивідуального консультування, оскільки завдяки сексуальності особа демонструє свою належність до статі й так декларує своє функціонування у світі.

У результаті дослідження ми виділили такі фактори, які формують чоловічу сексуальність: альтруїзм, моральність, розпущеність, почуттєвість, егоїзм, витривалість, що формують чоловічу сексуальність у сучасному суспільстві. Також описали такі чинники чоловічої сексуальності: продовження роду, моральність, пошук партнера, почуттєвість, ставлення до партнера, сексуальні відносини.

Для досліджуваних у стосунках є важливий емоційний і почуттєвий компоненти. Можна навіть присукати формування «жіночого» типу сексуальності, де домінуючими формами поведінки є надмірна вибірковість у пошуку партнера, нерішучість, педантичність, а також вразливість, витонченість тощо. У досліджуваних повністю відсутня потреба й бажання боротьби. Спостерігається акцент на зовнішню форму. Проте варто відзначити важливість моральності в сексуальних стосунках.

У більшості чоловіків спостерігається незадоволення своїм сексуальним життям і наявність різного виду проблем у ньому. Загалом у таких чоловіків прослідковується тенденція до нездатності розмежовувати своє «Я» у світі,

витримувати напруження й ефективно адаптуватися до реальності.

Подальше дослідження спрямоване на емпіричне дослідження особливостей прояву сексуальності в одружених і неодружених чоловіків, а також чоловіків, які перебувають у стосунках і в яких вони відсутні.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Агарков С.Т. Сексуальность от зачатия до смерти: онтогенез сексуальности. Москва : ТЕРА, 2015. 145 с.
2. Акімова Л.Н. Психологія сексуальності. Одеса : СМІЛ, 2005. 198 с.
3. Васильченко Г.С. Любовь, брак, сексуальное партнерство. Москва : Мед. енциклопедия, 2001. 128 с.
4. Гупаловська В.А., Володимирець О.І. Психологічні особливості сексуальності чоловіків: результати емпіричного дослідження. *Проблеми сучасної психології*. 2012. Вип. 16. С. 222–235.
5. Діденко С.В. Психологія сексуальності і сексуальних стосунків : навчальний посібник. Київ : Інститут післядипломної освіти Київського національного університету імені Тараса Шевченка, 2003. 321 с.
6. Имелинский К. Сексология и сексопатология. Москва : Медицина, 2009. 423 с.
7. Кон И.С. Мужская и женская сексуальность. Москва : Медицина, 2000. 304 с.
8. Кочарян Г.С. Современная сексология. Киев : Ника-Центр, 2007. 400 с.
9. Крукс Р., Баур К. Сексуальность. Москва : Мир, 2012. 441 с.
10. Марез Т. Женское и мужское. Раскрытие тайны женского начала. Киев : София, 2000. 192 с.
11. Мілет К. Сексуальна політика. Київ, 2006. 619 с.



## ДИСФУНКЦІОНАЛЬНІ ПЕРЕКОНАННЯ В СИСТЕМІ ДЕПРЕСИВНО-ТРИВОЖНИХ РОЗЛАДІВ

### DYSFUNCTIONAL BELIEFS IN THE SYSTEM OF ANXIETY-DEPRESSIVE DISORDERS

У статті розглядаються результати теоретичного й емпіричного дослідження особливостей прояву та перебігу депресивно-тривожних розладів. Наведено описові характеристики поведінкових, когнітивних, соматичних симптомів депресії, тривожних розладів і їх поєднання. Описано варіанти коморбідності цих розладів, їх можливі причини й наслідки порівняно з окремими розладами. Зазначено теоретичні відомості про дисфункціональні переконання, ірраціональні установки, когнітивні схеми, їх основні види та причини їх формування в особистості. Обґрунтовано зв'язок дисфункціональних переконань з формуванням і розвитком психічних розладів, включаючи депресивно-тривожні. Зазначено важливість використання методів, направлених на зміну дисфункціональних переконань, у психотерапії депресивно-тривожних розладів. Проведене дослідження виявило наявність кореляції між дисфункціональними установками та депресивними і тривожними розладами. Результати дослідження продемонстрували у 27% досліджуваних низькі показники наявності симптомів депресії та тривожності, у 13% виявилися значимі показники депресії, у 27% – тривожності, а поєднання в різних співвідношеннях наявних показників депресивно-тривожних розладів – 33%. Високу від'ємну кореляцію встановлено між шкалою «Тривожність» і шкалами «Схвалення», «Досягнення», «Перфекціонізм», «Всеомгутність», «Катастрофізація», «Вимогливість до себе», «Фрустраційна толерантність», а також між шкалою «Депресія» та шкалами «Любов», «Мені всі повинні», «Автономія», «Вимогливість до інших», «Самооцінка». При поєднанні депресивно-тривожних симптомів виникає наявність більшості з дисфункціональних переконань, представлених у цих методиках. Обернена кореляція в цьому випадку означає, що, чим більш вираженими є симптоми депресивних і тривожних розладів, тим нижчими є показники установок, що свідчать про наявність дисфункціональних переконань.

**Ключові слова:** депресивні розлади, тривожні розлади, коморбідність, дисфункціональні переконання, ірраціональні установки, когнітивні схеми, когнітивно-поведінкова

терапія, раціонально-емоційно-поведінкова терапія.

The article discusses the results of a theoretical and empirical study of the features of the manifestation and course of depressive-anxiety disorders. Descriptive characteristics of behavioral, cognitive, somatic symptoms of depression, anxiety disorders and their combination are presented. Variants of comorbidity of these disorders, possible causes and consequences in comparison with individual disorders are described. Theoretical information about dysfunctional beliefs, irrational attitudes, cognitive schemes, their main types and the reasons for their formation in a person are indicated. The connection between dysfunctional beliefs and the formation and development of mental disorders, including depressive-anxious ones, has been substantiated. The importance of using methods aimed at changing dysfunctional beliefs in psychotherapy for depressive-anxiety disorders is indicated. The study revealed a correlation between dysfunctional attitudes and depressive and anxiety disorders. The results of the study demonstrated in 27% of the studied low indicators of the presence of symptoms of depression and anxiety, in 13% there were significant indicators of depression, in 27% – anxiety, and combinations in different ratios of the available indicators of depressive-anxiety disorders – 33%. A high negative correlation was established between the scale of "Anxiety" and the scales of "Approval", "Achievements", "Perfectionism", "Omnipotence", "Catastrophization", "Demanding to oneself", "Frustration tolerance", as well as between scale "Depression" and scales "Love", "Everyone owes me", "Autonomy", "Demanding to others", "Self-esteem". With a combination of depressive-anxiety symptoms, the presence of most of the dysfunctional beliefs presented in these techniques occurs. Inverse correlation in this case means that the more pronounced the symptoms of depressive and anxiety disorders, the lower the indicators of attitudes indicating the presence of dysfunctional beliefs.

**Key words:** depressive disorders, anxiety disorders, comorbidity, dysfunctional beliefs, irrational attitudes, cognitive schemas, cognitive behavioral therapy, rational emotive behavioral therapy.

УДК 159.9.07:616.89-008  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.14>

**Каневський В.І.**  
к.психол.н.,  
доцент кафедри психології  
Чорноморський національний  
університет імені Петра Могили

**Гур'янова А.С.**  
студентка 665 групи спеціальності  
психологія  
Чорноморський національний  
університет імені Петра Могили

Стресові події, втрати й розчарування найчастіше викликають емоційну реакцію у формі тривоги та депресії. Незважаючи на те що ці стани у філогенетичному й феноменологічному аспектах являють собою абсолютно різні явища, вони часто зустрічаються разом. Тривога проявляється як стан підвищеної готовності організму до швидкої відповіді на можливі стресові фактори, тоді як депресія є станом пригніченості, що з'являється часто внаслідок усвідомлення безвихідності ситуації. Часто після тривалого стану тривоги роз-

вивається депресія через невирішені стресові обставини [6].

Депресивні та тривожні розлади є найбільш розповсюдженими серед усіх нервово-психічних захворювань. Ризик розвитку протягом життя тривожних розладів становить 24,5%, а депресивних – 17,3%. Середній вік розвитку тривожних розладів – 16,4 роки, а депресій – 23,2 [11].

Високий рівень коморбідності тривожних і депресивних розладів досліджено багатьма вченими (С. Мосолов, Р. Kessler,

J. Angst, A. Dobler-Mikola, B. Vargo, W. Coryell, N. Sartorius, H. Metcalf). Деякі з досліджень установили, що в 60% хворих на тривожні розлади виявляється депресія. Найвища частота розвитку депресії спостерігається при генералізованому тривожному розладі, агорафобії та соціофобії. За даними М. Hamilton, розгорнута депресивна симптоматика супроводжує тривожні розлади у 83% випадків, а частота зустрічальності тривоги при рекурентній депресії становить 96% [10].

Проблема правильної діагностики й адекватної терапії депресивно-тривожних розладів залишається гострою й нині через відсутність достатньої уваги до можливості їх поєднання та одночасного прояву, розмитість критеріїв, недостатню вивченість і відсутність достатньої кількості розроблених методів психологічної допомоги, які б ураховували їх особливості.

Депресія відзначається сповільненням або пригніченням багатьох аспектів психічного життя: емоційного, поведінкового й інтелектуального. Е. Крепелін описав так звану меланхолічну триаду ознак: зниження настрою, ідеаторну та моторну загальмованість [10]. Депресія призводить до почуття смутку, безнадійності, до нездатності відчувати радісні переживання, зниження енергії й волі. Від звичайного смутку депресія відрізняється тим, що вона більш інтенсивна, триває довше й заважає адаптації до життєвих обставин. Серед сомато-вегетативних розладів зустрічаються безсоння, головні болі, порушення периферичного кровообігу (холодні кінцівки), утрата апетиту зі зниженням ваги, знижене слиновиділення, сухість язика (симптом В. Осипова) й інших слизових оболонок, а також кожних покривів, затримка місячних у жінок, а також триада В. Протопопова: розширення зіниць, тахікардія та спастичні запори [7].

Тривога розуміється як прояв внутрішнього напруження й занепокоєння з передчуттям загрози та песимістичними побоюваннями. Головною особливістю тривоги є її спрямованість на майбутнє, а також безпредметний характер [2]. Тривожні розлади найбільш характеризуються фізичними симптомами, такими як неспокій, м'язове напруження, втома, дратівливість, труднощі з концентрацією уваги, тривожні пробудження, складнощі із засинанням, пітливість, нудота, діарея, підвищення апетиту, тремор, ком у горлі тощо. Для діагностики тривожного розладу симптоми повинні тривати як мінімум 6 місяців і не бути викликані ні фізичним захворюванням, ні іншим психічним розладом [9].

Тривожна депресія відзначається переважанням тривоги, пригніченості, неконкретизованого почуття близької небезпеки, неясного занепокоєння, відчаєм, швидкою втомлюваністю, підвищеною роздратованістю,

песимістичними думками, які стають нав'язливими. Часто спостерігається погіршення стану ближче до вечора. Люди із цим розладом знаходяться в проміжному стані між збудливістю й апатією, тому їхня тривожність часто проявляється неактивно. Наприклад, вони перебирають пальцями рук або заламують їх, кусають нігті, відстукують певний ритм, мають занепокоєний погляд і постійно напружене тіло [10].

Поєднання тривоги й депресії часто пов'язане з будь-якою життєвою втратою. Це хронічне захворювання без лікування може зі змінною інтенсивністю тривати все життя. Супутні захворювання з тривожними й депресивними розладами досить великі, спостерігаються в 75% хворих [11].

Нерідке співіснування тривожності й депресії визнається в МКБ-10. Підтвердженою є складність визначення первинного афекту. Коли неможливо виявити, яке явище передувало іншому, ставиться діагноз змішаного депресивно-тривожного розладу. Крім нього, існують такі варіанти поєднання симптомів обох розладів, як коморбідність, переважання тривожного розладу з депресивною симптоматикою, переважання депресії з тривожною симптоматикою, поєднання окремих депресивних і тривожних симптомів на субсиндромальному рівні [10].

З психологічної точки зору поширеність співіснування депресивних і тривожних розладів може бути пов'язаною з існуванням «спільного невротичного фактору» (P. Tyrer), який включає такі соціально-особистісні характеристики, як почуття неповноцінності й відкинутості, підвищена чутливість до критики, сором'язливість, вразливість до дистресу (неспецифічного соціального, побутового) [6].

Тривожно-депресивні розлади зумовлюють збільшену важкість для хворого в соціальному та клінічному відношеннях. Дослідження показали, що в таких пацієнтів відзначають вищий рівень зниження працездатності та інвалідації, нижчу якість життя, збільшення суїцидального ризику й кількості депресивних епізодів зі зменшеною якістю ремісії, резистентність до терапії. Установлення діагнозу та відстеження прогресу під час терапії ускладнюється тим, що співвідношення проявів депресії та тривожності може постійно змінюватися, через що один із розладів тимчасово стає домінуючим [6].

Коморбідні тривожні розлади та депресія, а також змішані депресивно-тривожні форми являють собою значну частину випадків психічних розладів, однак нерозвиненість цього питання часто призводить до одностороннього неповного діагнозу або відсутності діагнозу взагалі, відсутності збалансованості терапії, яка направляється лише на один із розладів,

що може призвести до погіршення симптоматики.

Одними з найбільш розвинених і застосовуваних методів аналізу та психотерапії для тривожних і депресивних розладів є когнітивно-поведінкова (далі – КПТ) та раціонально-емоційно-поведінкова (далі – РЕПТ).

Згідно з теорією РЕПТ, вагомий внесок у розвиток психологічних розладів робить те, що людина мислить ірраціонально та дисфункціонально. Такі думки являють собою абсолютні вимоги до себе, інших людей і світу. Елліс запропонував ідею, що всім людям властиві як раціональні, так й ірраціональні (дисфункціональні) установки та переконання. Людина в нормі здатна усвідомлювати ірраціональність своїх думок та ідей, їх вплив на своє життя, змінювати їх на такі, які відповідають справжній ситуації. У такому випадку вона не залежить від своїх негативних переконань і може виходити з-під їх впливу [1].

Унаслідок розвитку психологічних розладів людина втрачає здатність критично оцінювати свої думки й установки, висуваючи до себе, оточуючих або світу абсолютні вимоги, невиконання яких і перебільшення негативних наслідків і призводить до формування розладу.

Вплив дисфункціональних переконань на мислення людини можна легко побачити за допомогою структури ABC, де «А» означає активізуючу подію, «В» являє собою погляд людини на цю подію, а «С» – емоційну та поведінкову реакцію людини. Хоча може здаватися, що «А» прямо викликають «С», однак «В» насправді є важливим посередником, який за допомогою когніцій, установок та ідей може викривляти сприйняття, а тому й реакцію людини на об'єктивну подію [13].

Виникнення дисфункціональних установок відбувається в дитинстві, коли людина сприймала їх, ще не володіючи навичкою критичного аналізу на когнітивному рівні, не маючи змоги спростувати їх на поведінковому рівні, оскільки не мала такого досвіду та знань, які могли б їх спростувати, або отримувала певні підкріплення від оточення [1].

Елліс уважав найбільш розповсюдженими такі групи ірраціональних установок:

1. Катастрофічні установки. Проявляються у вигляді перебільшення негативних результатів ситуацій.

2. Установки неодмінного зобов'язання (вимогливість). Виражаються у формі впевненості в існуванні загальних обов'язків, які повинні втілюватися в життя незалежно від обставин.

3. Установки обов'язкової реалізації своїх потреб. Такі переконання унеможливають досягнення задоволеності життям за відсут-

ності повного виконання власних бажань, які перетворюються на ультиматум.

4. Глобальні оціночні установки. Виражаються у вигляді переконання в тому, що за конкретними поведінковими проявами необхідно оцінювати людину в цілому.

Згідно з теорією РЕПТ, сформовані установки стають автономними й надалі підтримуються процесами, що відбуваються в теперішньому. Тому доречним є з'ясування факторів, які допомагають установкам залишатися в системі мислення людини, не змінюючись.

Тільки перетворення дисфункціональних установок провокує появу адекватного емоційного реагування. Завдяки терапії людина вчиться управляти своїми переконаннями, тоді як до цього переконання керували ними [14].

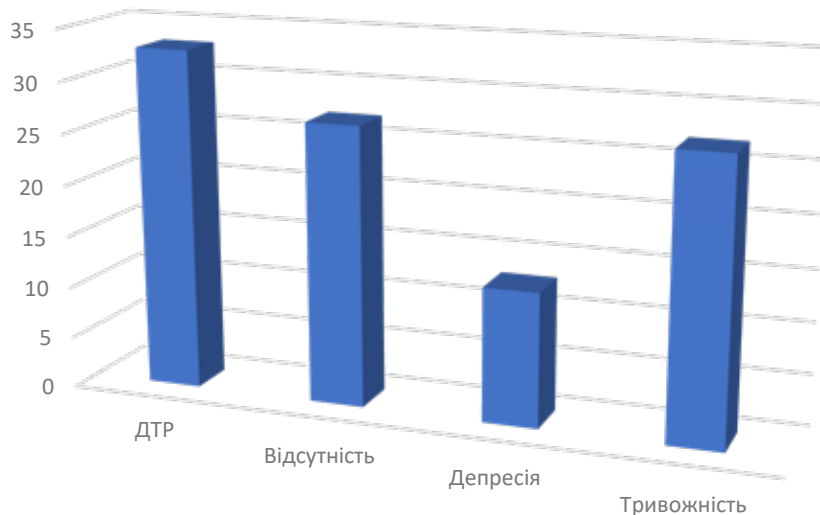
У когнітивно-поведінковій терапії установки також мають назву «когнітивні схеми». Американський психіатр А. Бек визначив когнітивну схему як відносно стабільний спосіб організації мислення та оцінки подій. Ці схеми становлять сукупність основних, часто не висловлених і несвідомих припущень про те, який я є, який світ навколо мене, що я чекаю від нього [4].

А. Бек описав когнітивні схеми, які, за його словами, можуть бути виражені у вигляді певних правил або припущень, наприклад, «Якщо в мене щось не вдасться, то я невдаха» або «Не можу бути щасливим, якщо мене не люблять інші люди». Когнітивно-поведінкова терапія також припускає, що дисфункціональні переконання створюються під впливом досвіду в ранньому дитинстві. На думку А. Бека, вони залишаються латентними, або прихованими, протягом тривалого часу, тобто можуть не впливати на психічний стан. Однак якщо вони активуються певною подією, то можуть викликати декомпенсацію особистості або актуальний психічний розлад, такий як депресія або тривожний розлад [3]. У зв'язку з тим що дисфункціональні переконання часто є несвідомими, вони, як правило, за нормальних обставин не критично переглядаються та їх достовірність не перевіряється. Проте вони формують сприйняття реальності, яке впливає на поведінку.

А. Бек розділяв установки на три групи залежно від досвіду, у якому вони найбільш застосовні:

1. Результат. Схеми, що стосуються вимог до себе та потреб успіху («Щоб я був щасливим, мені потрібно бути успішним у всьому, з чим я стикаюся», «Я маю бути найкращим у всьому, що я роблю»).

2. Прийняття. Установки, пов'язані з необхідністю бути шановним, коханим, захищеним, прийнятим іншими людьми («Щоб я був щасливим, мене повинні шанувати всі люди», «Я не можу жити без кохання»).



**Рис. 1. Співвідношення показників депресії та тривожності досліджуваних**

3. Влада. Переконавання, що стосуються необхідності контролювати події, потреби, сили, панування, контролю над своєю поведінкою та поведінкою інших, потреби в послуху та лояльності інших («Я завжди повинен бути в змозі зробити все самостійно!», «Нікому не можна вірити!», «Усі повинні постійно мене слухати») [14].

Основні схеми та похідні переконання формують особистість. Когнітивні схеми функціонують як зразок визначення й оцінки ситуації. Індивідуум обробляє інформацію способом, який відповідає його переконанням, вибирає інформацію із ситуації, яка підтверджує або знецінює його основні переконання, ігнорує та недооцінює інформацію, що свідчить про зворотне. За наявності депресивних і тривожних розладів можна говорити про існування травми, що спричинила потребу у створенні надзвичайно негативних переконань про власну особистість, оточуючих або світ загалом [12].

Щоб людина ці переконання компенсувала або впоралася з ними, вона повинна створити ригідні правила, як розуміти ті чи інші події. Поступово вона втрачає можливість розвинути будь-які інші види поведінки, крім такої, що підпорядковується системі дисфункціональних переконань.

Процес, який перетворює реальні події в баченні їх людиною на такі, що підтверджують дисфункціональні переконання, називається асиміляцією. Малоадаптивна асиміляція відбувається в результаті когнітивних помилок (надузагальнення, знецінення позитивного, поспішні висновки, перебільшення або применшення, негативний фільтр, емоційне обґрунтування, навішування ярликів тощо). Завдяки когнітивним помилкам індивідуум

підтримує малоадаптивні емоційні реакції та форми поведінки. Люди зазвичай не знають про свої когнітивні помилки. Вони знають лише про остаточні висновки [5].

Для з'ясування актуальності проблеми депресивно-тривожних розладів, наявності дисфункціональних переконань як важливого фактору їх розвитку та перебігу опитано 100 осіб за допомогою таких методик, як «Шкала депресії» Бека, «Шкала проявів тривоги» Тейлор (адаптація Норахідзе), «Шкала дисфункціональних переконань» Вайсман, «Діагностика ірраціональних установок» Ховард Кассінове.

**Результати дослідження** продемонстрували у 27% випадків низькі показники наявності симптомів депресії та тривожності, у 13% виявилися значимими показники депресії, у 27% – тривожності, а найбільшу групу становили поєднання в різних співвідношеннях наявних показників депресивно-тривожних розладів – 33% (рис. 1).

За критерієм Пірсона виявлено середні позитивні взаємозв'язки між шкалою «Депресія» та шкалою «Тривожність» ( $r=0,579$ ,  $p<0,001$ ). Зі збільшенням показників за шкалою «Депресія» також збільшуються показники за шкалою «Тривожність».

Високу значущу від'ємну кореляцію встановлено між шкалою «Тривожність» і шкалами «Схвалення» ( $r=-0,8$ ,  $p<0,001$ ), «Досягнення» ( $r=-0,813$ ,  $p<0,001$ ), «Перфекціонізм» ( $r=0,882$ ,  $p<0,001$ ), «Всеомгутність» ( $r=0,882$ ,  $p<0,001$ ), «Катастрофізація» ( $r=-0,894$ ,  $p<0,001$ ), «Вимогливість до себе» ( $r=-0,833$ ,  $p<0,001$ ), «Фрустраційна толерантність» ( $r=0,921$ ,  $p<0,001$ ).

Сильну значущу від'ємну кореляцію виявлено між шкалою «Депресія» та шкалами «Любов» ( $r=-0,89$ ,  $p<0,001$ ), «Мені всі повинні»

( $r=-0,828$ ,  $p<0,001$ ), «Автономія» ( $r=-0,817$ ,  $p<0,001$ ), «Вимогливість до інших» ( $r=-0,825$ ,  $p<0,001$ ), «Самооцінка» ( $r=-0,892$ ,  $p<0,001$ ).

Отримані результати вказують на більшу вираженість певних дисфункціональних переконань, характерних переважно для депресивного або тривожного розладів, що зумовлює емоційну та поведінкову різницю в їх проявах. Однак за багатьма шкалами кореляція є значущою для обох розладів, але з різною частотою та вираженістю, що означає можливий частковий збіг когнітивних схем і підтверджує їх розповсюджену коморбідність.

Необхідно відзначити, що при поєднанні депресивно-тривожних симптомів виникає наявність більшості з дисфункціональних переконань, представлених у цих методиках, що явно вказує на складніший перебіг поєднаних розладів, їх більший вплив на мислення, поведінку й життя людини.

Продемонстровані підсумки дослідження свідчать про високу актуальність проблематики депресивно-тривожних розладів і наявність у їх системі дисфункціональних переконань. Існує необхідність у подальшому розгляді й вивченні цього питання, проведенні більш масштабного опитування та створенні окремих діагностичних систем і корекційно-терапевтичних програм з метою надання психологічної допомоги людям з депресивно-тривожними розладами.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Dryden W. Rational Emotive Behavior Therapy. Routledge, 2008. 144 p.
2. Аракелов Н., Шишкова М. Тривога: методи її діагностики і корекції. *Вісник МУ*. 1998. № 1. С. 18–27.
3. Бек А., Бек Д.С. Когнітивна терапія: повне керівництво. Москва, 2006. 544 с.
4. Когнітивна терапія депресії: наукове видання / А. Бек, Д. Раш, Б. Шо, Г. Емері. Санкт-Петербург, 2003. 240 с.
5. Бек Дж. Когнітивно-поведінкова терапія. Від основ до напрямів. Санкт-Петербург, 2018. 416 с.
6. Белялов Ф.І. Депресія, тривога, стрес і смертність. *Терапевтичний архів*. 2016. № 12. С. 116–119.
7. Воронова Е.І., Дубницький Е.Б. Реактивні (психогенні) депресії. *Журнал неврології і психіатрії ім. С.С. Корсакова*. 2015. № 2. С. 75–85.
8. Малкова Е.Е. Тривожність і розвиток особистості. Санкт-Петербург, 2013. 42 с.
9. Мосолов С.Н. Тривожні та депресивні розлади: коморбідність і терапія. Київ, 2007. 61 с.
10. Петрова Н.Н., Савицька К.С. Діагностика та терапія коморбідних тривожних та депресивних розладів в клінічній практиці. *Огляд психіатрії і медичної психології ім. В.М. Бехтерева*. 2021. № 1. С. 102–112.
11. Прашко Я., Можни П., Шлепецьки М. Когнітивно-біхевіоральна терапія психічних розладів. Москва, 2015. 1072 с.
12. Федоров А.П. Когнітивно-поведінкова психотерапія. Санкт-Петербург, 2002. 352 с.
13. Харитонов С.В. Посібник з когнітивно-поведінкової психотерапії. Москва, 2009. 176 с.

## ВПЛИВ АУТОАГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ НА РОЗВИТОК РОЗЛАДІВ ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ

### THE IMPACT OF AUTO-AGGRESSIVE BEHAVIOR ON THE DEVELOPMENT OF EATING DISORDERS

*У статті викладено теоретичні відомості й результати емпіричного дослідження, яке спрямоване на встановлення взаємозв'язку між аутоагресивною поведінкою особистості та розладами харчової поведінки. Проаналізовано й коротко описано основні ідеї іноземних і вітчизняних учених стосовно проблеми аутоагресивної поведінки та психологічної сторони розладів харчової поведінки. Описано ключові моменти, що стосуються перебігу розладів харчової поведінки й вираження аутоагресивної поведінки. Наведено низку причин виникнення розладів харчової поведінки та появи аутоагресивної поведінки. Зазначено, що розлади харчової поведінки є підвидом аутоагресивної поведінки, які до того ж у більшості випадків супроводжуються селфхармом і самопригніченням. Розмежовано поняття аутоагресивної поведінки та суїцидальної поведінки. Коротко описано погляди на розлади харчової поведінки й аутоагресивної поведінки в історичному контексті та дано можливість відслідкувати зміну в поглядах залежно від зміни історичних епох.*

*Досліджувана вибірка становила 100 чоловік. Досліджувалася наявність розладів харчової поведінки за двома методиками, спрямованими на їх виявлення, наявність аутоагресивної поведінки, окремо досліджувалася наявність селфхарму та визначався рівень самоцінності особистості.*

*15% мають високі показники за всіма методиками, 24% мають підвищені показники, 18% мають середні показники. Обробка результатів за допомогою математичних статистичних формул виявила, що існує висока кореляція між наявністю розладів харчової поведінки та наявністю аутоагресивної поведінки. При цьому виявлено, що кореляція між розладами харчової поведінки та самоцінністю є зворотною (чим вищими є показники розладу харчової поведінки, тим нижчою є самоцінність особистості).*

**Ключові слова:** аутоагресивна поведінка, розлади харчової поведінки, селфхарм, саморуйнівна поведінка, поведінкові розлади осо-

*бистості, нервова анорексія, аутоагресія, нервова булімія, проблеми з самооцінкою, коморбідні розлади.*

*The article presents theoretical information and the results of empirical research, which was aimed at establishing the relationship between autoaggressive personality behavior and eating disorders. The main ideas of foreign and domestic scientists on the problem of autoaggressive behavior and the psychological side of eating disorders are analyzed and briefly described. The key points concerning the course of eating disorders and the expression of autoaggressive behavior are described. A number of causes of eating disorders and autoaggressive behavior are given. It is noted that eating disorders are a subtype of autoaggressive behavior, which in most cases are accompanied by self-harm and self-suppression. The concepts of autoaggressive behavior and suicidal behavior are distinguished. Views on eating disorders and autoaggressive behaviors in the historical context are briefly described and it is possible to trace the change in attitudes depending on the change of historical epochs.*

*The sample consisted of 100 people. The presence of eating disorders was studied by two methods aimed at their detection. The presence of autoaggressive behavior was studied, the presence of self-harm was studied separately and the level of self-worth of the individual was determined.*

*15% have high scores on all methods, 24% have high scores, 18% have average scores. Processing the results using mathematical statistical formulas revealed that there is a high correlation between the presence of eating disorders and the presence of autoaggressive behavioral disorders. It was found that the correlation is inverse (the higher the rates of eating disorders, the lower the self-esteem of the individual).*

**Key words:** autoaggressive behavior, eating disorders, self-harm, self-destructive behavior, behavioral personality disorders, anorexia nervosa, autoaggression, bulimia nervosa, self-esteem problems, comorbid disorders.

УДК 159.923.2:316.613.434]:613.25  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.15>

#### Каневський В.І.

к.психол.н.,  
доцент кафедри психології  
Чорноморський національний  
університет імені Петра Могили

#### Шендрик Д.О.

студентка 665 групи кафедри психології  
Чорноморський національний  
університет імені Петра Могили

Актуальність дослідження цієї проблеми пояснюється розповсюдженістю в наш час випадків аутоагресивної поведінки, розладів харчової поведінки, їх нерозривним взаємозв'язком і необхідністю розвивати науковий інтерес до цього питання з метою поліпшення ситуації, винайдення дієвих методів психологічної допомоги.

Аутоагресивна поведінка (зустрічається також у варіантах аутоагресія, аутодеструкція, самопошкодження, самошкола, також відображається в поняттях «самокатування», «селфхарм») – особлива форма поведінки людини, яка спрямована на спричинення шкоди своєму соматичному чи психічному

здоров'ю, на відміну від агресивної поведінки, яка має на меті заподіяння шкоди оточенню (винятком є інфантильний вид аутоагресії, що має на меті бажання зашкодити собі й оточенню одночасно). Аутоагресивна поведінка в більшості випадків зумовлена внутрішніми причинами та мотивами при цьому без наміру закінчити життя самогубством, яке є усвідомленою, навмисною дією, що являє собою прагнення позбавити себе життя. У всіх інших випадках заподіяння собі прямої шкоди дії відносять до аутоагресивної поведінки або ж до нещасного випадку (самогубство відносять до крайніх випадків аутоагресивної поведінки) [5, с. 48].

Історія дослідження явища аутоагресії глибоко сягає коріннями в історію людства: явище супроводжувало його протягом усіх моментів його розвитку. Деякі філософи Античності вважали самоушкодження синонімом катарсису – очищення від гріхів, переживань. Саме ці випадки стали підґрунтям для наукових досліджень З. Фройдом та Р. Крафт-Ебінгом явища аутоагресії. Існує багато концепцій щодо визначення природи аутоагресії, її причин, проявів, але основними стали фрейдистський підхід, психосоціологічний, суїцидологічний та біхевіореальний [11, с. 145].

З. Фройд уважав, що аутоагресія є механізмом захисту людини, пов'язував її із самозвинуваченням, аутодеструкцією, нанесенням собі тілесних ушкоджень, вибором небезпечних видів спорту, професій і зводив усе до сексуальності людини (мав на увазі сексуальні девіації). Лише після 70-х років ХХ століття почали з'являтися нові теорії щодо цього явища. Е. Емерсон ототожнював аутоагресію і каліцтво. Г. Пилягіна вважала, що аутоагресія спричинена зовнішніми умовами. А. Реан мав протилежну думку, згідно з якою аутоагресія йде зсередини людини. А. Іпатов пов'язував аутоагресію і деструкцію, де причиною виокремив невдалу соціалізацію [7]. Р. вивчав гендерні особливості прояву аутоагресії, звертаючи увагу на вікові аспекти й чинники, що спричиняють аутоагресивну поведінку, фактори ризику, умови прояву та характер цих дій. Зазначав, що чинники були майже тотожні для обох статей, але в хлопчиків аутоагресивна поведінка була викликана причинами, що мали прояв на фізичному впливі, а в дівчаток самоушкодження було викликано переживаннями в емоційній сфері [13, с. 37]. Н. Піщулін пов'язував аутоагресію і дезадаптацію, яку спричиняє фрустрація. На його думку, люди, яким тяжко дається соціальне пристосування до нових змін, обирають такий ірраціональний спосіб, тому що ситуація викликає агресію та інфантилізм як відповідь на безсилля перед стресорами. На думку В. Козлова, люди, які не мають достатньої стійкості до реакції на кризові умови, найбільш схильні до алкоголізму, наркоманії, суїцидальної поведінки, які являють собою хронічне саморуйнування. Д. Доллард у 1939 році говорив, що аутоагресивна поведінка є результатом фрустрації, тобто неможливістю досягнути певної мети, задовольнити потребу, яка є життєво важливою для конкретного індивіда. В. Полтавець та його колеги з біхевіореального напрямку вважали аутоагресію за методи захисту, що придбані в процесі виховання [5].

До причин аутоагресивної поведінки прийнято відносити неможливість упоратися із ситуацією, сильні емоційні переживання

(в більшості випадків наноситься як у відповідь на сильний емоційний або психологічний біль). Тим самим фокус зміщується, іде переключення на тілесні відчуття й біль; зміщення фрустрованої зовнішньої агресії на себе (коли людина не має можливості проявляти фізичну або вербальну агресію до свого оточення через те, що такі дії засуджуються в суспільстві, або ж коли вона не хоче завдати шкоди близьким); приклади селфхарму серед близького оточення (іде принцип наслідування, можливо, людина бачила, що комусь із її оточення такий метод допомагав у покращенні свого самопочуття, тоді вирішує слідувати йому. Або ж, якщо для сім'ї цієї людини самоушкодження було звичним явищем, вона може й не задумуватися, що є інші способи вирішення проблем); знущання в дитинстві або в актуальний момент життя; наявність таких залежностей, як алкоголізм або наркоманія (самоушкодження може викликатися дією хімічних речовин або ж з метою звільнитися від їх уживання); імпульсивність (нанесення пошкодження відбувається під дією пориву, у стані афекту; наявність депресії (часто самоушкодження супроводжує депресію, допомагаючи змістити акцент душевного болю на тілесний, аби замінити постійні негативні відчуття, думки); заради зниження занепокоєння, тривожності, зняття стресу; за умови, що людина почуває себе нібито занімілою, використовує самоушкодження для того, аби відчутти себе живою, пережити відчуття, повернутися в реальність (у деяких випадках необхідність у нанесенні собі пошкоджень викликана відчуттям внутрішньої порожнечі, такі дії «допомагають» її заповнити); з метою покарати себе за певні свої недоліки, невдачі, гріхи (можуть бути викликані такі дії уявним або реальним відчуттям власної провини, люди тим самим намагаються себе покарати, уважають себе жадливою людиною, недостойною); занижена самооцінка; заради отримання задоволення; аби привернути увагу оточення до своїх проблем і до себе, з метою шантажу [10].

Інші форми відображено у забитті, нанесенні синців, передавлюванні кінцівок, нанесенні опіків, перешкодженні загоєнню ран, вириванні волосся, уживанні токсичних речовин, роздиранні та видавлюванні прищів, вириванні шкіри, відщипуванні шкіри, надмірному захопленню пірсингом і татуюваннями, морінні себе голодом, навмисному ламанні собі кінцівок, кусанні своєї шкіри, виборі екстремальних видів спорту та професій при всьому розумінні ризику для життя і здоров'я [2].

Домінуючим типом є саме фізична аутоагресія, але виділяють і такий тип поведінки, коли людина говорить про себе в принизливому тоні, використовуючи різні принизливі

про себе слова. При такій поведінці найважливішим фактором є рівень самооцінки, так як такий вид аутоагресії викликаний насамперед заниженою самооцінкою індивіда.

Явище аутоагресії, самоушкодження, селфхарму поширене найбільш серед молоді. Сюди відносяться підлітки, студентська молодь і люди віком до 30 років. Наявність аутоагресивних дій у житті молодої людини зумовлено тими ж причинами, що й у дорослому віці, але через особливості сприйняття в цьому віковому періоді оточення й подій, що відбуваються навколо, аутоагресія має свої особливості. Молоді люди критично ставляться до себе та до оточення, їм притаманна імпульсивність, у деяких випадках демонстративність. Чим більшим є рівень наявної аутоагресії, тим більш негативним у підлітка є уявлення про те, яким його бачить оточення. Підлітки часто, наносячи пошкодження, вирізають на шкірі певні слова, як прояв самозвинувачення, з негативними написами, що адресовані їм самим. Особливо складно молодим людям звільнитися від цієї звички, їм не вистачає внутрішніх ресурсів, сили волі, витримки, а іноді й усвідомлення того, що вони потребують допомоги [15, с. 9].

Розлади харчової поведінки – психічні розлади, які згубно впливають на здоров'я людини та емоційний стан, указують на стійке серйозне порушення звичної поведінки, пов'язаної з прийомом їжі, і можуть призвести до смерті в разі психологічного й медичного невтручання. Як правило, розлад харчової поведінки включає зміни того, що людина зазвичай споживає; зміни кількості їжі; заходи та дії, які застосовує людина, аби запобігти всмоктуванню їжі та перетравленню (виклик блювоти, застосування проносних, голодування). Розлад можна вважати розладом у тому випадку, коли відмінна від звичайної поведінка продовжується протягом довготривалого періоду, завдає шкоди фізичному та психічному здоров'ю, впливає на соціальну взаємодію та нормальне функціонування особистості у важливих сферах життя [1].

Незважаючи на те що розлади харчової поведінки почали досліджувати відносно нещодавно, сама хвороба супроводжує людство з давніх часів. Випадки занотовані ще Гіппократом – давньогрецьким ученим і лікарем, а про булімічну поведінку згадано в замітках Ксенофонта. І хоча в давнину культ тіла не мав на увазі надмірну худобу, випадки розладів харчової поведінки були наявні. Усі дослідження анорексії проводилися в рамках лікарняної практики: описувалися симптоми, зовнішній вигляд, були застосовані спроби віднайти причини появи захворювання та методи лікування. Описання випадків продовжувалися майже 2 століття, накопичувалися знання,

описувалися симптоми й наслідки для пацієнтів.

Широку увагу в медицині нервова анорексія як захворювання отримала завдяки англійському лікарю В. Галлу, який у 1866 році описав випадок розладу в молодої дівчини й у 1873 році винайшов термін [8]. У 1940-х роках анорексію намагалися пояснювати ідеями З. Фрейда й психоаналітичного підходу в психології та психіатрії. Уважалося, що причини анорексії криються в сексуальності людини та сексуальній поведінці, але ці ідеї ні до чого не призвели, проте викликали науковий інтерес до вивчення хвороби. У 1973 році американський психоаналітик німецького походження Х. Брух у працях звернула увагу на занепокоєння пацієнтами виглядом власного тіла й викривлене сприйняття образу тіла. На 80-ті роки ХХ століття припав пік розповсюдження випадків нервової анорексії. Як і у випадку з нервовою анорексією, нервову булімію не розглядали в рамках психологічної науки, лише як фізичну хворобу, не зверталася увага на психологічні причини та симптоми і складності перебігу хвороби. Дж. Рассел у 1979 році зазначив, що хворі на булімію викликають у себе блювоту через панічний страх набрати вагу, схильні до суїцидальної поведінки, мають депресію. Поступово уявлення від суто медичних перейшли в комплекс психолого-медичних і психіатричних [12].

Важливою частиною в розумінні природи та специфіки розладів харчової поведінки є вивчення психологічної сторони захворювання. Лікування розладів повністю залежатиме від психологічних особливостей і психологічних переживань хворих [9].

Нервова анорексія – розлад, що характеризується цілеспрямованою втратою маси тіла, яка викликається та підтримується пацієнтом. Розлад зазвичай зустрічається серед дівчат підліткового віку й молодих жінок, але ним можуть хворіти юнаки та молоді чоловіки, також діти, які за віком наближаються до пубертатного періоду, і жінки старшого віку. Розладу притаманний страх ожиріння та набору ваги, що стає нав'язливою думкою. Пацієнти встановлюють для себе низький кордон маси тіла й дотримуються його за допомогою дієт, голодування, надмірних фізичних вправ, уживання препаратів, що контролюють відчуття голоду, знижують апетит, викликають блювоту, сприяють швидшому виходу їжі з організму. Цьому порушенню характерні вторинні порушення з боку фізичного здоров'я: порушення обміну речовин, ендокринні порушення, порушення функціонування внутрішніх органів. Нервову анорексію, окрім фізичних хвороб і розладів, що викликані хворобою, супроводжують такі психічні проблеми, як депресія, селфхарм, панічні атаки,



тривожний розлад, суїцидальні схильності, обсессивно-компульсивний розлад. Відбувається розрив соціальних контактів зі звичним оточенням, розвивається соціофобія, замкненість, відчуття самотності [4, с. 60].

Нервова анорексія є одним із видів селфхарму й повільного суїциду. Часто хворі застосовують інші види селфхарму, такі як нанесення порізів, синців. Зазвичай ці ушкодження наносяться як покарання за зриви, для звільнення від сильних негативних емоцій, зокрема провини, і для відчуття контакту з власним тілом [6, с. 156].

У разі відсутності уваги з боку дорослих на цю проблему чи власного бажання звільнитися від розладу анорексія може супроводжувати дитину аж до юнацького віку та навчання у ВНЗ. Частіше за все нервова анорексія з'являється в студентів, яких можна охарактеризувати як перфекціоністських особистостей із низькою самооцінкою, відчуттям власної неповноцінності й невпевненості [3, с. 60].

Нервова булімія – розлад, якому притаманні неодноразові приступи переїдання та викликів блювоти через переживання про свій зовнішній образ тіла й вагу. Часто за пацієнтами з булімією в минулому спостерігалися випадки анорексії, яка тривала декілька місяців або років і яка перейшла в нервову булімію.

Зазвичай випадки зустрічаються серед дівчат підліткового віку та серед молодих жінок, рідше серед юнаків і молодих чоловіків. Хворі зациклюються на вигляді власного тіла, намагаються схуднути і тримати себе в сталій формі. Утрачаючи контроль, споживають велику кількість калорійної їжі, зазвичай солодке, навіть за відсутності голоду. Переїдання триває до появи відчуття фізичного дискомфорту. Далі, відчуваючи провину за втрату самоконтролю та переїдання, хворі виводять їжу з організму. Надалі можуть обмежувати себе в їжі, застосовуючи голодування у вигляді покарання за зрив. Часто приступи переїдання трапляються у відповідь на негативні емоції, такі як самотність, розчарування, стресові ситуації, страхи, агресію. Також причиною виділяють складні відносини з матір'ю. Хворі за допомогою їжі також часто намагаються сховатися від зовнішнього світу, який лякає, викликає негативні почуття й відчуття небезпеки [14].

При нервовій булімії супутніми розладами є депресія, панічні атаки, тривожні стани, селфхарм і суїцидальна поведінка.

За зриви хворі карають себе посиленням заходів, самоушкодженням, обмеженнями та новими правилами. Хворі постійно знаходяться у відчутті провини, фрустрації, емоцій і відчуттів, що пригнічують.

**Висновки з проведеного дослідження.** Нами проведено дослідження на встанов-

лення взаємозв'язку між розладами харчової поведінки й аутоагресивною поведінкою за допомогою методик «Eat-26», «DEBQ», методики «Види агресивності» Почебут, тесту на виявлення наявності селфхарму («Self-harm test») і тесту на визначення рівня самоцінності (самоповаги) особистості Розенберга. Вибірка становила 100 чоловік віком від 18 до 25 років серед студентської молоді. З отриманих даних випливає, що в 15% досліджуваних виявлено високі показники наявності розладу харчової поведінки за двома методиками, при цьому високі показники виявлено й за методиками на діагностування аутоагресивної поведінки, селфхарму та виявлено низькі показники самоцінності особистості, яка є однією з причин появи розладів харчової поведінки й аутоагресії. У 24% виявлено підвищені показники за всіма вищезазначеними методиками та відповідний їм низький рівень самоцінності особистості. У 18% діагностовано середній рівень вираженості розладів харчової поведінки й аутоагресивної поведінки та середній рівень самоцінності особистості. У 43% не виявлено наявності розладу харчової поведінки, аутоагресивної поведінки, селфхарму та низького рівня самооцінки. Обробка результатів за допомогою математичних статистичних формул виявила, що існує висока кореляція ( $p < 0,001$ ) між наявністю розладів харчової поведінки й наявністю аутоагресивної поведінки, між самооагресією та розладами харчової поведінки ( $p = 0,949$ ) за методикою «Eat-26» і ( $p = 0,869$ ) за методикою «DEBQ», між селфхармом і розладами харчової поведінки ( $p = 0,942$ ) за методикою «Eat-26» і ( $p = 0,881$ ) за методикою «DEBQ». При цьому виявлено, що кореляція між самооцінкою, розладами харчової поведінки, аутоагресивною поведінкою є зворотною (чим вищими є показники розладу харчової поведінки й аутоагресії, тим нижчою є самоцінність особистості). Між самооцінкою (за тестом Розенберга) і розладами харчової поведінки ( $p = -0,954$ ) за методикою «Eat-26» та ( $p = -0,804$ ) за методикою «DEBQ». Між самооцінкою (за тестом Розенберга) й аутоагресивною поведінкою ( $p = -0,915$ ) (за тестом Почебут), зокрема із селфхармом ( $p = -0,863$ ).

Отримані результати підкреслюють необхідність подальшого розвитку знань і досліджень у цьому напрямі з метою детальнішого опису перебігу станів покращення стану людей, які страждають на розлади харчової поведінки, аутоагресію, низьку самооцінку, завдяки застосуванню методів психологічної допомоги. Дослідження підкреслює важливість психологічного супроводу та застосування психотерапевтичного впливу.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Абсаямова Л.М. Розлади та порушення харчової поведінки особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2014. № 25. С. 28–40.
2. Бенджамін С., Голдберг Д., Крид Ф. Психіатрія в медичній практиці : навчальний посібник. Київ : Сфера, 1999. 179 с.
3. Брюхін А.Е., Ушкалова А.В. Нервова анорексія. *Журнал неврології та психіатрії ім. С.С. Корсакова*. 2007. № 7. С. 59–61.
4. Демешкіна Л.В., Сердюченко О.Н. Нервова анорексія: огляд та клінічний випадок. *Оригінальні дослідження*. 2015. № 3. С. 59–65.
5. Зейгарнік Б.В. Основи патопсихології : хрестоматія. Москва : Академія, 2007. 208 с.
6. Змановська О.В. Девіантологія : навчальний посібник. Москва : Видавничий центр «Академія», 2003. 288 с.
7. Іпатов А.В. Підліток. Від саморуйнування до саморозвитку. Санкт-Петербург : Речь, 2011. 111 с.
8. Коркіна М.В., Цивілько М.А. Про особливості нервової анорексії. *Журнал неврології та психіатрії ім. С.С. Корсакова*. 2001. № 1. С. 40–42.
9. Ляпін В.А. Харчова поведінка студентів вузів різного профілю. *Омський вісник*. 2014. № 134. С. 147–150.
10. Мак-Вільямс Н. Захисні механізми : монографія. Київ : Клас, 1998. 480 с.
11. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник. Київ : Центр навч. літератури, 2004. 272 с.
12. Малкіна-Пих І.Г. Терапія харчової поведінки : посібник практичного психолога. Москва, 2002. 1041 с.
13. Масагутов Р.М. Гендерні відмінності у виявах аутоагресії у підлітків. *Питання психології*. 2003. № 3. С. 35–42.
14. Ніколаєва Н.О. Порушення харчової поведінки: соціальні, сімейні та біологічні посилення. *Питання психічного здоров'я дітей та підлітків*. 2011. № 1. С. 39–49.
15. Реан А.А. Агресія в структурі поведінки збудливої і демонстративної особистості. *Ананьєвські читання*. 1997. № 2. С. 13–16.
16. Реан А.А. Агресія і агресивність особистості. *Психологічний журнал*. 1996. № 5. С. 3–18.

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕСУРСНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В КОНТИНУУМІ «ЗДОРОВ'Я – ХВОРОБА»

### THEORETICAL AND METHODOLOGICAL ASPECTS OF RESEARCH OF PSYCHOLOGICAL RESOURCEFULNESS OF PERSONALITY IN THE CONTINUUM "HEALTH – DISEASE"

У статті розкрито теоретико-методологічні засади організації і проведення дослідження психологічної ресурсності особистості в континуумі «здоров'я – хвороба», визначено його актуальність в умовах сучасних численних небезпек. Представлено теоретичні узагальнення щодо розуміння сутності психологічної ресурсності особистості на основі аналізу наукових публікацій вітчизняних і зарубіжних учених. Психологічна ресурсність особистості в стані хвороби розглядається як сукупність необхідних якостей для підтримання її здоров'я в різних аспектах функціонування (фізичному, психічному, соціальному тощо). Визначено, що здатність особистості активувати, зберігати, відновлювати, збагачувати власні психологічні ресурси є запорукою підтримання продуктивного рівня життєдіяльності, зокрема, у стані хвороби, у процесі тривалого лікування. Обґрунтовано авторський погляд на наукове вивчення психологічної ресурсності особистості в континуумі «здоров'я – хвороба» й ключові індикатори, на які має спрямовуватися увага під час дослідження (особливості життєстійкості, психологічного благополуччя, стресостійкості й ідентифікації психічного стану; активованість здатності до відновлення психологічних ресурсів і посттравматичного зростання; специфіка оцінки якості життя крізь призму стану власного здоров'я й інтернальності у сфері здоров'я і хвороби; успішність використання копінг-стратегій та емоційної саморегуляції). Визначено методичні засади й методи дослідження психологічної ресурсності особистості в континуумі «здоров'я – хвороба», умови забезпечення валідності й надійності висновків. Представлено результати фокус-групового опитування щодо психологічних ресурсів особистості в континуумі «здоров'я – хвороба» й операционалізовано психодіагностичні індикатори, включені до діагностичної програми для подальшого дослідження обраної проблеми.

**Ключові слова:** психологічна ресурсність особистості, теоретико-методологічні засади, емпіричне дослідження, фокус-групе опитування, континуум «здоров'я – хво-

роба», умови тривалого лікування, діагностична програма.

The article reveals the theoretical and methodological principles of organizing and conducting research of personal's psychological resourcefulness in the continuum "health – disease" were revealed and determined its relevance in today's numerous dangers. Theoretical generalizations on understanding the essence of personal's psychological resourcefulness based on the analysis of scientific publications of domestic and foreign scientists were presented. Personal's psychological resourcefulness in a state of illness is considered as a set of necessary qualities to maintain its health in various aspects of functioning (physical, mental, social, etc.).

It was determined, that the ability of the individual to activate, preserve, restore, enrich its own psychological resources is the key to maintaining a productive standard of living, in particular, in a state of illness, in the process of long-term treatment. The author's view on the scientific study of personal's psychological resourcefulness in the continuum "health – disease" and the key indicators that should be focused on during the study (features of viability, psychological well-being, stress resistance and identification of mental state; activation of the ability to restore psychological resources and post-traumatic growth; the specifics of assessing the quality of life through the prism of its own health and internality in the field of health and disease; successful use of coping strategies and emotional self-regulation) was justified. The methodical bases and research's methods of personal's psychological resourcefulness in the continuum "health – disease", conditions of maintenance of validity and reliability of conclusions were defined. The results of a focus group survey on the personal's psychological resource's in the continuum "health – disease" were presented and psychodiagnostic indicators, included in the diagnostic program for further study of the selected problem, were operationalized.

**Key words:** personal's psychological resourcefulness, theoretical and methodological aspects, empirical research, focus group survey, continuum "health – disease", long-term treatment's conditions, diagnostic program.

УДК 159.922.8  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.16>

#### Коломієць Л.І.

к.пед.н.,  
доцент кафедри психології  
та соціальної роботи  
Вінницький державний педагогічний  
університет імені Михайла  
Коцюбинського

#### Гук К.В.

здобувачка вищої освіти СВО  
бакалавра  
за спеціальністю 053 – Психологія  
Вінницький державний педагогічний  
університет імені Михайла  
Коцюбинського

#### Ласкус О.Ю.

здобувачка вищої освіти СВО  
бакалавра  
за спеціальністю 053 – Психологія  
Вінницький державний педагогічний  
університет імені Михайла  
Коцюбинського

**Постановка проблеми.** Сучасні життєві виклики й інтенсифікація ритму життя, суспільно-політичні й соціально-економічні трансформації, екологічні проблеми, нові пандемічні умови тощо дестабілізують формат життєдіяльності особистості, негативним чином позначаються на стані її психологічної ресурсності. Особливо гостро це звучить щодо осіб, які мають проблеми зі станом здоров'я, переживають стан хвороби, перебувають в умовах тривалого лікування. Це спричиняє

додаткові труднощі, дестабілізує особистість, впливає на якість її функціонування в різних сферах життєдіяльності, можливості відновлення власних психологічних ресурсів, може стати причиною її дезадаптації.

Вивчення особливостей психологічної ресурсності особистості, зокрема, в стані хвороби, в умовах тривалого лікування, на нашу думку, є актуальним і своєчасним нині, оскільки в практичній площині дасть змогу підвищити ефективність терапевтичного про-

цесу, розробити й апробувати дієві технології психологічної підтримки осіб у стані хвороби та її тривалого лікування з урахуванням суб'єктивно значущих особистісних ресурсів і ресурсів середовища життєдіяльності.

#### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Проблема психологічної ресурсності особистості має певний досвід наукового розроблення. Її вивченням опікувалися зарубіжні (Н. Водоп'янова [2], Т. Іванова [4], Л. Куликов [8], С. Хобфолл [13] та ін.) й вітчизняні дослідники (С. Калашнікова [5], О. Штепа [12] та ін.). Окремі пояснення особливостей і підтримання ресурсних станів людини в умовах хвороби та тривалого лікування знаходимо в публікаціях В. Березянської [1], В. Мельник, І. Новожилової, В. Матусевич [10], С. Лукомської [9] та ін. Важливі в руслі дослідження теоретичні й практичні аспекти психології здоров'я розкриті Ю. Бойчуком і співавторами [3], І. Коцан, Г. Ложкіним, М. Мушкевич [7], Н. Шевченко [11]. Однак уважаємо доречним зосередити спрямування наукової роботи на вивчення психологічної ресурсності людини в континуумі «здоров'я – хвороба», що дасть змогу виявити й охарактеризувати важливі для підтримання бажаного стану функціонування ресурси, пояснити вікові особливості, здійснити порівняння психологічної ресурсності особистості залежно від стану її здоров'я.

**Постановка завдання.** Метою статті є обґрунтування теоретико-методологічних засад організації та проведення дослідження психологічної ресурсності особистості в континуумі «здоров'я – хвороба».

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У наукових дослідженнях учених поняття «психологічна ресурсність» і «психологічний ресурс» використовуються для означення психічних можливостей особистості підтримувати достатній рівень цілеспрямованої активності, долаючи різні критичні (стресові) ситуації, підтримуючи здоров'я і благополуччя на внутрішньоособистісному, соціальному й середовищному рівнях (Н. Водоп'янова [2, с. 46–47]; Л. Куликов [3, с. 115–116]).

У контексті ресурсного підходу науковцями обґрунтовано принцип «консервації» ресурсів, який розкриває можливості людини отримувати, зберігати, відновлювати, примножувати й перерозподіляти власні ресурси згідно із суб'єктивними потребами та пріоритетами. Такий розподіл дає можливість адаптуватися до варіативності життєвого середовища. С. Хобфоллом, зокрема, утрата ресурсів розглядається як первинний механізм, що запускає стресові реакції. За умови втрати одних ресурсів інші починають виконувати функцію обмеження інструментального, психологічного та соціального впливу ситуації на психіку. Утрата внутрішніх і зовнішніх ресурсів призво-

дить до зниження переживання особистістю психологічного благополуччя, стимулює розвиток психологічного стресу, негативно позначається на стані її здоров'я [13, с. 338–339]. У контексті обраної нами для дослідження проблеми важливими є висновки С. Хобфолла, що психологічна ресурсність передбачає прагнення особистості інвестувати власні зусилля в накопичення ресурсів, їх збереження для особливих випадків, пошук нових, підвищення можливостей їх використання в майбутньому.

Українська дослідниця О. Штепа вважає, що психологічні ресурси як основа психологічної ресурсності є джерелом екзистенційного досвіду особистості, змінюються впродовж усього її життя. Саме здатність оперувати, оновлювати, вміщувати власні ресурси і є критерієм психологічної ресурсності особистості [12, с. 576]. Психологічні ресурси можуть забезпечити нівелювання негативного впливу несприятливих життєвих обставин на розвиток особистості. Психологічну ресурсність О. Штепа визначає як уміння актуалізувати свої ресурси (особистісні, екзистенційні) для саморозвитку, отримувати можливості підсилювати свій потенціал і надавати підтримку оточенню, підвищувати свої ресурсні можливості, розвивати вміння використовувати й оновлювати власні ресурси в різних ситуаціях життєдіяльності. Досліджуючи психологічну ресурсність, О. Штепа співвідносить її зі смисложиттєвими орієнтаціями, життєстійкістю, особистісною ідентичністю й особистісною зрілістю.

Схожий підхід знаходимо в С. Калашнікової, яка акцентує на необхідності пояснення ресурсності крізь призму спроможності (здатності, можливості) особистості долати несприятливі життєві впливи (у т. ч. пов'язані із загрозами стану здоров'ю), при цьому не втрачати життєвих орієнтирів і цілей, підтримувати загальну спрямованість, налаштованість на самореалізацію [5, с. 188].

Фактично психологічна ресурсність співвідноситься з можливостями особистості забезпечувати досить високий рівень позитивності й ефективності власного функціонування в різних умовах життя залежно від стану здоров'я чи хвороби та з метою здоров'язбереження [3; 7]. Стан здоров'я нині ідентифікується науковцями з медичної, валеологічної, соціологічної, психологічної точок зору, зокрема як норма функціонування організму на різних рівнях організації; як досягнення стану динамічної рівноваги в структурі життєво необхідних функцій організму, відсутність патологічних змін, стан нормального самопочуття; як міра повноцінності виконання соціальних ролей і суспільних функцій; як спроможність адаптуватися до варіативних умов середовища; як ознака повного фізичного, духовного, розумо-

вого й соціального благополуччя; як активне самозбереження й саморозвиток організму в бажаному напрямку тощо. У публікаціях учених викристалізовується ідея про багатоконпонентність здоров'я і взаємоінтегрованість його фізичних, психоемоційних, інтелектуальних, соціальних, особистісних і духовних складників [3, с. 8].

Стан хвороби, її тривале лікування, навпаки, співвідносяться зі станом нездоров'я, утратою особистістю індивідуального здоров'я, що проявляється в дестабілізації психофізіологічних функцій організму, його оптимальної життєздатності, соціальної активності й психологічного благополуччя [4, с. 8]. Стан хвороби асоціюється зі своєрідною травмою, переживанням ненормативної кризи, стрімкими втратами резервів організму, зниженням ресурсності особистості в різних сферах функціонування (не лише фізіологічній) і можливостей відновлювати потенційно необхідний і бажаний рівень якості власного життя [11, с. 201–202]. Важливим у цьому аспекті є також вивчення внутрішньої картини хвороби, яка уособлює психічні відчуття, переживання, загальне самопочуття особистості, когнітивну репрезентацію власного стану хвороби, готовність докласти вольові зусилля для її подолання, специфічні установки щодо власної життєдіяльності зі станом хвороби й позначається на здатності зберігати, збагачувати, компенсувати власні психологічні ресурси [1; 9; 10].

З огляду на це, психологічну ресурсність особистості в континуумі «здоров'я – хвороба» варто розглядати як сукупність життєво необхідних якостей, можливостей, здатностей, установок, резервів для підтримання індивідуального здоров'я й досягнення бажаної якості життя в різних аспектах функціонування. При цьому, як зазначають дослідники, надзвичайної актуальності набувають суб'єктивні можливості особистості активувати, зберігати, відновлювати, компенсувати, збагачувати власні психологічні ресурси для досягнення позитивної динаміки в стані індивідуального здоров'я та підтримання продуктивного рівня життєдіяльності в умовах посттравматичного зростання, зокрема, і завдяки спеціально організованій психологічній допомозі [9, с. 191–192].

Зважаючи на зроблені теоретичні узагальнення й висновки, для проведення емпіричного дослідження особливостей психологічної ресурсності особистості в континуумі «здоров'я – хвороба», отримання валідних і надійних висновків доречно, на нашу думку, застосувати низку методів, з-поміж яких варто акцентувати увагу на фокус-груповому опитуванні щодо уявлень про психологічну ресурсність і психологічні ресурси особистості

залежно від стану здоров'я з різними групами респондентів; тестуванні, яке дасть змогу операціоналізувати й пояснити ключові психологічні ресурси, які є суб'єктивно значущими для особистості залежно від стану здоров'я (хвороби); спостереженні й аналізі незалежних характеристик, які допоможуть ідентифікувати окремі складники досліджуваної проблеми.

У рамках загальної дослідницької мети публікації вважаємо за доцільне представити результати проведеного фокус-групового опитування щодо психологічних ресурсів особистості в континуумі «здоров'я – хвороба», що дало нам змогу виділити й операціоналізувати психодіагностичні індикатори, які в подальшому вивчатимуться завдяки тестуванню. У фокус-груповому опитуванні взяло участь 42 особи (4 групи по 8 осіб й 1 група з 10 осіб) юнацького й дорослого віку (18 осіб чоловічої статі, 24 – жіночої; середній вік представників юнацького періоду – 20,4 р., дорослості – 39,7 р.). При відборі осіб до фокус-груп до уваги брався критерій наявності хвороби (проблеми зі станом здоров'ям), щодо якої застосовується терапія (від 3 міс. до 1,2 р.), ця терапія (спеціальний лікарський нагляд) триває донині. Серед учасників фокус-груп були особи: інфіковані SARS-CoV-2 й гепатитом; з розладами шлунково-кишкового тракту; хворобами серцево-судинної системи; які перенесли операцію з видалення пухлин; з важкими переломами кінцівок і тазових кісток; із цукровим діабетом; після інсульту; що лікуються від безпліддя; з інвалідністю тощо.

У результаті проведення фокус-групового опитування виявлено такі тенденції, характерні для його учасників:

- психологічна ресурсність визначається важливим складником індивідуального здоров'я людини, особливо, як наголошують дорослі опитані, у періоди погіршення стану здоров'я;

- психологічна ресурсність розглядається як сукупність психологічних ресурсів, які допомагають людині жити, працювати, досягати успіху, долати труднощі, не втрачати самовладання в критичні періоди життя, у стресі;

- у стані здоров'я психологічні ресурси використовуються більше на взаємини, навчання й роботу, спілкування з рідними і друзями, дозвілля, хобі, планування нового, вибір життєвих альтернатив, подорожі, рух уперед тощо;

- у стані здоров'я відбувається менше зосередження на психологічних ресурсах, можливості їх утрачати, необхідності набувати втрачені, резервувати ресурси, більше вести здоровий і поміркований спосіб життя;

- під час погіршення стану здоров'я (у стані хвороби, під час її лікування) констатується втрата «звичних» психологічних ресурсів, вони стають менш актуальними; натомість більше

переживань з'являється щодо сенсу життя, активується страх смерті, боязнь не відновитися, тривога з приводу фізичних і психічних страждань, невпевненість щодо майбутнього;

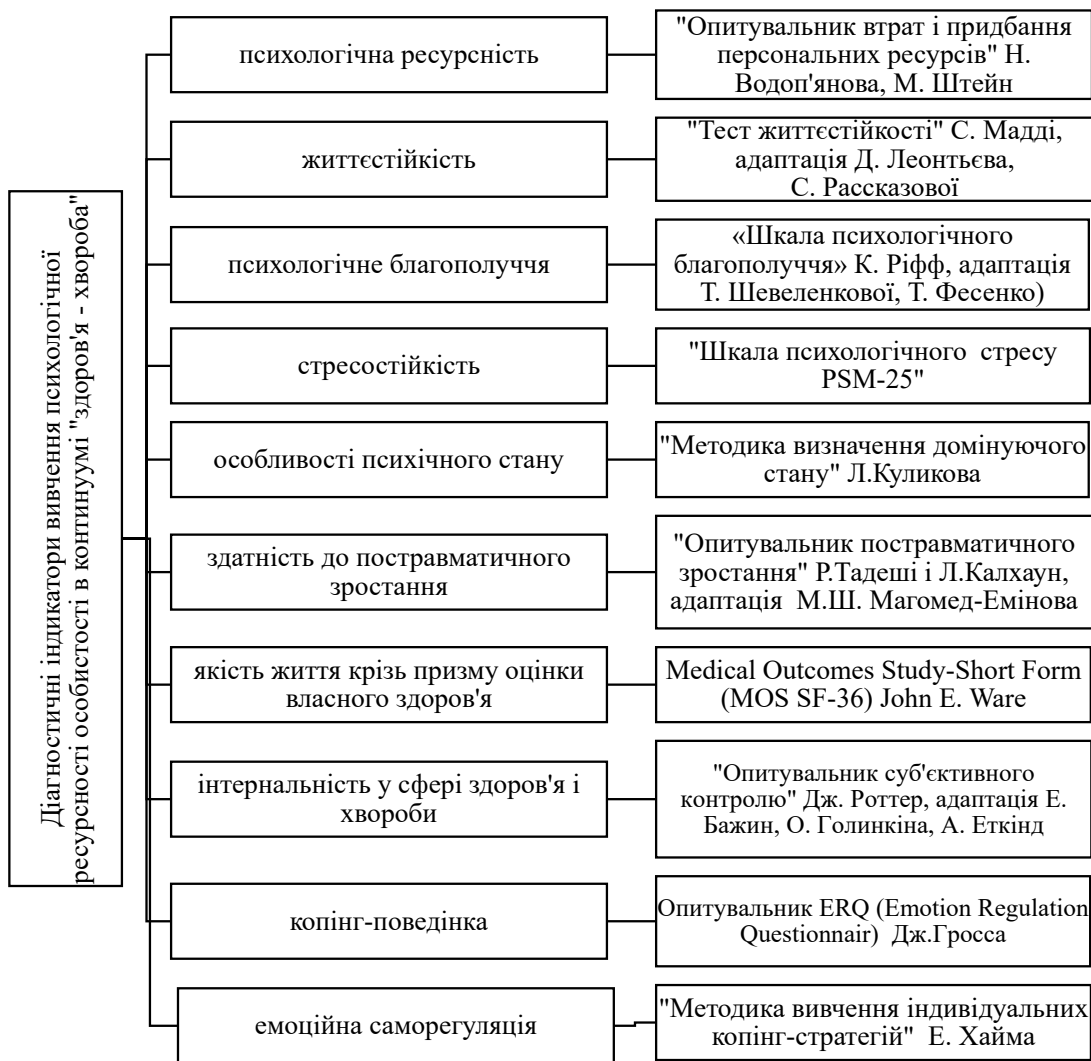
– одним із головних психологічних ресурсів називається здоров'я, яке дає можливість «жити як жили раніше», «не втрачати можливості», «не обтяжувати інших», «досягати запланованого», «не витратити життєвий час», «не думати про можливість передчасно померти», «бути з близькими», «продовжувати заробляти гроші», «мати майбутнє», «мати енергію» тощо;

– як важливі психологічні ресурси в стані хвороби називаються «самовладання», «самоконтроль», «боротьба з розпачем», «воля до життя», «стабільний емоційний стан», «не зациклюватися на питанні «Чому зі мною це трапилось?», «підтримка близьких», «спілкування із сім'єю», «довіра лікареві», «готовність долати проблему зі здоров'ям», «віра в Бога», «віра й надія на краще», «інтерес до життя», «прийняття стану хвороби й налаштованість на

її подолання», «позитивне мислення», «оптимізм», «проявляти творчість (в'язати, вишивати, садити квіти, писати вірші)», «ставити цілі, які обов'язково виконаєш під час і після одужання», «звернення до психолога», «відповідальне ставлення до свого здоров'я», «розуміння нового стану», «почуватися потрібним», «прояви активності», «робота», «не песимізм, а життя тут і тепер, сьогодні» тощо.

Узагальнення результатів фокус-групового опитування та зроблені теоретичні висновки дали нам змогу виділити й операціоналізувати ключові індикатори для подальшого дослідження, що ввійдуть до укладеної діагностичної програми (див. рис. 1).

Укладена діагностична програма, таким чином, спрямовується на вивчення психічних якостей, що відображають потенціал психологічної ресурсності особистості залежно від стану її здоров'я. Не претендуючи на вичерпність переліку, до таких якостей відносимо життєстійкість і стресостійкість як активатори здат-



**Рис. 1. Діагностична програма вивчення психологічної ресурсності особистості в континуумі «здоров'я – хвороба»**

ності особистості впорюватися зі складними життєвими обставинами; переживання психологічного благополуччя; особливості самоідентифікації власного психічного стану й оцінки якості свого життя крізь призму стану здоров'я щодо різних сфер функціонування; вираження інтернальності щодо власного здоров'я й лікування хвороби; здатність до відновлення й постравматичного зростання та використання конструктивних копінг-стратегій для подолання деструктивних переживань щодо внутрішньої картини хвороби. Важливим нам видається дослідження емоційної саморегуляції для пояснення ролі й особливостей емоційного реагування особистості крізь призму вдавання до когнітивної переоцінки ситуації хвороби або придушення експресії в зовнішніх проявах емоційної відповіді на ситуацію хвороби, її тривалого лікування [6, с. 66–67; 7, с. 76–89].

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

Проведений аналіз теоретико-методологічних засад організації та проведення дослідження психологічної ресурсності особистості в континуумі «здоров'я – хвороба» дає змогу акцентувати увагу на високій актуальності обраної проблеми. Найближчими перспективами її наукового вивчення є проведення й аналіз результатів психодіагностики згідно з визначеними індикаторами та обґрунтованою діагностичною програмою.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Березянська В.В. Психологічний портрет онкохворих. Транзакційний підхід. *Молодий вчений*. 2018. № 10 (62). С. 20–24.
2. Водопьянова Н.Е. Современные концепции ресурсов субъекта профессиональной деятельности. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия «Психология»*. 2015. № 1. Сер. 16. Вып. 1. С. 45–54.
3. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за ред. Ю. Бойчука. Харків : Вид. Рожко С.Г., 2017. С. 5-16.
4. Иванова Т.Ю. Функциональная роль личностных ресурсов в обеспечении психологического благополучия : дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологи». Москва, 2016. 205 с.
5. Калашникова С.А. Личностные ресурсы и психологическое здоровье человека: соотношение содержания понятий. *Гуманитарный вектор*. 2011. № 2 (26). С. 185–189.
6. Коломієць Л., Шульга Г. Особливості стратегій емоційної саморегуляції осіб юнацького віку. *Габітус : науковий журнал з соціології та психології*. 2020. Вип. 18. Т. 2. URL: <http://habitus.od.ua/18-2020-2>.
7. Коцан І.Я., Ложкін Г.В., Мушкевич М.І. Психологія здоров'я людини / за ред. І.Я. Коцана. Луцьк : РВВ «Вежа», 2011. 430 с.
8. Куликов Л.В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики. Санкт-Петербург : Питер, 2004. 464 с.
9. Лукомська С.О. Ресурсний підхід до подолання особистістю кризових ситуацій. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2020. Вип. 1. С. 190–195.
10. Мельник В., Новожилова І., Матусевич В. Психологічна допомога хворим на туберкульоз. *Український пульмонологічний журнал*. 2019. № 2. С. 63–71.
11. Шевченко Н.Ф. Здоров'я – хвороба: полюси континууму людського буття. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2017. Вип. 4 (2). С. 198–203. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkh\\_p\\_2017\\_4%282%29\\_37](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkh_p_2017_4%282%29_37).
12. Штепа О. Психологічна ресурсність як критерій індивідуального здоров'я. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2016. № 32. URL: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2016-32.%p>.
13. Hobfoll S.E. The Influence of Culture, Community, and the Nested Self in the Stress Process: Advancing Conservation of Resources Theory. *Applied Psychology: An International Review*. 2001. № 50 (3). P. 337–421.

Навоколишній світ не тільки прекрасний, а й небезпечний. У кожної людини є потреби у безпеці, здоров'ї та довголітті, боротьбі з хворобами, епідеміями, стихійними лихами, голодом тощо, необхідні для забезпечення гідного існування та активної участі в суспільстві. Питання безпеки особистості є одним із актуальних, тому воно постійно вимагає від вчених нових ідей та унікальних підходів до дослідження проблеми. У будь-якій державі безпека особистості гарантується законами і нормами права, ґрунтується на регулюванні взаємин за правилами поведінки. У різних сферах діяльності, зокрема в економіці, політиці, культурі, екології, медицині, освіті, військовій галузі тощо, людина постійно наражається на безліч небезпек, її постійно загрожують різні всілякі ризики. Негативні емоції, що переживаються, згубно впливають на формування і подальшу поведінку особистості. Вчені вважають, що протягом усього життя людина постійно змінює своє буття та свідомість. Зі зміною фізіологічного віку людина змінює свої інтереси та бажання, характер і вольові якості, свої вміння в роботі тощо. Але з усіма цими змінами людина не змінює свого ставлення до особистої безпеки. Перебуваючи в суспільстві, людина стикається з непростими, а часом і складними взаєминами між людьми, які породжуються різними причинами, зокрема конфліктами і сварками, що часто раптово виникають, які важко передбачити або змодельовати заздалегідь. Поряд зі зримими фізичними небезпеками є безліч прихованих і невидимих психологічних небезпек для особистості. Передбачуваними чи непередбачуваними психологічними небезпеками несуть у собі різні загрози, які за відповідних деструктивних умов згубно впливають на життя і здоров'я людей.

У цій статті розглядаються лише ті психологічні загрози, які, на думку автора, можуть виникати у разі появи об'єктивних небезпек у навоколишньому середовищі.  
**Ключові слова:** безпека, психологічна безпека, трансформація спрямованості,

деформація цінностей, порушення мотивації, викривлення моти, деструкція сенсу.

The world around us is not only beautiful but also dangerous. Everyone's life has a need for security, health and longevity, the fight against disease, epidemics, natural disasters, famine, etc., necessary to ensure a dignified existence and active participation in society. The issue of personal security is one of the most important, so it constantly requires scientists to come up with new ideas and unique approaches to research. In any state, the security of the individual is guaranteed by laws and norms of human rights, based in society on the regulation of relations according to the rules of conduct. In various spheres of activity, a person is constantly exposed to many dangers in economics, politics, culture, ecology, medicine, education, military field, etc., as a result of which he exposes himself to various risks and threats. Negative emotions experienced have a detrimental effect on the formation and subsequent behavior of the individual. It is believed that throughout life a person constantly changes his being and consciousness. He also changes his physiological age, his interests and desires, changes his character and volitional qualities, his ability to work and so on. But with all these changes, a person does not change his attitude to personal safety. Being in society, difficult and sometimes complex relationships between people are caused by various reasons, especially conflicts and quarrels that arise, which are difficult to predict or simulate in advance. Psychological dangers to the individual. Predictable or unpredictable psychological dangers pose various threats that, under appropriate destructive conditions, have a devastating effect on people's lives and health.

This article considers only those, according to the author, psychological threats that may arise in the event of objective dangers in the environment.

**Key words:** safety, psychological safety, transformation of orientation, deformation of values, violation of motivation, distortion of goals, destruction of meanings.

УДК 159.923.3

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.17>

**Рибальченко О.М.**

аспірант кафедри психології та педагогіки

Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»

**Постановка проблеми.** Природне бажання уникнути військового протистояння, соціальних та міжрегіональних конфліктів, голоду та епідемій є у кожної цивілізованої людини. В оточенні особистості природно існує безліч як фізичних, так і психологічних небезпек. Безпека забезпечує особистості стійкість і витривалість, виступає гарантом і надійним щитом від загроз.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Як показує аналіз наукової літератури, безпеку вчені розглядають із позиції інтеграції як складну, багатопланову, різномірнову та різномасштабну систему життєзабезпечення [1, с. 35]. Про вплив довкілля на життєдіяльність людини писали В. Вернадський, Б. Коммонер, А.Л. де Шательє та інші вчені. Вплив нанотехнологій на безпеку досліджу-

вали Г. Крупнін, М. Абрамова, М. Кунафін та інші науковці. Транспортну безпеку вивчали Б. Бадагуєв, Г. Алдошин, М. Блінкін та інші науковці. Вчені-економісти О. Барановський, О. Власюк, О. Гальчинський розглядали безпеку у галузі економіки. Безпеку як соціальне явище вивчали В. Андрущенко, В. Бондаренко, Б. Гавриленко та інші вчені. Питання управління безпекою відображені у роботах В. Ліпкан, П. Пригунова, Ю. Братусь та інших науковців. Проблеми психологічної безпеки особистості розглядалися в роботах О. Єлісеєвої, В. Рубцова, І. Баєвої. У військовій галузі психологічну безпеку військовослужбовців вивчали Г. Ложкін, С. Ошурков, В. Пономаренко та інші науковці. Питання безпеки як фактор особистісного вдосконалення вивчали Р. Бернс, О. Асмолов, В. Зінченко та інші вчені.



У зв'язку з цим у рамках сучасних досліджень науковці виділяють кілька основних концептуальних підходів до тлумачення поняття «безпеки». Під поняттям «безпеки» науковці розуміють багатоаспектний стан, що характеризує становище людини, суспільства чи держави у зовнішньому середовищі. Також поняття «безпеки» вчені розцінюють як комплекс уявлень, у яких присутне порівняння характеристик, що відображають реальний та бажаний стан людини, суспільства чи держави. Поняття «безпеки» дослідники розглядають як цінність та мету, для реалізації якої людина, суспільство або держава роблять певні дії [2, с. 168]. Отже, під безпекою вчені розуміють відсутність будь-яких небезпек.

*Небезпека* – це об'єктивна ознака стану, у якому виникає можливість заподіяння шкоди (збитку) особистості від несприятливих подій.

Психологічна безпека відіграє важливу роль у захисті людської активності, а також вона є актуальною проблемою сучасної психології. Феномен *психологічної безпеки* – це складний комплекс, у якому основними характеристиками є відсутність зовнішньої небезпеки, актуальний психічний стан, задоволення потреб, внутрішнє відчуття захищеності людини та інших людей. У багатьох роботах поняття «психологічна безпека» часто розкривається через категорію «психічне здоров'я», а поняття «загроза» сприймається як такий стан, в якому неможливий успішний та надійний психічний розвиток особистості та адекватне відображення внутрішніх та зовнішніх загроз її психічному здоров'ю. Важливу роль у досягненні психологічної безпеки грає особистісне благополуччя. Так, М. Батурин особистісне благополуччя розглядає як таке поєднання і специфічне сполучення властивостей темпераменту і позитивних рис характеру, що забезпечує індивідууму умови для того, щоб він міг робити позитивні вчинки, мати благонадійні міжособистісні відносини і загальне позитивне ставлення до себе та світу [3, с. 243]. У сенсовому психологічному полі безпека та благополуччя нерозривно пов'язані між собою, тобто одне зумовлює інше. На думку автора, обидва явища за своєю сутністю завжди перебувають у взаємозворотних зв'язках: небезпека впливає на компоненти переживання благополуччя, тоді як неблагополуччя у певній сфері змушує сприймати світ як небезпечний.

Не менш важливу роль у досягненні психологічної безпеки грає психологічна захищеність особистості. Під психологічною захищеністю особистості вчені розуміють відносно стійке позитивне емоційне переживання та усвідомлення індивідом можливості задоволення своїх основних потреб та забезпечено-

сті власних прав у будь-якій, навіть несприятливій, ситуації та в разі виникнення обставин, які можуть блокувати або ускладнювати їх реалізацію [19]. Важливо відзначити, що несприятливі ситуації чи події для людини – це лише показники наявності небезпеки. Поки ці показники не трансформувалися в критерії загроз, існує лише ризик заподіяння шкоди чи збитку особистості.

Отже, *загроза* – це суб'єктивна ознака, яка викликає в особистості необхідність захищатися від несприятливих подій.

За наявності таких психологічних небезпек особистості, як порушення ідентичності, неадекватність самооцінки, втрата самоконтролю, зміна рольової поведінки, втрата моральних орієнтирів, соціальна дезорганізація, виникають умови, за яких виявляються психологічні загрози. Рівень психологічної загрози значно залежить від кількості і сили дії небезпечних факторів на свідомість людини. Що більше таких факторів, то швидше небезпека переростає у психологічну загрозу, унаслідок чого виникає деструктивна поведінка особистості.

**Мета статті** – провести аналіз компонентів психологічних загроз, які можуть впливати на безпеку особистості.

Немає сумнівів у тому, що кожна людина наражається на психологічні загрози, які можуть складатися з таких компонентів, як трансформація спрямованості особистості, деформація цінностей, порушення мотивації, спотворення мети, деструкція сенсу тощо.

**Основний матеріал дослідження.** За своєю природою не всяка небезпека для особи є загрозою, але, перебуваючи під загрозою, особистість наражається на небезпеку. Поняття особистості, як і багато інших психологічних понять, широко використовується в повсякденному спілкуванні. У психології особистість розуміється як будь-яка людина зі свідомістю і певним рівнем розумового розвитку, який робить її здатною контролювати свою поведінку і діяльність, а також до певної міри психічний розвиток [17, с. 32]. Чим активнішою є діяльність людини, тим активніше, яскравіше виявляються особливості (риси) особистості. Особистість розглядається як динамічна функціональна структура, що складається з підструктур, серед яких спрямованість займає головне місце.

Вчені спрямованість особистості розглядають по-різному. Зокрема, у працях різних вчених зазначено, що спрямованість особистості – це «динамічна тенденція» (С.Л. Рубінштейн); «сенсотвірний мотив» (О.М. Леонтьєв); «домінуюче ставлення» (В.М. М'ясищев); «основна життєва спрямованість» (Б.Г. Ананьєв); «динамічна організація сутнісних сил людини» (О.С. Прангішвілі); «динамічна система, що розвивається в часі, що змінює склад елемен-

тів, що входять до неї, і зв'язків між ними зі збереженням функцій» (К.К. Платонов).

К.К. Платонов зазначає: «Спрямованість – це установки, які стали властивостями особистості. Найбільш виражені та стійкі властивості особистості і їх сукупності – це характер особистості, а властивості особистості відповідно до певної діяльності – це її здатність до даної діяльності» [4, с. 131]. Під спрямованістю особистості слід розуміти інтереси, бажання, спонукання, мотиви, погляди, переконання, устремління, ідеали тощо.

У разі виникнення різних складних та несподіваних обставин спрямованість здатна трансформуватися. Поняття «трансформація» можна трактувати по-різному, але у багатьох випадках трансформацію розуміють як зміну особистості. Так, П.В. Лушин вказував, що особистісна зміна передбачає усвідомлення власної відповідальності за цю зміну [5, с. 173]. Вивчаючи трансформаційний процес, М.Ш. Магомед-Емінов стверджував, що трансформація особистості не обмежується лише модифікаційними фенотиповими чи феноменологічними перетвореннями, а є й інший механізм трансформації – ендотрансформація, тобто перетворення складу особистості, її структури та характеру [6, с. 96].

Під впливом як зовнішніх, так і внутрішніх негативних чинників спрямованість особистості, її психічні якості можуть стати вразливими і незахищеними. З появою всіляких фізичних і психічних небезпек та з виникненням екстремальних ситуацій особистість може потрапляти у загрозові ситуації. Це може змінити її спрямованість.

Отже, **трансформація спрямованості** особистості – це зміна чи перетворення однієї з якостей і підструктур особистості.

Таким чином, компонент психологічної загрози «трансформація спрямованості» може потрапляти під вплив небезпек та здатний загрожувати психологічній безпеці особистості.

Однією з умов успішного розвитку особистості є наявність цінностей. За відсутності цінностей можна вважати особистість несформованою, нестійкою і неповноцінною.

Д.О. Леонтьєв, вивчаючи цінності, бачив єдність трьох сполучених форм реального існування в суспільних ідеалах, предметних та особистісних цінностях [8, с. 57]. Клайд К. Клакхон (Cluckhohn) розглядав цінність як сприйняття «бажаного», яке явно чи неявно властиве кожній окремій людині чи групі та впливає на вибір доступних способів, засобів чи цілей дій [9, с. 624]. На думку К.К. Платонова, психологічна цінність – це мета, що задовольняє потребу [4, с. 166]. С.Р. Попков зазначав, що цінність слід розглядати як фіксовану у свідомості людини характеристику її став-

лення до якогось об'єкта. На думку вченого, цінність для кожної людини становлять предмети, які приносять їй позитивні емоції, такі як задоволення, радість, насолода тощо. З цих причин людина бажає їх мати у себе і прагне до них. Під цінністю слід розуміти все те, що людина цінує. Цінність, як зазначав автор, міститься в дбайливих, дорогих і приємних відчуттях і переживаннях, які людина викликає сама собі, бачить в них позитивний потенціал. Цінність об'єкта багато в чому залежить від його властивостей. Однак визначається вона не його власними властивостями, а ставленням до нього людини [7, с. 105]. У процесі розвитку в кожній людині утворюються особисті ціннісні орієнтації, тобто відмінні уявлення, за допомогою яких вона орієнтується у світі цінностей і визначає, які з цінностей є для неї більш значущими. Свідомо чи несвідомо кожна особистість прагне організувати свої ціннісні орієнтації та привести їх в логічну і впорядковану ієрархічну систему. Система ціннісних орієнтацій особистості формується на домінуючих у суспільстві ціннісних уявленнях. Кожен індивід в силу його вроджених та набутих особливостей і під впливом особистих життєвих обставин упорядковує їх на власний розсуд [7, с. 105].

Різноманітність потреб та інтересів як особистості, так і суспільства, в якому ця особистість розвивається, виражається складною системою та різними видами цінностей, що класифікуються на різних підставах. Один із варіантів класифікації цінностей запропонував Б.С. Єрасов, а саме: 1) вітальні – життя, здоров'я, безпека, добробут тощо; 2) соціальні – сім'я, дисципліна, працьовитість, підприємливість, багатство, рівність, патріотизм та ін.; 3) політичні – громадянські свободи, законність, конституція, мир та ін.; 4) моральні – добро, любов, честь, порядність, повага до старших, любов до дітей тощо; 5) релігійні – Бог, Святе Письмо, віра тощо; 6) естетичні – краса, стиль, гармонія та інші. Р.П. Вишлецов у теорії цінностей виділяв такі класи: 1) духовні, тобто цінності релігії, моральності, мистецтва; 2) соціальні, тобто цінності політики, права, моралі; 3) економічні; 4) матеріальні.

У зв'язку з наявністю ціннісних орієнтацій особистості прийнято розрізняти фінальні, інструментальні та похідні цінності. До фінальних цінностей переважно відносять вищі цінності та ідеали. Вони є кінцевими цілями людських устремлень, головними життєвими орієнтирами. Спрямованість на такі цінності визначає провідні інтереси особистості та зміст її життя. До інструментальних цінностей, як правило, відносять кошти і ті умови, які необхідні для досягнення та збереження фінальних цінностей. Інструментальні цінності мають характер задоволення, яке можна

охарактеризувати як користь. Вони також є цінними, оскільки вони є корисними під час досягнення поставленої мети. До похідних цінностей зазвичай відносять наслідки чи прояв інших цінностей, які мають значимість лише як ознаки та символи.

У суспільстві в процесі діяльності та дій кожній людині властиво відхилятися від осі свого буття, розвитку та способу життя. Причини цього відхилення можуть критися в особливих відносинах та взаємозв'язку людини з навколишнім світом, соціальним середовищем тощо.

Отже, **деформація цінностей** особистості – це спотворення мети, що задовольняє потребу індивіда.

Ось чому компонент психологічної загрози «деформація цінностей» також може підлягати впливу небезпек і здатний загрожувати психологічній безпеці особистості.

Формування мотивації – це складний процес, який охоплює комплекс особистісно-предметних зв'язків та поведінку. На основі потреб людини формується мотивація її поведінки. Мотиви та потреби мають тісний системний зв'язок між собою, тонку грань зіткнення. Змінюючи потреби, людина змінює мотиви своїх вчинків. У психології прийнято вважати, що сукупність мотивів поведінки та діяльності сприймається як мотиваційна сфера, яка має певну ієрархію і виражену спрямованість [10, с. 414]. Ця сфера є динамічною та видозмінюється залежно від багатьох обставин. Мотиви діяльності та дій безпосередньо пов'язані з цілями, а іноді навіть передують цим цілям. Б.Ф. Ломов, вивчаючи питання мотивації та цілепокладання, вказував, що у мотивах і цілях найбільш чітко проявляється системний характер, формується стан, який постає як інтегральна форма психічного відображення [18, с. 384]. На думку К.К. Платонова, мотивація – це сукупність стійких мотивів, яка визначається спрямованістю особистості, її ціннісною орієнтацією та визначає її діяльність [4, с. 73].

Однак деякі мотиви особистості як відносно стійкі та домінуючі здатні виділятися та виступати мотивом. Мотив – це захоплення та фіксація мети здійснення передбачуваного вчинку людиною. Під мотивом можна розуміти внутрішнє спонукання людини до того чи іншого виду активності. Ідеться про спілкування та поведінку, пов'язану з задоволенням конкретної потреби особистості.

Слід також зауважити, що різноманітними мотивами людини здатні виступати ідеали, інтереси, переконання, соціальні установки, цінності тощо. На думку О.С. Виханського, мотив зберігається всередині людини [5, с. 352]. Вчений стверджував, що мотив можна розглядати як якийсь досконалий образ

усередині свідомості самої людини, проте це не просто бездоганне уявлення, а енергетично насичений образ важливого, значущого предмету [12, с. 348]. У запропонованій А.А. Файзулаєвим послідовній та цілісній концепції усвідомлених / неусвідомлених спонукань є три етапи, які мотив проходить у своєму становленні (виникнення спонукання, усвідомлення спонукання і прийняття особистістю усвідомленого спонукання) [10, с. 414]. К.К. Платонов під мотивом розумів таке психічне явище, яке стає спонуканням до дії [4, с. 173].

У суспільстві прийнято вважати, що в процесі життєдіяльності поведінка людини завжди мотивована. Якщо поведінка особистості змінюється у негативний бік у зв'язку з порушенням мотивації, така зміна цілком може бути загрозливою. Загроза може бути пов'язана з порушенням критичності, що здатне торкатися процесів (наприклад, мислення, сприйняття). Порушення критичності може виражатися у спотвореній та неправильній оцінці особистістю її дій, проявлятися в некритичності до почуттів, побоювань чи переживань. На думку І.І. Кожуховської, критичність сприяє формуванню вершини особистісних якостей людини. І хоч би які форми некритичності вона приймала, це все одно означає порушення діяльності в цілому [13, с. 361].

Отже, **порушення мотивації** особистості – це спонукання до іншого «опредметнення потреби» і задоволення нової потреби.

У зв'язку з цим компонент психологічної загрози «порушення мотивації» цілком може підлягати впливу небезпек і здатний загрожувати психологічній безпеці особистості.

Особливе місце у вивченні особистості посідає питання про мету, тобто суб'єктивний образ бажаного результату діяльності або дії з прагненням його об'єктивізації.

Мета – це передбачуваний суб'єктивний образ фінального підсумку дій. У цілі особистість бачить кінцевий і бажаний підсумок своєї діяльності, який є критерієм оцінки того, правильно вона рухається чи ні, наближається до цілі або відхиляється від неї. Ціль завжди присутня у свідомості. Вона задає прийнятий і санкціонований самою особистістю напрям дій незалежно від того, наскільки глибоко вона мотивована, чи пов'язана вона із внутрішніми чи зовнішніми, глибинними чи поверхневими мотивами [10, с. 414]. Як вважає К.К. Платонов, ціль «є компонентом психологічної структури діяльності і дій як відображення об'єктивної мети» [4, с. 165].

На думку В.А. Аверіна, поняття «мотив» як ціль (або як предмет) пояснюється тим, що прийняття самої цілі (або цього предмета) як мотиву відповідає на запитання «навіщо?» і «для чого?». Мотив пояснюється цілеспрямованим і довільним характером поведінки

людини [12, с. 344]. Питання про цілі є питанням про те, чого саме людина хоче досягти, а питанням про мотиви є питання про те, чому вона цього хоче досягти. Людина здатна діяти в прямій манері, роблячи тільки те, що вона відразу хоче, безпосередньо реалізуючи свої бажання. Якщо особистість робить те, що їй безпосередньо потрібно, від чого вона отримує задоволення і заради чого вона цим займається, мета просто збігається з мотивом. Проблема мети, яка відрізняється від мотиву, виникає тоді, коли особистість робить те, що не спрямоване безпосередньо (в даний момент) на задоволення її потреб, але в кінцевому рахунку приведе до корисного результату. Можна також вважати, що мета завжди спрямовує людину у майбутнє. Ціле-спрямованість, на відміну від імпульсивних бажань, неможлива без свідомості, без здатності уявити майбутнє. Реалізуючи цілі або націлюючись на майбутній результат, людина усвідомлює зв'язок цього результату з тим, що їй потрібно в майбутньому. Тому будь-яка ціль має свій сенс [10, с. 414]. Ціль може бути близькою або віддаленою, більш загальною, приватною або елементарною, тобто найближчою та нерозкладною. Але важливо розуміти, що ціль не завжди здатна бути реальною. Ціль може бути й ілюзорною, оскільки ілюзія – це спотворене відображення реальності. У зв'язку з цим необхідно розрізнити об'єктивну ціль (як реальність відбивається) і ціль як відбите психічне явище [11, с. 461]. Слід також зазначити, що людині для управління поведінкою та мобілізації своїх сил при подоланні труднощів, що виникають на шляху до цілі, потрібна воля. Вольові дії пов'язані з мисленням, пам'яттю, увагою, почуттями. Тобто вольові дії притаманні лише людині. Вольова дія здатна стимулювати поведінку людини, регулювати її та гальмувати. На думку К.К. Платонова, воля – це «форма психічного відображення, в якій відбивається об'єктивна мета, стимули її досягнення, які виникають, а також об'єктивні перешкоди, що заважають її досягненню» [4, с. 26]. Основою волі є цілеспрямованість. Під цілеспрямованістю розуміється відображення об'єктивних відносин, об'єктивної загальної та віддаленої цілі та можливостей особистості. Слід також сказати і про домагання (рівень домагань), які є цілеспрямованістю, у якій можливості особистості замінені її спрямованістю. Оскільки спрямованість особистості включає в свою структуру потреби, то амбіції майже завжди виявляються емоційно забарвленими і відносяться не тільки до прояву волі, але й до емоцій [11, с. 462].

Отже, **спотворення цілі** особистості – це зміна суб'єктивного прообразу кінцевого результату.

З цієї причини компонент психологічної загрози «спотворення цілі» може підлягати впливу небезпек і здатний загрожувати психологічній безпеці особистості.

Не менш важливим у вивченні поведінки та діяльності (дій) людини є вплив сенсу. По-перше, для особи сенс можна розглядати як суть побаченого, почутого, сказаного, написаного тощо. По-друге, для сенсу (здоровий) слід розуміти як форму мислення, що склалася в процесі повсякденної практичної діяльності особистості. У навколишньому середовищі людини кожен сенс має своє значення, але для кожної особистості сенс має свою значимість.

У роботах О.М. Леонтьєва та його школи була розроблена концепція сенсу як виключно людського механізму регуляції процесів діяльності та свідомості. Ф.В. Бассін розглядав сенс як різновид «значних переживань», які, на його думку, є основним предметом психології. У трансперсональній теорії свідомості В.В. Налімова сенс постає як нескінченний не проявлений континуум, певні фрагменти якого відбираються та оформляються занурено в цей континуум особистістю [15, с. 270]. На думку К.К. Платонова, сенс – це «перероблене особистістю значення чогось, що відбивається» [4, с. 135]. У концепції Б.С. Братуся міститься положення про сенсові утворення, що функціонують у системі. При цьому гранично узагальненим поняттям, на його думку, було поняття «сенсова сфера особистості». Автор стверджував, що «сенсові утворення» можна розглядати як складову частину сфери, яка визначається через відношення більш загального мотиву до менш загальних мотивів, а також ширшої діяльності до менш загальних дій [16, с. 240]. Прийнято вважати, що у психологію поняття особистісного сенсу було введено О.М. Леонтьєвим ще у 40-ві роки ХХ століття. Це поняття вже давно і продуктивно використовується як одне з основних пояснювальних понять, причому не тільки у психології, а й у інших суміжних наукових дисциплінах [15, с. 273]. Хоча К.К. Платонов стверджував, що у різних особистостей є різний сенс, оскільки вони відрізняються вибірковою сприйняттю [11, с. 464].

Деструкцію сенсу особистості слід розуміти як руйнування індивідом своїх змістовних та значущих складників інтелектуального надбання. Тим самим індивід піддає себе іншому пізнанню та вибору іншої поведінки, яка не відповідала раніше обраній. Поняття «сенс» набагато ширше, ніж поняття «значення». Сенс завжди породжується співвідношенням чогось меншого до чогось більшого (наприклад, слово – фраза, фраза – абзац тощо). Сенс є відносно автономним. Сенс слова – це динамічне та складне утворення. У внутрішній промові сенс слова переважає над його зна-

ченням, має власні закони взаємодії з іншими сенсами [14, с. 19].

Можна сміливо сказати, що **деструкція сенсу** особистості – це процес руйнації результату мислення і реалізації нового цілепокладання.

Внаслідок цього компонент психологічної загрози «деструкція сенсу» також може підлягати впливу небезпеки і здатний загрожувати психологічній безпеці особистості.

**Висновок із проведеного дослідження.**

Психологічні загрози як компонент безпеки особистості відіграють значну роль у забезпеченні життєдіяльності кожної людини. Зміни психологічних небезпек тягнуть за собою зміни психологічного стану, тому вони здатні сприйматися особистістю як загрози. Готовність індивіда до психологічного протистояння означає здатність психологічно захищатися. Проте до цієї оборонної дії індивід має бути теоретично і практично готовим.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Ежевская Т.И. Безопасность личности: система понятий. *Психопедагогика в правоохранительных органах*. 2008. № 4. С. 35.
2. Чмыхало А.Ю. Социальная безопасность : учебное пособие. Томск : Изд-во ТПУ, 2007. 168 с.
3. Примак Ю.В. Психологічна безпека дітей та молоді у сімейному середовищі : монографія / за ред. О.Ю. Дроздова. Чернігів : Видавництво «Десна Поліграф», 2019. 243 с.
4. Платонов К.К. Краткий словарь системы психологических понятий. Москва : Высшая школа, 1981. 173 с.
5. Лушин П.В. Психология личностного изменения. Кировоград, 2002. 352 с.
6. Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. Москва : Психоаналитическая Ассоциация, 1998. 96 с.
7. С.Р. Попков Культурология : краткий конспект лекций. Нижний Новгород, 2017. 105 с.
8. Д.В. Каширский. Психология личностных ценностей : автореф. дисс. ... доктора психологических наук. Москва, 2014. 57 с.
9. Геберт Д., Розенштиль Л. фон. Организационная психология. Человек и организация / пер. с нем. Харьков : Изд-во «Гуманитарный Центр О.А. Шипилова», 2006. 624 с.
10. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология Санкт-Петербург : Питер Ком, 1999. 414 с.
11. Патрахина Т.Н., Романчук К.П. Сущность и содержание понятия «мотивация» в системе управления. *Молодой ученый*. 2015. № 7. С. 461–464.
12. Султанова А.В., Трошина Е.П. Методика диагностики мотивации персонала организации. *Научное обозрение*. 2015. № 13. С. 340–348.
13. Патопсихология : учебник и практикум для прикладного бакалавриата / Е.А. Орлова, Р.В. Козьяков, Н.В. Рышлякова : 3-е изд., перераб. и доп. Москва : Издательство «Юрайт», 2017. 361 с.
14. Кособукова О.В. Развитие понятия «смысл» в гуманитарных науках (конец XIX – начало XXI вв.). *Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. Серия «Психология»*. 2009. № 1. С. 19.
15. Леонтьев Д. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. *Фундаментальная психология* : 4-е изд., испр. и доп. Москва : Смысл, 2019. С. 267–295.
16. Психологические и психофизиологические исследования речи : сборник трудов / под ред Т.Н. Ушаковой. Москва : «Наука», 1985. 240 с.
17. Ложкин Г.В., Ошурков С.В. Основы военной психологии и педагогики. *Психология личности воина*. Киев : КВИРТУ ПВО, 1989. С. 32.
18. Ломов Б.Ф. Системность в психологии : избранные психологические труды. Воронеж : МОДЭК ; Москва : Московский психолого-социальный институт, 1996. 384 с. ISBN 5-89395-009-7.
19. Энциклопедический словарь по психологии и педагогике. URL: <http://med.niv.ru/doc/dictionary/psychology-and-pedagogy/articles/1060/zaschischnost-psihologicheskaya.htm>.

## ПОВЕДІНКОВІ ТИПИ ОСОБИСТОСТІ ТА ЇХ ВПЛИВ НА ЕМОЦІЙНИЙ АПАРАТ ЛЮДИНИ

### BEHAVIORAL TYPES OF PERSONALITY AND THEIR INFLUENCE ON HUMAN EMOTIONAL APPARATUS

Стаття присвячена дослідженню ключових способів регулювання емоційного стану та їх загальної характеристики. Респонденти були диференційовані на осіб чоловічої та жіночої статі. На основі теоретичних даних та за допомогою анкетування виявлено взаємозв'язок поведінкового типу особистості зі стратегіями, які обирають його представники для регулювання емоційного стану. Зафіксовано результати такого дослідження та викладено їх у формі таблиці. Розкрито специфіку залежності та впливу біологічних особливостей людського мозку на поведінкові типи, притаманні конкретному індивіду (екстраверт, інтроверт, амбіверт). Шляхом аналізу результатів наукових експериментів, як правило, проведених в науково-дослідних установах США, підтверджено зазначену тезу. Через призму теоретичних пошуків виділено ключові ознаки, котрі диференціюють амбівертів, екстравертів та інтровертів.

Закцентовано увагу на збудженні як психолого-фізіологічному феномені, що являє собою мінімальний рівень активності, за якого людський організм і мозок вказує на свою готовність до реагування на певну стимуляцію. Підтверджено наявність прямого взаємозв'язку між щастям і екстраверсією, соціальними відносинами, регулюванням емоцій. Графічним способом подано моделі такої взаємодії (модель, де соціальні відносини та здатність до регулювання відносин унормовують зв'язок між екстраверсією та щастям; модель, де соціальні відносини та здатність до регулювання відносин виконують посередницьку функцію між екстраверсією та щастям). Вказано на особливості причинно-наслідкового зв'язку між емоційним інтелектом та поведінковими типами особистості через призму фізіологічних досліджень і психологічного аналізу.

**Ключові слова:** поведінкові типи особистості, емоційний інтелект, регулювання

взаємовідносин, збудження, невротизм, нейронний механізм.

The article is devoted to the study of key ways to regulate the emotional state and their general characteristics. Based on the data of theoretical research, the questionnaire method indicates the relationship of the behavioral type of personality with the strategies chosen by their representatives (differentiated into males and females) to regulate their emotional state. The results of such a study are recorded and presented in tabular form. The specifics of dependence and influence of biological features of the human brain and behavioral type inherent in a particular individual (extrovert, introvert, ambivert) are revealed. By analyzing the results of scientific experiments, usually conducted in research institutions in the United States, this thesis is confirmed. Through the prism of theoretical research, key features that differentiate ambiverts, extroverts and introverts are identified.

Attention is focused on arousal as a psychological – physiological phenomenon, which is the minimum level at which the human body and brain show their readiness to respond to certain stimuli. Confirmed the existence of a direct relationship between happiness – on the one hand, and extraversion, social relations and regulation emotions – on the other. Models of such interaction are presented graphically (a model where social relationships and the ability to regulate relationships normalize the relationship between extraversion and happiness; a model where social relationships and the ability to regulate relationships mediate between extraversion and happiness). The peculiarities of the cause-and-effect relationship between emotional intelligence and behavioral personality types through the prism of physiological research and based on psychological analysis are pointed out.

**Key words:** behavioral personality types, emotional intelligence, relationship regulation, arousal, neuroticism, neural mechanism.

УДК 159.94(07)  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.18>

**Роговський А.Е.**

інженер з автоматизації  
Громадська організація  
«Інститут емоційного інтелекту»

**Постановка проблеми.** Процеси, пов'язані з урбанізацією та міграцією населення, ставлять кожного індивіда в такі умови, коли він змушений взаємодіяти із, здавалося б, нечисленною кількістю інших суб'єктів. Взаємодія людей з різними ментальними, поведінковими, культурними особливостями, як правило, відбувається на емоційно-когнітивному рівні, що прямо чи опосередковано відображається на результаті такого контакту. Досить часто можна стати свідком різного роду обґрунтувань причин невдалої взаємодії або успішності результату. Аргументи в даному випадку суттєво варіюються залежно від того, ідеться про зовнішні чи про внутрішні аспекти. Вагомим елементом останніх слід вважати приналежність суб'єкта комунікації до певного

поведінкового типу особистості. Ідеться про такі типи: екстраверт, інтроверт, амбіверт.

Проаналізувавши роботи Г.Ю. Айзенка, М. Аргайла, М.А. Брекетта, П. Булла, Е. Дінера, Л. Кінга, Х.В. Леппера, С. Любомирського, Дж. Майера, Р. Хілза, А. Фернхема, ми можемо висунути **гіпотезу** відносно наявності тісного взаємозв'язку поведінкового типу особистості із когнітивно-ритмічними та емоційними процесами людського мозку.

Основною **метою** статті є аналіз динаміки і змін мозкової діяльності за різних обставин у осіб, що відрізняються за критерієм поведінкового типу.

**Виклад основного матеріалу.** Активний інтерес науковців до питань, пов'язаних із емоційним апаратом й інтелектом людини

та вмінням ними керувати, зумовлений збільшенням кількості депресивних станів та інших емоційних розладів як у окремих індивідів, так і в суспільстві в цілому. Зрозуміло, що така ситуація негативно віддзеркалюється на соціально-економічному житті та зумовлює потребу у пошуку механізмів, завдяки яким люди самостійно регулюють свій емоційний стан.

Сам процес регулювання в даному контексті представлений через комплекс психічних процесів, котрі інтенсифікують, послаблюють або ж залишають на незмінному (стабільно нейтральному) рівні якість емоційних реакцій людського мозку. Зазначений підхід є дещо ширшим порівняно з тим, який пропонує вчений зі Стенфорда Дж. Гросс. Його позиція транслюється амбівалентно: з одного боку, регулювання розглядається як перебіг подій в окремому часовому проміжку, тобто поетапне розгортання регулюючих зусиль людського мозку; з іншого боку, регулювання розглядається як індивідуальна особливість (якісний показник), властивість, що притаманна певному виду (особі) в частині регулювання емоційного стану. Акцентуючи увагу на останньому аспекті, можна виокремити конкретні стратегії (виходячи із критерію ефективності / неефективності), яких притримуються за різних умов індивіди для здійснення впливу на власний емоційний стан [9].

Перший блок (А) – це вибір ситуації, де людина в змозі самостійно обирати та певною мірою керувати обставинами, в яких вона опинилась. Критерій самостійності тут спрямовується на досягнення позитивного емоційного стану чи мінімізує негативні емоції. На перший погляд, така стратегія є найбільш оптимальною, проте вона не позбавлена окремих недоліків, котрі ми не залишимо поза увагою. Так, уникнення негативних емоцій – це результат, якого прагне більшість соціальних істот. Цілеспрямоване відмежування себе від ситуацій, що, ймовірно, матимуть наслідком розчарування, зневагу, ворожість, розпач, обурення, презирство, переляк, тривогу, – це шлях до порушень свідомості, котрі в клінічній психології називаються фобіями. Наприклад, людина відмовляється від публічних виступів та демонстрацій задля того, щоб в майбут-

ньому більше не переживати відчуття страху публічних виступів, але така позиція суперечить іншим життєвим цілям цього ж індивіда – побудові кар'єри, самореалізації, розширенню кола друзів тощо.

Другий блок (Б) – модифікація ситуації. Як правило, він активізується тоді, коли особа вже опинилась у несприятливих обставинах і має змогу виконати певну кількість дій, щоб змінити потенційно негативні наслідки. Наприклад, коректно підібрані індивідом фрази знизять рівень агресії, спрямованої на контрагента.

Третій блок (В) пов'язаний зі зміною когнітивної оцінки ситуації. Індивіди оперують різними методиками для зміни власного ставлення до певної події, і це позитивно відображається на психологічному благополуччі людини. Такі люди є більш витривалими, краще переживають обставини, що продукують негативний сплеск емоцій. До даного блоку також відносять метод перерозподілу уваги – здатність у зазначеній емоціогенній ситуації керувати своєю увагою, концентруватися на тих чи інших об'єктах. На практиці нерідко трапляються кейси, де студент, переживаючи сильне схвилювання перед важливим екзаменом, діє всупереч поставленій меті, тобто він відпочиває або переглядає кінофільм. Іншими словами, в тих випадках, коли людина має змогу здійснити прямий вплив на ситуацію, абстрагування є нефункціональним способом регуляції, а у тих випадках, коли людина не має змоги вплинути на ситуацію, набагато краще уникати зовнішніх подразників, тим самим зберігаючи енергію.

Логічно, що здатність до регулювання емоцій включає в себе усвідомлення найбільш ефективних стратегій заміни та / або «виховання» емоцій в нетипових для суб'єкта ситуаціях.

У процесі дослідження ми провели анкетування (50 респондентів віком від 19 до 33 років, з них – 23 особи чоловічої статі, 27 осіб жіночої статі) з метою встановлення взаємозв'язку між поведінковими типами особистості та стратегіями, які обирають їх представники для регулювання свого емоційного стану. Результати можна викласти у такій формі (табл. 1).

Зміст анкетування включає в себе блок ситуативних життєвих кейсів та варіантів

Таблиця 1

**Результати вивчення поведінкових типів особистості залежно від статі**

	<i>Інтроверти</i>	<i>Амбіверти</i>	<i>Екстраверти</i>
Чоловіки (23 ос.)	А – 19	В – 21	Б – 18
	Б – 1	А – 2	В – 4
	В – 3	Б – 0	А – 1
Жінки (27 ос.)	А – 24	В – 25	Б – 19
	Б – 0	А – 1	В – 5
	В – 3	Б – 1	А – 3

виходу із ситуації, що корелюються із стратегіями врегулювання емоційного стану. Незалежно від гендерного показника інтроверти, як правило, обирали перший із наведених способів стабілізації власного емоційного стану, що загалом було очікувано. У амбівертів переважувала методика когнітивної оцінки ситуації, у екстравертів – модифікація ситуації. При цьому найбільш значний чисельний дисбаланс спостерігався у екстравертів, котрі за властивою їм ознакою імпульсивності намагалися по-різному підходити до вирішення ситуацій. Встановлено, що у випадках відхилень від норми (тобто коли представник того чи іншого поведінкового типу обирає не цілком властиві для більшості стратегії впливу на емоційний стан), що проявлялися, як правило, у інтровертів та екстравертів, вони схильні обирати методики, характерні амбівертам, тобто вони тяжіють до нейтралітету. Лише 16% осіб обирають у певних ситуаціях не зовсім властиві їм варіанти рішень, як правило, тому, що вони є ірраціональними екстравертами, інтровертами чи амбівертами.

Окрім впливу на емоційний апарат людини, вплив на поведінкові типи особистості мають біологічні особливості людського мозку. Вчені із університету Айови не раз публікували результати досліджень (в основі експерименту були такі фактори: церебральний кровообіг, супутні питання гемодинаміки та особистість), котрі підтверджували вплив сором'язливості (інтроверсії) та комунікабельності, товариськості (екстраверсії) на активність головного мозку та прояв тих або інших емоцій за певних ситуацій. Іншими словами, доказом того, що екстраверт, інтроверт та амбіверт є такими з моменту народження, слід вважати особливості побудови їх мозку. В експерименті взяло участь 18 повністю здорових людей – представників різних поведінкових типів. За допомогою позитронно-емісійної томографії (ПЕТ-сканування), що транслює зображення всієї голови із високою чіткістю й дає змогу розділити зображення на зони, вчені встановили прямий взаємозв'язок. Мозкова активність супроводжується притоком крові до певної частини мозку, що чітко прослідковується під час ПЕТ-сканування. Зокрема, вплив на дані особливості має рівень активності таламуса, котрий за функціональним призначенням відповідає за перерозподіл інформації, її збір, аналіз і передачу до кори головного мозку, зв'язує регуляцію внутрішніх органів (гіпоталамус), відповідає за сомато-сенсорну систему (відчуття тіла) і за формування емоцій (лімбічна система).

Екстраверти є менш сприйнятливими до неприємних стимулів, які характеризуються помірною інтенсивністю порівняно з амбівертами. Водночас екстраверти мають під-

вищену чутливість до приємних стимулів незалежно від інтенсивності емоцій. Отже, знижений поріг приємних емоцій і підвищений поріг неприємних емоцій можуть слугувати важливими нейронними механізмами, де останні лежать в основі більш високих рівнів суб'єктивного благополуччя та задоволеності у екстравертів.

Інтроверти більш активні в лобовій частині мозку і передньому таламусі. Ці ділянки інтенсифікуються, коли мозок людини здійснює внутрішню обробку, таку як запам'ятовування, вирішення проблем і планування. Робота мозку екстравертів інтенсифікується в передній поясній звивині, скроневи частках і задньому таламусі. Вказані зони беруть участь в сенсорній обробці інформації, зокрема слуханні, спостереженні тощо. На підтвердження зазначеної тези можна навести обґрунтовану позицію Ганса Айзенка, який ще в середині минулого століття помітив низький рівень збудження на системному рівні в екстравертів [2, с. 283].

Збудження у контексті фізіології являє собою той мінімальний рівень активності, за якого людський організм і мозок проявляє свою готовність до реагування на певну стимуляцію. Зміна таких явищ відбувається протягом дня (наприклад, перехід від сонного стану до стану активності відбувається після філіжанки міцної кави, склянки води з лимоном чи ранкової пробіжки) або за різних ситуацій (тривала лекція, як правило, зменшує рівень збудження у студентів, в той час як екзамен викликає протилежну реакцію). Із зазначеного виходить, що досягнення прийняттого і комфортного стану для екстравертів є дещо складнішим порівняно із амбівертами та інтровертами, які володіють здатністю перебувати у нормальному емоційному стані, не докладаючи для цього жодних зусиль. Саме через це виникає потреба у систематичному контакті з людьми, обміні досвідом, переживанні нових хвилювань і свідомих викликів.

Ще один і не менш важливий експеримент був проведений в Амстердамському університеті. Він дав змогу підтвердити і деталізувати все вищезазначене у контексті прямого зв'язку екстраверсії з функцією дофаміну. Тестування учасників, котрі попередньо заповнили анкету та здали мазок із ротової порожнини, проходило під сканером головного мозку, в той час як суб'єкти брали участь в азартній грі. Перемога екстравертів супроводжувалась більш сильною реакцією у прилеглому ядрі та мигдалеподібному тілі. Останнє відповідає за опрацювання емоційних стимулів, а такий неспокійний стан, як тривога чи бентежність, а також фобії, аутизм, депресії – це наслідок ненормального функціонування мигдалини. Прилегле ядро – це важлива частина мозку, невід'ємний елемент системи дофаміну.



Високий рівень задоволеності, тобто щастя (глобального і хронічного), чи протилежного йому поняття, включаючи його афективні та когнітивні елементи, із фізіолого-психологічної точки зору розглядали С. Любомирський, Е. Дінер, Л. Кінг, Х. Леппер. У своїх роботах вчені зазначали, що екстраверсія і невротизм мають найбільший вплив на досягнення стану щастя чи його повну відсутність. Більш глибокі дослідження транслюють, що екстраверсія позитивно корелює з різними показниками щастя з коефіцієнтом 0,17–0,45 [4]. Екстраверсія є одним з факторів особистості, найбільш тісно пов'язаним з різними когнітивними й афективними індикаторами. Іншими словами, екстравертам значно легше, ніж інтровертам чи амбівертам, досягти стану повноцінного задоволення. Безумовно, щасливі амбіверти й інтроверти існують. Так, Р. Хілліз і М. Аргайл встановили, що серед 133 респондентів, які під час дослідження перебували в стані цілковитого задоволення, 33% були інтровертами. Вони не були домінуючим, проте їх чисельність була досить суттєвою [7].

Гіпотеза відносно того, що регулювання відносин як цілісний концепт опосередковує вплив екстраверсії на стан щастя, була також опрацьована кількома вченими. Певна частина вчених надала логічну аргументацію, проте ми дотримуємося позиції Е. Беннетта, А. Фернхема, які показують можливі культурні та генетичні основи для емоційної регуляції як посередника між екстраверсією та щастям. При цьому динаміка, яка відслідковується у жителів Великої Британії, значно відрізняється від даних, отриманих у жителів Японії [6]. Такий екскурс у наукову літературу свідчить про прямий взаємозв'язок між щастям екстраверсією, соціальними відносинами, регулюванням емоцій. Візуально моделі взаємодії можна викласти у двох формах (рис. 1):

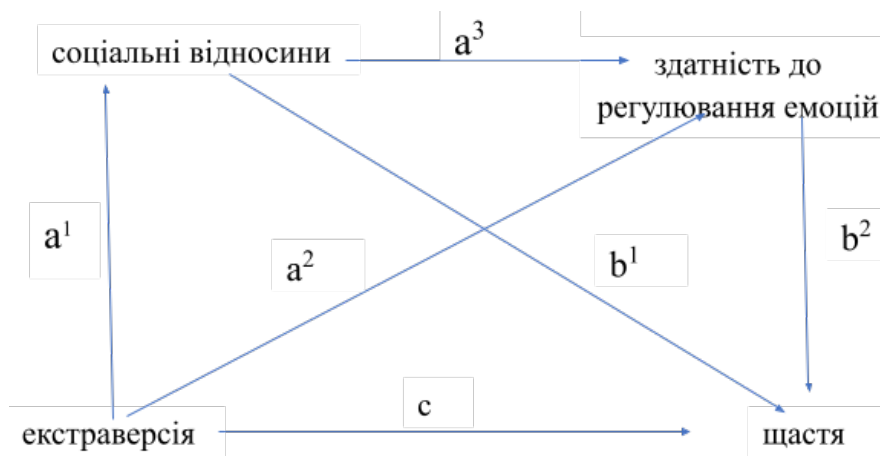
На рис. 1. помітно, що загальний ефект (с) має прямий вплив на екстраверсію і щастя без будь-яких посередників. Повноцінний непрямий вплив здійснюють два посередницькі блоки (ab) у зіставленні «екстраверсія – щастя». Прослідковується конкретний непрямий ефект деяких блоків ( $a^1 b^1$  та / або  $a^2 b^2$ ) на роль самого посередника. Отже, нам вдалось отримати три варіації непрямого ефекту через:

- соціальні відносини ( $a^1 b^1$ );
- соціальні відносини й емоції ( $a^1 a^3 b^2$ );
- здатність регулювати емоції ( $a^2 b^2$ ).

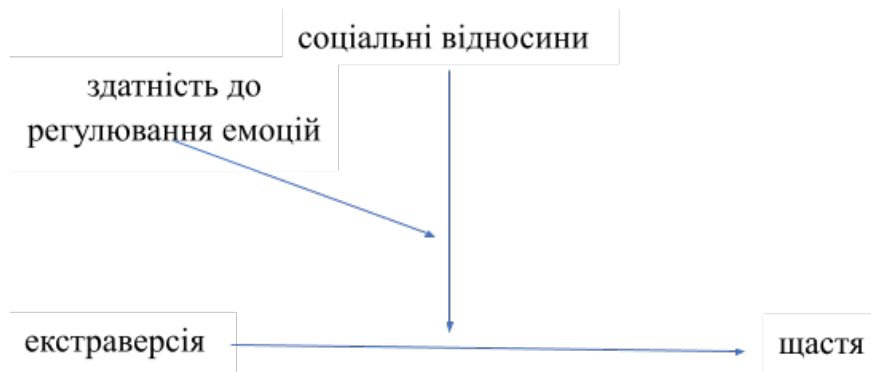
Дж. Майер здатність до самостійного регулювання емоційного стану включає до переліку показників, що є значними під час встановлення рівня емоційного інтелекту як в процесі міжособистісної взаємодії, так і в професійному середовищі. Відкритим наразі залишається питання щодо зв'язку поведінкового типу особистості з рівнем емоційного інтелекту та досягненням стану повноцінного задоволення. Також досить часто на практиці виникає питання відносно можливості прояву в інтровертів високого емоційного інтелекту.

Декілька вчених, що мали на меті віднайти спорідненість або причино-наслідковий зв'язок між масштабами емоційного інтелекту й індикаторами щастя, зазнало невдач. М.А. Брекетт і П. Булл визначили, що рівень емоційного інтелекту становить 1–4% дисперсії в межах щастя [8, с. 25–26].

Не всі екстраверти мають високоемоційний інтелект, як і не всі інтроверти позбавлені емоційного інтелекту. Але через наш культурний наголос на екстраверсію та організаційні уподобання екстравертних особистостей емоційно розвинені інтроверти часто залишаються поза увагою. Зрозуміло, що існують визначальні характеристики інтровертної особистості, які не узгоджуються з емоційним



**Рис. 1. Модель, де соціальні відносини та здатність до регулювання відносин виконують посередницьку функцію між екстраверсією та щастям**



**Рис. 2. Модель, де соціальні відносини та здатність до регулювання відносин унормовують зв'язок між екстраверсією та щастям**

інтелектом, але інтроверти також мають значні (хоча і тонкі) схильності до більш точного сканування (відчуття) особистості та реагування на її емоції. Емоційний контроль та емоційна дисципліна потрапляють у діапазон інтроверсії у спектрі емоційного інтелекту, оскільки вони потребують пристосування до внутрішнього досвіду. З огляду на це емоційно інтелектуальний інтроверт може мати чудові навички управління емоціями, які проявляються як розраховані, рівномірні поведінкові реакції.

Інтелектуально розвинені індивіди оцінюють свої внутрішні думки та емоції, перш ніж висловити власну позицію в процесі спілкування. Така поведінка характерна для інтровертів, котрі можуть сидіти мовчки під час жвавої дискусії або нервово вагатись, коли на них звертають увагу. З точки зору екстраверсії це несоціальна поведінка, але об'єктивно це краще трактувати як емоційно розумну парадигму, що може свідчити про саморегуляцію. Навіть інтровертні лідери в робочому середовищі можуть не демонструвати динамічного прояву компетентності, але їх сила полягає в здатності отримувати вказівки від своїх підлеглих і враховувати різні точки зору одночасно. Після екстравертної взаємодії інтровертам, можливо, доведеться відпочити та відновити свою енергію, але вони матимуть більше знань про своє соціальне середовище, які вони в подальшому зможуть використати для задоволення особистих та професійних потреб.

**Висновки та перспективи подальших наукових досліджень.** Отже, шляхом комплексного дослідження у математичному, статистичному, фізіолого-біологічному аспектах було розкрито питання взаємозв'язку між поведінковими типами особистості та когнітивно-ритмічними й емоційними процесами (зокрема, емоційним інтелектом). Визначено, що процес регулювання емоцій у екстравертів, інтровертів та амбівертів суттєво диференціюється. За результатами анкету-

вання виявлено, що інтроверти, як правило, раціональні, можуть самостійно обирати та певною мірою керувати обставинами, в яких вони опиняються. Амбіверти надають перевагу методиці когнітивної оцінки ситуації, екстраверти – модифікації ситуації. Найбільш суттєві результати практичного дослідження викладені в літературному письмовому творі «Методологія використання емоційно-життєвих показників інтелекту HR-менеджментом для досягнення єдиної парадигми мислення команди ІТ-фахівців» нашого авторства. Окрім цього, встановлено, що екстраверсія призводить до більш високих показників щастя, котрі варіюються залежно від таких змінних: особливостей структури мозку, здатності до регулювання відносин тощо. Попри наявність чіткого зв'язку між екстраверсією і щастям як станом повного задоволення, змінні, які можуть виконувати посередницьку функцію, доцільно вивчити більш детально.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Emotional intelligence: New ability or eclectic traits? *American psychologist*. 2008. Vol. 63 (6). P. 503–517.
2. Tiwari T., Singh A.L., Singh I.L. The short-form revised Eysenck personality questionnaire: A Hindi edition (EPQRS-H). *Industrial psychiatry journal*. 2009. Vol. 18 (1). P. 27.
3. Lyubomirsky S., Lepper H.S. A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social indicators research*. 1999. Vol. 46 (2). P. 137–155.
4. Lyubomirsky S., King L., Diener E. The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological bulletin*. 2005. Vol. 131 (6). P. 803–855.
5. Laiu B., Voicu S. Personnel Management: Needs-oriented Recruitment Planning in Organizational Development. *International Journal Paper Public Review*. 2021. Vol. 2 (1). P. 1–8.
6. Cheng H., Furnham A. Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness

and depression. *Personality and individual differences*. 2003. № 34 (6). P. 921–942.

7. Zelenski J.M., Sobocko K., Whelan D.C. Introversion, Solitude, and Happiness. *The Handbook of Solitude: Psychological Perspectives on Social Isolation, Social Withdrawal, and Being Alone*. 2021. P. 309–324.

8. Improving emotional intelligence in adolescents: an experiential learning approach / L.E. Năstasă,

Ș.A. Zanfirescu, D. Iliescu, A.D. Farcaș. *Current Psychology*. 2021. P. 1–15.

9. Improving emotional intelligence in adolescents: an experiential learning approach / L.E. Năstasă, Ș.A. Zanfirescu, D. Iliescu, A.D. Farcaș. *Current Psychology*. 2021. P. 1–15.

10. Gross J.J. Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiol.* 2002. Vol. 39. Iss. 3. P. 281–290.

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У ТРЕНЕРІВ ЄДИНОБОРСТВ

### PSYCHOLOGICAL FEATURES OF EMOTIONAL BURNING DOWN OF MARTIAL ARTS COACH

Стаття присвячена емпіричному дослідженню особливостей емоційного вигорання у тренерів єдиноборств. Показано, що єдиноборства як один із давніших видів боротьби дуже позитивно впливають на особистість. Вони спрямовані на формування у спортсменів вольової сфери, характеру, витривалості, упевненості в собі, на розвиток інтуїції, спокою та витримки, уміння тверезо оцінювати ситуацію перед прийняттям правильного рішення та водночас високої реактивності в екстрених ситуаціях. Успіх в тренерській роботі значною мірою залежить від знань, якими володіє тренер, та від того, як він будує свої стосунки зі спортсменами. Показано, що до особистісних якостей успішного тренера єдиноборств (моральних, соціально-комунікаційних, вольових, інтелектуальних та психомоторних) пред'являються високі вимоги. Оскільки в сучасних умовах морально-патріотичний образ борця, який представляє Україну на міжнародних аренах, є значущим, то тренер єдиноборств має займати активну проукраїнську позицію, володіти низкою моральних якостей та особистісних і психомоторних властивостей. Отже, тренер єдиноборств, постійно працюючи під впливом багатьох стресогенних чинників, повною мірою відчуває на собі наслідки емоційного вигорання, яке має у цій професійній групі свою виражену специфіку. У структурі емоційного вигорання тренерів єдиноборств провідними можна вважати симптоми «неадекватне та вибіркоче емоційне реагування» та «редукція професійних обов'язків». У фазі напруги в більшості тренерів єдиноборств, які взяли участь в дослідженні, окремі симптоми не сформовані. Але за симптомом «переживання психотравмуючих обставин» вони є дуже чутливими до зовнішніх обставин, сприймають та переживають їх суб'єктивно як досить травматичні. У фазі напруги цей симптом може з'явитися першим.

**Ключові слова:** емоційне вигорання, особистість тренера єдиноборств, професійна діяльність, резистентність, напруга.

The article is sanctified to empiric research of features of the emotional burning down of martial arts coach. It is shown that martial arts that, as one of more old types of fight, diversely and very positively influences on personality: purposefully forms a volitional sphere, character, endurance, confidence in itself, develops intuition, calmness and self-control, ability soberly to estimate a situation before the acceptance of correct decision and, at the same time, high reactivity in urgent situations. Success with trainer's work largely depends on knowledge that is owned by a trainer, and from that, how he builds the relationships with sportsmen. It is shown that to personality qualities of successful trainer (moral, social communication, volitional, intellectual and psychomotor) made great demand: as in modern terms morally-patriotic character of fighter, that presents Ukraine on international scenes, is meaningful, a trainer must occupy active proukrainian position, own the row of moral qualities and personality and psychomotor properties. Accordingly, the martial arts coach, constantly working under act of many stress-factors, to a full degree feels on itself the consequences of the emotional burning down, that has the expressed specific in this professional group. In the structure of the emotional burning down of trainers it is possible leading to count a symptom the "Inadequate and selective emotional reacting" and "Reduction of professional duties". In phase tension in most martial arts coach, that took part in research, separate symptoms are not formed. But after "Experiencing of circumstances" they are very sensible to the external circumstances, perceive and experience them subjectively, as traumatic enough. In phase tension this symptom can appear the first.

**Key words:** emotional burning down, personality of martial arts coach, professional activity, resists, tension.

УДК 159.942.5-021.321:796.071.43:  
796.8(045)  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.19>

#### Соколова Г.Б.

д.психол.н., доцент,  
доцент кафедри дефектології  
та фізичної реабілітації  
Державний заклад  
«Південноукраїнський національний  
педагогічний університет  
імені К.Д. Ушинського»

#### Тодоров П.І.

доцент, заслужений працівник фізичної  
культури і спорту України,  
доцент кафедри дефектології  
та фізичної реабілітації  
Державний заклад  
«Південноукраїнський національний  
педагогічний університет  
імені К.Д. Ушинського»

#### Венік К.Ю.

старший викладач кафедри фізичного  
виховання та спорту  
Одеський національний університет  
імені І.І. Мечникова

**Постановка проблеми.** Сучасний спорт вимагає від тренера неабияких здібностей: він має досконало володіти усім арсеналом сучасних знань, враховувати психологічні, соціальні, матеріально-технічні та усі інші аспекти підготовки спортсмена. Окреме місце серед усіх видів спорту займають єдиноборства, які позитивно впливають на особистість. Вони спрямовані на формування у спортсменів вольової сфери, характеру, витривалості, упевненості в собі, на розвиток інтуїції, спокою та витримки, уміння тверезо оцінювати ситуацію перед прийняттям правильного рішення та водночас високої реактивності в екстрених ситуаціях. З огляду на це до особистості тренера єдиноборств пред'являються високі вимоги. Він має бути компетентним у форму-

ванні позитивних міжособистісних стосунків у команді та володіти навичками уникнення конфліктів, не тільки розвивати фізичні можливості борців, а й підтримувати їхню мотивацію, психологічну готовність витримувати надзвичайні навантаження та стимулювати їх до досягнення високих результатів.

Тобто успіхи сучасних спортсменів, які займаються єдиноборствами, багато в чому залежать від особистості тренера – його знань, педагогічного таланту, авторитету, волі, творчого підходу до підготовки борців. Отже, тренер єдиноборств, постійно працюючи під впливом багатьох стресогенних чинників, повною мірою відчуває на собі наслідки емоційного вигорання, яке має у цій професійній групі свою виражену специфіку.

**Мета статті** – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити психологічні особливості синдрому емоційного вигорання у тренерів єдиноборств.

**Завдання дослідження:**

1) проаналізувати основні теоретико-емпіричні дослідження з проблеми вивчення особливостей особистості тренера єдиноборств, а також емоційного вигорання;

2) укласти методичний комплекс з вивчення психологічних особливостей емоційного вигорання у тренерів єдиноборств;

3) інтерпретувати отримані дані та виявити психологічні особливості емоційного вигорання у тренерів єдиноборств.

**Об'єкт дослідження** – особистість тренера єдиноборств.

**Предмет дослідження** – психологічні особливості емоційного вигорання у тренера єдиноборств.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Вивченню особистості тренера та його професійної майстерності присвячені дослідження О.О. Барташнікова [8], М.М. Волкова [4], Т.Ю. Горячун [8], О.О. Деркача [5], Б.Дж. Кретті [7], Ю.О. Резникова [8], В.С. Топчяна [4], А.Б. Тулебаєвої [10] та ін.

На думку американського психолога Б.Дж. Кретті, успіх у тренерській роботі значною мірою залежить від знань, якими володіє тренер, та від того, як він буде свої стосунки зі спортсменами [7]. Результати досліджень доводять, що до особистісних якостей успішного тренера єдиноборств (моральних, соціально-комунікаційних, вольових, інтелектуальних та психомоторних) пред'являються високі вимоги. Оскільки в сучасних умовах морально-патріотичний образ борця, який представляє Україну на міжнародних аренах, є значущим, тренер має займати активну проукраїнську позицію, володіти низкою моральних якостей – принциповістю, ввічливістю, чесністю, вимогливістю, справедливістю тощо [5]. Розвинена вольова сфера тренера єдиноборств (цілеспрямованість, ініціативність, сміливість, рішучість, витримка і самовладання) тісно пов'язана з успіхом його учнів [8], а розвинені інтелектуальні якості, такі як ясність, логічність, оперативність та критичність мислення, уява, винахідливість, допомагають тренерові знаходити правильні рішення під час стратегічної підготовки борців до змагань, зумовлюють ефективність творчої тренерської роботи [6]. Крім того, особливого значення набувають навички специфічної професійної інтуїції (здатність оцінювати виконання елементів за прихованими для інших ознаками, передбачати та прогнозувати розвиток борця) [6].

У ефективного тренера єдиноборств також має бути розвинена когнітивна (точність сприйняття рухів спортсмена, швидкість

сприйняття і оцінки ситуації) та психомоторна сфери (точність виконання технічних прийомів під час їх показу) [10].

З огляду на вимоги, які висуваються до особистості сучасного тренера єдиноборств, можна припустити, що процес емоційного вигорання у нього буде протікати швидко та з урахуванням специфіки професійної діяльності.

Необхідно зазначити, що сам термін «вигорання» (від англ. “burnout”) уперше прийшов у загальну психологію саме з психології спорту. Під цим психоемоційним явищем розуміється стан виснаження спортсменів, коли після тривалих тренувань та успішних виступів на змаганнях вони не можуть продовжувати виконувати завдання, а в подальшому і взагалі брати участь у змаганнях (В.В. Бойко [2]). Низка вчених (В.В. Бойко [2], Н.М. Булатевич [3], Т.В. Зайчикова [6] та ін.) вважає вигорання формою професійної деформації особистості, а безпосередній синдром емоційного вигорання, основні ознаки якого є набутими, пов'язує з формами емоційної ригідності [6]. Тобто вигорання можна розглядати як набуту форму професійної деформації.

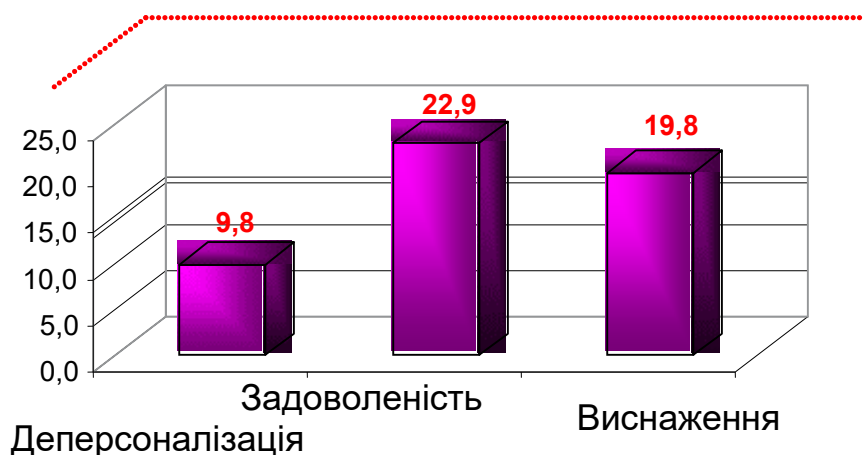
Певні ознаки емоційного вигорання можуть збігатися з депресивними симптомами, але якщо під час депресії людина обов'язково переживає власне психологічне неблагополуччя, то у разі вигорання цього симптому може не бути (М.О. Амінов, Д.В. Шпитальний) [1].

Ми бачимо складність прояву емоційного вигорання на його наслідки для особистості тренера єдиноборств. Це зумовило актуальність нашого емпіричного дослідження.

**Результати дослідження.** В емпіричному дослідженні психологічних особливостей емоційного вигорання у тренерів єдиноборств взяло участь 50 досліджуваних. Ми використали такі психодіагностичні методики: тест «Оцінка особистісного потенціалу вигорання» Л.М. Карамушки та «Методика діагностики емоційного вигорання» В.В. Бойка.

На рисунку 1 візуалізовані середні значення за тестом «Оцінка особистісного потенціалу вигорання».

Як ми бачимо на рисунку 1, у вибірці тренерів єдиноборств тільки показник особистісної задоволеності має середній рівень вираженості. За цією шкалою досліджувані кількісно оцінюють міру своєї згоди з твердженнями, що стосуються ефективності вирішення проблем з людьми, почуття корисності своєї роботи для них, переживання плідності своєї професійної діяльності. Тобто професійна самореалізація є важливим чинником щодо максимального зменшення проявів емоційного вигорання у тренерській діяльності. Майже досягає середнього рівня емоційне виснаження тренерів єдиноборств, які взяли участь у нашому



**Рис. 1. Середньовибіркові дані за тестом «Оцінка особистісного потенціалу вигорання»**

дослідженні. Узагальнюючи результати, отримані за опитувальником, можна відзначити достатньо благополучну ситуацію, в якій характерною ознакою є значно менша вираженість показників деперсоналізації порівняно з іншими складниками, яка в результатах, отриманих за опитувальником В.В. Бойка, теж не досягла середнього рівня вираженості.

Аналіз розподілу окремих симптомів емоційного вигорання у тренерів єдиноборств за опитувальником В.В. Бойка дозволив нам уточнити структуру й особливості прояву окремих фаз цього психоемоційного стану. Виявлено, що за двома з чотирьох симптомів – «незадоволення» та «загнаність у клітку» – більшість тренерів отримала низькі оцінки, тобто у них ці симптоми ще не сформовані та не проявляються у професійній діяльності й емоційному стані. Так, симптом «незадоволення собою» ще не сформований у 86,8% тренерів, а «загнаність у клітку» – у 80%. Отже, сформовані ці симптоми тільки у 3,2% та 10% тренерів.

Симптом «переживання психотравмуючих обставин» сформований у 25% тренерів, а несформований – у 60%. Симптом «тривога та депресія» сформований тільки у 15% тренерів, а нижчі від середніх показники мають 63,3% з них.

Отже, ми можемо припустити, що в структурі фази напруги у більшості тренерів єдиноборств, які взяли участь в нашому дослідженні, окремі симптоми не були сформовані. Але за одним з них, а саме «переживання психотравмуючих обставин», чверть з респондентів дуже чутлива до зовнішніх обставин, сприймає та переживає їх суб'єктивно як досить травматичні. Ми припускаємо, що саме цей симптом у фазі напруги може з'явитися першим. Проведений нами кореляційний аналіз лише під-

твердив складність механізмів формування симптомів емоційного вигорання, оскільки усі окремі симптоми пов'язані один з одним на дуже високому рівні значущості ( $p < 0,01$ ), тому дуже складно виділити сильніші і слабші зв'язки між окремими симптомами. Але саме такий характер зв'язків вказує на спорідненість усіх вказаних симптомів у цілісній структурі емоційного вигорання у тренерів єдиноборств. Цей факт може означати, зокрема, що усі симптоми у фазі напруги проявляються приблизно однаково. Але провідним все ж таки можна вважати симптом «неадекватне та вибіркове емоційне реагування»: у 60% тренерів єдиноборств цей симптом можна вважати сформованим. Другим за вираженістю є симптом «редукція професійних обов'язків», сформований у 53,3% тренерів. Враховуючи таку подібність розподілу, ми можемо припустити, що більшість тренерів із нашої вибірки має високі оцінки за цими двома симптомами. Це підтверджується тим, що їх кореляційний зв'язок є позитивним та достовірним на високому рівні ( $r = 0,42$ ;  $p = 0,01$ ).

Однак достовірним є лише зв'язок симптомів «неадекватне та вибіркове емоційне реагування» і «розширення сфери економії емоцій» ( $r = 0,374$ ;  $p = 0,03$ ), хоча розподіли в них не так схожі. Ці симптоми сформовані лише у 21,7% тренерів. На особливу увагу заслуговує те, що симптомом «емоційно-моральна дезорієнтація», який сформований у 26,7% тренерів, значимо не корелює з іншими симптомами. Проте із загальним показником вигорання він пов'язаний достовірно і позитивно ( $r = 0,554$ ;  $p < 0,001$ ).

Узагальнюючи ці факти, можна припустити, що дії з редукції професійних обов'язків (уникнення зайвого навантаження, підкреслена емоційна холодність та інші дії, спрямовані

на обмеження спілкування) вимагають від тренера єдиноборств емоційної напруги, яка робить емоційне реагування вибірковим і неадекватним. Очевидно, що така психологічна «ціна» за зменшення комунікативного навантаження може привести тільки до подальшого формування цього симптому і усієї фази, в яку він входить.

У фазі виснаження усі симптоми теж пов'язані позитивно і однаково високо достовірно, за винятком симптомів «емоційна відчуженість» та «психосоматичні і психовегетативні порушення». Ми припускаємо, що виснаження не обов'язково призводить до соматичних порушень у тренерів єдиноборств. Симптом «емоційний дефіцит» сформований тільки у 15% респондентів, а симптом «емоційна відчуженість» виражений у 11,7% тренерів та є неявним у 63,3% тренерів. Симптом «особистісна відчуженість» є близьким до шкали деперсоналізації тесту Л.М. Карамушки. Цей симптом сформований всього у 10% тренерів. Симптом «психосоматичні та психовегетативні порушення» виражений у 18,3% (71,7% тренерів єдиноборств мають нижчі за середні оцінки).

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

Успіхи сучасних спортсменів, які займаються єдиноборствами, багато в чому залежать від особистості тренера – його знань, педагогічного таланту, авторитету, волі, творчого підходу до підготовки борців. Отже, тренер єдиноборств, постійно працюючи під впливом багатьох стресогенних чинників, повною мірою відчуває на собі наслідки емоційного вигорання, яке має у цій професійній групі свою виражену специфіку.

Узагальнюючи результати кореляційного аналізу, можна зазначити, що усі симптоми у фазі виснаження проявляються разом і посилюються теж рівномірно, тобто без домінування якогось одного. Встановлено, що фаза резистенції є більшою мірою сформованою, аніж інші фази емоційного вигорання у тренерів єдиноборств. Усередині фази резистенції за рівнем сформованості у всій вибірці тренерів єдиноборств головними є симптоми неадекватного емоційного реагування та редукції професійних обов'язків, які посилюють один одного. Тобто саме емоційний складник є важливим чинником

ризиків формування емоційного вигорання у тренерів єдиноборств.

Перспективи подальших наукових розвідок полягають у розробці системи тренінгів, спрямованих на раннє виявлення та профілактику ознак емоційного вигорання у тренерів єдиноборств.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Аминов Н.А., Шпитальный Д.В. Синдром «эмоционального сгорания» как вид профессиональной дезадаптации. *Профессиональный потенциал*. 2002. № 1. С. 37–42.
2. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. Москва : Наука, 2010. 210 с.
3. Булатевич Н.М. До проблеми психічного вигорання. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія «Соціологія. Психологія. Педагогіка»*. 2020. Вип. 12–13. С. 121–124.
4. Волков Н.Н., Топчиян В.С. Моделирование личности и деятельности тренера и совершенствование высшего физкультурного образования. *ANALYTIC – SERIAL. Теория и практика физической культуры*. 2009. № 10. С. 7–9.
5. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера / предисл. Н.В. Кузьминой, А.Ц. Пуни, А.В. Тарасова. Москва : Физкультура и спорт, 2000. 375 с.
6. Зайчикова Т.В. Зв'язок між синдромом професійного вигорання та особистісними факторами. *Наукові записки Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України*. 2021. Вип. 26. Т. 2. С. 107–110.
7. Кретти Б.Дж. Психология в современном спорте / пер. с англ. Ханина Ю.Л. Москва : Физкультура и спорт, 1978. 224 с.
8. Резников Ю.О., Барташников О.О., Горячун Т.Ю. Диагностика профессионально важных качеств личности тренера. *Роль физической культуры в здоровом образе жизни : материалы III Региональной научно-практической конференции*, г. Львов, 2000. С. 123–124.
9. Саная М.В. Психологические особенности деятельности и личности тренера. Москва : РГАФК/РГАФК.ВООК, 2001. 27 с.
10. Тулебаева А.Б., Жансерикова Д.А. Социально-психологические особенности личности тренера. *Новое слово в науке: перспективы развития : материалы X Международной научно-практической конференции*, г. Чебоксары, 31 декабря 2016 г. Чебоксары : ЦНС «Интерактив плюс», 2016. С. 150–158.

## МЕДИТАЦІЯ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ОСОБИСТІТЬ

## MEDITATION AND ITS IMPACT ON PERSONALITY

Під медитацією найчастіше розуміються чисті або більш-менш модифіковані під умови сучасної цивілізації буддистські та індуїстські практики, хоча кожна з розвинутих релігійних течій має свої традиції духовних практик, подібних до медитації. Окремо потрібно виділити проблему медитації в християнстві, оскільки в цій релігії існують різні погляди відносно неї. На нашу думку, все ж практики ісихазму існують в одному ряду з духовними практиками, для яких характерне виникнення певних змінених станів свідомості. У цілому ж культурологічні відмінності в медитативних та духовних практиках заслуговують на широкі та ретельні емпіричні дослідження. Медитація буває різних видів. З розвитком досліджень окремо виділяють все більше різновидів медитації. При цьому всі вони різняться між собою на нейрофізіологічному рівні, оскільки кожна з них активує різні ділянки мозку. Механізмом дії медитації є нейропластичність – зміна структури та функціонування мозку завдяки виконанню певної діяльності. Медитація використовується з метою профілактики різних емоційних порушень та зниження їх проявів, а також для цілісного покращення благополуччя людини, підвищення її рівня щастя, знаходження нею нових сенсів та способів самореалізації. Перспективними виглядають дослідження можливостей застосування медитативних практик для збереження когнітивних здібностей. Але медитацію можна рекомендувати далеко не всім людям, які страждають психічними розладами. Існують певні застереження щодо застосування деяких видів медитації для осіб, що мають глибокі емоційні проблеми, психози, особистісні розлади, когнітивні порушення тощо. Крім того, медитативні практики можуть бути небезпечними, оскільки інтенсивні тренування, навпаки, можуть призводити у деяких людей до наростання тривоги та депресії.

**Ключові слова:** Медитативні практики, нейропластичність, емоційні порушення,

збереження когнітивних функцій, застереження щодо застосування медитативних практик.

Meditation is usually understood as practices of Buddhism and Hinduism which can be more or less modified to the reality of modern society, though each developed religion possesses its own traditions of spiritual practices, which are close to meditation. The problem of meditation in Christianity should be especially noted because in this religion there are different opinions concerning this spiritual practice. The practices of hesychasm are, as the author considers, similar to spiritual practices which are characterized by the altered state of consciousness. Generally, deeper and wider investigations of culturological differences in meditative and spiritual practices are needed. More and more various types of meditation are differentiated by investigators. All distinguished types of meditation differ on a neurophysiological level, because each type activates a certain part of the brain. The mechanism of meditation activity is neuroplasticity, i.e. a change in the structure and functioning of the brain due to the performance of certain activities. Meditation helps to prevent different kinds of emotional disorder, to reduce manifestations of this disorder, to increase person's happiness, to find for oneself new senses and ways of self-realization. Meditative practices also seem to contribute to the preservation of cognitive abilities, and we still lack thorough investigations of these possibilities of meditation. But meditation cannot be recommended for all people who suffer from psychological disorder, there are restrictions for some types of meditation for people, who suffer from deep emotional problems, psychosis, personality disorder, cognitive impairment. Besides, in certain cases meditative practices can be dangerous, because intensive training may, conversely, lead to the growth of anxiety and depression of some people.

**Key words:** meditative practices, neuroplasticity, emotional disorder, the preservation of cognitive abilities, restrictions for meditative practices.

УДК 159.923; 159.961.73  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.20>

**Степура Є.В.**

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

Останнім часом у психологічній науці та психотерапевтичній практиці намітилась тенденція до пошуку й застосування технік, спрямованих на самостійне використання людиною з метою профілактики різних емоційних порушень та зниження їх проявів, а також для цілісного покращення благополуччя людини, підвищення її рівня щастя, знаходження нею нових смислів та способів самореалізації. Чільне місце серед таких методів займають медитативні техніки. Результатом використання медитативних технік є особливі змінені стани свідомості, які можна виділити, використовуючи нейрофізіологічні методи дослідження. Це доволі новий та перспективний напрям досліджень, який об'єднує в собі два протилежних підходи у психології – біологічний та соціальний (культурологічний), оскільки майже кожна розвинена культура

виробила в рамках своїх релігійних, філософських та езотеричних вчень практики, подібні до медитації. Це відкриває широке поле для порівняльних досліджень цих практик, у тому числі в ракурсі їх впливу на нейрофізіологічні показники людини. Це може відкрити нові шляхи для розуміння природи вказаних аспектів людської культури. Крім того, як зазначає М.С. Гусельцева, залучення психологічних ідей східних культур тільки збагатить психологію, дозволить їй вийти за рамки дискурсу, який диктується традиційними методологічними установками, виробленими в рамках нашої західної цивілізації [2]. І в цьому нам ніяк не обійти феномен медитації, а також інтроспективні спостереження, пов'язані з нею, і філософські концепції, що інтерпретують ці спостереження. Найбільший практичний інтерес становлять саногенні ефекти для психіки,



які можуть стояти за впливом на нейрофізіологію мозку. Дослідження в напрямі використання медитативних практик, як і інші подібні дослідження, спрямовані на пошук методів профілактики та самотерапії психічних захворювань і вирішення психологічних проблем. Вони є особливо актуальними в умовах недостатнього розвитку та доступності кваліфікованої психіатричної та психологічної допомоги населенню, що, на жаль, характерно для нашої країни.

**Метою статті** є розгляд основних різновидів медитації, а також деяких особливостей їх впливу на особистість.

Традиційно в сучасній психологічній науці під медитацією розуміються чисті або більш-менш модифіковані під умови сучасної цивілізації буддистські та індуїстські практики, хоча кожна з розвинутих релігійних течій має свої традиції духовних практик, які часто мають такий зовнішній вигляд та психологічні ефекти, що й практика медитації. Їх можна знайти в суфізмі – містичній течії ісламу, а також в іудаїстській кабалі [5].

Окремо потрібно виділити проблему медитації у християнстві, оскільки існують різні думки відносно медитації в цій релігії. Дослідники, що не належать до християнської традиції, відмічають подібність практик, характерних для ісихазму, до медитації [5]. Є християнські течії (зокрема, західні), що намагаються адаптувати буддистську або індуїстську медитацію до християнства, а також віднайти її сліди у самій християнській традиції (в тому ж ісихазмі або в деяких середньовічних трактатах, на кшталт «Хмари незнання»), створюючи християнські медитативні практики по типу центральної молитви Томаса Кітінга або християнської медитації Джона Мейна [6]. Однак у так званій православної психології, яку розвивають переважно російські психологи, існує тенденція до протиставлення медитації та традиційних християнських практик, відображених у традиції ісихазму [9].

Якщо порівняти вплив медитації та християнських духовних практик на нейрофізіологічні показники їхніх adeptів, то можна отримати доволі цікаві результати. Так, буддистська медитація та християнська центральною молитва чинять подібний вплив на мозок людини. Вони знижують активність у лобних долях мозку. Такий ефект спостерігається і під час ретельного виконання ісламського намазу [16]. Отже, ми можемо спостерігати певну спільність духовних практик різних релігійних течій на нейрофізіологічному рівні.

Що стосується дослідження впливу практик ісихазму на нейрофізіологію мозку, то ми знайшли тільки одне дослідження російських авторів, опубліковане в доволі дивному журналі [14]. Дослідники зазначають наявність

відмінності між практикою християнської молитви та медитацією, відсутність міжпівкулево-асинхронності щодо зниження активності мозку, характерної для медитації (див. про це [4]). Автори зазначають, що під час виконання практик ісихазму відбувається рівномірне зниження активності обох півкуль мозку. Але все ж, як зазначають автори вище згаданої роботи, практика християнської молитви призводить до виникнення специфічного зміненого стану свідомості у людей, які займаються цим видом духовної практики. А це, на нашу думку, ставить практики ісихазму в один ряд з медитацією, глосолалією п'ятидесятників, трансами так званих медіумів та іншими духовними практиками, для яких характерне виникнення певних змінених станів свідомості (див. про це [16]). У цілому ж культурологічні відмінності в духовних практиках заслуговують на широкі та ретельні емпіричні дослідження. Особливо цікавою у цьому контексті є можливість на психофізіологічному рівні спільності духовних практик, що розвивалися в різних релігійних традиціях.

Елементи медитації давно проникли у психотерапевтичну практику. Їх, крім течії mindfulness, яка використовує модифіковану версію різновиду традиційної буддистської медитації, засновану на усвідомленні навколишньої дійсності, і яка розвивається в рамках сучасної когнітивно-біхевіоральної терапії, можна знайти в психоаналізі, у нейролінгвістичному програмуванні, у психосинтезі Р. Ассаджиолі, в еріксонівському гіпнозі, у різних формах аутотренінгу та в техніках релаксації, а також у підходах, що використовують візуалізацію, у тому числі і в практиках усвідомлених сновидінь, що зараз використовуються під час лікування від кошмарів і для особистісного зростання [1; 7; 9; 12].

Медитація буває різних видів. З розвитком досліджень окремо виділяють все більше різновидів медитації. Так, Д. Гоумен у своєму огляді виділяє два основних типи (шляхи) медитації – тип (шлях) концентрації (focused attention meditation), коли людина концентрує увагу на якомусь конкретному предметі, а також тип (шлях) інсайту, або усвідомлення (open monitoring meditation), коли людина постійно намагається усвідомлювати навколишню зовнішню та внутрішню (почуття, думки тощо) дійсність [5]. В іншій роботі Р. Девісон і Д. Гоумен, крім зазначених типів медитації, окремо виділяють медитацію на співчуття та доброту (loving-kindness meditation), коли людина спрямовує свої думки на любов і доброту до себе та оточуючого світу (людей, тварин тощо) [4]. Сучасні дослідники, крім перерахованих видів медитації, окремо виділяють мантра-медитацію – постійне повторення певної словесної формули або виразу (яка є,

зокрема, основою практики доволі популярної та неоднозначної трансцендентної медитації [5]) [19]. При цьому всі із перерахованих видів медитації різняться між собою на нейрофізіологічному рівні, оскільки кожна із них активує різні ділянки мозку [19]. Отже, практика цих типів медитації повинна мати різний вплив на особистість людини, що відкриває величезний простір для досліджень.

Узявши за основу наявність відмінностей нейрофізіологічної картини як результат духовної практики можна виділити ще декілька видів медитації. Зокрема, ідеться про медитацію на зорові образи, яка використовується в йозі сновидінь [7], але не тільки в ній (див. [1]). Картина активності мозку в adeptів цього різновиду медитації повинна відрізнятися від картини активності мозку в послідовників простої медитації, що полягає в концентрації уваги, оскільки тут здебільшого буде задіяна зорова кора мозку. Крім того, практика цього типу медитації за певних умов буде призводити до виникнення специфічного стану усвідомленого сновидіння. Це менше характерно для інших видів медитації [7]. Як окремі види медитації можна виділити практики з вираженням руховим компонентом. Сюди можна віднести індуїстську практику «Кіртан-Крійя», коли вимовляння мантри супроводжується певними рухами пальців рук, або суфійську практику «Зікр», коли ім'я бога повторюють з розкачуванням тіла [11; 16]. Під час виконання таких практик більше, ніж під час простої мантра-медитації, повинна бути задіяна рухова кора головного мозку. Це впливає на цілісну нейрофізіологічну картину змін в мозку людини, а також на результати духовної практики, що підтверджується певними емпіричними дослідженнями [11].

Механізмом дії медитації є нейропластичність – зміна структури та функціонування мозку завдяки виконанню певної діяльності [4]. Існує низка досліджень, які показують зазначений ефект. Так, дослідження осіб, які тривалий час практикували методи дзен-буддійської медитації, виявило зменшення розміру мигдалини (підкоркової структури мозку, що відповідає за загальний рівень тривожності та багато інших емоційних проявів людини) порівняно з її середньостатистичними показниками [5]. Інші автори доволі критично ставляться до подібних досліджень, вказуючи на їх методологічні недоліки та похибки в процедурі проведення дослідження. Інші дослідження вказують на збільшення окремих ділянок вже згадуваної мигдалини, які пов'язані зі співчуттям та альтруїзмом, у осіб, що займаються медитацією на доброту та співчуття. Це робить їх мозок подібним до мозку людей, що відрізняються високим рівнем альтруїзму. Це повинно відображатися на поведінці, роблячи цих людей

більш схильними допомагати іншим, хоча проведений метааналіз на цю тему показав відсутність беззаперечних доказів даної гіпотези, оскільки більшість проведених досліджень, що підтверджують зв'язок практики медитації з альтруїстичною поведінкою та співчуттям, характеризується методологічними недоліками та упередженістю дослідників [21].

Надійними є дослідження, що показують збільшення префронтальних ділянок мозку в осіб, які займаються класичною буддійською медитацією зі спостереженням за диханням, що покращує здатність до вольових зусиль, загальний самоконтроль та саморегуляцію поведінки [4; 8].

Дослідження також вказують на підвищення загального рівня щастя та психологічного благополуччя у людей, які практикують медитацію. Що стосується рівня оптимізму, то його підвищення є незначним, хоча з теоретичної точки зору медитація повинна достатньо впливати на рівень оптимізму, оскільки практика медитації зменшує активність правої лобної зони мозку, яка відповідає за песимістичні та тривожні думки [4; 16]. Інші дослідження взагалі не виявили значимого впливу заняття медитацією на позитивний настрій [22]. Треба зазначити, що під час заняття медитативними практиками можуть виникати різні доволі рідкісні позитивні емоційні стани, зокрема стан потоку, коли людина максимально сконцентрована на виконанні якоїсь діяльності, або, навпаки, може виникати стан максимального розслаблення та припинення будь-якої свідомої вольової активності [18; 10]. Однак зазначені емоційні стани, що можуть чергуватися під час глибокої медитації, повинні позитивно впливати на загальне психічне здоров'я та психологічне благополуччя людини [10].

Серед пізнавальних процесів медитація покращує здатність до концентрації уваги та загального управління нею, а це повинно позитивно впливати на функціонування сприймання, мислення тощо [4]. Але треба зазначити, що проведені емпіричні дослідження не виявили будь-якого ефекту від 6-тижневої практики mindfulness-медитації на розвиток критичного мислення [22]. Отже, гіпотеза про вплив медитації на розвиток когнітивних здібностей є недоведеною і потребує додаткових досліджень. Якщо брати до уваги спостереження деяких спеціалістів по роботі з жертвами деструктивних культів, то можна помітити, що довготривале заняття медитативними практиками може дуже негативно впливати на когнітивні здібності [17]. Але треба зазначити, що таке твердження не має достатньої емпіричної основи. Крім того, на жертв деструктивних культів можуть впливати й інші фактори, такі як недоїдання, постійний стрес, емоційне насилля, які характерні для

подібних релігійних організацій. Перспективними виглядають дослідження можливостей застосування медитативних практик для збереження когнітивних здібностей. Вважається, що особливо ефективними в цьому ракурсі повинні бути типи медитативних практик, які включають у себе рухові елементи. Так, дослідження свідчать, що практика уже згадуваної медитації «Кіртан-Крійя» може покращити пам'ять у людей похилого віку [16]. Однак цей напрям використання медитації все ще потребує додаткових і ретельних досліджень.

Але найважливішим аспектом медитативних практик у когнітивній сфері є стимулювання інтуїції та креативності, що проявляється в інсайтах – осяяннях, що можуть стимулювати виникнення нових ідей, світоглядних установок, нових смислів [16]. Треба зазначити, що початково медитативні практики у рамках різних релігій були створені для осягнення істин людського буття [10]. Медитативні практики можуть стимулювати діяльність надсвідомих процесів, про які писав ще У. Джеймс [3], але, як зазначають дослідники, результат медитативних практик, проявляючись у новому баченні себе та світу, не піддається ніякому розрахунку [16]. Отже, заняття цими практиками є доволі ризиковим шляхом, оскільки це передбачає вихід людини за звичні стереотипи у невідоме.

На даному етапі розвитку психологічної науки медитативні практики та психотерапевтичні напрями на їх основі використовуються для лікування депресії, тривожного розладу, посттравматичного стресового розладу, обсесивно-компульсивного розладу, хронічних больових відчуттів, боротьби з різноманітними адикціями тощо [1; 8; 12; 13; 20]. Цікавою є програма корекції девіантної поведінки за допомогою медитації, розроблена українськими вченими [15]. Найбільшою перевагою медитативних практик є можливість їх самостійного застосування людиною без втрати психотерапевтичного ефекту [23]. Остання обставина робить їх затребуваними в умовах неможливості постійного отримання кваліфікованої психотерапевтичної допомоги. Але медитацію можна рекомендувати далеко не всім людям, які страждають психічними розладами. Як зазначають сучасні дослідники, медитація сьогодні перетворюється в західному світі на модний тренд, який рекомендують для використання майже всюди, що в майбутньому може призвести до її дискредитації як методу психологічної допомоги [24]. Крім того, медитативні практики не такі безпечні, як здається на перший погляд. Інтенсивні тренування, навпаки, можуть призводити у деяких людей до наростання тривоги та депресії, а інколи й до виникнення галюцинацій [4; 5]. Також існують певні застереження в засто-

суванні деяких видів медитації для осіб, що страждають від глибоких емоційних проблем, психозів, особистісних розладів, когнітивних порушень тощо. Особливо це стосується медитативних практик, які спрямовані на досягнення стану глибокого трансю, або тих, що характеризуються довготривалістю сеансу. Практика таких видів медитації для даних категорій людей можлива лише під наглядом кваліфікованого лікаря [16].

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

У цілому напрями психологічного самовдосконалення, які базуються на медитативних практиках, ще досліджені дуже мало. Це пов'язано з великою кількістю видів медитації та впливом на ці практики особливостей культури, у якій вони були створені. Але дослідження медитативних методик психологічного самовдосконалення, безумовно, прогресують і в цілому обіцяють деякі успіхи в лікуванні деяких психічних розладів. Особливо цікавим є дослідження можливостей медитативних практик у збереженні когнітивних функцій. Крім того, важливою перевагою медитації є можливість її застосування у самотерапії. Це дуже актуально в ситуації неможливості отримання кваліфікованої психотерапевтичної допомоги. У контексті проблеми психологічного благополуччя та щастя особистості дослідження різних медитативних практик має певну перспективу щодо знаходження способів забезпечення більш-менш щасливого та повноцінного життя для людей, які мають соціально та біологічно задані перепони для відчуття щастя. В цілому ж не варто забувати, що медитативні практики не були створені для лікування психічних хвороб, а відчуття щастя є цінним, але все ж побічним результатом медитації. Однак не треба також забувати про можливі негативні ефекти від заняття медитативними практиками, про обережність їх застосування у разі наявності у людини певних психічних розладів. Результат медитативних практик являє собою виникнення змінених станів свідомості, наслідком чого є нестандартний погляд на світ і місце людини в ньому. Саме в цьому ми можемо бачити справжню цінність медитації та подібних до неї практик, оскільки вони дають людині можливість відкрити нові смисли, що можуть кардинально змінити її життя. І це є доволі цікавим полем для міждисциплінарних досліджень.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Ассаджиоли Р. Психосинтез. Принципы и техники / пер. с англ. Москва : Психотерапия, 2008. 384 с.
2. Гусельцева М.С. Культурно-историческая психология: от классической – к постнеклассической картине мира. *Вопросы психологии*. 2003. № 1. С. 99–115.

3. Джеймс У. Многообразие религиозного опыта. Исследование человеческой природы / пер. с англ. Москва : Академический проект, 2016. 416 с.
4. Дэвитсон Р., Гоумен Д. Измененные черты характера. Как медитация меняет ваш разум, мозг и тело / пер. с англ. Москва : Изд. Манн, Иванов, Фербер, 2016. 336 с.
5. Гоулмен Д. Многообразие медитативного опыта. URL: <http://www.psylib.org.ua/books/golem01/index.htm> (дата обращения: 17.12.2021).
6. Кожевников Д.Д. Психологические практики в христианской мистической традиции. *Психология телесности: теоретические и практические исследования* : сборник статей II Международной научно-практической конференции, г. Пенза, 25 декабря 2009 года. Пенза : ПГПУ им. В.Г. Белинского, 2011. С. 94–97.
7. Лаберж С. Осознанное сновидение / пер. с англ. Киев : София, 2008. 320 с.
8. Макгонигал К. Сила воли. Как развить и укрепить / пер. с англ. Москва : Изд. Манн, Иванов, Фербер, 2013. 320 с.
9. Миронова М.Н. Молитва или медитация: прилоги антикультуры. *Вестник Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета. Серия «Педагогика. Психология»*. 2009. № 2 (13). С. 28–45.
10. Ньюберг Э., Д'Аквилы Ю., Рауз В. Тайна Бога и наука о мозге. Нейробиология веры и религиозного опыта / пер. с англ. Москва : Эксмо, 2013. 340 с.
11. Ньюберг Э., Уолдман М.Р. Как Бог влияет на ваш мозг: революционные открытия в нейробиологии / пер. с англ. Москва : Эксмо, 2012. 576 с.
12. Пенман Д., Уильямс М. Осознанность. Как обрести гармонию в нашем безумном мире / пер. с англ. Москва : Изд. Манн, Иванов, Фербер, 2018. 288 с.
13. Сигел Д. Внимательный мозг. Научный взгляд на медитацию / пер. с англ. Москва : Изд. Манн, Иванов, Фербер, 2015. 336 с.
14. Изменение функционального состояния мозга при христианской молитве / В.Б. Слезин, И.И. Музалевская, В.М. Урицкий, И.Я. Рыбина. *Парапсихология и психофизика*. 2000. № 1. С. 132–136.
15. Ткач Б.М. Застосування медитативних практик для корекції девіантної поведінки. *Актуальні проблеми психології*. 2016. № 14 (11). С. 193–204.
16. Уолдман М.Р., Ньюберг Э. Наш мозг и просветление. Нейробиология самопознания и совершенства / пер. с англ. Москва : Эксмо, 2017. 320 с.
17. Хассен С. Освобождение от психологического насилия / пер. с англ. Санкт-Петербург : Прайм-ЕВ-РОЗНАК, 2002. 400 с.
18. Чиксентмихайи М. Поток. Психология оптимального переживания / пер. с англ. Москва : Альпина Паблишер, 2018. 461 с.
19. Functional neuroanatomy of meditation: A review and meta-analysis of 78 functional neuroimaging investigations / K.C.R. Fox, M.L. Dixon, S. Nijboer, M. Girn, J.L. Floman, M. Lifshitz and al. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. 2016. № 65. P. 208–228.
20. Loving-kindness Meditation vs Cognitive Processing therapy for posttraumatic stress disorder among veterans: a randomized clinical trial / D.J. Kearney, C.A. Malte, M. Storms, T.L. Simpson. *JAMA Netw Open*. 2021. № 4 (4). URL: <https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/article-abstract/2778572> (дата звернення: 17.12.2021).
21. Kreplin U., Farias M., Brazil I.A. The limited prosocial effects of meditation: A systematic review and meta-analysis. *Scientific reports*. 2018. № 8 (1). P. 1–10.
22. Noone C., Hogan M.J. A randomised active-controlled trial to examine the effects of an online mindfulness intervention on executive control, critical thinking and key thinking dispositions in a university student sample. *BMC psychology*. 2018. № 6 (1). P. 1–18.
23. Taylor H., Strauss C., Cavanagh K. Can a little bit of mindfulness do you good? A systematic review and meta-analyses of unguided mindfulness-based self-help interventions. *Clinical Psychology Review*. 2021. № 89. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0272735821001215> (дата звернення: 17.12.2021).
24. Mind the Hype: A Critical Evaluation and Prescriptive Agenda for Research on Mindfulness and Meditation / N.T. Van Dam, M.K. Vugt van, D.R. Vago, L. Schmalzl, C.D. Saron, A. Olendzki and al. *Perspectives on Psychological Science*. 2018. № 1 (13). P. 36–61.

## ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДИТИНИ З НЕПОВНОЇ СІМ'Ї

### PECULIARITIES OF THE EMOTIONAL STATE OF A CHILD FROM AN INCOMPLETE FAMILY

У статті розглядається емоційний стан дітей з неповних сімей, що є однією з актуальних проблем психології. Протягом багатьох років існує загальний консенсус, що неповні сім'ї перебувають у більш невигідному становищі порівняно з традиційними сім'ями. Фактори, пов'язані з гіршим результатом у неповних сім'ях, можуть бути складнішими, ніж здається. Ми визначили, що неповні сім'ї мають меншу стійкість до стресу. Одинокі батьківство створює додаткові економічні проблеми, посилюючи рівень стресу, що, можливо, спричиняє більше труднощів у стосунках між батьками та дітьми. Поширеність бідності в неповних сім'ях, за оцінками вчених, досягає 50% порівняно з приблизно 5% у повних сім'ях із двома батьками. Цей економічний недолік може також призвести до збільшення емоційних та поведінкових проблем у дітей.

Фактори, які підвищують імовірність того, що діти будуть проявляти тривогу з часом, включають подружні конфлікти, виховання в бідності одиноких батьків, батьківську депресію та вороже або гнівне батьківство. Неблагополучне сімейне походження та соціально-економічні негаразди вчені пов'язують із самогубствами серед молоді. Негаразди в дитинстві, включаючи розлучення та порушення батьківства, здається, викликають як короткострокові, так і довгострокові проблеми, різні дитячі розлади, а згодом і депресію в дорослому віці. Було виявлено, що матері-одиначки удвічі частіше походять із сімей, де батько мав проблеми з психічним здоров'ям. Дослідження також засвідчують потрійний ризик депресії та вживання психоактивних речовин у матерів-одиначок порівняно з заміжніми. Діти з неповних сімей понад удвічі частіше повідомляли про проблеми з інтерналізацією та понад утричі про проблеми, що виникають ззовні, порівняно з дітьми з сімей із двома батьками. Багато вчених підкреслює важливість раннього життєвого досвіду для визначення життєвих траєкторій.

Припускається, що діти, які живуть зі своєю матір'ю та вітчимою, мають гіршу адаптацію та вищий рівень проблем у поведінці порівняно з дітьми, які живуть тільки зі своєю матір'ю. Дослідження також показали, що проблеми адаптації у дітей із сімей, де вихованням займаються лише матері, можна порівняти з проблемами матері та непов'язаного з дитиною партнера чи вітчима. Ризик дещо зменшується, якщо в сім'ї є ще один дорослий – бабуся чи дідусь.

Порушення в структурі сім'ї можуть призвести до кількох несприятливих подій, які впливають на психічне здоров'я як дітей, так і їхніх батьків. Не всі порушення мають однакові наслідки. Більше емоційних і поведінкових проблем виникає в сім'ях, розірваних розлученням, порівняно з іншими типами розладів, зокрема і смертю одного з батьків. Виявлено певні характеристики у вихователів, а також у самих дітей, які є факторами ризику виникнення насильства. Юний вік, депресія, зловживання психоактивними речовинами, бідність та історія розлуки матерів із власними матерями в дитинстві є факторами ризику. Подібні фактори ризику також спостерігаються у чоловіків, які доглядають за дітьми, у яких вдома є непов'язаний з дитиною партнер, який діє як додатковий фактор ризику.

Деякі фактори ризику також були виявлені в самих дітей. Це такі фактори: низька вага при народженні, фізичні, розумові вади, агресія та гіперактивність. Батьки, які зазнали жорстокого поводження в дитинстві або домашнього насильства, також більш схильні до агресивних дій щодо власних дітей.

**Ключові слова:** діти, сім'я, емоційний стан, життєва ситуація, конфлікт, неповна сім'я, самооцінка.

The article appears as an emotional state of children of single-parent families is a separate issue of psychology. For many years, there has been a general consensus that single-parent families are at a disadvantage compared to more traditional families. Factors related to poor performance in single-parent families can be difficult, as it was obvious. It also stands out that single-parent families are less resilient to stress. Single parenting creates additional economic problems, increasing the level of stress, which may cause more difficulties in the relationship between parents and children. Poverty rates in single-parent families are estimated to be as high as 50%, from about 5% in single-parent families. This economic disadvantage can also lead to increased emotional and behavioral problems in children.

Factors that increase the likelihood that children will become anxious over time include marital conflict, upbringing in poverty, adolescents and single parents, parental depression, and hostile or angry parenting. Poor family background and socio-economic problems are also linked to suicide among young people. Childhood problems, including parental involvement and disruption, seem to cause both short-term and long-term problems, various childhood disorders, and adulthood depression and depression. Single mothers were found to be twice as likely to come from families where the father had mental health problems. Reports also report a three-fold risk of depression and substance use studies. Children in single-parent families are more likely to report problems with internal care and more likely to report problems with different appearances in children from three families with two parents. More and more research has the value of early life experience to determine life trajectories.

It is assumed that children who lived with their mother and stepfather had the worst adaptation and the highest level of behavioral problems with children who simply lived with their mothers. Research has also shown that the problems of adaptation in children with single mothers can be compared to the problems of the mother and unrelated partner or stepfather. The risk is somewhat reduced if there is another adult in the family, such as grandparents.

Disorders in the family structure can lead to several adverse events that affect both the mental health of children and their parents. Not all violations have such consequences. More emotional and behavioral problems in divorced families than in other types of disorders, such as the death of a parent. Certain characteristics have been identified in educators, as well as in children themselves, which are risk factors for the population. Young age, depression, substance abuse, poverty and separation of mothers from their own mothers in childhood are risk factors. Similar risk factors are observed in people who consider them, they have an unrelated partner at home who acts as an additional risk factor.

**Key words:** children, family, emotional state, life situation, conflict, single-parent family, self-esteem.

УДК 159.942  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.21>

**Хоржевська І.М.**

к. психол. н., доцент,  
доцент кафедри психології  
Чорноморський національний  
університет імені Петра Могили

**Погорелова А.Ю.**

здобувач другого рівня вищої освіти  
медичного факультету  
Чорноморський національний  
університет імені Петра Могили

Розбита сім'я може негативно вплинути на всі сфери розвитку дитини. Вплив розбитої сім'ї на розвиток дитини залежить від багатьох факторів, зокрема віку дитини на момент розлучення батьків, а також від особистості та сімейних стосунків. Хоча немовлята та діти раннього віку можуть відчувати незначні негативні наслідки для розвитку, старші діти та підлітки можуть відчувати певні проблеми у своєму соціальному, емоційному та освітньому функціонуванні.

Після розлучення або втрати діти віддошкільного до пізнього підліткового віку можуть відчувати дефіцит емоційного розвитку. Діти різного віку можуть здаватися плаксивими або пригніченими, що може тривати кілька років після розлучення батьків дитини. Крім того, деякі старші діти можуть проявляти дуже слабку емоційну реакцію на розлучення батьків. Це не може бути корисним для розвитку. Деякі діти, які демонструють слабку емоційну реакцію, насправді заглушують свої негативні почуття. Це емоційне придушення ускладнює роботу батькам, вчителям і терапевтам, щоб допомогти дитині обробляти свої почуття відповідним для розвитку способами [1].

Розлучення або втрата одного із батьків впливає на соціальні стосунки дітей кількома способами. Деякі діти відтворюють свої переживання через свою розбиту сім'ю, поводячи себе агресивно, що може негативно вплинути на стосунки з однолітками. Інші діти можуть відчувати занепокоєння, що може ускладнити позитивні соціальні взаємодії і заняття корисними для розвитку видами діяльності, такими як підлітковий спорт [2].

За своєю природою розлучення або втрата батька чи матері змінює не тільки структуру сім'ї, а й її динаміку. Через нові умови проживання дітям іноді доводиться виконувати більше роботи та брати на себе додаткові обов'язки в базовому функціонуванні нового домогосподарства. Крім того, у деяких неблагополучних сім'ях старші діти можуть брати на себе роль батьків під час спілкування з молодшими братами і сестрами через графік роботи батьків або їхню неможливість бути присутніми [3].

Серед методик роботи з дошкільнятами найпопулярнішим є малюнок сім'ї. На думку багатьох психологів, малюнок сім'ї – це високоінформативний засіб пізнання особистості

дитини, що відбиває сприйняття себе та інших членів сім'ї, почуття і переживання, ставлення до близьких дорослих [4].

Грунтуючись на цьому припущенні, ми зробили порівняльний аналіз дитячих малюнків на тему «Моя сім'я» в двох групах дітей віком 5–7 років, які живуть в повній і неповній сім'ї. Дослідження проводилося в дитячому садочку м. Миколаєва. У ньому взяло участь 49 дітей, з них 35 дітей виховувалося в повних сім'ях (20 хлопчиків і 15 дівчаток), а 14 – в неповних (6 хлопчиків і 9 дівчаток).

Перейдемо до опису результатів, отриманих під час аналізу дитячих малюнків сім'ї. Розглянемо перший параметр нашого аналізу – емоційні характеристики малюнка (табл. 1).

Порівняння малюнків дітей з повних і неповних сімей показує, що діти з повних сімей частіше зображують посмішку на обличчях персонажів, ніж діти з неповних (62,1 проти 51,9%). Цікаво, що на малюнках хлопчиків з неповних сімей посмішка трапляється рідше, ніж на малюнках дівчаток, в той час як у дітей з повних сімей спостерігається зворотна картина. Однак найбільш істотним є те, що хлопчики з повних сімей зображують посмішку значно частіше, ніж з неповних (70,2 проти 46,9%).

Наявність символів також залежить від повноти сім'ї: діти з повних сімей використовують їх в 41,3% випадків, а з неповних – у 31,6%. Причому хлопчики в обох вибірках використовують зображення, що прикрашають малюнок, значно рідше, ніж дівчатка. Найменше таких прикрас було у хлопчиків з неповних сімей. Тут спостерігається така ж тенденція, що і в попередньому випадку: хлопчики з повних сімей зображують символи значно частіше, ніж з неповних.

Ці дані можуть свідчити про те, що емоційний стан дитини пов'язаний з повнотою її сім'ї. Так, у дітей з неповних сімей показники, що свідчать про добрий емоційний стан, за винятком колірної гами малюнка, виражені менш яскраво, ніж у дітей з повних сімей. Що стосується колірної гами, то ця характеристика далеко не завжди пов'язана з емоційним станом дитини [5]. Вона може відобразити звичний спосіб малювання. Важливо відзначити, що результати дівчаток є набагато ближчими до результатів їх ровесниць з повних сімей, а показники хлопчиків істотно відрізняються від них. В цілому, порівнюючи відмін-

Таблиця 1

Показники емоційних характеристик малюнка «Я в своїй сім'ї», %

Показники емоційного тону	Повні родини			Неповні родини		
	всього	хлопчики	дівчатка	всього	хлопчики	дівчатка
перевага теплих тонів	29,6	24,7	34,1	35,4	34,4	35,4
наявність посмішки	62,1	70,2	54,0	51,9	46,9	56,3
наявність символів	41,3	35,0	47,2	31,6	24,0	35,6

ності в емоційних характеристиках малюнка, можна зробити висновок про те, що у хлопчиків з неповних сімей найрідше зустрічається позитивний емоційний настрій.

Розглянемо тепер особливості зображення членів сім'ї на малюнках дітей з повних і неповних сімей (табл. 2). Отримані дані свідчать про те, що на більшості малюнків найбільш значущим персонажем є, звісно, мати. Водночас її відсутність на дитячих малюнках сім'ї трапляється приблизно у 1/5 всіх дітей. Слід зазначити, що у дітей з неповних сімей частота зображення матері залежить від статі дитини: у хлопчиків її відсутність на малюнках трапляється значно частіше, ніж у дівчаток (28 і 12%). У повних сім'ях таких яскравих статевих відмінностей не зафіксовано.

Аналогічні дані були зафіксовані щодо показника порядку зображення фігури матері. Якщо дівчатка з неповних сімей майже в 40% випадків зображують її першою, то хлопчики – тільки в 28%. На малюнках дітей з повних сімей таких розбіжностей не було, показники порядку зображення матері хлопчиками і дівчатками були досить близькими.

Що стосується промальованості фігури матері, то в обох вибірках вона була значно кращою у дівчаток, ніж у хлопчиків. Однак у дітей з неповних сімей ця розбіжність була значнішою: якщо більшість дівчаток (56,3%) ретельно

і детально зобразила маму на малюнку, то хлопчики – лише в 12,5% випадків.

Розглянемо тепер, як ця картина відносин з близькими дорослими відбивається на уявленні дитини про себе, а також як на малюнку сім'ї проявляється в загальному сюжеті малюнка і в особливостях зображення «Я-фігура» (табл. 3).

Під час аналізу сюжетів малюнків сім'ї головна увага приділялася сімейному контексту (оточенню), в якому дитина зобразила себе.

Розглядаючи зображення «Я-фігури» на малюнках дітей з повних і неповних сімей, ми не виявили суттєвих відмінностей у величині «Я-фігури»: в обох вибірках діти намальовали себе приблизно одного розміру з іншими. Деякі відмінності спостерігалися в порядку зображення себе: діти з повних сімей трохи частіше малювали себе першими (як хлопчики, так і дівчатка), рідше – останніми.

Слід сказати про значно гіршу промальованість «Я-фігури» у дітей з неповних сімей. Найнижчі показники за цим параметром були у хлопчиків: тільки в 12% випадків була зафіксована гарна промальованість зображення себе, у 34% випадків – погана. У дівчаток – у 41 і 29% випадків.

Отримані результати свідчать про те, що образ себе у дітей з неповних сімей є більш схематичним. Дані дитячих малюнків свідчать

Таблиця 2

**Особливості зображення членів сім'ї у дітей з повних і неповних сімей, %**

Показники зображення членів родини	Повні сім'ї			Неповні сім'ї		
	всього	хлопчики	дівчатка	всього	хлопчики	дівчатка
мати						
відсутність	21,0	23,0	18,0	19,0	28,0	12,0
перша за рахунком фігура	25,0	21,0	29,0	35,0	28,1	39,5
якісна промальовка	36,2	23,7	50,0	39,2	12,5	56,3
батько						
відсутність	32,0	25,4	38,8	60,8	59,4	62,5
перша за рахунком фігура	21,1	21,2	21,6	11,4	15,6	8,3
якісна промальовка	29,0	24,0	34,5	12,0	3,1	20,8
бабуся та дідусь						
відсутність	87,3	85,2	89,4	68,4	84,8	56,3
перша за рахунком фігура	2,9	2,8	9,1	12,0	3,1	20,8
якісна промальовка	4,6	4,9	4,3	10,0	3,0	16,7

Таблиця 3

**Особливості зображення «Я-фігури» у дітей з повних і неповних сімей, %**

Характеристика малюнка	Повні родини			Неповні родини		
	всього	хлопчики	дівчатка	всього	хлопчики	дівчатка
я один (я одна)	16,2	14,0	9,4	16,7	25,5	8,1
я серед родичів	72,8	72,0	74,0	67,7	57,4	77,6
відсутність «Я-фігури»	15,0	14,0	16,6	15,6	17,1	14,3

про занижену самооцінку і негативне самовідчуття дитини з неповної сім'ї, особливо це стосується хлопчиків.

Отже, отримані результати можуть свідчать про суттєві відмінності в емоційному самовідчутті дітей, що ростуть в повних і неповних сім'ях. Причому ці відмінності залежать від статі дитини: якщо показники дівчаток з неповних сімей здебільшого є досить близькими до відповідних даних їх ровесниць з повних сімей, то показники хлопчиків в обох вибірках істотно відрізняються. Ці відмінності, на нашу думку, полягають в такому:

1) емоційний стан у хлопчиків з неповних сімей є нижчим, ніж у дівчаток, і пригнобленим;

2) ця група знаходиться в досить складній ситуації емоційної ізоляції: їх зв'язки з матір'ю і старшими членами сім'ї є менш тісними, ніж у дівчаток;

3) однофігурні композиції сім'ї та схематичне зображення себе свідчать про те, що хлопчики з неповних сімей значно частіше переживають почуття самотності і труднощі в спілкуванні в сім'ї, ніж дівчатка, а також їхні однолітки з повних сімей.

Ці дані досить переконливо свідчать про емоційний дискомфорт дітей чоловічої статі, які живуть з самотньою матір'ю.

Таким чином, порівняльний аналіз практично всіх показників малюнків дітей виявив одну і ту ж тенденцію, згідно з якою діти, які зростають у неповних сім'ях, мають менш сприятливу картину емоційно-особистісної сфери порівняно з їх однолітками з повних сімей. Зауважимо, що особливо вразливу групу становлять хлопчики, які живуть з самотньою матір'ю. Для них більше, ніж для дівчаток, характерні знижений емоційний тонус, труднощі в спілкуванні, почуття самотності і знехтування, негативне самовідчуття. З огляду на те, що ці особливості були виявлені в зображеннях сім'ї, їх можна вважати досить стійкими характеристиками, що відображають специфіку особистісного розвитку дітей.

Інтерпретація отриманих даних є досить складною. З одного боку, можна припустити, що у хлопчиків, які живуть в неповній сім'ї, відсутній об'єкт ідентифікації, в результаті чого у них спостерігаються проблеми зі ставною самоідентифікацією. Це призводить до зниження самовідчуття і загального психологічного дискомфорту. Однак, з іншого боку, отримані факти можуть бути наслідком спроб матері замінити дитині батька. Розуміючи, що дитині необхідний батько, одинока мати свідомо чи несвідомо прагне компенсувати дитині його відсутність і бере на себе чоловічі функції (суворість, вимогливість, жорсткі стратегії виховання) [6]. Через це

дитина позбавляється не тільки батька, але і матері – материнської любові, терпимості, теплоти тощо. Як відомо, саме ці риси материнського ставлення в ранньому віці є головною умовою формування впевненості дитини в собі, довіри до оточуючих і загального позитивного самовідчуття.

Природно, цей шлях розвитку не є обов'язковим і об'єктивно зумовленим. Однак отримані дані свідчать про те, що діти з неповних сімей складають особливу проблемну групу, яка потребує пильної уваги не тільки батьків, але й психологів і педагогів.

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

Ми розглянули специфіку емоцій і почуттів у дітей з неповних сімей. Такі діти мають підвищений рівень тривожності, невпевненість в собі, надмірну агресивність.

Дослідження рівня тривожності дошкільнят з неповних і повних сімей довело гіпотезу про те, що негативні емоції призводять до зростання агресивності, тривожності тощо. Негативні емоції впливають на всі сторони життя дитини, в тому числі і на спілкування з однолітками та дорослими. При цьому особистість дитини розвивається. Своєрідно розвивається і її емоційна сфера. Через це дуже важливо, спираючись на наявні збережені функції і можливості дитини з неповної сім'ї і знаючи специфіку, особливості, своєрідність її емоційної сфери, вміло проводити корекційну роботу для усунення або часткового усунення негативних емоцій. Це буде відігравати важливу роль у розвитку особистості дитини в цілому і у вирішенні актуального питання соціально-трудова адаптації такої дитини в майбутньому.

У результаті експериментального вивчення проявів тривожності в дошкільньому віці виявлено, що дошкільнята з неповних сімей характеризуються високим рівнем тривожності. Отже, висунута нами гіпотеза підтвердилася.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Бучинська Л.М. Сім'я: тисячі проблем виховання. Перм : Кн. Вид-во, 2008. 186 с.
2. Єршова Н.М. Виховання дітей у неповній сім'ї. Москва : Прогрес, 2015. 206 с.
3. Карелін А.А. Психологічні тести : в 2 т. Москва : ВЛАДОС, 2013. Т. 2. 248 с.; Кахута С.В. Організація і зміст роботи з надання соціальних послуг в центрі соціального обслуговування. *Працівник соціальної служби*. 2012. № 4. С. 11–12.
4. Коночук Н.В. Формування стилю вирішення життєвих труднощів в умовах неправильного виховання. *Психологічний журнал*. 2015. № 5. С. 16–32.
5. Федоренко Р.П. Психологія сім'ї : навчальний посібник. Луцьк : Вежа-Друк, 2015. 365 с.
6. Роговин М.С. Психологічне вивчення поведінки дітей і підлітків в проблемних сім'ях. *Працівник соціальної служби*. 2013. № 2. С. 41–47.



## ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ МАТЕРІ НА ЕМОЦІЙНЕ ЗДОРОВ'Я ДОШКІЛЬНИКА THE INFLUENCE OF MOTHER'S ANXIETY ON THE EMOTIONAL HEALTH OF A PRESCHOOLER

*У статті розглядається роль впливу тривожності матері на емоційне здоров'я та самопочуття дитини дошкільного віку. Викладено теоретичні основи дослідження – роботи вчених, які досліджували проблему взаємозв'язку відносин матері та дитини. Проведене автором опитування жінок та дітей дозволило зробити висновок про значний вплив тривожності матері на дитину, особливо в дошкільному віці. Основна увага приділяється емоційному стану дитини, її можливості справлятися зі стресом залежно від рівня тривожності матері. Участь молоді в суспільно-політичному житті України має принципове значення для розвитку країни не лише в далекому майбутньому, а й у найближчій перспективі. У дослідженні ми намагалися виокремити основні проблеми, що провокують розвиток тривожності у матерів. Ми розробили певні поради, що можуть допомогти матерям, які мають високу тривожність. Для досягнення цієї мети ми провели дослідження на базі інтернет-спілки у м. Миколаєві.*

*Молоді матері, які мають дітей-дошкільників, часто відчують тривогу за них. На думку зарубіжних дослідників, найбільше тривоги, нерішучості і переживань вони відчують після п'яти років після пологів. Молоді мами починають відчувати тривогу за свою дитину, у них виникає безліч питань про те, чи правильно розвивається малюк. Крім того, саме в цей період жінки мають певну відповідальність перед родиною та оточуючими. Жінка тепер не просто мати, вона – мати дитини дошкільного віку. У цей період формуються новоутворення, що змінюють особистість дитини. Дитина починає більше цікавитись зовнішнім середовищем, у неї виникає комплекс утворень «Я-сам». Це провокує занепокоєння матері та викликає певний рівень тривоги.*

*Багато в чому причинами формування тривожності в дитячому віці виступають певні особливості сімейного виховання в родині, а також індивідуальні особистісні особливості батьків дитини. У дорослої людини тривожність може бути не ситуативною, а постійною.*

**Ключові слова:** тривожність матері, тривожність, взаємовідносини батьків та дітей, рівень тривожності, тривожність

*дитини, методика на визначення тривожності, рівень тривожності у дитині.*

*The article examines the role of a mother's anxiety in her health and self-esteem of a child of a preschool age. The theoretical foundations of the presenter are robots who have been discussing the problem of interconnection between two mothers and children. Carried out by the author of the experience of women and the implementation of a methodology for children, allowing them to work with a significant infusion of anxiety from mother to a child, especially in a preschool child. The main respect is to come to the emotional camp of the child, the ability to cope with the stress and the anxiety of the mother. The participation of young people in the socio-political life of Ukraine is of fundamental importance for the country's development not only in the distant future, but also in the near future. In our study, we tried to identify the main problems that provoke the development of mother's anxiety and developed some tips that can help mothers who have a high anxiety. To achieve this goal, we conducted a study on the basis of the Internet Union in Mykolayiv.*

*Young mothers who have a preschooler often feel anxious about them. According to foreign researchers, most anxiety and indecision they experience after five years after birth. Young mothers begin to feel anxious about their child and they have many questions about how to properly develop them. In addition, women have a certain responsibility to their family and others in this period. A woman is no longer just a mother, she is a mother of a preschool child. During this period, features are formed that change the child's personality. Children begin to be more interested in the external environment, there is a complex of formations "I-myself". This provokes the mother's anxiety and, consequently, a certain level of anxiety.*

*In many respects the reasons for the formation of anxiety in childhood are certain features of family upbringing in the family, as well as individual personality traits of the child's parents. In adults, anxiety may not act as a situational form, but as a lasting personal education.*

**Key words:** the anxiety of mothers, the anxiety, the relationship between the two fathers and the children, the level of anxiety, the anxiety of the child, the method for determining the anxiety, the level of anxiety in children.

УДК 159.942

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.22>

**Хоржевська І.М.**

к. психол. н., доцент,  
доцент кафедри психології  
Чорноморський національний  
університет імені Петра Могили

**Пушкаревська Н.О.**

здобувач другого рівня вищої освіти  
медичного факультету  
Чорноморський національний  
університет імені Петра Могили

**Постановка проблеми.** Сучасні дослідники зазначають, що у зв'язку зі швидким темпом та ритмом життя нове дитяче покоління відрізняється занепокоєнням, невпевненістю, емоційними перепадами, загальною тривогою. А.М. Парафіян описала особливості тривожності в дитячому віці як стійкого особистісного утворення, яке зберігається протягом тривалого часу, має спонукальну силу та стійкі форми реалізації у поведінці [3, с. 31–45].

Особистісна тривога в цілому дезорганізує діяльність людини. Метою людини стає виживання в умовах потенційної небезпеки.

В цілому особистісна тривога характеризує пригнічений психологічний стан особи. Таким чином, у батьків з високим рівнем особистісної тривоги сімейна обстановка характеризується як ситуація підвищеної небезпеки, а дитина сприймає батьківське відчуття світу.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Дослідженням проблеми тривожності під час раннього материнства займалися такі вчені: О.В. Баженова, В.І. Брутман, М.Г. Панкратова, М.С. Родіонова. Роботи учених були проаналізовані.

**Постановка завдання.** Метою статті є аналіз літератури на тему взаємовідносин матері та дитини, вивчення тривожності жінок під час материнства, порівняння рівня тривожності в жінок різних вікових груп, порівняння рівня тривожності дітей.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У контексті сучасної психотерапії вважається, що тривожність – це особистісна риса, що виявляється у легкому і частому виникненні станів тривоги [8, с. 56]. Тривожність виникає за сприятливих властивостей нервової та ендокринної систем, але формується вона через порушення форм міжособистісного спілкування, зокрема, між батьками та дітьми. А. Адлер вважає, що тривога – це схильність людини до компенсації страху [4, с. 118]. Це певний емоційний стан. Під час тривоги людина відчуває напруження, занепокоєння, у неї з'являються похмурі передчуття. Такий стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію і може бути різним за інтенсивністю та динамічним у часі.

Кожна людина має свій оптимальний (бажаний) рівень тривожності. Існує категорія людей, тривожність яких є дуже високою, що становить реальну загрозу для самооцінки та навіть життєдіяльності.

Певний рівень тривожності в людини є нормальним. Тривога необхідна, щоб людина могла оцінити рівень реальної небезпеки, вона допомагає адекватно реагувати на події. Якщо батько зовсім не турбується, це свідчить про якісь проблеми у сім'ї.

Буває патологічна тривожність. Вона виникає на основі внутрішніх фізіологічних процесів в організмі. Така тривожність ніяк не пов'язана з реальним життям та не приносить жодної користі людині. Тривожність розглядається як один з основних параметрів індивідуальних відмінностей. Як правило, вона підвищується під час нервово-психічних і хронічних соматичних захворювань, а також у здорових людей, які переживають наслідки психічної травми, у осіб з поведінковими відхиленнями. Тривожність у структурі інтегральної індивідуальності належить до рівня властивостей особистості й сприймається як очікування неблагополучного результату щодо нейтральних ситуацій, які не містять реальної загрози (В.Р. Кисловська, 1971) [6, с. 417]. Особистісна тривожність – це відносно стійка індивідуальна характеристика людини, що дає уявлення про її схильність: а) сприймати досить широке коло ситуацій як загрозливих для її самооцінки, самоповаги та престижу; б) реагувати на ці ситуації проявом стану тривоги (Ч. Спілбергер, 1966, 1972; Ю.Л. Ханін, 1978) [1, с. 98]. Особистість із вираженими рисами тривожності, як зазначає Ч.Д. Спілбергер, схильна сприймати навколишній світ як загрозливий і небезпечний значно більшою мірою, ніж особистість з низь-

ким рівнем тривожності. На думку Л.М. Собчик (1990), показники тривожності достовірно пов'язані з мотивацією уникнення.

Як суб'єктивний прояв неблагополуччя особистості тривожність перебуває у центрі уваги психіатрів, психотерапевтів, клінічних психологів. Деякі автори тривожність сприймають як складний конструкт, до якого входить поруч із традиційно зумовленими тривогою і страхом ще й невротизм, тобто зниження адаптивних можливостей і готовність до формування невротичних хворобливих розладів (Ю.А. Олександрівський, 1992) [5, с. 104–113].

За ознакою переважання в структурі особистості тривожності вчені виділяють особливий тип особистості – психастенічний, або тривожно-недовірливий. Особистість з вираженими рисами тривожності схильна сприймати світ довкола себе як загрозливий та небезпечний, а також демонструвати у поведінці риси неврівноваженості, емоційної нестійкості. В осіб тривожного (психастенічного) типу в дитинстві, як правило, виявлялися такі риси: певна боязкість і полохливість, моторна незручність, схильність до міркування, а також «занадто інтелектуальні» інтереси. У підлітковому віці ситуація загострювалася. Головними психологічними особливостями тривожних особистостей є такі: нерішучість, невпевненість, схильність до сумнівів і коливань, тенденція до нескінченних міркувань, а також тривожна недовірливість у вигляді різних побоювань за майбутнє (своє і своїх близьких), любов до самоаналізу, дій, ритуалів, уявлень, думок. Побоювання таких людей стосуються можливого чи малоімовірного майбутнього: як би не трапилося чогось жахливого та непоправного з ними самими або з тими людьми, до яких вони виявляють надзвичайно сильну прихильність. Негаразди, що вже трапилися, лякають їх набагато менше. Хлопчикам особливо властива стала тривога за матір: як би вона не захворіла, не потрапила під транспорт тощо. Психологічним захистом від постійної тривоги за майбутнє стають придумані прикмети та ритуали (наприклад, виходячи з дому, переступати поріг лише лівою ногою, на контрольні в школі одягати ту саму «щасливу» сорочку тощо). Іншими формами захисту є педантизм і формалізм, які живляться думкою, що якщо усе заздалегідь передбачити і не ухилятися від наміченого плану, то нічого поганого не трапиться.

Між нормальним та патологічним рівнем тривожності є прикордонні стани, коли мати обмежує дитину більше, ніж того вимагає ситуація. Часто ці обмеження є неадекватними щодо ситуації або віку дитини (наприклад, 15-річному підлітку не дозволяють самому проїхати дві зупинки на метро до друзів). Батьки пояснюють ці обмеження турботою, але дитина відчуває, що вимоги не відповідають реальності, і сприймає їх як тиск.

У парі «батьки – дитина» часто виникає підвищена тривожність. На рівень тривожності впливають такі чинники:

- ситуація у сім'ї під час вагітності. Якщо в цей час сталися якісь події, що спричинили виникнення стресу, тривожність зростає;
- перебіг вагітності та пологів. Зокрема, важкі пологи підвищують тривожність матері, а їх наслідки можуть позначатися її відносинах з дитиною протягом багатьох років.

Ми виявили декілька критеріїв дитячої тривожності:

- дитина не може довго працювати, не втомлюючись;
- їй важко зосередитися на чомусь;
- будь-яке заняття викликає зайве занепокоєння;
- під час виконання завдання дитина дуже напружена, скована;
- соромиться частіше за інших;
- часто говорить про напружені ситуації;
- червоніє в незнайомій обстановці;
- скаржиться, що їй сняться страшні сни;
- руки в неї зазвичай холодні та вологі;
- у дитини нерідко буває розлад травлення;
- сильно потіє, коли хвилюється;
- дитина не має гарного апетиту;
- спить неспокійно, засинає насилу.

Як ми вже казали, стаття спрямована на визначення взаємозв'язку тривожного материнства з рівнем тривоги у дитини дошкільного віку. Материнство – це спрямованість на дитину, уміння інтуїтивно відчувати, чого саме малюк хоче.

Психологія материнства – одна з найскладніших галузей сучасної психологічної науки. Актуальність її вивчення продиктована протиріччям між гостротою демографічних проблем, пов'язаних зі зменшенням народжуваності, великою кількістю сімей, що розпадаються, лавиноподібним збільшенням кількості дітей-сиріт, що мають живих батьків, зростанням кількості випадків жорстокого поводження з дітьми, і нерозробленістю програм соціальної та психологічної допомоги сім'ям.

Важливість материнської поведінки для розвитку дитини, її складна структура та шлях розвитку, множинність культурних та індивідуальних варіантів, а також величезна кількість сучасних досліджень у цій галузі дозволяють говорити про материнство як самостійну реальність, яка потребує розробки цілісного наукового підходу для дослідження. У психологічній літературі (переважно зарубіжній) багато уваги приділяється біологічним основам материнства, а також умовам і чинникам індивідуального розвитку людини.

Однією з найважливіших особливостей материнської любові є прихильність матері до дитини. Підтвердження важливості стійкого прояву прихильності можна знайти у багатьох

джерелах. У роботах J. Bowlby, D.N. Stern показується значення фактора стійкої прихильності для здоров'я та благополуччя дитини, наводяться результати досліджень, у яких вивчався взаємозв'язок між характером материнсько-дитячої прихильності та якістю адаптації дитини до соціуму. Вчені доводять, що сформоване почуття прихильності до матері полегшує адаптацію дитини і допомагає їй сформувати почуття впевненості та компетентності. Тривожні матері неадекватно виявляють прихильність до своєї дитини, причому своєрідність цього прояву прихильності залежить від особливостей емоційного профілю в кожному конкретному випадку.

Необхідно відстежити вплив тривожності матері на емоційну сферу дошкільника. Для цього ми провели опитування серед 30 матерів дошкільнят. Спочатку нам потрібно було дізнатися рівень тривожності матерів. Ми використали «Методику дослідження тривожності» Спілберга – Ханіна.

Таблиця 1

**Результати дослідження за методикою Спілберга – Ханіна**

Рівень тривожності	Кількість
низький	15%
високий	50%
середній	35%

У більшості матерів присутній високий рівень тривожності, трохи меншу тривожність має приблизно третина респонденток, а низьким рівнем тривожності володіють 15% опитаних.

Для діагностики рівня тривоги у дітей дошкільного віку була використана методика тестування Темпл – Амен – Доркі. Суть методики полягає в тому, що дитина повинна охарактеризувати емоційні реакції людей в ситуаціях, що запропоновані автором. Чим більше позитивних відповідей, тим меншим є рівень тривожності у дитини. Результати дослідження викладені в табл. 2.

Таблиця 2

**Результати дослідження за методикою тестування Темпл – Амен – Доркі**

Рівень тривожності дитини	Діти батьків з низькою тривожністю	Діти батьків з середньою тривожністю	Діти батьків з високою тривожністю
низький	80%	7%	3%
середній	30%	30%	40%
високий	14%	15%	71%

Проведене дослідження показало такі результати:

- у дітей тривожних матерів високий рівень тривожності (71% опитуваних);

– діти, що мають середній рівень тривожності, мають батьків з середнім рівнем тривожності (30%);

– матері, що мають низький рівень тривожності, виховують дітей з меншим рівнем тривожності.

Підвищена тривога часто трапляється у жінок, які пережили смерть своїх дітей або (рідше) інших близьких родичів. Серед наших респонденток ми знайшли 1 жінку, що пережила втрату дитини, та 5 жінок, що стикалися з цим. Усі вони мають високий рівень тривожності. Зайву тривогу відчувають матері, у яких були дуже важкі пологи, а також ті, життя дитини яких в перші місяці було в небезпеці. Якщо батьки мали підвищену тривожність щодо своєї дочки, то, ймовірно, дочка буде надто тривожною щодо своїх дітей. Це не єдині, але найчастіші причини виникнення невротичної тривоги у матерів. Однак важливо, щоб кожна мама усвідомлювала, що своєю поведінкою вона може серйозно нашкодити дитині. У складних випадках тривожні матусі потребують допомоги фахівців-психологів.

Тривога матері часто є причиною формування тривожності у дитини. При цьому мати намагається захистити дитину від труднощів та життєвих неприємностей, вберегти її від уявних небезпек. Як наслідок, дитина відчуває занепокоєння, коли залишається без матері. Замість активності та самостійності у дитини розвиваються пасивність та залежність.

У заключній частині дослідження ми дійшли висновків, що дитина сильно реагує на зміни настрою своїх батьків. Дуже часто дитина «зчитує» тривожність батьків, навіть коли вони її не помічають. Дитина стає надмірно відповідальною, наприклад, дуже турбується за свої результати у школі, сидить допізна за уроками, відмовляється гуляти з друзями. Тривожні діти погано реагують на зміни в житті, надто переживають через помилки або неправильні дії.

Іноді, щоб не турбувати тривожних батьків, діти поведуться дуже добре, демонструють удома лише свої позитивні якості. Таке придушення негативних проявів може вилитися в раптові спалахи агресії чи непослуху.

Батькам важливо чуйно реагувати на дитину, бути в контакті з нею, а тривожним батькам це робити важче. На будь-яку ситуацію вони реагують власними переживаннями, а дитина залишається без батьківської підтримки. Дуже часто діти тривожних батьків нічим із ними не діляться, щоб не засмутити чи щоб не викликати нових обмежень. При цьому дитина залишається віч-на-віч зі своїми проблемами. Це провокує затримку адекватного психічного розвитку та формування проблем емоційного спектру (алекситимія, підвищена тривожність).

### Висновки з проведеного дослідження.

На підставі отриманих даних ми дійшли висновку, що високий рівень тривожності у матерів призводить до реалізації тенденції до емоційного дистанціювання, розладів емоційного спектру тощо. Певний рівень тривожності – природна та обов'язкова особливість активної діяльності особистості. Кожна мати має свій оптимальний (бажаний) рівень тривожності – так звану корисну тривожність. Існує категорія матерів, тривожність яких є дуже високою. Така тривожність становить реальну загрозу для самооцінки і навіть життєдіяльності.

Надано практичні рекомендації психологам щодо індивідуальної підтримуючої та сімейної психотерапії:

1) необхідно встановлювати та розвивати психологічний контакт з матір'ю дошкільника шляхом зниження емоційної напруги (визнання права батьків на помилку, на негативні почуття, повага до поглядів батьків, уникнення засуджувального тону в питаннях), яка є джерелом опору психологічній роботі;

2) потрібно формувати вміння розпізнавати виникнення та посилення нервово-психічної напруги, попереджати експлозивні реакції. Психолог має навчитися адекватним способам емоційної розрядки для гармонізації внутрішнього стану пацієнтів;

3) необхідно стимулювати позитивне самосприйняття та позитивну самооцінку, самоприйняття. Психолог має формувати у пацієнтів адекватний (досяжний) образ «Я-ідеального» шляхом постановки реалістичних цілей саморозвитку та самовдосконалення.

### ЛІТЕРАТУРА:

1. Абакумова І.В. Навчання та зміст: сенсоутворення в навчальному процесі. *Психолого-дидактичний підхід*. Ростов : Зростання, 2003. 480 с.
2. Абакумова І.В., Єрмаков П.Н. Смысловая дидактика. *Гуманізація освіти*. 2008. № 3. С. 9–18.
3. Абульханова К.А. Идеальность та реальность субъекта. *Суб'єкт та особистість у психології саморегуляції* / за ред. В.І. Моросанової. Москва – Ставрополь : Психологічний інститут РАВ ; СевКавГУ, 2007. С. 31–45.
4. Абульханова К.А. Психология та свідомість особистості (проблеми методології, теорії та дослідження реальної особистості): вибрані психологічні праці. Москва – Воронеж : НВО «МОДЕК», 1999. 224 с.
5. Бороздіна Л.В., Залученова Є.А. Збільшення індексу тривожності при розбіжності рівнів самооцінки та домагань. *Питання психології*. 1993. № 1. С. 104–113.
6. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Психодіагностика. Москва : Наук. думка, 2009. 528 с.
7. Вегнер А.Л. Виявлення та корекція несприятливих варіантів розвитку особистості дітей та підлітків. Москва, 2000. 125 с.
8. Захаров О.І. Як подолати страх у дітей. Москва : Просвіта, 1986. 109 с.

## ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПРОГРАМИ ТРЕНІНГУ КАР'ЄРНОГО РОЗВИТКУ ДЛЯ МОЛОДИХ ЖІНОК

### THEORETICAL JUSTIFICATION OF CAREER DEVELOPMENT TRAINING PROGRAM

Значення кар'єри в житті жінки безпосередньо залежить від її характеру й темпераменту, фінансових можливостей, стратегічних цілей і задоволеності міжособистісними стосунками. У процесі кар'єрного розвитку жінки намагаються втілювати особистісні інтереси, а їхні кар'єрні вибори перетинаються з великою кількістю внутрішніх і зовнішніх перешкод. Сімейне щастя й кар'єра – це різні форми реалізації особистісного потенціалу жінки, які повною мірою можуть співіснувати одна з одною. Однак більшість українських жінок і дотепер залишаються заручницями шкідливих стереотипів патріархальної свідомості. Саме тому багато молодих жінок, які мають сім'ю й намагаються будувати кар'єру, відчувають перевантаження, пов'язане з необхідністю виконання водночас сімейних і професійних ролей. Така ситуація може призводити до виникнення в жінки рольового конфлікту, що може не лише стати причиною психологічного дискомфорту, а й мати більш важкі наслідки у вигляді психосоматичних захворювань, невротичних станів і розладів особистості, зниження продуктивності діяльності й задоволеності стосунками, зростання конфліктності в спілкуванні.

Наукового обґрунтування феномена «жіноча кар'єра» в нашій країні ще немає. Тому в суспільстві існує суперечливе ставлення до кар'єро-орієнтованої молоді жінки: її розглядають не як узірця для наслідування, а, скоріше, як «аномальну особистість», котра або сублимує травматичний досвід невдалих партнерських стосунків, або позбавлена фемінних рис, що є девіацією з точки зору гендерно-рольових теорій соціально-прийнятної поведінки й унеможливорює успішне сімейне життя та щасливе материнство як такі.

В умовах сучасного менеджменту персоналу й реальної дієвості організацій необхідна системна кар'єра. Однак на підприємствах і в державних установах так звана «підсистема управління кар'єрою», як правило, відсутня. Немає відповідної методичної бази й загальноприйнятих, усталених алгоритмів кар'єрного розвитку особистості, тим більше якщо мова йде про статево-рольову (гендерну) специфіку в роботі з персоналом. Це протиріччя й зумовило необхідність у теоретичному обґрунтуванні Програми тренінгу кар'єрного розвитку для молодих жінок.

**Ключові слова:** кар'єра, кар'єрний менеджмент, професійний розвиток, програма тренінгу, жінка молодого віку.

Career's value in the life of a woman directly depends on the nature and temperament, financial capabilities, strategic goals and satisfaction with interpersonal relations. In the process of developing a career, women are trying to embody personal interests, and their career elections intersect with a large number of internal and external obstacles. Family happiness and careers are different forms of realization of the personal potential of women who may well coexist with each other. However, most Ukrainian women are still hostages of harmful stereotypes of patriarchal consciousness. That is why many young women who have a family are trying to build a career, can feel overload related to the need to simultaneously perform family and professional roles. This situation leads to a role conflict in a woman, which can be not only the cause of psychological discomfort, but also have more serious consequences in the form of psychosomatic diseases, neurotic states and personality disorders, reducing labor productivity and satisfaction with relationships, provoking conflict in communication.

The scientific substantiation of the phenomenon of the "female career" in our country is not yet. Therefore, there is a contradictory attitude towards a career-oriented young woman: it is considered not a model for imitation, but rather an "abnormal personality", which or sublimates the traumatic experience of unsuccessful partnerships, or deprived of femininity, which is a deviation from the point of view of gender-role theories socially acceptable behavior and makes it unsuitable for successful family life and happy motherhood as such.

In modern personnel management and real validity of organizations require a systematic career. However, in enterprises and in government agencies, the so-called «career development subsystem» is usually absent. There is no appropriate methodological base and generally accepted, established algorithms for the development of career employee. Moreover, if we are talking about gender specifics in working with personnel. This is a contradiction and necessitated the theoretical substantiation of the career development program for young women.

**Key words:** career, career management, professional development, training program, young woman.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.23>

Чаркіна О.А.

к.пед.н.,

доцент кафедри практичної психології  
Криворізький державний педагогічний  
університет

**Постановка проблеми.** У зв'язку з розширенням і прискоренням процесів глобалізації та урбанізації, з поглибленням розподілу праці кар'єра стає однією з основних соціально й індивідуально значущих форм трудової поведінки особистості. Знання про те, що таке кар'єра, які є види й моделі кар'єри, як управляти кар'єрою, а також вивчення власних здібностей, слабких і сильних сторін допома-

гають людині обирати роботу в перспективній організації, що дає можливості для професійного зростання й підвищення рівня та якості життя, а свідомий кар'єрний самоменеджмент дає змогу отримувати більше задоволення від роботи, чіткіше уявляти власні кар'єрні перспективи, планувати інші аспекти життя, цілеспрямовано готуватися до подальшої професійної діяльності, безперервно підвищувати

свою конкурентоспроможність з урахуванням національного й регіонального компонентів, можливостей трудової мобільності та кон'юнктури світових ринків праці.

Трансформація ролі жінки в сучасному українському суспільстві відбувається досить повільно і специфічно. На відміну від країн, де зміни становища жінки в соціумі є асимільованими до низки супутніх соціальних перебудов, в українському суспільстві можна говорити лише про певні тенденції до змін. Ці нові тенденції зазнають суттєвого утиску з боку загальноприйнятої ідеї щодо традиційної ролі жінки. Говорячи про суспільство як організм, можна стверджувати, що воно тяжіє до збереження гомеостазу, тоді як імовірні зміни ролі жінки є власне тією небезпекою, яка може призвести до втрати усталеної цілісної соціальної та культурної структури. Механізмом збереження гомеостазу є соціальні стереотипи, які, відіграючи позитивну роль на певному етапі розвитку людства, загалом блокують утілення інновацій, а світоглядна інертність і ригідність сприяють відторгненню нових ідей. Проте гендерні зміни в соціальному контексті є незворотними, а тому продовжують впливати на жінок, що зумовлює певний психологічний дисонанс і труднощі в переході жінки до ролі активного учасника соціального життя. По-перше, ці труднощі зумовлені тим, що жінка набуває нових ролей, до того їй не властивих. По-друге, освоєння нових ролей відбувається в умовах постійного зовнішнього тиску, що ускладнює адаптацію жінки до мінливих умов сьогодення.

Однак дедалі більше сучасних жінок обирають як життєвий пріоритет вдале просування службовими сходами або організацію та управління власним бізнесом. Жінка, яка працює, не тільки фінансово незалежна й упевнена в завтрашньому дні, а й почувається успішною і затребуваною, відчуває моральне задоволення, займаючись улюбленою справою.

Отже, сучасні жінки зацікавлені у власному просуванні кар'єрними сходами, орієнтовані на успіх і підвищення власного професійного й соціального статусу.

Актуальність теми зростає також у зв'язку з тим, що в жорстких умовах конкурентної боротьби на ринку праці за найбільш «вигідні» робочі місця досягнення жінкою амбітних кар'єрних цілей неможливе без вчасно розробленого стратегічного плану, що є особливо важливим на початковому етапі пошуку «ринкової ніші» для застосування власних професійних здібностей, тобто в молодому віці, коли все ще попереду.

**Аналіз попередніх досліджень.** Історично професійну кар'єру почали вивчати представники Чиказької школи соціології

професій Е. Х'юза в 1920-х роках. Розробки в галузі менеджменту людських ресурсів (А. Файоль, Е. Мейо, А. Маслоу, Д. Мак-Грегор та ін.), ідеї М. Арчер, Б. Бернстайна, П. Бурд'є, Е. Гідденса, Дж. Коулмана, Д. Макклелланда, Р. Тернера, Я. Щепанського та ін. дали змогу поставити трудову кар'єру у фокус соціально-психологічних досліджень у першій половині минулого століття [10; 12].

Як самостійний предмет вітчизняних наукових розвідок професійна кар'єра вивчалася в працях соціологів (В. Бакіров, О. Здравомислов, Є. Подольська, М. Титма й ін.) і психологів (К. Абульханова-Славська, Т. Бортникова, А. Кибанов, В. Дружинін, В. Шадриков, О. Бодальов, Р. Кричевський, І. Ладанов, А. Маркова й ін.) [10; 11; 14].

Окремі складники професійного становлення й кар'єрного розвитку особистості досліджували В. Анурін, В. Соболев (формування потреб, мотивів, стимулів до праці); В. Полторак, І. Попова, В. Ядов (причини невдоволеності працею); Е. Афонін, Є. Головаха, В. Руценко (роль кар'єри в процесі життєтворчості особистості); А. Андрющенко, В. Пилипенко (соціальна регуляція трудової поведінки); А. Вишняк, О. Куценко (відновлення структури трудової зайнятості); О. Мельник, О. Морін (кар'єра як ціннісний пріоритет особистості); Г. Міллер, Е. Морзе, Г. Голден, Р. Кац, Е. Шейн (кар'єрні цілі, орієнтації й переваги); Дж.М. Іванцевич, А. Лобанов (контекстуально-ситуативний підхід до визначення змісту поняття «кар'єра»); Д. Сьюпер, Є. Могільовкін (процесуально-динамічні характеристики кар'єри, етапи кар'єрного просування) та ін. [1; 3; 5; 6; 11; 12; 16; 17].

Поки що поза увагою українських учених залишаються питання розробки понятійного апарату й концептуальних підходів до вивчення жіночої кар'єри, особливостей вітчизняного соціокультурного контексту вибудовування професійної кар'єри в умовах теперішніх реалій та обставин життя, суттєво змінених порівняно з попередніми (допандемічними).

**Метою статті** є теоретичне обґрунтування Програми тренінгу кар'єрного розвитку для жінок молодого віку.

**Основний зміст дослідження.** Кар'єра – це один із показників індивідуального професійного життя людини. Слово «кар'єра» (франц. *carriere*) означає успішне просування в галузі суспільної, службової, наукової та інших видах діяльності, роді занять, професії [16].

До дослідження явища професійної кар'єри вітчизняні науковці почали звертатися не так давно з метою теоретичного узагальнення і створення цілісної концепції кар'єри, що прослідковується в працях М. Лукашевича, С. Оксамитної, В. Пилипенко. Питання щодо можливостей розвитку

кар'єрних ліній у конкурентних умовах сучасного ринку праці розглядаються в монографіях Н. Аїтова, В. Добренєвкова, В. Карпичова, М. Мокляка, Ю. Чернецького, С. Шаронової; у статтях В. Колпакова, В. Оглобіна, Л. Осилєнєкера та ін. [1].

Авторами сучасних підручників і навчальних посібників з управління персоналом кар'єра визначається насамперед як «індивідуально усвідомлені позиція й поведінка, пов'язані з трудовим досвідом і діяльністю протягом робочого життя людини, що не означає іншого успіху або невдачі, окрім як у власному судженні індивіда» [3, с. 216].

Одні дослідники вважають, що кар'єра – це шлях до успіху, спосіб досягнення високого соціального статусу. Інші – що це професійний егоїзм, нехтування принципами моралі, прагнення до задоволення особистих корисливих потреб на шкоду інтересам спільної справи.

На нашу думку, кар'єра – це результат свідомих позицій і поведінки людини в галузі трудової діяльності, пов'язаний із посадовим або професійним зростанням.

У сучасній психологічній науці сформувався декілька підходів до дослідження кар'єри. У межах *особистісного підходу* готовність до кар'єрного зростання розглядають у контексті життєвої стратегії особистості (К. Абульханова-Славська, Т. Бортникова, А. Кибанов) [7].

Представники *акмеологічного підходу* (О. Бодальов, Р. Кричевський, І. Ладанов, А. Маркова) вважають кар'єрний розвиток одним із варіантів саморозвитку особистості [9; 10; 11].

*Системогенетичний підхід* (В. Дружинін, Н. Пряжніков, В. Шадріков) апелює в розумінні кар'єри до засадничих основ теорії систем [13].

Дослідники Дж. М. Іванцевич та А. Лобанов застосовують поняття кар'єри не тільки до професійної діяльності, а й до інших життєвих ситуацій, вважаючи, що «можна говорити про кар'єру домогосподарок, матерів, тимчасових і сезонних робітників», оскільки вони «теж просуваються вперед у тому розумінні, що їхні таланти зростають разом із набуттям досвіду та відповідальності» [6, с. 217]. З одного боку, це дає змогу значно розширити межі досліджень із проблем кар'єри, з іншого – відбувається суттєве розмивання терміна «кар'єра» як наукового поняття

Широке тлумачення кар'єри розглядає її як усю динаміку трудового життя й пов'язаного з ним соціального статусу особистості; як загальну схему життя, що містить не тільки просування, а й усі інші важливі зміни життєвого шляху, у яких відображені ціннісні пріоритети особистості (О. Мельник, О. Морін) [12].

Більш лаконічне визначення подає С. Шекшня в роботах із кадрового менедж-

менту, де термін «кар'єра» розглядається як «послідовність посад, займаних співробітником в одній організації» [18, с. 149].

Цей же автор уводить термін «професійна кар'єра», розуміючи під ним також «послідовність посад», тільки вже в межах усього професійного життя людини.

Найбільш сучасне визначення кар'єри з позицій акмеологічного підходу пропонує Є. Могільовкін: «Кар'єрне просування – процес реалізації себе, своїх можливостей в умовах професійної діяльності, досягнення особистістю акме» [11, с. 134].

Отже, кар'єрне просування – це специфічний вид акмеологічної внутрішньоособистісної діяльності (умовно названої «кар'єрною діяльністю»), що є перетворюючою й охоплює багато особистісних структур. Предметом цієї кар'єрної діяльності є особистісно-професійний розвиток, саморозвиток і самовдосконалення працівника в його поступальному кар'єрному русі.

Д. Сьюпер виділив чотири типи кар'єри, які залежать від особливостей особистості, способу життя, відносин і цінностей людини. Підставою для цієї класифікації є показник стабільності кар'єри:

1. Стабільна кар'єра – характеризується просуванням, навчанням, тренуванням у природно-постійній професійній діяльності.

2. Звичайна кар'єра – найпоширеніша – співпадає з нормативними стадіями життєвого шляху людини, включаючи кризи.

3. Нестабільна кар'єра – характеризується двома або декількома спробами, причому зміна професійної діяльності відбувається після певного періоду стабільної роботи в попередній професійній сфері.

4. Кар'єра з множинними пробами – зміна професійних орієнтацій відбувається протягом усього життя [10; 12].

При характеристиці типу кар'єри береться до уваги як послідовність, частота і тривалість обраної професійної діяльності, так і досягнутий рівень професійної майстерності.

Цікавий підхід до проблеми стадій кар'єри зустрічається в роботах С. Паркінсона. Запропонована ним шкала починається з числового позначення віку (Г), у якому конкретна особистість вступає на свій професійний шлях після завершення професійного навчання. Кожна подальша «пора» визначається значенням попередньої з додаванням відповідного чисельного коефіцієнту: 1) пора готовності (Г); 2) пора розсудливості (Б)=Г+3; 3) пора висунення (В)=Б+7; 4) пора відповідальності (О)=В+5; 5) пора авторитету (А)=О+3; 6) пора досягнень (Д)=А+7; 7) пора нагород (Н)=Д+9; 8) пора важливості (ВВ)=Н+6; 9) пора мудрості (М)= ВВ+3; 10) пора глухого кута (Т)= М+7.

Послідовність стадій кар'єри визначається наявністю або відсутністю в ній «плато». С. Паркінсон уважає, що працівник, який зазнає утиску, не просувається службовими сходами й, замість указаних фаз 6–10, проходить інші фази, а саме: 6) пору краху (K)=A+7; 7) пору заздрості (З)=K+9; 8) пору покірності (С)=З+4. Таким чином, організаційне плато може переходити в особистісне [10, с. 98].

Поняття вдалої кар'єри пов'язується передусім з успішним професійним самовизначенням. Однією з найпопулярніших зарубіжних теорій професійного самовизначення є запропонована Д. Сьюпером концепція з дев'яти основних положень. Одне з них свідчить: задоволеність роботою (а багато в чому й життям у цілому) залежить від того, чи знаходить людина адекватні можливості для реалізації своїх здібностей, інтересів і властивостей особистості в професійній ситуації, що значною мірою визначається можливістю грати відповідну конкретній стадії професійного розвитку роль. У цій теорії стверджується, що найважливішою цінністю професійного шляху людини є її уявлення про власну особистість – так звана «професійна Я-концепція», яку кожен суб'єкт утілює в реальному житті через серію послідовних або спонтанних кар'єрних рішень [10].

Критеріями успішної кар'єри, на думку А. Турчинова, є задоволеність життєвою ситуацією (суб'єктивний критерій) і соціальний успіх (об'єктивний критерій). Тобто об'єктивна, зовнішня сторона кар'єри – це послідовність займаних індивідом професійних позицій, а суб'єктивна, внутрішня сторона – це те, як людина сприймає свою кар'єру, яким є спосіб професійного життя й визначення власної ролі в ньому [14, с. 195].

Професійна кар'єра є передумовою для формування посадової кар'єри. Посадова кар'єра відображає зміни посадового статусу, соціальної ролі, ступінь і простір посадового авторитету в організації. Це своєрідна траєкторія переміщення як за вертикальною, так і за горизонтальною посадовою структурою в організації [14, с. 107].

Досягнення успіху в професійній діяльності залежить не тільки від знань, умінь і навичок, а ще й від автономії, мотивації, самовдосконалення та досягнення високих результатів. Чим ширший діапазон мотивів, що спонукають людину до певного виду діяльності, тим більше зусиль вона докладає для вирішення будь-якого питання. Мотивація суттєво впливає на вибір професійної діяльності, будучи джерелом вдосконалення й розвитку особистості в життєвих «відносинах» з роботою, з персоналом, зі сферою самоосвіти і професійного самовдосконалення [13].

За допомогою мотивації визначаються потенційні можливості людини, обсяг і цін-

ність її внеску в науково-технічний прогрес, активна або пасивна роль особистості в професійній діяльності, намічається індивідуальний «напрямок» руху соціально-психологічних установок, визначається вектор професійного саморозвитку фахівця [5].

Г. Мюррей уперше виділив мотив досягнення успіху як стійку властивість особистості й цілеспрямоване бажання зробити щось швидко та якісно, досягти значного рівня в будь-якій діяльності [3].

На думку Н. Конюхова, мотивація – це вироблення в психіці людини стратегій досягнення за формулою: мотив «прагнення успіху» – активність – мета – «досягнення успіху». Мотив досягнення успіху спонукає людину уникати невдачі й досягати бажаного результату в будь-який спосіб і за допомогою будь-яких засобів [13].

Кар'єрні орієнтації визначаються дослідниками як елементи Я-концепції особистості, що включає уявлення про власні здібності, цінності, мотиви, сенси, потреби, що стосуються просування в професійній діяльності. Як синонімічні поняття в цьому проблемному полі використовуються кар'єрні цілі (Г. Міллер, Е. Морзе, Г. Голден), мета роботи (Т. Ален), кар'єрні переваги (Р. Кац), якорі кар'єри (Е. Шейн) [13, с. 261].

Поступово науковці почали приділяти увагу дослідженню гендерних особливостей кар'єрного розвитку. Сучасна жінка доводить, що може реалізуватися в будь-якому виді виробничої, економічної, соціальної, творчої, державної та інших видах діяльності. За даними Державної служби статистики України, у 2021 році частка жінок на керівних посадах становить близько 46%. Прогресивно зростає кількість жінок у владі, бізнесі та науці.

У дослідженнях О. Чуйко й Х. Стецюк, присвячених розгляду мотиваційних чинників кар'єрних орієнтацій сучасних жінок, доведено, що основними мотивами для кар'єрного зростання жінок є саморозвиток і самовдосконалення, можливість професійної самореалізації, творчість, спілкування, а також фінансова незалежність. Ціні результати суттєво відрізняються від «чоловічої версії», оскільки для жінок професійні цінності не виступають як пріоритетні, хоча і є дуже важливими [17].

В умовах сучасного менеджменту персоналу й реальної дійсності організацій необхідна системна кар'єра. Однак на підприємствах і в державних установах так звана «підсистема управління кар'єрою», як правило, відсутня. Немає відповідної методичної бази й загальноприйнятих, усталених алгоритмів кар'єрного розвитку особистості, тим більше якщо мова йде про статево-рольову (гендерну) специфіку в роботі з персоналом. Це протиріччя й зумовило необхідність у тео-



ретичному обґрунтуванні Програми тренінгу кар'єрного розвитку для молодих жінок.

Процеси управління кар'єрою сприяють підвищенню конкурентоспроможності співробітників і визначають необхідність спільного навчання керівництва й персоналу резильєнтності у взаємодії як із зовнішніми, так і з внутрішніми чинниками трансформацій і змін. Успішність цих процесів багато в чому залежить і від організаційної культури: адміністративний апарат повинен поділяти з підлеглими висхідні принципи й ціннісні пріоритети функціонування компанії або установи (місії) і мати спільне бачення перспектив (візію).

Планування кар'єри є однією з функцій відділу персоналу організації. Це визначення майбутнього розвитку працівника, етапів досягнення намічених цілей і просування по службі. При плануванні кар'єри порівнюються потенційні можливості, здібності й персональні цілі працівника з вимогами організації, планом і стратегією її розвитку [15].

У результаті планування розробляється програма (план) професійного й посадового зростання кожного працівника організації. Складається професіограма, у якій фіксується перелік позицій поступового розвитку працівника і шлях (термін), який він повинен пройти для того, щоб одержати необхідні знання, досвід, оволодіти потрібними навичками й компетенціями не тільки для ефективної роботи за цією посадою, а й для підготовки до просування на вищу посаду.

Плануванням кар'єри працівника можуть займатися сам працівник; менеджер з персоналу; лінійний менеджер. Кожен суб'єкт менеджменту передбачає для конкретного працівника заходи щодо планування його кар'єри [18].

Сам працівник здійснює: 1) первинне орієнтування в організації; 2) вибір структурного підрозділу й майбутньої посади; 3) виконання роботи на призначеній посаді; 4) оцінку перспектив і проектування зростання; 5) реалізацію заходів зростання [14].

При розробці заходів з кар'єрного розвитку працівника варто враховувати не тільки його особисті якості (освіта, кваліфікація, ставлення до роботи, система професійної мотивації), а й такі умови:

1. Найвищою точкою кар'єри є найвища посада в конкретній організації.

2. Довжина кар'єри визначається кількістю вищих посад на шляху від першої, яку працівник займає в цей час, до найвищої точки.

3. Співвідношення кількості посад на вищому ієрархічному рівні до кількості посад, на яких працюють претенденти в цей момент своєї кар'єри. Це показник рівня позиції.

4. Співвідношення кількості вакансій на вищому рівні до кількості претендентів. Це показник потенційної мобільності.

5. Наявність перспективної або тупикової кар'єри. У працівника може бути довга кар'єрна лінія або дуже коротка, тому менеджер з персоналу ще на етапі прийому кандидата на роботу повинен визначити можливу кар'єру й обговорити її з кандидатом, виходячи з індивідуальних особливостей і специфіки мотивації. Одна й та ж кар'єрна лінія для одних працівників може бути як привабливою, так і нецікавою, а це суттєво впливає на ефективність і продуктивність їхньої діяльності [9].

Планування кар'єри передбачає визначення засобів для досягнення бажаних результатів. Відповідальність за виконання планових заходів є обоюдною, тобто покладається як на організацію, так і на працівника.

Керівники підрозділів повинні надавати своїм працівникам інформацію про потреби й можливості організації в кадровому забезпеченні не тільки в межах свого підрозділу, а й по організації в цілому.

На визначення ключових моментів кар'єри впливає досвід минулої роботи людини, її інтереси, турботи про сім'ю, здібності та орієнтації, які показують, що є найбільш важливим для неї у цей момент, тобто кар'єрний потенціал особистості [7].

Доцільно зазначити, що сьогодні немає єдиного усталеного визначення поняття «кар'єрний потенціал» [4]. У широкому розумінні «потенціал» означає наявність запасних, не використовуваних резервних ресурсів. Опираючись на визначення таких понять, як «особистісний потенціал», «потенціал зростання», «творчий потенціал», визначення терміна «кар'єрний потенціал» можна сформулювати таким чином: це наявність певних психофізіологічних даних, професійних навичок, внутрішньої творчої енергії, сукупність рис особистості, які забезпечують можливість і межі її розвитку в професійній діяльності.

Особистість із недостатнім рівнем кар'єрного потенціалу не в змозі самостійно ставити мету та створювати умови для розвитку професійної самосвідомості в структурі індивідуального кар'єрного зростання.

Високий рівень кар'єрного потенціалу вказує на наявність високої професійної компетенції, на прагнення досягти високого статусу в службовій ієрархії.

Отже, професійна кар'єра впливає на формування життєвого шляху особистості, визначаючи можливості самореалізації її внутрішніх потенціалів, є важливою детермінантою формування позитивної «Я-концепції» та відчуття самоефективності й задоволеності життям в цілому.

Значення кар'єри в житті жінки безпосередньо залежить від її характеру й темпераменту, фінансових можливостей, стратегічних цілей і задоволеності міжособистісними сто-

сунками. У процесі кар'єрного розвитку жінки намагаються втілювати особистісні інтереси, а їхні кар'єрні вибори перетинаються з великою кількістю внутрішніх і зовнішніх перешкод.

Сімейне щастя й кар'єра – це різні форми реалізації особистісного потенціалу жінки, які повною мірою можуть співіснувати одна з одною. Однак більшість українських жінок і дотепер залишаються заручницями шкідливих стереотипів патріархатної свідомості. Саме тому багато молодих жінок, які мають сім'ю й намагаються будувати кар'єру, відчувають перевантаження, пов'язане з необхідністю виконання одночасно сімейних і професійних ролей. Така ситуація може призводити до виникнення в жінки рольового конфлікту, що може стати не тільки причиною психологічного дискомфорту, а й мати більш важкі наслідки у вигляді психосоматичних захворювань, невротичних станів і розладів особистості, зниження продуктивності діяльності й задоволеності стосунками, зростання конфліктності в спілкуванні [2; 8].

Виходячи з окреслених положень, ми пропонуємо трикомпонентну структуру Тренінгу кар'єрного розвитку для молодих жінок:

**1. Модуль психоедукації** розрахований на 4 години й може відбуватися у вигляді як традиційних зустрічей офлайн, так й онлайн, наприклад, у форматі Zoom-конференції.

**Завдання:** розкрити зміст поняття «кар'єра», складники кар'єри, типи жіночої кар'єри, етапи жіночої кар'єри, кар'єрні орієнтації особистості, рольову структуру особистості менеджера/керівника і співробітника/підлеглого, професійну мотивацію, професійне акме, лідерські та організаційно-управлінські якості, резильєнтність, стресостійкість, кризи професійного розвитку, синдром професійного вигорання, аутопсихологічну компетентність, саморефлексія, кар'єрний самоменеджмент.

**Очікувані результати:** оволодіння учасницями фаховими знаннями й теоретичними уявленнями в галузі психології кар'єри та кар'єрного самоменеджменту.

**2. Діагностичний модуль** розрахований на 12 годин і може бути реалізований у вигляді комп'ютерного або паперового тестування молодих жінок за напрямками дослідження їхнього інтелектуального й творчого потенціалу; лідерських здібностей, мотивації та стресостійкості.

**Завдання:** визначити кар'єрний потенціал особистості за складниками:

**I. Інтелектуальний і творчий потенціал:**

- тест інтелектуального потенціалу (П. Ржичан, адаптація Л.І. Васермана);
- методика визначення типу мислення та рівня креативності Джерома Брунера.

**II. Лідерський потенціал:**

- тест «Соціальний інтелект» Дж. Гілфорда (адаптація Е.С. Михайлової);

- тест на поведінку в конфліктній ситуації (Кеннет Томас, Ральф Кілман, адаптація Н.В. Грішиної);

- тест орієнтаційного стилю професійного спілкування А.В. Морозова;

- Методика «Аналіз власних обмежень» (Майк Вудкок, Дейв Френсіс, адаптація А. В. Вернікова, А. Ф. Ковальова).

**III. Мотивація**

- Методика «Якорі кар'єри» (Е. Шейн, адаптація В.А. Чикера);

- Тест мотивації досягнень (А. Мехраб'ян, адаптація М.Ш. Магомед-Емінова);

- методика «Особистісні чинники ухвалення рішень» Т.В. Корнілова.

**IV. Стресостійкість:**

- методика експрес-діагностики стану стресу Кристана Шрайнера;

- методика «Професійне вигорання» К. Маслач, С. Джексон, адаптація: Н. Е. Водоп'янової, Е.С. Старченкової;

- шкала організаційного стресу (А. Маклін, адаптація: Н.Е. Водоп'янової).

**Очікувані результати:** психологічний висновок на кожного суб'єкта діагностики (учасницю Програми тренінгу кар'єрного розвитку).

**Тренінговий модуль** розрахований на 36 годин і передбачає проведення 6 тематичних зустрічей у межах шестигодинних групових інтерактивних занять.

**Заняття № 1.**

Планування кар'єри. Кар'єрний менеджмент і лайф-коучинг.

**Заняття № 2.**

Планування кар'єри. Розвиток лідерського потенціалу.

**Заняття № 3.**

Планування кар'єри. Розвиток комунікативних здібностей.

**Заняття № 4.**

Складники успішної кар'єри. Ресурс-менеджмент.

**Заняття № 5.**

Складники успішної кар'єри. Тайм-менеджмент.

**Заняття № 6.**

Складники успішної кар'єри. Стрес-менеджмент.

**Програма тренінгу кар'єрного розвитку для молодих жінок орієнтована на вирішення таких завдань:**

- розвиток лідерських компетенцій і формування ефективних команд;

- підвищення рівня обізнаності учасниць тренінгу в галузі кар'єрного самоменеджменту й управління професійним саморозвитком в умовах організаційних змін;

- навчання якісно нових стилів управління життям і діяльністю через виявлення й нейтра-

лізацію деструктивних динамік, що заважають брати персональну відповідальність за кінцевий результат;

– розгляд гендерних аспектів кар'єрного розвитку й управлінського лідерства в реаліях сучасного українського суспільства;

– розвиток аутопсихологічної компетентності, саногенного мислення й саморефлексії з метою запобігання професійним кризам і психосоматичним захворюванням;

– формування навичок психоамортизації й самокорекції через систему вправ із конфлікт-, тайм-, ресурс-, імпрешн- і стрес-менеджменту.

Очікувані результати впровадження запропонованої Програми (навички й компетенції, які будуть удосконалені після тренінгу):

– лідерські й організаційно-управлінські компетенції для оперативного реагування на вимоги та виклики, що виникають у виробничо-промисловій, освітній або будь-якій іншій сфері професійної діяльності у зв'язку з процесами суспільної трансформації, економічного розвитку, європейської інтеграції та внутрішньогалузевого реформування;

– навички планування кар'єри та професійного саморозвитку (кар'єрного самоменеджменту);

– здатності до психологічної адаптації на робочому місці (resilience skills).

Висновки й перспективи дослідження. Динамічна кар'єра сьогодні вважається одним із ключових показників ділового успіху й відчутним результатом професійної діяльності не тільки чоловіків, а й жінок. Успішно побудована кар'єра дає змогу людині здобути визнання своєї неповторності, значущості для інших людей, для суспільства в цілому й отримати підтвердження у вигляді певної компенсації.

Вивчивши та проаналізувавши найбільш розповсюджені підходи до визначення поняття «кар'єра», можемо узагальнити, що в нашому розумінні – це індивідуально-професійний розвиток індивіда, заснований на процесах самореалізації та професійного зростання, представлений як просування особистості до професійного й кар'єрного «акме» в умовах трудової діяльності.

Успішна соціалізація молодої жінки, її професійне становлення і зростання як фахівця, формування творчої, духовно багатої, кар'єрно-спрямованої особистості з урахуванням її потреб, інтересів, бажань і здібностей повинні стати одним із найпріоритетніших завдань сучасного українського суспільства; напрямом не тільки для наукових досліджень, а й полем для практичних аплікацій теоретико-методологічних здобутків у галузі гендерної, соціальної, організаційної психології, а також психології особистості та психології кар'єри.

Наукового обґрунтування феномена «жіноча кар'єра» в нашій країні ще немає. Тому в суспільстві існує суперечливе ставлення до кар'єрно-орієнтованої молоді жінки: її розглядають не як узірцею для наслідування, а, скоріше, як «аномальну особистість», котра або сублімує травматичний досвід невдалих партнерських стосунків, або позбавлена фемінних рис, що є девіацією з точки зору гендерно-рольових теорій соціально-прийнятної поведінки й унеможлиблює успішне сімейне життя та щасливе материнство як такі.

З огляду на сучасний динамізм у розвитку психології жіночої кар'єри, обґрунтована нами Програма тренінгу кар'єрного розвитку для жінок молодого віку набуває все більшої актуальності, потребуючи практичного впровадження, емпіричної оцінки ефективності й подальшого методологічного вдосконалення.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Александрова М.В. Принцип регіоналізації в управлінні професійною кар'єрою вчителя. *Інтеграція освіти*. 2006. № 2. С. 79–83.
2. Алешина Ю.Е., Лекторская Е.В. Ролевой конфликт работающей женщины. *Вопросы психологии*. 1989. № 6. С. 23–28.
3. Глушаков В.Е., Глушакова Т.С. Современные технологии менеджмента, маркетинга и практической психологии. Минск : ИПП «Технопринт», 2000. 418 с.
4. Гончарук Н.Т. Планування і розвиток професійної кар'єри керівного персоналу у сфері державної служби. *Збірник наук. праць Дніпропетр. регіон. ін-ту держ. упр. Нац. акад. держ. упр. при Президенті України*. 2006. Вип. 3. С. 167–180.
5. Долгих Л.Є. Кар'єрні домагання як суб'єктивний механізм професійної самореалізації. *Соціальна психологія*. 2005. № 2. С. 64–71.
6. Иванцевич Дж.М., Лобанов А.А. Человеческие ресурсы управления: основы управления персоналом. Москва : Дело, 1993. 304 с.
7. Кибанов А.Я. Управление персоналом организации : учебник. 2-е изд., доп. и перераб. Москва : ИНФРА-М, 2003. 637 с.
8. Кононенко Н.Ю., Чаркіна О.А. Особистісні детермінанти кар'єрної спрямованості дівчат-студенток у континуумі психічної норми-патології. *Практична психологія у ракурсі сьогодення: Науковий часопис / під. ред. З.М. Мірошник, О.А. Чаркіної*. Кривий Ріг : Вид-во КДПУ, 2019. С. 49–53.
9. Ладанов И.Д. Психология управления рыночными структурами: преобразующее лидерство. (Настольная книга бизнесмена). Москва : Изд-во УЦ «Перспектива», 1997. 288 с.
10. Маркова А.К. Психология профессионализма. Москва : Знание, 1996. 308 с.
11. Могилевкин Е.А. Психолого-акмеологическая концепция карьеры профессионала : монография. Владивосток : Изд-во ВГУЭС, 2005. 266 с.
12. Побудова кар'єри : навчально-методичний посібник / О.В. Мельник, О.Л. Морін та ін. ; за

ред. О.В. Мельник. Кіровоград : «Імекс-ЛТД», 2014. С. 53–87.

13. Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. *Введение в профессию «Психолог» : учебно-методическое пособие*. 2-е изд., стереотип. Москва : Изд-во МПСИ ; Воронеж : НПО «МОДЕК», 2003. 463 с.

14. Турчинов А.И. Профессионализация и кадровая политика: проблемы развития теории и практики. Москва : Флинта, 1998. Т. 6 : Управление карьерой персонала. 217 с.

15. Управление персоналом : учебное пособие / под общ. ред. О.И. Марченко. Москва : Ось-89, 2004. 224 с.

16. Филиппов Ф.Р. Карьера. *Энциклопедический социологический словарь* / под общ. ред. В.Г. Осипова. Москва : Изд-во РАН ИСПИ, 1995. 939 с.

17. Чуйко О., Стецюк Х. Мотиваційні чинники кар'єрних орієнтацій жінок. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. Івано-Франківськ : Вид-во Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, 2013. Вип. 18. Ч. 2. С. 103–111.

18. Шекшня С.В. Управление персоналом современной организации : учебно-практическое пособие. 4-е изд., перераб. и доп. Москва: Изд-во Бизнес-школа «Интелл-Синтез», 2000. 363 с.

## СТРУКТУРА РОЗВИТКУ СОЦІАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

### STRUCTURE OF DEVELOPMENT OF SOCIAL COMPETENCE IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN

У статті аналізуються теоретичні аспекти формування соціальної компетентності у дітей молодшого шкільного віку, особливості її структури та компонентів, взаємозв'язок та взаємозумовленість різних її компонентів. Соціальна компетентність сприяє кращій соціалізації дитини серед однолітків та адаптації її до шкільного середовища, а в подальшому і до соціального життя.

Автор статті зазначає, що в психолого-педагогічній теорії і практиці існують різні підходи до розуміння концепції соціальної компетентності, основна мета якої полягає у формуванні особистості, здатної в мінливих умовах сучасного життя діяти адекватно, брати на себе відповідальність, застосовувати за призначенням отримані знання і досвід в нових умовах, орієнтуватися на соціально-моральні цінності. Соціальна компетентність дитини – це інтегративна характеристика особистості дитини, яка відображає систему знань, умінь і навичок, набутих нею у процесі засвоєння навчальних предметів і необхідних їй для моделювання своєї поведінки, умінь адекватно сприймати навколишню дійсність, будувати систему відносин і спілкування з оточуючими людьми з урахуванням соціальної ситуації.

У статті охарактеризовано загальні аспекти процесу соціалізації. Цей процес відбувається під впливом усіх його компонентів та може стосуватися виконання різних соціальних ролей і видів самореалізації (освітньої, професійної, спортивної тощо). Ґрунтовно представлено сутність поняття «соціальна компетентність». Проаналізовано сутність та психологічну структуру поняття «соціальна компетентність дитини молодшого шкільного віку». Аналіз структурування соціальної компетентності доводить, що науковці одностайні в думці, що ключовими аспектами виокремлення компонентів такої компетентності є ціннісно-мотиваційний, когнітивний, поведінковий, адже всі проаналізовані структури соціальної компетентності репрезентовані компонентом, що відтворює мотивацію та ціннісні установки до взаємодії з соціокультурною дійсністю та особистісні якості.

Таким чином, можна стверджувати, що зазначена проблема є актуальною, адже саме у молодшому шкільному віці закладаються основи соціальної компетентності дитини. Вона визначається конкретними віковими особливостями і виражається в їх психофізичному розвитку, особистісних досягненнях, визначеній незалежності і самостійності під час вирішення життєвих проблем, ситуацій та завдань, а також в організації спільної діяльності з однолітками і дорослими.

**Ключові слова:** соціальна компетентність, психологічний розвиток дитини, структура і формування, молодший шкільний вік, елементи соціальної компетентності, соціалізація.

The article analyzes the theoretical aspects of the formation of social competence in children of primary school age, features of its structure and components, the relationship and interdependence of its various components. Social competence contributes to better socialization of the child among peers and its adaptation to the school environment, and later to social life.

The author of the article notes that in psychological and pedagogical theory and practice there are different approaches to understanding the concept of social competence, the main purpose of which is to form a person able to act adequately in changing conditions of modern life, take responsibility, apply knowledge and experience in the new environment, focus on socio-moral values. Social competence of the child is an integrative characteristic of the child's personality, which reflects the system of knowledge, skills and abilities acquired by him in the process of learning subjects and necessary for him to model his behavior, ability to adequately perceive reality, build relationships and communication with others. social situation.

The article describes the general aspects of the socialization process. This process takes place under the influence of all its components and may involve the implementation of various social roles and types of self-realization (educational, professional, sports, etc.). The essence of the concept of "social competence" is thoroughly presented. The essence and psychological structure of the concept "social competence of a child of primary school age" are analyzed. Analysis of the structuring of social competence proves that scientists agree that the key aspects of identifying components of such competence are value-motivational, cognitive, behavioral, because all analyzed structures of social competence are represented by a component that reproduces motivation and values to interact with sociocultural quality.

Thus, it can be argued that this problem is relevant, because it is in the early school years that the foundations of a child's social competence are laid. It is determined by specific age characteristics and is expressed in their psychophysical development, personal achievements, a certain independence and autonomy in solving life problems, situations and tasks, as well as in the organization of joint activities with peers and adults.

**Key words:** social competence, psychological development of a child, structure and formation, primary school age, elements of social competence, socialization.

УДК 37.025-053.2

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.24>

**Шевченко Ю.В.**

магістр спеціальної психології,  
науковий співробітник відділу  
психолого-педагогічного супроводу  
дітей з особливими потребами  
Інститут спеціальної педагогіки  
і психології імені Миколи Яремченка  
Національної академії педагогічних  
наук України

**Постановка проблеми.** Дитинство – це особливий період, головною рисою якого є процес дорослішання дитини, її входження в соціальний світ дорослих. У міру освоєння

культурних, моральних правил і закономірностей суспільного життя відбувається розвиток її соціальної компетентності – здатності оцінювати власні вчинки, ефективно взаємодіяти

з оточуючими. Проблема розвитку соціальної компетентності у дітей – це важлива соціальна і психолого-педагогічна проблема, її вирішення стосується нагальних питань суспільства й освіти. У сучасних умовах соціально-економічних змін перед освітою стоїть завдання не просто дати дошкільнятам певний рівень знань, умінь і навичок за основними векторами розвитку, а й виробити у них здатність і готовність жити в сучасному надскладному суспільстві, досягати соціально значущих цілей, ефективно взаємодіяти і вирішувати життєві проблеми [1, с. 203].

У сучасній освіті основною цінністю є людина з усіма її особливостями як цілісна система, що розвивається, тому в педагогіці все більше уваги приділяється концепції компетентності, основна мета якої полягає у формуванні особистості, здатної в мінливих умовах сучасного життя діяти адекватно, брати на себе відповідальність, застосовувати за призначенням отримані знання і досвід в нових умовах, орієнтуватися на соціально-моральні цінності.

**Аналіз актуальних досліджень і публікацій.** Розвиток, структура і процес формування соціальної компетентності були ґрунтовно проаналізовані й експериментально перевірені в дисертаційних дослідженнях таких учених: В. Басової, Н. Білоцерковець, Н. Бобрич, О. Варецької, О. Галакової, М. Докторович, Н. Калініної, О. Кракаускене, О. Крузе-Брукс, Н. Лупанової, Н. Ляхова, В. Новікова, О. Прашко, Р. Скірко, С. Учурової, В. Цветкова та ін. Особливості розвитку соціальної компетентності у молодшому шкільному віці були висвітлені у працях Н. Бібік, Н. Басюк, С. Данилейко, Г. Коберник, В. Коваленко, О. Крузе-Брукс, Ю. Коротіної, О. Литовченко, В. Новікова, О. Прямікової, О. Савченко та ін.

**Постановка завдання.** Мета статті – проаналізувати сутність поняття структури соціальної компетентності та її розвиток у молодшому шкільному віці, розкрити й обґрунтувати структурні елементи соціальної компетентності, ознаки та рівні сформованості соціальної компетентності у дітей молодшого шкільного віку. Ми використані такі теоретичні методи дослідження: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення наукової літератури.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Старший дошкільний вік як етап підготовки дітей до шкільного навчання дозволяє створювати умови для набуття самою дитиною під керівництвом дорослих необхідного соціального досвіду, сприяє розкриттю вікових можливостей дошкільника, його успішній підготовці до навчання в школі, а пізніше і до дорослого життя. Таким чином, в старшому дошкільному віці відбувається посилене формування основ соціальної компетент-

ності дитини, визначається вектор розвитку і успішна адаптація в мінливому соціумі.

Старший дошкільний вік є дуже важливим етапом у становленні особистості дитини. Він знаходиться на переході від дошкільного періоду до початкової загальної освіти. Багато вчених, які в своїх працях розглядали вікові особливості людини (П.П. Блонський, Л.І. Божович, Л.А. Венгер, Л.С. Виготський, П.Я. Гальперін, В.В. Давидов, А.Н. Леонтьєв, А.Р. Лурія, А.А. Люблінська, А.В. Петровський, Д.Б. Ельконін та ін.), відзначає, що саме у віці 6–7 років у дитини відбувається значний якісний стрибок у багатьох знаннях, уміннях і вимогах. За словами Л.С. Виготського, у дітей старшого дошкільного віку складаються зовсім нові відносини між мисленням і дією, з'являється внутрішній план дій, який визначає осмислену поведінку [3, с. 47].

Вмотивованою вважаємо думку Н. Ляхової, що сутнісна характеристика соціальної компетентності особистості полягає в усвідомленому, адекватному, позитивному ставленні до себе та інших, заснованому на визнанні суб'єктивності інших та власної суб'єктності, що забезпечує реалізацію у взаємодії балансу (рівноваги) між кооперацією (урахування очікувань іншої людини, її інтересів і потреб) і конфронтацією (відстоювання власних інтересів та запитів) [4, с. 242].

Дослідники А.П. Журавльов, А.К. Маркова, Л.А. Петровська, Н.Ф. Тализіна, Б.І. Хасан, Р.К. Шакуров, А.І. Щербаков та ін. розглянули компетентність у вузькому і широкому сенсі в різних галузях. Розкриттю поняття і сутності соціальної компетентності присвячені роботи таких авторів, як Г.Е. Беліцька, Н.І. Білоцерківець, А.В. Брушлинський, С.Н. Краснокутська, А.Б. Кулин, В.Н. Куніцина, О.П. Миколаїв, У. Пфінгстен, К. Рубін, Л. Роуз-Креснор, В.В. Цветков та ін. Проблеми формування компетентності дошкільнят присвячені роботи педагогів і психологів. Роботи С.А. Козлової, Л.В. Коломійченка, Л.В. Масового, С.Л. Новосолова, Р.Б. Стеркіної містять великий теоретичний і практичний матеріал, який забезпечує реалізацію завдань щодо формування соціальної компетентності старших дошкільників на етапі дошкільної освіти.

Нам імпонує визначення соціальної компетентності особистості В. Шахрая, який зазначає, що це «якісний ступінь її соціалізованості, цілісне інтегративне утворення, сукупність конкретних здібностей, знань, умінь, цінностей, що забезпечують інтеграцію людини в суспільство через продуктивне виконання нею різних соціальних ролей і успішну самореалізацію» [5, с. 24].

Аналіз наукових праць дав можливість з'ясувати, що наукові інтереси дослідників соціального розвитку особистості були спрямовані

на вивчення соціальної компетентності дітей шкільного віку (Н. Белоцерковець, В. Басова, О. Галакова, М. Докторович, Н. Калініна, Ю. Коротіна, О. Кракауєне, О. Крузе-Брукс, В. Новікова, О. Прашко, С. Петухова, І. Рябуха, А. Тарадаєва, В. Цветкова, Ю. Уфімцева та ін.), студентів – майбутніх фахівців педагогічної галузі (Н. Бобрич, О. Варецька, І. Зарубінська, Л. Єременко, Г. Мосягіна, І. Мирна, Є. Муніц, Н. Лупанова, Р. Скірко та ін.).

У контексті нашого дослідження проаналізовано сутність поняття та психологічну структуру соціальної компетентності дитини молодшого шкільного віку. З'ясовано, що науковці визначили такі трактування цього поняття: «<...> інтегративна якість особистості, що характеризує ціннісне ставлення до продуктивної взаємодії з різними групами й індивідами у процесі активного творчого освоєння дитиною морально-етичних норм спілкування і регулювання на основі рефлексії міжособистісних та внутрішньоособистісних соціальних позицій» (О. Крузе-Брукс); «<...> системоутворювальний компонент у структурі особистісної культури дитини, що забезпечує адекватне задоволення потреб на основі організації власної діяльності, регульованої рівнем соціальної обізнаності особистості, і являє собою гармонійне поєднання компонентів, що її визначають, тобто рушійних сил, знань та особистісної активності» (В. Новіков) [2, с. 15].

Соціальна компетентність дітей молодшого шкільного віку трактується також як інтегративна характеристика особистості, що є системоутворювальною у його структурі. Вона репрезентована ключовими елементами компетентності – знаннями, уміннями, навичками, ціннісним ставленням, а також здатністю до соціокультурної взаємодії в умовах інтеграції людини у суспільство [1, с. 17].

Аналіз структури зазначеної компетентності доводить, що науковці одностайні в думці, що ключовими аспектами виокремлення її компонентів є ціннісно-мотиваційний, когнітивний і поведінковий, адже всі проаналізовані частини структури соціальної компетентності відтворюють мотивацію та ціннісні установки до взаємодії з соціокультурною дійсністю, а також особистісні якості. Зазначені компоненти узагальнюють знання особистості про соціальну дійсність та саму себе, соціальні норми й особливості взаємодії в колективі, групі, способи налагодження відносин і уникнення конфліктів тощо. Ці компоненти становлять систему вмій, навичок та здатностей особистості адаптуватися до соціокультурної дійсності, взаємодіяти з іншими в соціумі, виконувати різні соціальні ролі й оволодівати соціальним досвідом у процесі соціальної практики тощо.

Дослідник О. Сподаренко визначає такі елементи соціальної рефлексії молодших

школярів: самоаналіз, самомотивацію, самоорганізацію, самооцінку [7, с. 40].

Деякі дослідники (McClellan & Katz) доповнюють структуру комунікативним компонентом як системою внутрішніх ресурсів особистості. Такий компонент забезпечує продуктивну міжособистісну взаємодію. Вмотивованим вважаємо введення у структуру соціальної компетентності фахівців компонента, що розкриває особливості його професійної діяльності, здатність і готовність до соціально-культурних процесів відповідно до її специфіки. У зарубіжній психології виокремлюються маркери соціальної компетентності учнів початкової школи, якими керуються у своїй роботі вчителі, соціальні педагоги, практичні психологи, батьки з метою виявлення проблем сформованості такої компетентності. Вони систематизовані в чотири таких блоки: індивідуальні атрибути, соціальні атрибути, атрибути зовнішньої характеристики, атрибути взаємодії з дорослими [14].

Автори концепції маркерів соціальної компетентності молодших школярів доповнюють ці маркери особистісними характеристиками соціальної поведінки – дружелюбністю, кооперативністю, дотриманням традиційних моделей поведінки й навичками самоконтролю (подолання агресивності, управління гнівом, уникнення сором'язливості тощо) [8, с. 26].

Аналіз зарубіжних і вітчизняних досліджень дав можливість зробити узагальнення щодо структури соціальної компетентності молодших школярів та ознак її прояву.

Когнітивний компонент проявляється в тому, що дитина володіє такими знаннями: про загальні норми моралі та правила поведінки в родині, колективі, суспільстві та способи їх дотримання; про свої права й обов'язки, сутність соціальних ролей; про способи взаємодії (вербальні і невербальні, безпосередні, дистанційні, віртуальні) та їх ефективність; про управління своїми емоціями та діями; про способи уникнення конфліктних ситуацій [10, с. 216].

Діяльнісний компонент проявляється в тому, що у дитини сформовані вміння та навички, що забезпечують такі здатності: приймати загальні норми моралі і правила поведінки в родині, колективі, суспільстві, дотримуватися їх; установлювати й підтримувати відносини з різними соціальними групами і окремими людьми, особливо однолітками; проявляти активність у дружбі, спілкуванні та навчанні, а також співчуття, толерантність у взаємодії з оточуючими людьми, особами з особливими потребами, представниками інших народів.

Рефлексивний компонент (емоційно-ціннісний) проявляється в тому, що дитина здатна до такого: усвідомлювати важливість взаємо-

дії з оточуючими людьми, дружніх стосунків із однолітками; аналізувати свої дії (вчинки) й інших людей та прогнозувати їх результати відповідно до цілей і соціальних норм; аналізувати свій емоційний стан та інших людей, контролювати емоції відповідно до здійсненого аналізу [9, с. 18].

Ще одна модель підвищення соціальної компетентності була розроблена в педагогічному інституті у Нідерландах (Амстердам – Дейвендрехт). Вона спирається на розуміння компетентності як володіння індивідом достатнім обсягом навичок, за допомогою яких він зможе адекватно виконувати вікові завдання, що кожного дня ставляться перед ним. При цьому вікові завдання – це те, з чим стикається людина в своїх взаємодіях з соціумом. Вирішуються завдання через спеціальне соціальне навчання за логікою руху від зворотного зв'язку до інструкції, показу, управління.

Модель, сконструйована О.А. Крузе-Брукс, являє собою сукупність таких компонентів: мети навчання, змісту навчання, методів навчання, засобів навчання, методів контролю і оцінки результатів навчання, результатів навчання, діяльності педагога, навчальної діяльності студентів, форм організації навчання, дидактичних принципів, які задають певну стратегію щодо навчання [6, с. 146].

О.А. Крузе-Брукс вважає, що в зміст соціальної компетентності входить активне творче освоєння соціальних відносин, що виникають на різних етапах і в різних видах соціальної взаємодії, а також творче привласнення дитиною основних етичних норм, які є основою для побудови та регулювання міжособистісних і внутрішньоособистісних соціальних позицій, відносин.

У моделі автора О.А. Крузе-Брукс є кілька складових частин соціальної компетентності: активне творче освоєння соціальних відносин через взаємодію; присвоєння дитиною основних етичних норм; ціннісне ставлення до продуктивної взаємодії; регулювання через рефлексію міжособистісних і внутрішньоособистісних соціальних позицій.

О.А. Крузе-Брукс досліджує чотири рівні сформованості соціальної компетентності молодших школярів – стартовий, низький, середній, високий.

Аналіз поняття та структури соціальної компетентності і вікових особливостей молодшого шкільного віку дозволяє виділити **новоутворення, які сприятимуть розвитку соціальної компетентності**: розвиток мотивації до соціально значимої діяльності, що орієнтована на успіх; довільне опанування регуляції своєї поведінки у процесі інтенсивного розвитку та якісного перетворення пізнавальної сфери (керівництво в поведінці свідомими і соціально

унормованими цілями і правилами, здатність до саморегуляції); розвиток здатності у дитини до адекватної самооцінки, що є важливою складовою частиною соціальної компетентності; протягом молодшого шкільного віку складається новий тип відносин з оточуючими людьми, діти засвоюють соціальні норми, зближуються з групою однолітків і розвивають навички конструктивної взаємодії з оточуючими [11, с. 258].

Формування соціальної компетентності передбачає становлення таких її функцій: **гностичної**, що виражається в активізації пізнавальної, інтелектуальної діяльності особистості, засвоєнні накопичених людством знань, фактів, інформації освітнього характеру, підвищенні особистісної обізнаності, розширенні кругозору, спрямуванні на перспективний розвиток; **емоційно-вольової**, що виражається в здатності до вольового напруження, мобілізації своїх зусиль, особливо в ситуаціях конфліктного типу, в подоланні труднощів, наполегливості, витримці, витривалості; **контрольно-оцінної (рефлексивної)**, що виражається в усвідомленні своїх знань, поведінки, моральності та інтересів, ідеалів і мотивів, а також у цілісній оцінці себе. Ця сукупність функцій проявляється в умінні вирішувати проблемні завдання, проектувати власну діяльність, що відрізняється високою якістю і результативністю, з урахуванням накопичених знань [12, с. 352].

**Висновки з проведеного дослідження.** Таким чином, ми встановили, що соціальна компетентність дошкільника передбачає формування знань, умінь, навичок дитини, достатніх для виконання обов'язків, властивих даному життєвому періоду. Соціальна компетентність дошкільника формується в процесі його соціалізації. Соціалізація – це процес інтеграції особистості в соціальну систему, входження в соціальне середовище через оволодіння його соціальними нормами, правилами і цінностями, а також знаннями, навичками, що дозволяють людині успішно функціонувати в суспільстві. На проходження процесу соціалізації і формування соціальної компетентності дитини впливають її індивідуальні особливості (тип особистості, інтелект), психічні стани (астенічні або стенічні), типовий настрій, рівень і форма спілкування та взаємодія з оточуючими.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Галакова О. Развитие социальной компетентности младших школьников во внеурочной деятельности : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Москва, 2013. 203 с.
2. Державний стандарт початкової загальної освіти. *Початкова школа*. 2011. № 7. С. 1–18.



3. Калинина Н. Психологическое сопровождение развития социальной компетентности школьников : автореф. дисс. ... докт. псих. наук : 19.00.07. Самара, 2006. 47 с.
4. Коваленко В. Формування соціальної компетентності учнів молодших класів в умовах сучасного інформаційного простору. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2015. № 6 (37). С. 37–40.
5. Коротина Ю. Формирование социальной компетентности младших школьников средствами учебных предметов : автореф. дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.02. Тамбов, 2011. 24 с.
6. Крузе-Брукс О. Формирование социальной компетентности учащихся начальной школы средствами учебной кооперации : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Великий Новгород, 2008. 176 с.
7. Литвиненко С. Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів початкових класів до соціально-педагогічної діяльності : автореф. дис. ... докт. пед. наук : 13.00.04 ; Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова. Київ, 2005. 40 с.
8. Ляхова Н. Педагогическое обеспечение формирования социальной компетентности студентов педагогического вуза : автореф. дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Красноярск, 2008. 26 с.
9. Новиков В. Этнопедагогические основы формирования социальной компетентности детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста : автореф. дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Смоленск, 2004. 18 с.
10. Сподаренко Е. Педагогические условия формирования социальной рефлексии младших школьников : дисс. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Москва, 2008. 216 с.
11. Тадаєва А. Соціально-педагогічний супровід соціалізації молодших школярів в сучасному інформаційному просторі : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.05. Харків, 2016. 258 с.
12. Шахрай В. Соціальна компетентність особистості в науковій літературі. *Збірник наукових праць Інституту соціології Національної академії наук України*. 2008. Вип. 11. С. 352–362.
13. Яценко Л. Особливості соціалізації дітей молодшого шкільного віку. *Гуманітарний вісник Державного вищого навчального закладу «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди»*. 2013. № 28. С. 383–388.
14. Katz L.G. Fostering children's social competence: The teacher's role. Washington, DC : National Association for the Education of Young Children, 1997.

# НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНЕ СПОСТЕРЕЖЕННЯ ТА АНАЛІЗ ПСИХІЧНИХ РОЗЛАДІВ ПІД ЧАС ПОДОРОЖЕЙ У КИТАЇ

## NEUROPSYCHOLOGICAL OBSERVATION AND ANALYSIS OF MENTAL DISORDERS DURING TRAVEL IN CHINA

У статті розглядаються психози, пов'язані з подорожами (Travel-Related Psychosis, TRP). З метою виявлення психічних відхилень мандрівників ми провели клінічне психомедичне спостереження та аналіз пацієнтів із психічними розладами під час подорожі.

Психози, пов'язані з подорожами (Travel-related psychosis, TRP) є поширеним рапто-вим психічним розладом. Це транзиторний психічний розлад, який раптово виникає під час або відразу після подорожі. Такий стан може виникати не тільки у пасажирів залізничних поїздів, а й у мандрівників під час далеких пересувань на кораблях і пасажирських автомобілях і може спричиняти ушкодження. У цій статті зроблено спробу проаналізувати патогенні фактори мандрівного психозу з точки зору нейропсихології. Це вичерпно пояснюється аспектами охорони здоров'я та факторами навколишнього середовища, а виражається у специфічних проявах з боку мозку та кишківника як реакції приматів на цю ситуацію.

Стрес під час подорожі впливає на вісь «мозок – кишківник» (MGB). Травна система є невіддільною від емоцій та психічних станів. Під час робочого тиску чи травми, окрім емоційного занепокоєння, у людини можуть статися порушення апетиту, шлунково-кишкові розлади, запори, блювота тощо. Кишкові мікроорганізми проходять через метаболіти. Синтез деяких імунних факторів-попередників впливає на стресову систему. Між стресовою системою людини та нервовим центром існує двосторонній регуляторний механізм.

У статті дається патолого-клінічна характеристика приматів в умовах транспортного стресу. У статті «Дослідження стресу та антистресу у диких мавп-резусів» зазначено, що примати перебувають у стадії високого стресу після зміни середовища протягом 1–2 тижнів. Чжан Ліся вивчав процес контрабанди та транспортування золотих мавп породи Юньнань і виявив, що організм піддається ендокринній реакції на перезбудження симпатичної нервової системи та аномальне посилення функції кори надниркових залоз. Це викликає стресові захворювання та неспецифічні стресові реакції.

Системного дослідження механізму психозу подорожей немає, автори вважають, що пацієнти з TRP мають надмірний стрес і тривожну реакцію на середовище подорожі. TRP має генетичні характеристики, пов'язані зі стресом. Це більше схоже на стан перед гіпертонією. Інакше кажучи, пасажирів з TRP мають стрес симпатичної нервової

системи, що викликає чутливість або сплутаність свідомості.

**Ключові слова:** психічні розлади під час подорожей, транзиторний психічний розлад, клінічні прояви психозу.

The article discusses: Travel-Related Psychosis (TRP). In order to identify the mental disorders of travelers during the trip, this article aims to conduct clinical psychomedical observation and analysis of patients with mental disorders while traveling.

Travel-related psychosis (TRP) is a common sudden mental disorder while traveling. It refers to a transient mental disorder that occurs suddenly during or immediately after travel. It can occur not only in passengers of railway trains, but also in long-distance travel on ships and passenger cars over long distances and can cause malignant damage. This article attempts to analyze the pathogenic factors of nomadic psychosis in terms of neuropsychology. This is fully explained by the aspects of health, the environment, the axis of the brain and intestines, and the response of primates to this situation.

Stress during travel and the brain-intestinal axis (MGB). The digestive system is inseparable from emotions and mental states. During work pressure or injury, in addition to emotional anxiety, there will be loss of appetite, gastrointestinal disorders, constipation, vomiting and more. Intestinal microorganisms pass through metabolites. The synthesis of some immune precursor factors affects the stress system, between the human stress system and the nerve center there is a two-way regulatory mechanism.

Pathological and clinical characteristics of primates in conditions of transport stress. The study "Stress and anti-stress studies in wild rhesus monkeys" states that primates are in a state of high stress after changing the environment for 1–2 weeks. Zhang Lisa studied the smuggling and transportation of Yunnan golden monkeys and found that the body was subjected to an endocrine reaction of overstimulation of the sympathetic nerve and abnormally enhanced adrenal cortex function, which causes stress diseases that cause nonspecific stress reactions.

There is no systematic study of the mechanism of travel psychosis, the author believes that patients with TRP have excessive stress and anxious reaction to the driving environment. TRP has genetic characteristics associated with stress, and this is more like a pre-hypertensive condition, or TRP passengers have stress on the sympathetic nervous system that causes sensitivity or confusion.

**Key words:** mental disorders during travel, transient mental disorders, clinical manifestations of psychosis.

УДК 316.061.213(477.72)

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.25>

### Юнг Н.В.

к.психол.н.,  
доцент кафедри практичної  
та клінічної психології  
Одеський національний університет  
імені І.І. Мечникова

### Кирилшина М.Г.

к.психол.н.,  
доцент кафедри практичної  
та клінічної психології  
Одеський національний університет  
імені І.І. Мечникова

### Кайсінь Цзінь

студент спеціальності «Психологія»  
освітньої програми «Психологія»  
Одеський національний університет  
імені І.І. Мечникова

**Постановка проблеми.** Необхідно встановити статус психозу під час подорожі в класифікації захворювань в Китаї з точки зору форми та клінічних характеристик захворювання. Необхідно також за допомогою наукової

літератури всебічно проаналізувати патогенез пацієнтів з мандрівним психозом у клінічній психології.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Згадки про психічну хворобу, пов'язану

з подорожами, трапляються у китайській літературі від давнини (з «Книги пісень»: «Я пішов у минуле»; «Сьогодні я думаю, дощ і сніг падають») до сучасності («Туга за домом»: «Туга за домом – це неглибока протока, я тут, а материк знаходиться на іншому кінці»). Тисячі китайських літературних творів і ідіом розкривають сильну тугу китайців за домом, вода та ґрунт місцевості сприяють людям цього району, записи цих стародавніх книг історії інтегровані в життя сучасних китайців. Стародавній Китай був сільськогосподарською країною, люди ностальгували за рідними містами і не хотіли переїжджати в інші місця. Якщо людям доводилося жити далеко від рідних міст, їх супроводжували великі або маленькі життєві труднощі (GAD – генералізований тривожний розлад, а також синдром Улісса). Культурно-антропологічний психоз під час подорожей в минулому вважався психічним розладом. У Китаї він мав культурні особливості.

Вчений Цай Чженчжун виявив, що під час тривалого спостереження за формуванням і процесом інтерактивного взаємозв'язку між тугою за домом і сімейною прихильністю когнітивний стан і формування звичок мозку є факторами пам'яті, які легко викликають думки на основі епізодичної пам'яті. Існує 12 елементів пам'яті:

1) пам'ять образів (фотографії, листи, передсмертні записки, картини);

2) тактильна пам'ять (аксесуари для одягу, волосся для нігтів);

3) нюхова пам'ять (запах тіла, запах сигарет, запах будинку, парфумів, засобів для ванни та догляду);

4) пам'ять смаку (смак приготованої їжі та улюбленої їжі);

5) звукова пам'ять (звукозаписи, улюблені пісні);

6) пам'ять рухів (мова тіла, міміка, поведінка, звичні рухи);

7) пам'ять зовнішності (одяг і зовнішність);

8) пам'ять часу (день пам'яті);

9) екологічна пам'ять (простір і середовище, де люди жили разом);

10) пам'ять концепції життя (життєва цінність і релігійна філософія);

11) матеріальна пам'ять (довготривала залежність від фінансового забезпечення родичів для задоволення повсякденних потреб);

12) оперативна пам'ять (обсяг пам'яті та матеріали пам'яті є змінними: якщо інформація часто використовується і має значення, то об'єм пам'яті можна збільшити).

Вчені у галузі екологічної психології встановили, що світло, температура та вологість, пори року, річніци, екологічна атмосфера тощо в конкретному часовому та просторовому середовищі можуть легко створити у людей

ілюзію простору та викликати спогади. Спогади про певні події, які людина колись пережила, не завжди є приємними. Іноді спогади призводять до ендокринних порушень або емоційної нестабільності. Перераховані вище явища – це та туга за домом, про яку ми згадували.

**Постановка завдання.** Мета статті – на основі теоретико-методологічних досліджень створити програму проведення емпіричного дослідження. Для цього необхідно визначити репрезентативну вибірку респондентів, відібрати конкретні психологічні методики, спрямовані на діагностику досліджуваних показників. Для досягнення мети дослідження необхідно виконати такі завдання:

1) провести аналіз отриманих емпіричних даних, сформулювати приватні і загальні висновки за результатами дослідження;

2) використати в дослідженні психодіагностичні методики, згруповані таким чином:

а) за методами дослідження (спостереження, опитування, вивчення продуктів діяльності, діагностичний метод);

б) використання шкали негативних і позитивних симптомів (PANSS);

3) дослідити наукову літературу з зазначеного питання.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Вчені у галузі екологічної психології встановили, що світло, температура та вологість, пори року, річніци, екологічна атмосфера тощо в конкретному часовому та просторовому середовищі можуть легко створити у людей ілюзію простору та викликати спогади. Спогади про певні події, які людина колись пережила, не завжди є приємними. Іноді спогади призводять до ендокринних порушень або емоційної нестабільності. Перераховані вище явища – це та туга за домом, про яку ми згадували.

Якщо структура харчування людини та її звички раптово змінюються через переїзди, то мікроекологічне середовище кишківника деякий час не може адаптуватися до цього. Чутливий шлунково-кишковий тракт піддається випробуванню, особливо у людей, схильних до розладів травлення.

У перші роки медичних досліджень подорожей багато мандрівників до тропіків і субтропіків страждали на діарею незрозумілого походження. Спочатку дослідники вважали, що це викликано поганими санітарними умовами в слаборозвинених країнах. Однак порівняльне дослідження контрольної групи виявило, що групи людей, які подорожують до розвинених країн, є європейськими та американськими мандрівниками, які перебувають у тих самих розвинених країнах і мають еквівалентні санітарні умови або подорожують між штатами. У них також була діарея з невідомих причин, але вона швидко минала.

У 1977 році Всесвітня організація охорони здоров'я назвала цей стан «діарея мандрівників». Така назва підкреслює, що подорожі є важливою умовою захворювання. Це особливий тип інфекційної діареї. Її викликає більшість кишкових хвороботворних бактерій. Також її можуть викликати такі патогени, як віруси, грибки та паразити. Ці збудники проникають в кишківник, викликаючи набряк його слизової оболонки, надмірну ексудацію та електролітні порушення, а синдром кишкового стресу мандрівника може призвести до діареї.

Симптоми діареї мають швидкий початок. За пів дня до і після прибуття в пункт призначення може бути більше 3 м'яких, несформованих або водянистих випорожнень. Крім того, це може супроводжуватися болем у животі, головним болем, нудотою, блювотою, слабкістю, високою температурою тощо. У деяких випадках зневоднення більшість пацієнтів з ацидозом можевилікуватися самостійно, а деякі пацієнти потребують медичної допомоги.

У разі виникнення синдрому кишкового стресу до та після поїздки необхідно своєчасно поповнювати запаси води та електролітів, втрачених організмом, щоб запобігти зневодненню. У разі частої діареї, тривалої або такої, що супроводжується лихоманкою, гнійним слизом, появою крові, рекомендується якомога швидше звернутися за медичною допомогою. У разі виявлення бактеріальної інфекції в калі рекомендується використовувати фторхінолонові антибіотики.

Під час клінічних досліджень було виявлено, що більшість випадків діареї перед поїздкою викликана стресом, пов'язаним небажанням розставання, тривогою перед від'їздом з батьківщини. Часто такі прояви трапляються у заробітчан, які змушені працювати далеко від рідної домівки. Перед поїздкою рекомендується прийняти локватамін, який є інгібітором перистальтики кишківника. Рекомендується приймати протидіарейні засоби на основі локватаміну, дименгідринату тощо від заволодіння для ефективного полегшення стану під час подорожі.

Отже, причина неакліматизації полягає в тому, що людина потрапляє в нове середовище, а умови, до яких вона звикла, сильно змінюються. До цього додаються такі фактори, як втома від подорожі, зниження імунної функції організму, зараження хвороботворними мікроорганізмами. Має минути деякий час, щоб організм звик до нових умов.

Заходи, які дійсно можуть допомогти людині акліматизуватись, полягають у тому, щоб готуватися заздалегідь, уникати негативних думок і надмірних перепадів настрою, уникати надмірної тривоги та втоми, більше відпочивати, коли на це є час. На початку подорожі необхідно виробити хороші гігієнічні звички та

звернути увагу на гігієну харчування, не вживати сирової, холодної та недодареної їжі. Не можна їсти гарячого чи холодного. Потрібно дотримуватись режиму сну. Необхідно лікувати такі симптоми, як розлад травлення, діарея, свербіж шкіри та інші неприємні відчуття.

Психоз мандрівників – це посилена реакція судин на стрес. На кров'яний тиск впливають емоції, викликані розмовами та розставанням, середовищем їзди, часовими та просторовими змінами. Люди з туристичним психозом стають тривожними та балакучими під час подорожі, відчувають себе розгубленими, у них тремтять у ноги, з'являється почуття безпорадності. Їх супроводжують різноманітні емоційні розлади, істерики, перезбудження. Такі емоції можуть бути «заразними» серед мандрівників у замкнутому просторі. Ці прояви можуть спричинити колективну тривогу та невпевненість.

Зародження психогенного психозу подорожі відбувається у нервовій системі, а потім сигнали від мозку передаються до ендокринної й імунної систем. Основними зовнішніми причинами його виникнення є далекі переїзди в багатолюдному і замкнутому просторі, відсутність повноцінного відпочинку, які призводять до стресової реакції у пацієнтів з психозом подорожей.

Під час дослідження молекулярного механізму було виявлено, що кишкові мікроби опосередковують виникнення депресивної поведінки через порушення обміну вуглеводів та амінокислот в осі «кишківник – мозок».

Клінічно важко відрізнити пацієнтів з депресією від пацієнтів з біполярним розладом, що супроводжується депресивними епізодами. Пацієнти з біполярним розладом переживають дві стадії манії та депресії, але більшість пацієнтів має довший період депресії. Ми порівняли мікробний склад ШКТ пацієнтів з депресією та пацієнтів з біполярним розладом. Ми виявили, що у пацієнтів з депресією в кишковій мікрофлорі переважають 9 штамів *Bacteroides* та *Blautella*.

Під час подальших досліджень молекулярних механізмів ми виявили, що невпорядковані мікроби кишківника можуть регулювати засвоєння амінокислот в кишківнику людини, зокрема триптофану та інших молекулярних сполук, тісно пов'язаних з виникненням депресії.

Аналіз модуля метаболізму осі MGB виявив, що невпорядковані мікроби у кишківнику переважно регулюють метаболізм гліцерофосфоліпідів і сфінголіпідів в осі MGB. У цьому процесі ключову роль відіграє гіпокамп.

Ацетилхолінергічні нейрони є важливою групою нейронів-модуляторів у мозку, розподілених у багатьох ділянках мозку, таких як базальний мозок і стовбур мозку. Холінергічні

нейрони вивільняють ацетилхолін через свою широку проєкцію аксонних волокон, регулюють нервову активність кори, гіпокампу та підкіркового ядра, а також беруть участь у реалізації руху, сну, емоцій та пам'яті.

Аномальна функція холінергічних нейронів пов'язана з різними неврологічними захворюваннями, такими як хвороба Альцгеймера, порушення сну і когнітивних функцій. У теорії осі MGB холінергічні нейрони можуть бути найбільш поширеними в шлунково-кишковому тракці.

Отже, депресія і біполярний розлад супроводжуються кишковими мікробними розладами, а невпорядковані кишкові мікроби можуть бути основною причиною депресії. Вище ми навели дані дослідження метаболічного механізму кишково-мозкової осі, опосередкованого мікробними розладами кишківника.

Наразі ми не можемо стверджувати, що порушення роботи осі «мозок – кишківник» пов'язані з психозом у подорожі. Однак ми не можемо не думати, що клінічні прояви психозу подорожей значною мірою пов'язані з кишківником (наприклад, пронос або запор у мандрівників). Теорія осі «мозок – кишківник» забезпечує напрям для подальших досліджень патогенезу психозу мандрівника.

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

1. Виникнення психозу під час подорожі спричиняється спільним впливом багатьох факторів. Такий психоз тісно пов'язаний з середовищем подорожі, а також якість, фізичним станом та психологічним стресом пацієнта. У пацієнтів часто виникають певні особистісні та психологічні стани, що проявляються як несамотійність, перший вихід на вулицю, відсутність соціального досвіду, загальне занепокоєння, занепокоєння щодо фінансових крадіжок тощо. У разі перебування у місцях

скупчення людей, у шумних місцях, у місцях, де не вистачає кисню та води, а також у разі серйозної нестачі сну та сильної фізичної втоми під час подорожі у людини може виникнути психоз мандрівника.

2. Між мозком і кишківником існує тісний зв'язок, що може спричинити діарею, біль у животі час емоційного стресу. Клінічні прояви психозу подорожей пов'язані з кишківником (наприклад, діарея або запор у мандрівника). Теорія осі «мозок – кишківник» забезпечує напрям для подальших досліджень патогенезу психозу мандрівника.

3. Синдром Улісса є передвісником психозу подорожей. Він безпосередньо пов'язаний з психозом подорожей. У людей із синдромом Улісса може розвинути психоз подорожі.

4. Стрессова реакція приматів під час подорожей подібна до реакції психопатів під час подорожей (наприклад, клінічні прояви анорексії, виразки шлунка, безсоння та діарея). У людей і приматів правильне вживання вітаміну С може підвищити опірність організму та допомогти контролювати психоз мандрівника.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Achotegui J. The Ulysses Syndrome: The Immigrant Syndrome with Chronic and Multiple Stres. *Ediciones El Mundo de la Mente*. Spain, 2009. 162 с.

2. Цай Чженчжун. Біохімічний аналіз крові людини та тварин та патологоанатомічний огляд під час перевезення (під час транспортування). *Sichuan Jiayou Precious Magazine Publishing Co., Ltd*. 2020. С. 84–87.

3. Цай Чженчжун, Янь Шичен, Чень Юсін. Зміни нервових шляхів і передавачів при генералізованому тривожному розладі (GAD). *Сім'я з вагітністю*. Ченду, Сичуань. *Sichuan Jiayou Precious Magazine Publishing Co., Ltd*. 2021. С. 78–90.

4. Санникова О.П. Феноменология личности: избранные психологические труды. Одесса : СМЛ, 2003. 256 с.

## ФАКТОРИ СЕРЕДОВИЩА В ДІЯЛЬНОСТІ ТА УЧАСТІ У СУСПІЛЬНОМУ ЖИТТІ ДІТЕЙ З МОВЛЕННЄВИМИ ПОРУШЕННЯМИ З ПОЗИЦІЙ МКФ

### ENVIRONMENT FACTORS IN ACTIVITIES AND PARTICIPATION

### OF CHILDREN WITH SPEECH DISORDERS FROM THE POSITION OF THE ICF

*У статті розглядається питання впливу факторів середовища на участь у суспільному житті і діяльність дітей з порушеннями мовленнєвого розвитку з позицій МКФ.*

*На основі теоретико-методологічного аналізу та систематизації наукової літератури з проблеми дослідження констатовано необхідність врахування не лише індивідуальних особливостей розвитку мовленнєвої компетентності і її психологічних особливостей, пов'язаних із мовленнєвим недорозвиненням, а й зовнішніх впливів на функціонування та обмеження життєдіяльності дитини з порушеннями мовлення. У зв'язку з цим у статті поставлено мету репрезентувати окремі концептуальні засади МКФ. Ідеться про перший компонент контекстуальних факторів – фактори середовища.*

*З огляду на положення МКФ представлено розуміння факторів середовища як бар'єрів і полегшуючих факторів. Підкреслено, що той самий фактор середовища може бути бар'єром або фактором полегшення. Характер впливу, який цей фактор чинить на функціонування дитини, визначається виключно з позицій конкретного учня, ситуація якого описується.*

*Питання виявлення факторів середовища, які чинять вплив, встановлення характеру впливу виявлених факторів, усунення перешкод або підсилення факторів, що чинять ресурсний вплив на діяльність і участь у суспільному житті дитини з мовленнєвими труднощами, визнається вагомими у моделюванні безбар'єрного освітнього середовища відповідно до освітніх потреб цієї дитини. Описано фактори середовища, які можуть впливати на функціонування дітей з різними особливостями мовленнєвого розвитку. Унаочнюється взаємодія факторів середовища з функціями організму, діяльністю та участю у суспільному житті дитини з мовленнєвими порушеннями.*

*Наголошено на необхідності широкого виявлення факторів середовища, що стосуються дітей згаданої категорії, що ближчим часом повинно стати предметом спеціальних досліджень.*

**Ключові слова:** фактори середовища, діяльність і участь, бар'єр, полегшуючий фактор, безбар'єрне освітнє середовище,

*міжнародна класифікація функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я (МКФ), порушення мовлення.*

*The article considers the impact of environmental factors on the Activities and Participation of children with speech disorders from the standpoint of the ICF.*

*Based on theoretical and methodological analysis and systematization of scientific literature on the research problem, the author states the need to take into account not only the individual characteristics of speech competence and its psychological characteristics associated with speech underdevelopment, but also external influences on the Functioning and Disability. In this regard, the article aims to represent some of the conceptual principles of the ICF. This is the first component of Contextual factors – Environmental factors.*

*The author presents an understanding of the concepts of Environmental factors, Barriers, Facilitator from the provisions of ICF. It is emphasized that the Environmental factor can be a Barrier or a Facilitator. The nature of the impact that this Environmental factor has on the Functioning of the child is determined solely by the position of the particular student whose situation is described.*

*Important in modeling a barrier-free educational environment in accordance with the educational needs of a child with speech difficulties is given to identifying influential environmental factors, establishing the nature of the impact of identified factors, removing obstacles, or strengthening the impact on the resource Activities and Participation. The author describes some of the environmental factors, their influence on the Functioning of children with various features of speech development. The examples illustrate the interaction of Environmental factors with Body functions, Activities and Participation of a child with speech disorders.*

*Emphasis is placed on the need to study the impact of Environmental factors affecting children in this category, which should soon be the subject of special studies.*

**Key words:** Environmental Factors, Activities and Participation, Barrier, Facilitator, barrier-free educational environment, International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF), speech disorders.

УДК 159.9:376.37

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.26>

**Якимчук Г.В.**

наукова співробітниця лабораторії психологічного супроводу дітей з особливими освітніми потребами Український науково-методичний центр практичної психології і соціальної роботи

Інклюзивне навчання дітей з особливими освітніми потребами, зокрема з порушеннями психофізичного розвитку, сьогодні в Україні визначається як пріоритетне і впроваджується чимдалі активніше на принципах рівності можливостей, недискримінації і взаємної поваги до індивідуальних особливостей і відмінностей кожної дитини, а не у контексті обмежень чи порушень.

Прийняття державою стратегічних документів з орієнтацією на досягнення безбар'єр-

ності, в тому числі освітньої [8; 12], законодавчих змін у галузі інклюзії з орієнтацією на міжнародні підходи до визначення категорій (типів) освітніх труднощів у осіб з особливими освітніми потребами (ООП), визначення рівнів їх підтримки [7; 9; 10; 11], широке запровадження інклюзивного навчання у закладах дошкільної та загальної середньої освіти загалом визначають потребу в опануванні і застосуванні педагогами цих закладів засад міжнародної класифікації функціонування,

обмежень життєдіяльності та здоров'я (МКФ) [5] задля ефективної організації інклюзивного, тобто якісного та доступного, освітнього середовища, що ґрунтується на правах людини.

Спираючись на світовий досвід із створення безбар'єрного простору, на законодавчому рівні держава сприяє створенню належних умов для організації задоволення потреб всіх учасників освітнього процесу – дітей, педагогічних працівників, інших працівників закладу освіти, батьків дітей, асистентів дітей з ООП. Вільний доступ до освіти, створення сприятливих умов та рівних можливостей для навчання усіх дітей в групі або класі відповідно до потреб учасників освітнього процесу з особливими освітніми потребами, створення інклюзивного освітнього середовища є стратегічними цілями розбудови освітньої безбар'єрності [8; 12]. Саме тому виявлення факторів, які створюють бар'єри (перешкоди), і впровадження у практику спеціальних заходів, які усувають або пом'якшують ці бар'єри, є першочерговими завданнями педагогів у закладах освіти. Якомога повніший перелік всіх життєвих галузей, в яких людина здійснює різні види діяльності (перелік несприятливих факторів, інструментів для опису різних ситуацій і розуміння бар'єрів навколишнього середовища, які безпосередньо перешкоджають участі в навчанні або створюють труднощі у дитини, виявлення дискримінації, а також позитивних впливів навколишнього середовища – полегшуючих факторів, ресурсів), містить МКФ<sup>1</sup>.

Отже, актуальність розроблення проблеми виявлення факторів середовища, встановлення характеру впливів виявлених факторів, усунення перешкод або підсилення факторів, що чинять ресурсний вплив на діяльність і участь у суспільному житті дитини з мовленнєвими труднощами, визначається необхідністю моделювання безбар'єрного освітнього середовища відповідно до освітніх потреб цієї дитини.

**Метою статті** є репрезентація впливу факторів середовища на діяльність і участь у суспільному житті дитини з порушеннями мовлення з позицій МКФ, можливих способів усунення негативних або підсилення позитивних впливів цих факторів у процесі моделювання педагогічними працівниками закладу освіти базбар'єрного середовища відповідно до особливих освітніх (мовленнєвих) потреб дітей з тяжкими порушеннями мовлення (ТПМ).

**Методи дослідження.** Застосовано теоретико-методологічний аналіз, систематизацію наукової літератури з проблеми дослідже-

ння, опору на практичний досвід діагностики і корекції тяжких порушень мовленнєвого розвитку та узагальнення отриманих результатів.

**Виклад основного матеріалу.** Сучасний підхід до розв'язання проблем мовленнєвого розвитку дітей з тяжкими порушеннями мовлення як в спеціальному, так і в інклюзивному класі (або групі) передбачає врахування індивідуальних особливостей дитини не лише з точки зору ступеня розвитку мовленнєвої компетентності і психологічних особливостей, пов'язаних із мовленнєвим недорозвиненням, а й з огляду на те, в систему яких зовнішніх впливів на функціонування та обмеження життєдіяльності дитина з порушеннями мовлення потрапляє [2; 3; 5; 6].

Задля уніфікації понятійного апарату, який буде використовуватися в даній статті, окреслимо розуміння факторів середовища, тобто бар'єрів і полегшуючих факторів, відповідно до МКФ.

Складник «фактори середовища» (Environmental Factors) представлений в МКФ як перелік можливих несприятливих зовнішніх факторів, інструмент для опису різних ситуацій і розуміння бар'єрів навколишнього середовища, які безпосередньо перешкоджають участі в навчанні (обмежують діяльність) або створюють труднощі для дитини у життєвих ситуаціях чи спільній діяльності (обмежують участь), а також як перелік позитивних впливів навколишнього середовища (полегшуючих факторів, ресурсів). Фактори середовища – фізичне, соціальне оточення та середовище відносин і ставлень, де люди живуть і проводять свій час [1; 5]. До них належать такі аспекти, як фізичне середовище (доступне, недоступне), відповідні допоміжні технології (наявні, відсутні), ставлення людей до обмеження життєдіяльності (позитивне, негативне), а також служби, системи та політики (яких немає взагалі, які перешкоджають залученню всіх людей із певним станом здоров'я у всі сфери життя, а також які сприяють залученню).

Отже, фактори середовища через їх відсутність або присутність можуть позитивно впливати на результат діяльності, на здатність окремої дитини виконувати дії і завдання, а також на функції або структуру організму людини чи обмежувати функціонування, перешкоджати, створювати труднощі, обмежувати життєдіяльність [5]. У першому випадку фактори середовища розглядаються як фактори, що поліпшують функціонування та знижують обмеження життєдіяльності, тобто як *полегшуючі фактори* (Facilitator). У другому випадку йдеться про *бар'єри* (Barrier), обмеження. Фактор середовища може бути бар'єром лише тому, що він є, або тому, що він відсутній. Можна передбачити, що один конкретний фактор середовища може бути як бар'єром, так і фактором полег-

<sup>1</sup> Створено версію МКФ для дітей та підлітків (МКФ-ДП). Попри те, що функції додавання нових кодів та модифікації наявних в МКФ-ДП були розроблені спеціально для дітей (першого року життя, раннього, дошкільного та шкільного віку) та підлітків, вони також є актуальними для МКФ і були включені в процес її оновлення [6, с. 7].

шення залежно від характеру впливу, який цей фактор чинить на функціонування і життєдіяльність людини в конкретній ситуації в певний момент часу [5].

Слід брати до уваги і те, що різні середовища зумовлюють вплив на всі складники функціонування та обмеження життєдіяльності людини різною мірою. Тобто фізичні, соціальні фактори та фактори взаємовідносин людей, які чинять позитивний (поліпшують) або негативний вплив (погіршують, обмежують) на функціонування людини (функції організму, структури організму, діяльність та участь) і обмеження її життєдіяльності (порушення, обмеження діяльності або обмеження участі), визначаються або фактором полегшення, або бар'єром відповідного ступеня: бар'єр відсутній (немає, незначний); легкий (незначний) бар'єр / (невеликий, слабкий) полегшуючий фактор; помірний (середній, явний) бар'єр; важкий бар'єр (високий, екстремальний) / суттєвий полегшуючий фактор (високий, екстремальний); повний (абсолютний) бар'єр чи полегшуючий фактор [1; 5; 6].

За умови однакового порушення з медичної точки зору труднощі дітей із порушеннями мовлення можуть суттєво відрізнятися за показниками індивідуального і соціального функціонування, зумовленими впливами факторів середовища. Ідеться про умови середовища, в якому дитина перебуває, та ту підтримку, яка була надана дитині на попередніх етапах її навчання та розвитку, тобто супровід, який був забезпечений дитині та її родині.

Розглянемо фактори середовища, що можуть створювати бар'єри (перешкоди) в контексті освітньої діяльності осіб з тяжкими порушеннями мовлення, які потребують створення для них спеціальних умов навчання або впровадження заходів, що сприятимуть їхній успішній освітній діяльності, а також фактори середовища, котрі можуть становити ресурсне значення у діяльності і участі у суспільному житті осіб з мовленнєвими порушеннями, пом'якшувати бар'єри (перешкоди).

Як відомо, важливим у формуванні активного мовлення є так зване мовленнєве наслідування, тобто таке відтворення звуків, слів, фраз, що спочатку схожі на відлуння, а пізніше стає відтермінованим у часі самостійним повторюваним мовленням. Виникнення умов (контексту) обмеження досвіду соціальної взаємодії і недостатнього використання мовних засобів (наприклад, перебування дитини раннього віку в закладі інституційного догляду та виховання, ухилення батьків від виконання обов'язків з виховання дитини, нехтування мовленнєвими потребами дитини чи непомічання їх дорослими) може розглядатися як фактор у навколишньому середовищі, що сприяє порушенню функціонування і обмежує діяль-

ність і участь у суспільному житті різною мірою. У несприятливому соціально-мовленнєвому середовищі ускладнюється або порушується спонтанний мовленнєвий розвиток дитини. Розвиток мовлення за таких умов затримується (мовленнєві проблеми виникають на тлі загальної педагогічної занедбаності) або відбувається із значними труднощами і потребує спеціальних заходів задля опанування мовлення дитиною в обсязі, що відповідає її віку [15; 16]. Порушення у психічному розвитку, які виникають через недостатність мовленнєвого розвитку, також вимагають спеціальної компенсації (надолуження).

Можлива і протилежна ситуація, коли дитина виховується в умовах збільшеної опіки в сім'ї, де всі дії дорослих спрямовані на задоволення потреб та інтересів дитини. Якщо дитину розуміють з пів погляду та випереджають усі її бажання, то потреба використовувати активне мовлення у дитини значно зменшується [15; 16]. Таке середовище створює перешкоди для виникнення у дитини мотивів мовлення і потреби у мовленнєвому спілкуванні, а отже, спричиняє виникнення порушення і обмеження діяльності дитини.

Описані приклади впливу зовнішніх чинників на розвиток мовленнєвої функції представляють соціальне середовище як причину невідповідності між найвищим можливим рівнем функціонування у певний момент часу (здатність, актуальний рівень розвитку) та очікуваним рівнем мовленнєвого розвитку дитини даного віку (вікова норма), оскільки це середовище створює бар'єри до участі (соціальна перспектива функціонування) і діяльності (перспектива індивідуального функціонування) [5].

Розглянемо інший приклад впливу факторів середовища, які перешкоджають діяльності та участі особистості у суспільному житті.

Специфічні труднощі у дитини в оволодінні навичками читання (дислексія) можуть бути причиною неуспіху в опануванні предметів мовного циклу (обмеження діяльності). Такі труднощі особливо будуть виявлятися у дитини із семантичною дислексією, коли дитина читає переважно правильно, однак прочитаного вона не розуміє. Спостерігається порушення розуміння прочитаного слова, фрази, тексту за правильною технікою читання. Також через велику кількість помилок під час читання дитина може не розуміти змісту прочитаного, спотворювати його, оскільки у такому разі відбувається читання за принципом здогадування. Дитина губить рядок або закінчення слів і фрагментарно розуміє зміст тексту, або ж вигадує його сама.

Навчання дітей із зазначеними порушеннями потребує від педагогів застосування певних прийомів, методів і використання засобів,



які б запобігали фрагментарному читанню, нерозумінню тексту, викривленню змісту за згодкою.

Зі спеціальних приладів для читання можна застосовувати, наприклад, такі: лінійку-пластину, яка має прямокутне віконце посередині, в яке вставляються напівпрозорі кольорові смужки; кольорові смужки для читання без змінної смужки (прозорі накладки певного розміру з фіксованою горизонтальною лінією); кольорові указки для читання Т-подібної форми, які надіваються на палець і дозволяють слідкувати за текстом за допомогою використання методу вказівки пальцем, який охоплює одне-два слова; кольорові накладки для читання (прозорий кольоровий пластиковий листок, який поміщається поверх рядків тексту), які маскують візуальні ефекти сприйняття. Також ефективною є зміна розміру і виду друкованого шрифту, міжрядкового інтервалу, використання українського шрифту Inclusion UKR, розробленого для дітей і дорослих із дислексією, використання застосунку, який адаптує тексти із використанням спеціального шрифту та відповідно до індивідуальних налаштувань, синтезатора мовлення, який озвучує друкований текст. Також діти з дислексією потребують додаткового прочитання інструкцій педагогом, збільшення часу на виконання завдань, додаткової самоперевірки, додаткових повторень пройденого матеріалу з будь-якого навчального предмету. Доцільним є розроблення індивідуальних способів закріплення або домашнього опрацювання навчального матеріалу з мови, літератури, природознавства, основ здоров'я тощо, а також перевірки здобутих знань та навичок з цих предметів (наприклад, прослуховування аудіофайлів, текстів замість їх прочитання, усне опитування замість письмового тощо).

Тут можна говорити про пристосування факторів навколишнього середовища (спеціальне приладдя, методи навчання і заходи, спрямовані на перевірку знань, умінь, навичок чи інших компетентностей дитини) до потреб учня задля створення таких умов (тобто забезпечення факторів полегшення функціонування), які можуть забезпечити виконання завдання або дії цим учнем (*діяльність*). Зауважимо, що фактори середовища тут розглядаються виключно з позицій конкретного учня, ситуація якого описується. Наприклад, подібна адаптація методів викладання для учня з порушенням слуху не становитиме ресурсного значення, а створить додаткові бар'єри. Отже, існування фактору полегшення впливає на діяльність дитини таким чином, що уможливорює виконання завдання – сприйняття і засвоєння навчального матеріалу, репрезентацію здобутих знань тощо.

Опишемо, як ставлення (як фактор середовища) з боку навколишніх впливає на становлення особистості цієї дитини з ТПМ, створюючи *бар'єри* або, навпаки, *полегшуючі фактори* [1].

Характеризуючи особистість дитини із заїканням, слід зважати, що умови виховання і розвитку дитини можуть сприяти проявам і закріпленню негативних або позитивних психічних явищ. Так, наприклад, нерівність (надмірна суворість і вимогливість) або зниження вимог (розпещеність, потурання), неоднаковість ставлення до дитини порівняно з іншими (жалість, надмірна увага), акцентування уваги на порушенні, виключення із різних видів спільної діяльності через мовленнєві труднощі, кепкування так чи інакше опосередковують поведінку дитини різними захисними механізмами і негативними поведінковими реакціями [13; 14]. Дитина може вдаватися і до уникнення в подальшому будь-яких соціальних контактів через передчуття мовленнєвих невдач і негативного реагування на них навколишніх, невпевненість у собі, низьку самооцінку, зниження мотивації, зниження рівня домагань, страх мовлення. Нашарування негативних уявлень про себе поглиблює мовленнєві труднощі [4; 13].

Більшість дітей із заїканням відчуває досить інтенсивний тиск середовища, в якому перебуває, з боку родинних (сім'я, близькі і далекі родичі) і соціальних структур (друзі, однокласники, сусіди, учителі, інші члени громади, в тому числі незнайомі). Тому, говорячи про необхідність створення сприятливого середовища для дітей із заїканням, ми маємо на увазі створення такого середовища, яке б сприяло нормалізації функції організму (відповідно до МКФ функції утворення плавності та безперервності потоку мовлення). Окрім вимог до мовлення навколишніх (спокійний тон, доброзичливість, зрозумілість, виразність, неквапливість), доцільними є рекомендації щодо створення спокійного настрою, підбадьорювання у подоланні порушення, означення успіхів, підтримування мотивації працювати над подоланням порушення. Неприпустимим є наслідування спотвореного мовлення дитини і вказування на її мовленнєві недоліки і невдачі [4, с. 28]. Описаний приклад також унаочнює взаємодію факторів середовища (ставлення навколишніх) з функціями організму (функції утворення плавності та безперервності потоку мовлення).

Слід зазначити, що на різних дітей із заїканням фактор середовища «ставлення навколишніх» по-різному чинить негативний та / або позитивний вплив, що зумовлюється іншими особливостями (ступенем фіксації на порушенні, особистісними якостями дитини, стадією порушення, віком тощо).

Отже, середовище може впливати на мовленнєвий розвиток дитини такою мірою, якою воно постає сприятливим фактором, забезпечуючи функціонування, чи перешкодою, обмежуючи життєдіяльність. Характер впливу факторів середовища, ступінь цього впливу, як і характер, структура мовленнєвого порушення, механізми його виникнення і особливості вторинної затримки психічного розвитку та тлі мовленнєвого недорозвинення (структури і функції організму), визначають необхідність і особливості пристосування освітнього середовища до потреб дитини з мовленнєвими порушеннями (створення індивідуальної програми розвитку, індивідуального навчального плану, спеціального приладдя, обладнання тощо).

Виявити перешкоди та бар'єри можна шляхом вивчення середовища закладу освіти, конкретних ситуацій, створених педагогом, різних життєвих ситуацій, змісту обраної комунікації, міри участі дитини у діяльності класу відносно участі інших дітей [2, с. 26]. Спостерігаючи за діяльністю дітей з особливими освітніми потребами та діяльністю їхніх однолітків, можна з'ясувати, що саме утворює труднощі для діяльності дитини з ООП (потенційні обмеження в їхній діяльності під час освітнього процесу). Важливо виявити відповідність між можливостями дитини та пристосуванням навколишнього середовища, між можливостями дитини та очікуваннями педагога. Також слід з'ясувати сильні сторони у функціонуванні, потенціал дитини та полегшуючі фактори, які могли бути підтримкою, необхідною для участі у суспільному житті, подолати виявлені перешкоди, створити дружнє освітнє середовище, орієнтоване на потреби дітей, та забезпечити участь і діяльність усіх дітей.

**Висновок.** Інструментарій МКФ дозволяє описувати не лише стан здоров'я (структури і функції організму), а й діяльність особи та її участь в суспільному житті (перспективу індивідуального і соціального функціонування), аналізувати фактори середовища, які чинять такий вплив, що перешкоджає (обмежує) діяльність і участь особистості у суспільному житті або полегшує таку діяльність і участь.

Виявлення й усунення можливих бар'єрів, визначення полегшуючих факторів, які допоможуть пом'якшити труднощі для дитини, є визначальними чинниками у встановленні особливих освітніх потреб дитини, розробці стратегій підтримки дітей з особливими мовленнєвими потребами в освітньому середовищі і досягненні освітньої безбар'єрності загалом.

Крім того, в науковій і методичній літературі недостатньо розробленим залишається питання впливу факторів середовища, що стосуються дітей з мовленнєвими порушеннями. У цій галузі необхідні додаткові дослідження.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Браузер для МКФ. МКФ для інклюзивної освіти: організація інклюзивного освітнього середовища : вебсайт. URL: <https://icfinedu.org/ua/browser> (дата звернення: 01.11.2021).
2. Визначення та класифікація інвалідності. Супровідний технічний буклет (вебінар 2) / Джудіт Голленвегер. Дитячий фонд Організації Об'єднаних Націй (ЮНІСЕФ), 2014 р. 39 с.
3. Данілавичюте Е.А. Особливі мовленнєві потреби: технологія індикації, аналізу, моделювання освітнього простору. *Діти з особливими потребами в освітньому просторі* : збірник матеріалів V Міжнародного конгресу зі спеціальної педагогіки, психології та реабілітології, м. Чернігів, 10–11 жовтня 2019 року ; Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка. Київ : Симоненко О.І., 2019. 320 с. С. 34–38.
4. Літовченко О.В. Заїкання у дітей: профілактика і корекція : навчальний посібник. Одеса : Видавництво «ТОВ «Лерадрук», 2021. 248 с.
5. Міжнародна класифікація функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я (МКФ). URL: [https://moz.gov.ua/uploads/2/11374-9898\\_dn\\_20181221\\_2449.pdf](https://moz.gov.ua/uploads/2/11374-9898_dn_20181221_2449.pdf) (дата звернення: 01.11.2021).
6. Міжнародна класифікація функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я дітей та підлітків (МКФ-ДП). URL: [https://moz.gov.ua/uploads/1/5263-dn\\_20180523\\_981\\_dod\\_2.pdf](https://moz.gov.ua/uploads/1/5263-dn_20180523_981_dod_2.pdf) (дата звернення: 01.11.2021).
7. Про внесення змін до Постанови Кабінету Міністрів України від 10 квітня 2019 року № 530 : Постанова Кабінету Міністрів України від 28 липня 2021 р. № 769. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/769-2021-%D0%BF#Text> (дата звернення: 01.11.2021).
8. Про затвердження плану заходів на 2021 і 2022 роки з реалізації Національної стратегії із створення безбар'єрного простору в Україні на період до 2030 року : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 4 серпня 2021 року № 883-р. URL: <https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-zatverdzhennya-planu-zahodiv-na-2021-i-2022-roki-z-realizaciyi-nacionalnoyi-s40821> (дата звернення: 01.11.2021).
9. Про затвердження Положення про інклюзивно-ресурсний центр : Постанова Кабінету Міністрів України від 12 липня 2017 року № 545. Дата оновлення : 21.07.2021 року. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/545-2017-%D0%BF#n78> (дата звернення: 01.11.2021).
10. Про затвердження Порядку організації діяльності інклюзивних груп у закладах дошкільної освіти : Постанова Кабінету Міністрів України від 10 квітня 2019 р. № 530. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/530-2019-%D0%BF#Text> (дата звернення: 01.11.2021).
11. Про затвердження Порядку організації інклюзивного навчання у закладах загальної середньої освіти : Постанова Кабінету Міністрів України від 15 вересня 2021 р. № 957. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/957-2021-%D0%BF#Text> (дата звернення: 01.11.2021).
12. Про схвалення Національної стратегії із створення безбар'єрного простору в Україні на період до

2030 року : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 14 квітня 2021 року № 366-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/366-2021-%D1%80#Text> (дата звернення: 01.11.2021).

13. Психолого-педагогічні засади технологій супроводу дітей з особливими освітніми потребами у процесі їх соціальної інтеграції : колективна монографія / наук. ред. А.Г. Обухівська, Т.Д. Ілляшенко. Київ : Ніка-Центр, 2020. 113 с.

14. Трофименко Л.І. Особливості розвитку особистості дошкільників з мовленнєвими порушеннями. *Теоретичне і методичне забезпечення навчання та виховання осіб з особливими освітніми потребами*. 2018. № 8. С. 224–229.

15. Якимчук Г.В. Дитина не розмовляє? Швидше до фахівця! *Справи сімейні*. 2016. № 2 (218). С. 24–25.

16. Якимчук Г.В. Розвиток мовлення малюка. *Справи сімейні*. 2017. № 9 (246). С. 22–23.

## ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ЯК ЧИННИК ПРОФЕСІЙНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ

## EMOTIONAL BURNING AS A FACTOR OF PROFESSIONAL DEFORMATION

У статті розкриваються питання, що стосуються благополуччя і збереження психічного здоров'я особистості, адже від цього залежить не лише життєдіяльність конкретної особи, а й суспільства в цілому. У ній розглянуто необхідність будувати комфортне життя в різних сферах існування індивіда, зокрема особистого, сімейного, професійного. Розкрито інформацію про те, що на дискомфортні стани переважно впливає емоційне вигорання. Подано визначення понять «емоційне вигорання», «професійне вигорання», що трактуються у статті як синонімічні терміни, а також окреслено значення словосполучення «професійна деформація».

Підкреслено, що емоційне / професійне вигорання є основним чинником, який впливає на деформацію особистості у професійній сфері. Охарактеризовано психологічні причини, що впливають на появу синдрому емоційного вигорання, пов'язані з професійною діяльністю. Також визначено чинники, що мають негативний вплив на психологічне здоров'я населення та працівників різних сфер і призводять до великої кількості стресогенних факторів у житті людини. Акцентовано на тому, що складність умов здійснення роботи, психоемоційні та фізичні навантаження сприяють швидкому розвитку емоційного вигорання особистості, що негативно позначається на виконанні професійних обов'язків і призводить до професійної деформації.

Визначено, що виконання однієї і тієї ж роботи протягом тривалого часу формує у фахівця низку важливих професійних якостей, сприяє розвитку компетентності. Однак поряд з цим в такого фахівця з'являються якості, що деформують особистість, тому на стадії професіоналізації відбувається розвиток професійних деструкцій. Зроблено акцент на тому, що кожна професія накладає певний відбиток на характер і особистісні якості людини, особливо у сферах, що пов'язані з активною комунікацією з великою кількістю людей. Окреслено основні причини та низку характерних рис, що сприяють формуванню комплексного уявлення про професійну деформацію як негативне явище. Зазначено, що результатом усіх видів професійної деформації є певні стани психіки, тому варто зважати на наслідки такої деформації і проводити відповідну профілактичну роботу.

**Ключові слова:** благополуччя, емоції, вигорання, деформація, деструкція, стресостійкість, професійна діяльність, психічне здоров'я.

The article reveals the issues related to the well-being and mental health of the individual, because it depends not only on the life of a particular person, but also society as a whole. It considers the need to build a comfortable life in various spheres of individual existence, including personal, family, professional. Information has been revealed that uncomfortable states are more affected by emotional burnout. The definitions of "emotional burnout", "professional burnout", which are defined in the article as synonymous terms, are given, and the meaning of the phrase "professional deformity" is outlined.

It is emphasized that emotional / professional burnout is the main factor influencing the deformation of the individual in the professional sphere. The psychological causes of emotional burnout associated with professional activities are described. Factors that have a negative impact on the psychological health of the population and workers in various fields and lead to a large number of stressors in human life have also been identified. Emphasis is placed on the fact that the complexity of the conditions of its implementation, psycho-emotional and physical stress contribute to the rapid development of emotional burnout, which will negatively affect the performance of professional duties and lead to professional deformation.

It is determined that performing the same work for a long time forms a number of important professional qualities in a specialist, contributes to the development of competence, but at the same time there are qualities that deform the personality and at the stage of professionalization of many activities. Emphasis is placed on the fact that each profession leaves a certain imprint on the character and personal qualities of man, especially in areas related to active communication with a large number of people.

The main reasons and a number of characteristic features that contribute to the formation of a comprehensive view of occupational deformity as a negative phenomenon are outlined. It is noted that the result of all types of occupational deformities are certain mental states, as well as the need to take into account the consequences of such deformities and to carry out appropriate preventive work.

**Key words:** well-being, emotions, burnout, deformation, destruction, stress resistance, professional activity, mental health.

УДК 159.923-057.45

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.27>

**Самкова О.М.**

к.психол.н.,  
доцент кафедри фундаментальних дисциплін  
Херсонський інститут Приватного акціонерного товариства «Вищий навчальний заклад «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

**Бовдир О.С.**

к.пед.н., доцент,  
доцент кафедри фундаментальних дисциплін  
Херсонський інститут Приватного акціонерного товариства «Вищий навчальний заклад «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

**Вельдбрехт О.О.**

к.психол.н.,  
доцент кафедри фундаментальних дисциплін  
Херсонський інститут Приватного акціонерного товариства «Вищий навчальний заклад «Міжрегіональна Академія управління персоналом»

**Постановка проблеми.** Двадцять перше століття кинуло людству низку викликів, що по-різному відображаються на соціальному житті осіб. Серед таких викликів

є збереження психологічного благополуччя людини. Останніми роками воно все частіше стає предметом дослідження у психологічній науці та практиці.

Питання благополуччя і збереження психічного здоров'я нині на часі, адже від цього залежить не лише життєдіяльність конкретної особи, а й суспільства в цілому. З огляду на це наразі психологи актуалізують проблеми, пов'язані з визначенням того, що є основою внутрішньої рівноваги особистості, яким чином здійснюється регуляція поведінки та як вона допомагає людині у вирішенні питання благополуччя.

Комфортне життя людини пов'язане з різними сферами існування, зокрема особистими, сімейними, професійними. На жаль, не завжди воно є таким. На появу дискомфортних станів здебільшого впливає емоційне вигорання. Його пов'язують з професійною діяльністю, бо більшу частину часу сучасна доросла людина проводить на роботі. У зв'язку з цим відбувається професійна деформація, що потребує ретельного дослідження.

Високі вимоги, які ставить роботодавець перед своїми співробітниками і які пов'язані з особливою відповідальністю та емоційним навантаженням, потенційно містять у собі небезпеку тяжких переживань і ймовірність виникнення професійного стресу. Крім того, складні умови роботи, психоемоційні та фізичні навантаження сприяють швидкому розвитку емоційного вигорання особистості, що негативно позначається на виконанні професійних обов'язків. З огляду на сучасний ритм життя і роботи не кожна людина може самотійно впоратися з психічним навантаженням, тому варто проводити відповідну роботу з профілактики емоційного вигорання. Відповідно до цього актуальним є питання дослідження впливу емоційного вигорання на професійну деформацію.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Про психічне благополуччя особистості, проблеми психічного здоров'я та синдром емоційного вигорання писали такі науковці: Б. Братусь, М. Буріш, В. Дудяк, В. Зеньковський, Л. Карамушка, Л. Куликов, М. Лейтер, К. Маслач, В. Павленко, Т. Ранинська, А. Реан, О. Старченкова, Х. Фрейденбергер, У. Шауфелі.

Дослідженням питань, що стосуються задоволеності професійною діяльністю, особливостей професійного стресу, проявів синдрому емоційного вигорання під час роботи, займалися С. Безносков, В. Заусенко, Л. Карамушка, Б. Новиков, В. Медведєв, Т. Ранинська, А. Реан, Р. Шаміонов.

І. Ващенко, К. Гренліф, В. Клименко, Ю. Кулюткін, Л. Леженіна, К. Маслач, Н. Побірченко, О. Полуніна, Б. Содерфельдт, Г. Сухобська, Н. Чепелева, Т. Форманюк вивчали фахові ознаки й специфіку їх дії на спеціаліста, яка впливає на емоційне вигорання у різних професіях.

Низка науковців особливу увагу приділяла дослідженню питання професійної деформації працівників різних установ і організацій (С. Безносков, В. Медведєв, Б. Новиков).

**Мета статті** – розкрити негативний вплив синдрому емоційного вигорання на психічне здоров'я особистості та його роль у професійній деформації.

**Виклад основного матеріалу.** Усе більше сучасний світ потерпає від різних негараздів, зокрема природних катаклізмів і соціально-економічних проблем. Ці тенденції негативно впливають на ринок праці, на розвиток країни і на емоційний стан людини, яка стикається з проблемами сьогодення.

Особливо відчутним є вплив на особу у професійній сфері. Це стосується того, що часто більшість людей працює понаднормово. Потрапивши додому, ще «працюють», бо не можуть «перемкнути» свій емоційний стан на відпочинок. Від цього виникають такі симптоми: емоційне напруження, відчуття постійної перевтоми, підвищення частоти та інтенсивності головного болю, безсоння, погіршення стану здоров'я, роздратованість, небажання виконувати свою роботу. Такий стан треба контролювати. Необхідно проводити психо-профілактичну роботу.

Отже, якщо людина не має задоволення від роботи, мало відпочиває, не може сконцентруватися на рішеннях, не може брати відповідальність за виконання власної роботи, то такі симптоми є ознаками емоційного вигорання, що згодом призводить до професійної деформації.

Синдром емоційного вигорання – це фізичне, емоційне або мотиваційне виснаження. Цей синдром зазвичай розцінюється як стрес-реакція у відповідь на виробничі та емоційні вимоги, що походять від зайвої відданості людини своїй роботі. Водночас особі характерна супутня зневага до сімейного життя або відпочинку [1].

Отже, емоційне вигорання залежить від хронічного стресу і постійного навантаження, що призводить до виснаження емоційно-енергетичних та індивідуальних ресурсів людини. Воно виникає в результаті накопичення негативних емоцій, що не були своєчасно вивільнені. Наслідком цього є зниження якості роботи, втрата інтересу до неї і навіть зміна професійної діяльності, а також порушення психічного і фізичного здоров'я. Тобто емоційне вигорання призводить до професійної деформації людини.

У психологічній літературі проблема професійного вигорання розглядається у межах трьох основних напрямів: 1) це явище є виявом синдрому хронічної втоми, стану фізичного, психічного, емоційного виснаження, який є наслідком тривалого перебування в емо-

ційно перевантажених ситуаціях спілкування; 2) професійне вигорання – це двовимірна модель, що складається з емоційного виснаження та деперсоналізації; 3) професійне вигорання – це трикомпонентна система, що охоплює емоційне виснаження, деперсоналізацію, редукцію особистісних прагнень [2; 3].

У нашій статті терміни «емоційне вигорання» і «професійне вигорання» будемо вживати як синонімічні поняття.

Виконання однієї і тієї ж роботи протягом тривалого часу формує у фахівця низку важливих професійних якостей, сприяє розвитку компетентності, але провокує появу якостей, що деформують особистість, тому на стадії професіоналізації відбувається розвиток професійних деструкцій.

Існує низка підходів до розуміння деструкцій, які виникають у процесі виконання трудової діяльності і негативно впливають на її продуктивність. Вони породжують професійно небажані якості і змінюють професійну і особисту поведінку людини.

У феномені професійної деформації відображається фундаментальний принцип вітчизняної психології – принцип нерозривної єдності свідомості, особистості та діяльності. Прийнято вважати, що трудова та соціальна діяльність є провідною характеристикою зрілої особистості. У процесі трудової діяльності людина розвиває свої задатки, проявляє властиві їй здібності, формує свої цінності, задовольняє свої потреби та інтереси. Саме професійна діяльність накладає відбиток на особистісні характеристики людини. Необхідно також враховувати, що, з одного боку, особливості особистості працівника справляють істотний вплив на процес і результати професійної діяльності, а з іншого боку, формування людської особистості відбувається в ході професійної діяльності і під її впливом [4].

Професійна деформація – когнітивне перекручування, психологічна дезорієнтація особистості, що формується через постійний тиск зовнішніх і внутрішніх факторів професійної діяльності і приводить до формування специфічного професійного типу особистості [4].

До основних причин розвитку професійної деформації відносять:

- небажання працювати в цій галузі (деякі люди розуміють, що ця робота не для них, відразу, а комусь для цього потрібні роки);
- професійну втоми, яка накопичується за роки роботи;
- вікові зміни (у молодості ця професія була для вас підходящою, а зараз ви виконуєте свої функції автоматично);
- нерозуміння цілей своєї роботи;
- монотонію (постійну одноманітну роботу), перевантаження службовими справами і високу самовпевненість;

- високий рівень нервозності, стомлюваність, постійний стрес;

- неправильну дисципліну;
- віддачу всього себе роботі при невідомості заслуг колегами;

- напруженість, конфлікти серед колег;
- нестачу умов для самовираження, коли творчий підхід і нові ідеї відкидаються без обговорення;

- неможливість подальшого навчання, підвищення кваліфікації, професійного зростання [1].

У професійній деформації можна виділити низку її характерних рис, що сприяють формуванню комплексного уявлення про це негативне явище. Серед них є такі риси:

- за характером (наприклад, процес впливу низки зовнішніх факторів – оточуючого середовища, змісту, умов, тривалості виконання службово-трудої діяльності тощо, а також внутрішніх особливостей самої особи – світоглядних, моральних, психологічних, емоційних, вольових, інтелектуальних особливостей, наявності психічних аномалій тощо – на працівника установи виконання покарання);

- за походженням (результат саме професійної діяльності особи та виконання нею функціональних обов'язків);

- за наслідком (наприклад, вплив на якість (професіоналізм, компетентність, ініціативність, чесність, відданість справі України тощо) службової (трудої) діяльності, що виконується працівником пенітенціарної системи);

- за об'єктом впливу (наприклад, структура особистості (стереотипи сприймання, ціннісні орієнтації, характер, способи спілкування, поведінка тощо) працівника установ виконання покарань) [5].

Кожна професія накладає певний відбиток на характер і особистісні якості людини, особливо у сферах, що пов'язані з активною комунікацією з великою кількістю людей. Наприклад, у лікарів деформація проявляється в повному автоматизмі навичок і якостей, тобто вони автоматично оцінюють здоров'я людини, зокрема і за зовнішнім виглядом людини, намагаються знайти зв'язок з будь-яким захворюванням, при цьому радячи співрозмовнику пройти необхідні обстеження. Така повсякденна робота протягом багатьох років часто призводить до професійного вигорання. Також найчастіше деформація особистості відбувається у професійній діяльності педагога. Це пов'язують з тим, що вчителі часто витрачають психічний ресурс на штучний пошук помилок в роботах учнів, постійні причіпки. Якщо освітянин має великий стаж роботи, то, перебуваючи вдома, він продовжує оцінювати поведінку родичів, членів сім'ї, знайомих, виставляючи при цьому кожному з них оцінки. Вчитель може також давати оцінки і робити зауваження незнайо-

мим людям, навіть не усвідомлюючи своїх дій. Така стереотипна поведінка вирізняє педагогів з-поміж інших людей і є ознакою професійної деформації.

Ми не будемо розглядати вплив емоційного вигорання як чинника професійної деформації на інші професії, зважаючи на обсяг статті. Але зазначимо, що більшість осіб у різних професійних сферах схильна до професійного вигорання. Особливо це стосується людей з вразливою психікою та нестійким емоційним станом.

Результатами усіх видів професійної деформації є такі прояви:

- зниження результативності трудової діяльності;
- кризи, конфлікти, психологічна напруженість;
- незадоволеність соціальним оточенням і життям в цілому [6].

Отже, для подолання деформацій у професійній сфері індивіду треба зважати на низку чинників, зокрема на емоційне вигорання, вміти його розпізнавати, усвідомлювати, враховувати наслідки та здійснювати профілактику.

Для збереження професійної працездатності варто враховувати такі аспекти:

- саморегуляцію професійної діяльності, яка передбачає здійснення цілеспрямованої діяльності, попереднє психологічне програмування дій і їх регуляцію в ході самої діяльності;
  - самоконтроль професійної діяльності.
- Одним із провідних механізмів забезпечення надійності суб'єкта діяльності, що відображає ступінь його професійної придатності, є самоконтроль дій щодо управління та регулювання трудового процесу, а також результатів діяльності;
- професійну компенсацію. Подолання негативних явищ у професійному становленні людини (деформацій, наслідків криз) здійснюється шляхом компенсації та реабілітації [6].

Отже, наразі не існує універсальних рекомендацій щодо подолання вигорання, але це не означає, що проблему не варто вирішувати. Тобто індивіду необхідно розділяти робочу частину життя та сімейну й не змішувати їх, не брати роботу додому, не затримуватись на роботі. Також важливими є фізичні вправи та прогулянки, творча діяльність, хобі. Це допомагає відволіктись від роботи. Досить

корисними будуть короткочасні перерви для отримання ресурсу, коли ви відчуваєте, що ситуація занадто напружена.

**Висновки.** Матеріал, поданий у статті, дає можливість зробити висновки про те, що емоційне вигорання має негативний вплив на людину, її діяльність, зокрема професійну, а також на самопочуття, тому варто його правильно діагностувати, а для його подолання потрібно дотримуватися рекомендацій спеціалістів. Емоційне вигорання є основним чинником, який пов'язаний з психічним здоров'ям і впливає на професійну деформацію особистості. Отже, з урахуванням характерних рис, причин, наслідків професійної деформації треба проводити відповідну роботу щодо недопущення деструкції у психіці людини.

**Перспективи.** Подальші дослідження варто проводити у напрямках детального аналізу впливу емоційного / професійного вигорання у професійних сферах, де особи неактивно стикаються з великою кількістю людей, дослідження впливу методик на індивіда з різних професій щодо подолання в нього синдрому емоційного вигорання.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Емоційне вигорання чи втома? URL: <https://ohoronapraci.kiev.ua/article/medicina-praci/emocijne-vigoranna-ci-vtoma> (дата звернення: 18.11.2021).
2. Медведєв В.С. Шляхи попередження та подолання професійної деформації працівників УВП. *Проблеми пенітенціарної теорії і практики*. 1996. № 1. С. 42–47.
3. Павелків Р.В., Василюк В.М., Юдкіна Х.В. Змістовий аналіз дефініції «емоційне вигорання в спорті». *Психологія: реальність і перспективи* : збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету. 2018. Випуск 10. С. 6–13.
4. Професійна деформація в трудовому процесі. URL: [https://stud.com.ua/25444/psihologiya/profesiyna\\_deformatsiya\\_trudovomu\\_protsesi](https://stud.com.ua/25444/psihologiya/profesiyna_deformatsiya_trudovomu_protsesi) (дата звернення: 25.11.2021).
5. Шкраб'юк В.С., Млиницька М.М. Профілактика емоційного вигорання як умова психологічного благополуччя працівників пенітенціарних закладів. *Молодий вчений*. 2017. № 7 (47). С. 133–136.
6. Що таке професійна деформація особистості: ознаки і причини її появи, наслідки деформації. URL: <https://savona.org.ua/shho-take-profesijna-deformaciya-osobistosti-oznaki-i-prichini-%D1%97%D1%97-poyavi-naslidki-deformaci%D1%97/> (дата звернення: 25.11.2021).

## ГЕНДЕРНІ СТЕРЕОТИПИ В ПРАВНИЧІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

### GENDER STEREOTYPES IN LEGAL ACTIVITY

*У представленій статті на підставі дослідження доктринальних підходів та емпіричної інформації розглядається проблема забезпечення гендерної рівності та рівних можливостей для чоловіків та жінок у різних сферах життя, зокрема у сфері правничої діяльності. Автор розглядає проблеми, з якими стикаються як жінки, так і чоловіки у зв'язку з існуванням гендерних стереотипів у суспільстві. Наголошено, що в Україні спостерігається помітний дефіцит ґрунтовних психологічних досліджень (зокрема, в юридичній сфері) щодо гендерної нерівності та впливу гендерних стереотипів на життя особистості. Акцентується увага, що гендерна нерівність сповільнює розвиток суспільства та має негативний вплив на всі сфери життя людини. І саме існування гендерних стереотипів у суспільній свідомості має також негативний вплив на гендерну рівність, особливо тому, що стереотипи часто є неусвідомленими, але твердими переконаннями щодо характеристик певної групи людей. Сучасне ж суспільство орієнтоване на досягнення гендерної рівності, тому змінюється ставлення до професійної самореалізації жінок. У статті визначаються поняття, значення та види професійних стереотипів стосовно жінок у правничій сфері та акцентується увага на їх негативному впливі на загальне благополуччя людини та на її успішну професійну самореалізацію. І хоча на законодавчому рівні у світі закріплена гендерна рівність в усіх сферах життя, але в реальному житті часто ситуація є зовсім іншою. Тому автором наголошується на важливості трансформації суспільної думки щодо гендерної нерівності та успішності жінок у різних професійних сферах, які традиційно вважаються чоловічими.*

**Ключові слова:** правник, гендер, гендерні стереотипи, професійна діяльність, правнича діяльність, нерівність.

*In the presented article on the basis of the study of doctrinal approaches and empirical information, the problem of ensuring gender equality and equal opportunities for men and women in various spheres of life, in particular in the field of legal activity, is revealed. The author examines the problems faced by both women and men due to the existence of gender stereotypes in society. It is emphasized that in Ukraine there is a significant deficit in thorough psychological research (in particular, in the legal field) on gender inequality and the impact of gender stereotypes on the life of the individual. Emphasis is placed on the fact that gender inequality slows down the development of society and has a negative impact on all spheres of human life. And the very existence of gender stereotypes in the public consciousness also has a negative impact on gender equality, especially therefore stereotypes are often unconscious but firm beliefs about the characteristics of a certain group of people. Modern society is focused on achieving gender equality, so the attitude to women's professional self-realization is changing. In the article the author defines the concepts, meanings and types of professional stereotypes towards women in the legal field and focuses on their negative impact on the general well-being of man and his successful professional self-realization. And although gender equality is enshrined in law in the world in all spheres of life, in real life the situation is often completely different. Therefore, the author emphasizes the importance of transforming public opinion on gender inequality and success of women in various professional fields, which are traditionally considered to be men.*

**Key words:** lawyer, gender, gender stereotypes, professional activity, legal activity, inequality.

УДК 159.9 – 351.743  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.28>

**Сіроха Л.В.**

аспірантка кафедри психології розвитку  
Київський національний університет  
імені Тараса Шевченка

**Вступ.** Процес становлення України як незалежної та демократичної держави – це складний та довготривалий процес, який охоплює майже всі сфери людського існування. А гендерна рівність – це одна з необхідних умов для кожної сучасної демократичної країни для її становлення; це основоположний принцип у системі захисту прав людини, який має своє відображення і на законодавчому рівні; це важливий фактор у забезпеченні суспільного розвитку. Цей принцип закріплений і у статуті ООН у 1945 році, де відзначено «рівні права чоловіків та жінок», а також захист та просування прав жінок як відповідальності кожної держави [1]. В Україні гендерна рівність є нормою права. На національному рівні гендерна рівність гарантована передусім Конституцією України (ст. 24) [2], Кодексом законів про працю України [3], спеціальним Законом України «Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків» [4], а також підзаконними актами, зокрема Постановою

Кабінету Міністрів України «Про затвердження Державної соціальної програми забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків на період до 2021 року» [5] та іншими актами.

Гендерна рівність – це універсальний принцип у галузі прав людини. Гендерна нерівність сповільнює розвиток суспільства та має негативний вплив на всі сфери життя людини. І хоча б як на законодавчому рівні гендерний принцип не був закріплений, реальність іноді досить відрізняється – існують суто чоловічі чи суто жіночі сфери праці (вихователі, вчителі, молодший медичний персонал, секретарі, няні та інші). Також варто відзначити низьку обізнаність населення із міжнародними стандартами, які стосуються гендерної рівності. Крім того, це стосується також і оплати праці – часто жінки отримують нижчу оплату своєї праці, на відміну від колег-чоловіків на аналогічній посаді. Так, за даними експертів, спостерігається значний гендерний розрив в оплаті праці жінок та чоловіків: зокрема, середня зарплата жінок за всю



історію незалежності України завжди була меншою ніж у чоловіків. Станом на перший квартал 2021 року жінки отримують у середньому майже на 18% меншу зарплату, ніж чоловіки [6]. Жінки частіше працюють у менш оплачуваних секторах економіки і на нижчих посадах. Нерівність в оплаті праці позбавляє жінок важливого економічного підґрунтя для особистісного та професійного розвитку.

**Мета та завдання дослідження** – теоретичний огляд до розуміння поняття «гендерний стереотип» та його впливу на життя особистості, особливо в такій сфері, як правнича.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз, синтез, узагальнення, порівняння.

**Результати і обговорення.** За індексом гендерної рівності Україна посіла у 2021 році лише 74-е місце у світі, опустившись аж на 15 сходинок порівняно з минулорічним звітом [7]. Індекс гендерного розриву враховує за чотирма показниками такі напрями досягнення гендерної рівності, як: 1) економічна участь; 2) розширення прав і можливостей у політиці; 3) рівень освіти; 4) доступ до системи охорони здоров'я та тривалість життя. При цьому, як було зазначено у звіті, надзвичайна ситуація з поширенням вірусу COVID-19 також вплинула на жінок більше, ніж на чоловіків, знову утворивши гендерний розрив у певних галузях. Найвищу позицію Україна зайняла у категорії «Реалізація в освіті» – 27-е місце. Тобто за майже рівних можливостей в отриманні освіти зовсім з іншою ситуацією стикаються жінки в реалізації свого професійного потенціалу. Отримуючи якісну професійну освіту, часто жінки не мають можливості реалізувати свій професійний потенціал або йдуть працювати не за спеціальністю. Навіть порівнюючи склад жінок та чоловіків у парламенті в Україні, маємо також досить невтішний показник – лише 20,9% жінок входить до складу Верховної Ради України [8]. І це стосується не лише сфери політики, а й багатьох інших – промисловості, економіки. Тому актуальність вивчення цього питання з часом лише зростає, позаяк, за даними звіту гендерної рівності, лише через 136 років світу вдасться закрити гендерний розрив.

Важливо зазначити, що в Україні спостерігається помітний дефіцит ґрунтовних психологічних досліджень (зокрема, в юридичній сфері) щодо гендерної нерівності та впливу гендерних стереотипів. Однак наявна інформація та публічні думки здебільшого посиляються на гендерну проблематику, з якою стикаються жінки-юристи. І хоча така тематика не є досить вивченою, низка вчених у своїх наукових працях розглядали питання гендерних стереотипів, гендерної рівності: І.С. Кон, Л.В. Штильова, В.П. Кравець, О.Р. Кісь, Т.В. Говорун, О.М. Кікінеджи та інші.

Історично професійна діяльність завжди вважалася сферою реалізації чоловіків, тоді як жінкам відводилася роль у вихованні дітей. Сучасне суспільство орієнтоване на досягнення гендерної рівності, тому змінюється ставлення до професійної самореалізації жінок. Але не можна відкидати той факт, що гендерні стереотипи мають усе ще значний вплив, особливо в традиційно «маскулінних» сферах діяльності, якою є, зокрема, правнича. Таке явище носить назву «професійна сегрегація за ознакою статі» [9]. В Україні для жінок існують реальні перепони на ринку праці. Хоча формально жінки і чоловіки мають рівні права, проте якість зайнятості чоловіків та жінок на ринку праці є різною. І однією з причин якраз і є наявність стійких гендерних стереотипів у різних професійних сферах, наприклад, що жінки менш витривалі ніж чоловіки або не досить амбіційні.

Гендерний стереотип – це спрощений, стійкий, емоційно забарвлений образ поведінки і рис характеру чоловіків і/чи жінок. Ще одне визначення стереотипів полягає в тому, що вони є переконаннями щодо характеристик груп людей [10, с. 45]. Стереотипи проявляються в усіх сферах життя людини: самосвідомості, міжособистісному спілкуванні, міжгруповій взаємодії. Вони дуже стійкі. М. Джекмен і М. Сентер виявили, що гендерні стереотипи набагато сильніші від расових [11, с. 25]. Відповідно до стандартних психологічних текстів стереотипи можуть бути як негативні («жінки слабкі»), так і позитивні («жінки турботливі»), але все ж найчастіше стереотипи носять негативне забарвлення [10, с. 34]. Люди використовують стереотипи, щоб спростити та зрозуміти світ навколо них, і такі стереотипи відіграють важливу та легітимну роль у нашому житті [10, с. 123].

Наявні дослідження підтверджують факт існування гендерних стереотипів, які формуються ще із самого дитинства, наприклад, такими необґрунтованими думками, що дівчатка більш соціальні та більше схильні до навіювань, ніж хлопчики; у дівчаток нижчий рівень самоповаги; дівчата краще виконують прості, рутинні завдання, тоді як хлопчики – завдання, що пов'язані з більш складними пізнавальними процесами, чоловічий когнітивний стиль більш «аналітичний», ніж жіночий; на дівчаток більше впливає спадковість, а на хлопчиків – середовище; у дівчаток слабо розвинена потреба в досягненні; у дівчаток більше розвинене слухове, а у хлопчиків – зорове сприйняття [12, с. 49]. Звичайно, гендерні стереотипи можуть створювати дискримінацію жінок та порушувати їхні права, створювати бар'єри у професійній самореалізації.

У сучасному суспільстві гендерні стереотипи зазнали змін, але все ж вони досі мають вплив у разі розподілу сил на ринку праці.

Так, якщо жінка вибирає певну професію, яка у суспільстві вважається «чоловічою», вона змушена орієнтуватися саме на «чоловічий» професійний еталон, оскільки може не існувати власне «жіночого». На думку І.С. Кона, ідеали маскуліності та фемінності нині як ніколи суперечливі. По-перше, традиційні риси в них переплітаються із сучасними. По-друге, вони значно повніше, ніж раніше, враховують різноманіття індивідуальних варіацій [12, с. 50]. Хоча гендерні стереотипи впливають як на жінок, так і чоловіків, вони часто завдають шкоди жінкам більше. Як вважають зарубіжні дослідники, незважаючи на прогрес у законі та політиці, де захищаються права жінок, жінки залишаються суттєво невідповідними у роботі, у політичному житті [13, с. 116]. І це може означати, що гендерні стереотипи – це не просто певні правила поведінки для чоловіків та жінок у суспільстві, гендерні стереотипи розглядають чоловіків та жінок як різних і нерівних, і ця різниця та нерівність стають організаційними принципами суспільства. Низький рівень представленості жінок у суспільному та політичному житті визнається однією з основних проблем у досягненні гендерної рівності та розширенні прав і можливостей жінок; як наслідок, жінки мають обмежені можливості впливати на прийняття рішень, що стосуються їхнього життя, життя їхніх громад та всієї країни [14].

Р. Анкер виокремлює такі групи професійних стереотипів:

- позитивні стереотипи: жінки схильні до турботи про інших і мають пристосованість до виконання ручної роботи. Вони закріплюють за жінками у свідомості суспільства і роботодавців стереотипи, пов'язані з піклуванням, вихованням, навчанням, тими видами праці, де потрібна розвинена дрібна моторика;

- негативні стереотипи: жінки порівняно з чоловіками є менш витривалими, фізично слабшими, не схильними до ризику, менше виявляють здібності до точних і природничих наук. Ці стереотипи приписують жінкам не претендувати на керівні позиції, на роботу у важких і небезпечних умовах, а також не займатися працею, яка вимагає логіки і зосередженості;

- третя група стереотипів включає вищу схильність жінок до виконавської діяльності, меншу потребу в отриманні високого доходу, підвищену зацікавленість у надомній праці [15, с. 329].

Проводячи аналіз наведених груп стереотипів відповідно до змісту цих стереотипів у контексті правничої діяльності, можна відзначити, що правнича сфера може вважатися не підходящою для професійної активності жінок, оскільки передбачає складні умови виконання діяльності, високий рівень стресогенності і ризико-небезпечності, тобто є типово «маску-

лінною» діяльністю. Але унікальність цієї ситуації полягає в тому, що правнича сфера якраз і покликана бути тим інструментом забезпечення дотримання прав людини, а не навпаки.

Правнича сфера історично завжди була чоловічою сферою. Лише порівняно нещодавно – на початку ХХ століття – жінки отримали доступ до певних професій у правничій сфері, тоді як доступ до судової влади чи прокуратури був обмежений, позаяк це було пов'язано з громадянськими та виборчими правами [16]. І хоча з того часу весь світ активно рухався до гендерної рівності в різних сферах, у тому числі і в правничій, але значні гендерні дисбаланси все ще продовжують існувати. Навіть у розвинених зарубіжних країнах загальна кількість жінок у цій сфері значно менша, аніж чоловіків. Якщо брати статистичні дані у США за 2020 рік, то лише 37,4% становлять жінки в юридичній сфері [17]. І це в країні, де законодавча система в усіх формах спрямована на боротьбу з будь-якими проявами дискримінації та нерівності.

Можна констатувати, що є безліч бар'єрів, з якими жінки можуть стикатися. І от саме вплив гендерних стереотипів можна віднести до них, і труднощі в поєднанні професійного та сімейного життя, відсутність прозорості у разі призначення та просування на роботу, відсутність потрібної підтримки як з боку керівництва, так і з боку колег-чоловіків – все це впливає на загальний розвиток як суспільства, так і кожного з нас. Вдосконалення правового становища жінок, утвердження гендерної рівності є важливим аспектом суспільного розвитку.

Також потрібно зауважити, що дуже часто в контексті саме правничої діяльності ми не помічаємо вплив стереотипів на суспільну поведінку, при цьому їх вплив є надзвичайно сильним. Гендерні стереотипи можна помітити у законах, у слідчих процедурах правоохоронних органів, у судових процесах або судових рішеннях. Гендерні стереотипи, як соціально або культурно побудовані відмінності, не мають розумної та об'єктивної основи, в основному вони є продуктом нормальних, психологічних процесів, які природно та неминуче призводять до їх формування та збереження. Однак вони є важливим елементом сприйняття, вони формують саму ідею світу і впливають на те, як інформація сприймається. Гендерні стереотипи конструюють нерівність за статтю і є способом соціальної стратифікації суспільства. Необхідність вивчення цього питання підтверджують і сучасні дослідження щодо того, як саме гендерні стереотипи можуть впливати на здійснення правосуддя, оскільки вони можуть навіть ставити під загрозу неупередженість судді у процесі розгляду справи [20].

Хочемо наголосити, що гендерні стереотипи – це поняття, яке стосується не лише

жінок, але рівною мірою і чоловіків та відносин між жінками та чоловіками. Як приклад, чоловік-вихователь у дитячому садку буде викликати більше недовіру, здивування та осуд, аніж жінка-вихователь. Але частіше в професійній сфері саме жінки стикаються з певними проявами ґендерної нерівності та дискримінації. Варто зазначити, що робочі місця, де жінки перебувають у більшості (як прибиральниці, скажімо, або доглядальниці, або молодший медичний персонал, вихователі і т.д.), є такими, де заробітна плата часто є однією з найнижчих. Саме ґендерні стереотипи виступають перешкодою на шляху демократизації суспільства та соціально-економічного розвитку. Незважаючи на законодавчо закріплені рівні можливості для чоловіків та жінок, насправді на ринку праці є велика кількість «невидимих бар'єрів»: чоловіки швидше рухаються по службі, на керівних посадах більша кількість чоловіків, жінкам частіше делегують «паперову роботу» та багато інших.

Таким чином, можна відзначити, що у практичній площині часто виявляється, що в Україні існує досить стереотипне та застаріле сприйняття жінок та чоловіків, їхніх можливостей та ролей, й іноді повністю реалізувати ґендерну рівність, яка законодавчо закріплена, в реальному житті виявляється не завжди можливим [18]. Також варто зазначити, що з психологічної точки зору ґендерна нерівність і стереотипи часто є тим чинником, що призводить до професійних криз працівників правничої сфери.

Часто відзначаються відмінності у професійній кар'єрі жінок і чоловіків. Жінка, яка вибирає професійний шлях розвитку особистості, постає перед можливістю потрапити у стресову, кризову ситуацію. На шляху свого професійного становлення жінкам доводиться долати додаткові труднощі – соціально-економічні або політичні, жорстку конкуренцію з чоловіками, безробіття, невизнання професійних якостей колегами, труднощі у працевлаштуванні. Тобто перед жінкою, яка розвивається в професії, постає ще низка додаткових стресогенних факторів, що вимагають від неї синхронізації своєї професійної кар'єри з материнством та сім'єю. Крім того, не викликає сумніву той факт, що саме жінки частіше зазнають труднощів і в пошуку роботи, і у самому процесі своєї професійної самореалізації.

**Висновки.** Отже, забезпечення ґендерної рівності та рівних можливостей для чоловіків та жінок у різних сферах життя, освіти та навчання, економічної та суспільної діяльності, а також у процесі прийняття рішень, подолання дискримінації в усіх її формах та проявах має вплив на поліпшення якості людського життя. Поруч з цим потрібно зазна-

чити, що нещодавне прийняття поправок до частини 11 Закону України «Про військовий обов'язок і військову службу» [19], де набрав чинності Перелік спеціальностей та/або професій, споріднених з відповідними військово-обліковими спеціальностями, після одержання яких жінки беруться на військовий облік військовозобов'язаних, викликав дуже багато дискусій у нашому суспільстві, що може свідчити, що питання ґендерних стереотипів та ґендерної рівності ще однозначно не вирішене та потребує подальшого та більш детального вивчення.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Статут Організації Об'єднаних Націй і Статут Міжнародного Суду. URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995\\_010#Text](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_010#Text).
2. Конституція України, стаття 24. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96%D0%B2%D1%80#Text>.
3. Кодекс Законів про працю. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/322-08#Text>.
4. Закон України «Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2866-15>.
5. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження Державної соціальної програми забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків на період до 2021 року». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/273-2018-%D0%BF#Text>.
6. Якою була зарплата жінок в Україні останні 15 років? URL: <https://povaha.org.ua/naskilky-mensho-yubula-zarplata-zhinok-v-ukrayini-ostanni-15-rokiv/>.
7. Global Gender Gap Report 2021. URL: <https://www.weforum.org/reports/global-gender-gap-report-2021/in-full>.
8. Участь жінок у формуванні глобального порядку денного. URL: <https://dsa.court.gov.ua/dsa/inshe/gender/tybjkljjj>.
9. Методичні положення щодо включення до колективних договорів та угод положень, що забезпечують рівні права та можливості жінок і чоловіків у трудових відносинах. URL: [https://www.msp.gov.ua/projects/461/#:~:text=%D2%90%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%B0%20%D1%81%D0%B5%D0%B3%D1%80%D0%B5%D0%B3%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F%20%D0%B2%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B5%D1%81%D1%96%D1%8F%D1%85%20\(%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B5%D1%81%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0,%D0%9C%D0%BE%D0%B6%D0%B5%20%D0%B1%D1%83%D1%82%D0%B8%20%D0%B2%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%8E%20%D1%82%D0%B0%20%D0%B3%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%B7%D0%BE%D0%BD%D1%82%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%8E](https://www.msp.gov.ua/projects/461/#:~:text=%D2%90%D0%B5%D0%BD%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%B0%20%D1%81%D0%B5%D0%B3%D1%80%D0%B5%D0%B3%D0%B0%D1%86%D1%96%D1%8F%20%D0%B2%20%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B5%D1%81%D1%96%D1%8F%D1%85%20(%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B5%D1%81%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%B0,%D0%9C%D0%BE%D0%B6%D0%B5%20%D0%B1%D1%83%D1%82%D0%B8%20%D0%B2%D0%B5%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%8E%20%D1%82%D0%B0%20%D0%B3%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%B7%D0%BE%D0%BD%D1%82%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%8E).
10. Stangor, 'The Study of Stereotyping, Prejudice and Discrimination Within Social Psychology: A Quick History of Theory and Research' / in Nelson (ed), Handbook of Prejudice, Stereotyping and Discrimination.

New York/Hove : Psychology Press, 2009, 500 p. DOI: 10.1093/OVO/9780199828340-0097.

11. Кравець В. Гендерна педагогіка : навчальний посібник. Тернопіль : Джура, 2003. 416 с.

12. Кон И.С. Психология половых различий. *Вопросы психологии*. 1981. № 2. С. 47–57.

13. Madeline E. Heilman. Gender stereotypes and workplace bias. *Research in organizational behavior*. Volume 32, 2012. P. 113–135.

14. Гендерна політика та інституційні механізми її реалізації. Національний огляд виконання Україною Пекінської декларації та Платформи дій і заключних документів Двадцять третьої спеціальної сесії Генеральної Асамблеї ООН, 2014. С. 8.

15. Анкер Р. Теории профессиональной сегрегации по признаку пола: аналитический обзор. Гендер и экономика: мировой опыт и экспертиза российской практики. Москва, 2002, с. 317–339.

16. Mapping the Representation of Women and Men in Legal Professions Across the EU. URL: [https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2017/596804/IPOL\\_STU\(2017\)596804\\_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/STUD/2017/596804/IPOL_STU(2017)596804_EN.pdf).

17. Share of lawyers in the United States in 2020, by gender. URL: <https://www.statista.com/statistics/1086790/share-lawyers-united-states-gender/>.

18. Кісь О. Фемінізм у сучасній Україні: від «алергії» до останньої надії. Феміністські студії та фемативізм у незалежній Україні: Кроки назустріч собі. С. 207–231.

19. Закон України «Про військовий обов'язок і військову службу». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2232-12#Text>.

20. Судове вирішення справ у спорах, пов'язаних із гендерною дискримінацією: збірка кращих практик / Упорядники: Олена Уварова, Марія Ясеновська. Харків : ФОРМ Бровін О.В., 2016. С. 102.

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО НАПРУЖЕННЯ У МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ З УРАХУВАННЯМ ГЕНДЕРНИХ ФАКТОРІВ ТА МЕДИЧНОГО СТАЖУ РОБОТИ

### PECULIARITIES OF PSYCHO-EMOTIONAL STRESS OF MEDICAL WORKERS, TAKING INTO ACCOUNT GENDER FACTORS AND MEDICAL EXPERIENCE OF WORK

У статті розглядаються особливості психоемоційного напруження у медичних працівників з урахуванням гендерних факторів та медичного стажу роботи.

Успішність лікарської діяльності багато в чому визначається здатністю лікаря вступати в ефективні міжособистісні контакти з усіма учасниками лікувального процесу – колегами, пацієнтами та їх родичами. Робота в медичній сфері проходить в умовах підвищених соціально-психологічних вимог і пов'язана з високою розумовою та психоемоційною напругою. Інтенсивні міжособистісні контакти та стрес можуть викликати значні емоційні навантаження, які спричиняють стан професійного вигорання. У статті подано теоретичні аспекти, що розкривають тему психоемоційного напруження в контексті вибірки. Також представлено результати емпіричного дослідження, спрямованого на виявлення механізмів захисту, професійного вигорання, САН, спрямованості емоційної реакції та структурних компонентів емоційного інтелекту у медсестер та лікарів вторинної ланки з урахуванням гендерних факторів та медичного стажу роботи. Дослідження проводилося протягом 2017–2021 рр. на базі комунального некомерційного підприємства «Одеський обласний госпіталь інвалідів та ветеранів війни» ООР», санаторію «Орізон» ДП «Південь-Курорт-Сервіс» м. Білгород-Дністровський, смт. Сергіївка та комунального некомерційного підприємства «Одеський обласний медичний центр психічного здоров'я» Одеської обласної ради».

У дослідженні взяло участь 219 медичних працівників, з них – 104 лікарі (фахівці терапевтичного профілю – 26,6%, хірургічного профілю – 35,5%, фахівці-психіатри – 20,4%, лікарі загальної практики – сімейної медицини – 17,5%) та 115 медичних сестер віком від 20 до 70 років.

У рамках дослідження виявлено своєрідність прояву факторів, що викликають психоемоційне напруження медичного персоналу на особистісному та міжособистісному рівні у групах лікарів та медсестер, виділено статеві та рольові особливості психоемоційної сфери медиків, продемонстровано особливості впливу трудового стажу на досліджувані зміни.

**Ключові слова:** психоемоційна сфера, емоційна експресія, емоційний інтелект, професійне вигорання, депресія, емоційна реакція.

The article deals with the problem of psycho-emotional tension of medical workers, taking into consideration gender factors and medical work experience.

The success of medical activities is largely determined by the ability of the doctor to enter into effective interpersonal contacts with all participants in the treatment process: colleagues, patients and their relatives. Work in the medical field takes place in conditions of high socio-psychological requirements and is associated with high mental and psycho-emotional stress. Intense interpersonal contact and stress can cause significant emotional strain, leading to burnout.

The article presents theoretical aspects, revealing the topic of psycho-emotional tension, in the context of the sample. It also presents the results of an empirical study aimed at identifying defense mechanisms, professional burnout, ASD, orientation of emotional response and structural components of emotional intelligence in nurses and secondary care doctors, taking into account gender factors and medical work experience. The study was conducted during 2017–2021 on the basis of communal non-commercial enterprise "Odessa Regional Hospital for Invalids and War Veterans" OOR", sanatorium "Orizont" SE "Yug-Kurort-Service" Bilgorod-Dnistrovsky, Serheevka settlement and communal non-commercial enterprise "Odessa Regional Medical Center of Mental Health" of Odessa Regional Council".

The research involved 219 health workers, including 104 physicians (general practitioners – 26.6%, surgeons – 35.5%, psychiatrists – 20.4%, general practitioners – family doctors – 17.5%) and 115 nurses aged from 20 to 70 years.

The study revealed the originality of the manifestation of the variables of emotional expression at the personal and interpersonal level in the groups of doctors and nurses. The peculiarities of gender-specific features of the psycho-emotional sphere of physicians were identified and the peculiarities of the impact of length of service on the variables under study were demonstrated. **Key words:** Psycho-emotional sphere, emotional expression, emotional intelligence, professional burnout, depression, emotional response.

УДК 159.942:33 (31)

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.29>

**Толмачевська В.О.**

аспірант кафедри практичної та клінічної психології

Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Медицина є тією сферою діяльності, де переважають відносини у системі «людина – людина». На медиків покладаються великі очікування з боку хворих та їхніх сімей не тільки як на спеціалістів, котрі вирішать їхні проблеми, але й як на людей, від яких вони очікують співчуття, емпатії та розуміння. О.П. Василькова вважає, що в медицину, як і в інші соціономічні професії, повинні йти люди, які вміють працю-

вати в системі «людина – людина» [1, с. 180]. Тобто їм необхідно розуміти ситуацію, в якій перебуває суб'єкт взаємодії, та проявляти співчуття.

Спіраючись на такі положення, ми розуміємо, що робота медика належить до найбільш складних професій. Про це у своїх працях писали такі автори: А. Агаркова, Т. Еллігер, Р. Кайзер, Р. Траппл, К. Шпіль. Розвитку емо-

ційної сфери особистості присвячено безліч робіт зарубіжних та вітчизняних дослідників. Це такі відомі вчені: Н.Є. Водоп'янова, Є.С. Старченкова, П. Блонський, Д. Гоулман, В. Запорожець, Д. Карузо, Дж. Маєр, Я. Невірович, С. Рубінштейн, П. Саловей, В. Сухомлинський, К. Ушинський та ін. Існує велика кількість специфічних вимог до людей, які бажають працювати у медичній сфері.

Н.Є. Водоп'янова та Є.С. Старченкова говорили про те, що професійна діяльність згубно впливає на сприйняття власної значимості та задоволення від праці. Внаслідок цього професійна діяльність зазнає істотних змін. Зокрема, медики починають уникати виконання обов'язків, спілкування з усіма учасниками лікувального процесу. У них формується високий рівень психоемоційної напруги [2, с. 56].

Кваліфікація, досвід і мистецтво в роботі лікаря і медичної сестри мають велике значення і є передумовами виникнення позитивних психологічних відносин між медичними працівниками та пацієнтами.

У психологічних дослідженнях феномен психоемоційного напруження медичних працівників з урахуванням гендерних факторів та медичного стажу роботи розглянутий опосередковано та загалом залишається маловивченим.

Отже, досліджуючи різницю в проявах механізмів захисту, професійного вигорання, самопочуття, активності, настрою та спрямованості емоційної реакції у групах жінок та чоловіків, ми використовували непараметричний критерій Манна – Уїтні. На думку А.Г. Кочетова і співавторів [6, с. 14], непараметричний критерій Манна – Уїтні дозволяє при розподілах, відмінних від нормального закону, визначити суттєві відмінності, коли параметричні критерії їх не розкривають.

Критерій Манна – Уїтні призначений для оцінки відмінностей між двома незалежними вибірками за рівнем будь-якої ознаки.

У таблиці 1 представлені для інтерпритації тільки ті відмінності, коли значення критерію Манна – Уїтні були статистично значущими на рівні  $p < 0,05$ .

Встановлено, що не за всіма показниками психоемоційної сфери особистості лікаря існують відмінності за статевими групами. Показники механізмів захисту витіснення ( $U = 2463,00$ ;  $p = 0,030$ ) і реактивного утворення ( $U = 2687,0$ ;  $p = 0,033$ ) є значно вищими в групі жінок ( $M = 90,95$  порівняно з  $M = 73,46$ , а також  $M = 90,84$  порівняно з  $M = 75,5$ ). Також у жінок-лікарів, на відміну від чоловіків-лікарів, значно вищими є показники самопочуття ( $U = 808,5$ ;  $p = 0,004$ ), настрою ( $U = 607,5$ ;  $p = 0,000$ ) й імпульсивної спрямованості ( $M$ ) ( $U = 854,0$ ;  $p = 0,001$ ).

Лікарі-чоловіки демонструють значно вищі показники за шкалою депресивності і емоційного вигорання. На відміну від жінок, чоловіки мають більш високі рівні деперсоналізації ( $U = 1858,0$ ;  $p = 0,000$ ), депресії ( $U = 1152,0$ ;  $p = 0,025$ ), а також більш високі показники за когнітивно-афективною субшкалою депресії ( $U = 678,0$ ;  $p = 0,000$ ).

Для вивчення гендерно-рольових відмінностей в емоційному інтелекті було проведено порівняння показників чоловіків і жінок (t-критерій Стьюдента). Результати аналізу показали вагомі відмінності за загальним рівнем емоційного інтелекту між чоловіками та жінкам ( $p < 0,1$ ), а також за окремими шкалами EI (див. табл. 2).

Ґрунтуючись на даних, представлених в таблиці, можна зазначити, що загальний показник емоційного інтелекту у жінок значно є вищим, ніж у чоловіків ( $p < 0,027$ ), що свідчить про те, що вони мають когнітивну обізнаність, розуміння емоцій і почуттів іншої людини. Чутливість до внутрішніх станів інших людей у них виражена більше, ніж у чоловіків.

Ми припускали, що існують відмінності рівнів емоційного інтелекту медиків з різ-

Таблиця 1

**Статистичні розбіжності у шкалах механізмів захисту, професійного вигорання, САН та спрямованості емоційної реакції у групах жінок та чоловіків**

Шкали	Середній ранг		U-критерій Манна – Уїтні	Рівень стат. значим. (P)
	жінки	чоловіки		
Витіснення	90,95	73,46	2463,0	0,030
реактивне утворення	90,84	74,5	2687,0	0,033
Деперсоналізація	74,9	108,8	1858,0	0,000
редукція особистих досягнень	75,2	106,3	1905,0	0,000
Депресія	44,8	57,9	1152,0	0,025
когнітивно-афективна субшкала депресії	40,8	63,3	678,0	0,000
Самопочуття	57,8	40,7	808,5	0,004
Настрій	61,4	36,3	607,5	0,000
імпульсивна спрямованість (M)	61,3	48,5	854,0	0,001

ним стажем роботи в медустановах: медсестри та лікарі зі стажем роботи понад десять років мають вищі показники розвитку міжособистісного EQ, внутрішньоособистісного EQ та загального EQ, ніж лікарі та медсестри з невеликим стажем роботи (до п'яти років). Усю вибірку ми поділили з огляду на стаж роботи співробітників на 4 підгрупи. Підгрупу 1 склали медичні працівники із стажем роботи до п'яти років, підгрупу 2 – від 6 до 10 років, підгрупу 3 – від 11 до 20 років, а підгрупу 4 – понад 20 років.

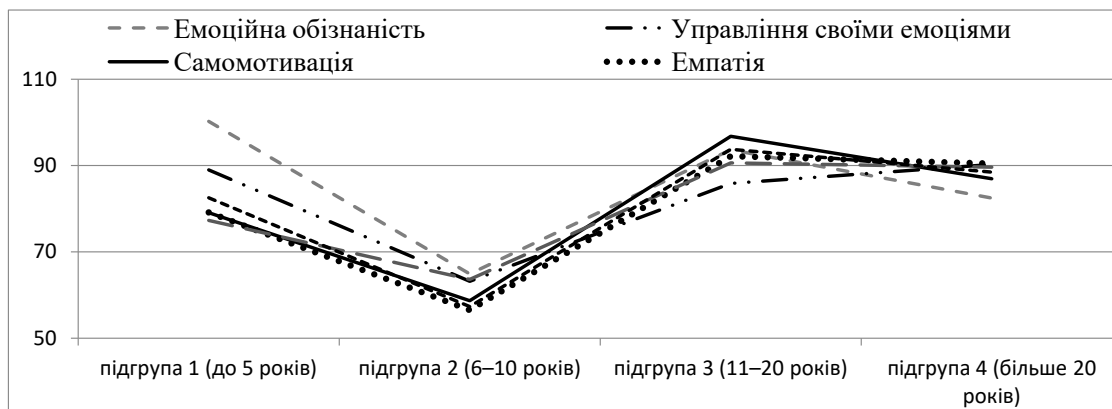
Як видно на рисунку 1, респонденти підгрупи 2 (з досвідом роботи від шести до 10 років) здебільшого демонструють найнижчий рівень розуміння емоцій, що свідчить про труднощі у розпізнаванні емоцій, тобто 75% респондентів підгрупи 2 не можуть розпізнати наявність емоційного переживання у себе чи в іншій людині, що підтверджується низькими показниками за субшкалами «емоційна поінформованість», «емпатія» та «розуміння емоцій інших людей». Респонденти цієї групи можуть відчувати труднощі у контролі вираження емоцій через міміку, тобто всі емоції і почуття, які їх викликають, в більшості респондентів цієї групи, можна сказати, написані на обличчі. Також респонденти з трудовим стажем від шести до десяти років зазнають

труднощів у допомозі пацієнтові впоратися з тією чи іншою емоцією.

Респонденти підгруп 3 та 4 (з досвідом роботи від 11 до 20 років і понад 20 років), навпаки, показали високі результати за даними шкалами, що свідчить про вміння ідентифікувати не лише свої емоції, а й емоції пацієнта. Респонденти цих підгруп можуть зрозуміти, коли варто словесно підтримати пацієнта, а коли краще проігнорувати його емоційні прояви. Ці лікарі краще розуміють причини, що викликали той чи інший спектр емоцій, і можуть передбачити наслідки, до яких спричинить емоційний сплеск пацієнта.

Результати за критерієм Краскела – Уолліса показали наявність статистично достовірних відмінностей за такими шкалами: «емпатія» ( $\alpha = 0,015$ ), «самотивація» ( $\alpha = 0,017$ ), «емоційна поінформованість» ( $\alpha = 0,038$ ), а також за та інтегративним показником EQ ( $\alpha = 0,021$ ). Найнижчі значення ці шкали мають у групах медиків із трудовим стажем до 5 і від 6 до 10 років.

Результати порівняльного аналізу інших показників психоемоційних особливостей представлені на рисунках 2–4, де показана також наявність достовірних відмінностей у медичних працівників з різним трудовим стажем в медичній сфері.

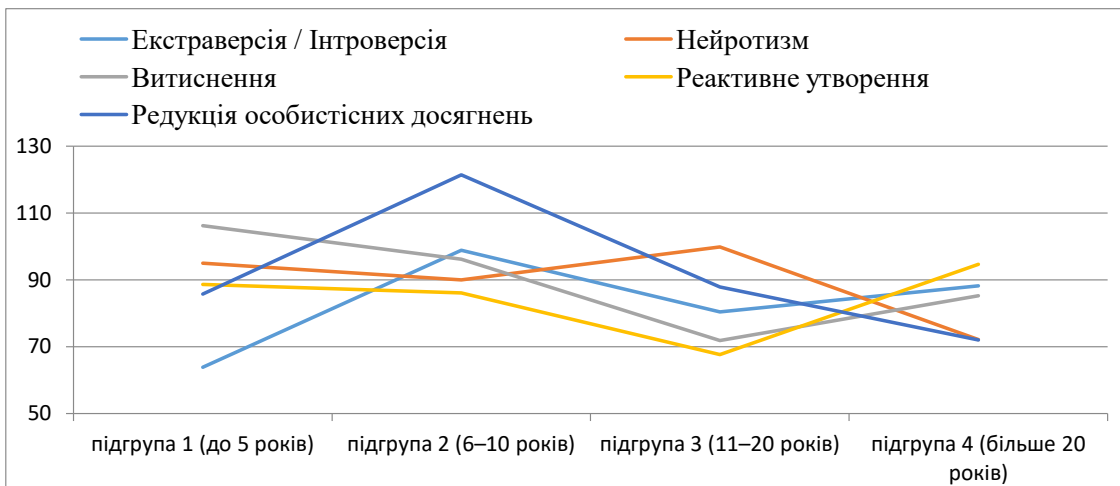


**Рис. 1. Результати порівняльного аналізу особливостей емоційного інтелекту у медичних працівників з різним стажем роботи**

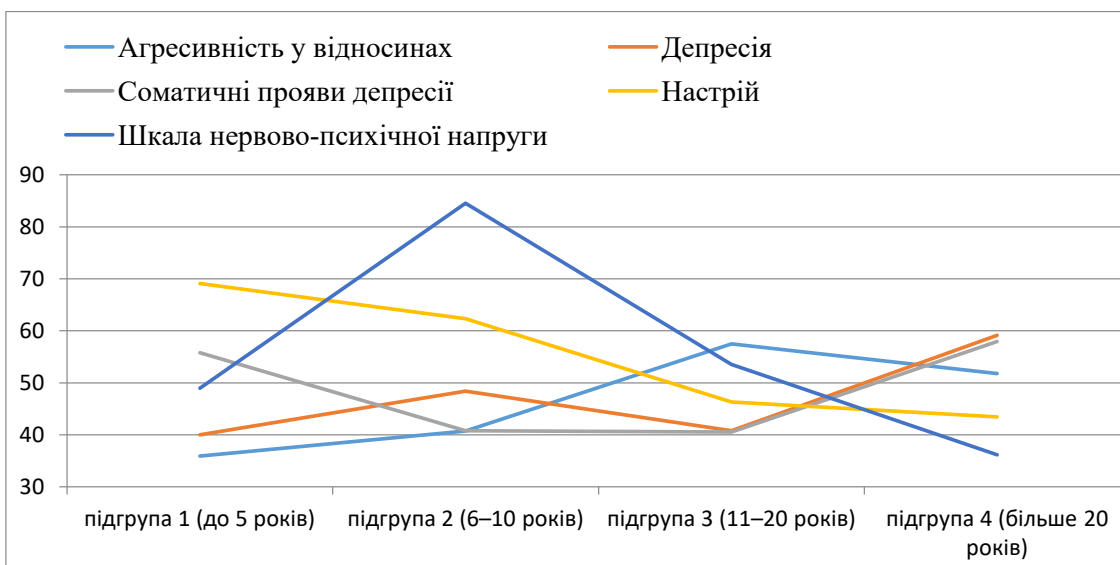
Таблиця 2

**Вагомі відмінності в шкалах емоційного інтелекту в групах чоловіків та жінок**

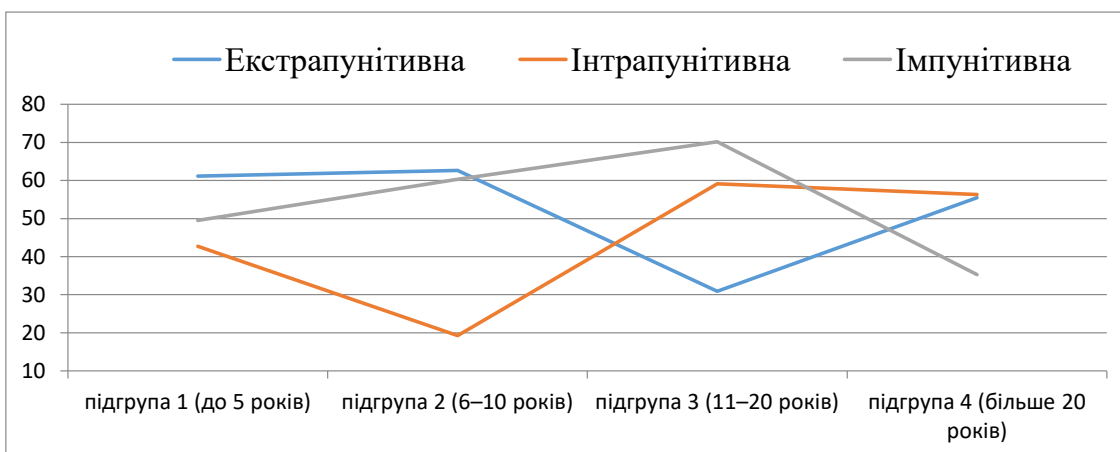
Шкали EI	Середні і стандартні відхилення		t-критерій Стьюдента	p ≤
	Жінки, M±m	Чоловіки, M±m		
емоційна обізнаність	27,45±7,05	24,1 ±6,08	3,95	0,001
самотивація	27,05±5,81	24,38±4,45	2,33	0,011
управління своїми емоціями	23,15±6,09	24,09±5,16	0,75	0,416
емпатія	28,65±8,67	26,46±5,32	2,976	0,052
розпізнавання емоцій інших людей	26,14±7,38	26,52±5,05	0,78	0,362
інтегративний рівень емоційного інтелекту	131,15±33,8	128,32±25,6	2,74	0,027



**Рис. 2. Результати порівняльного аналізу досліджуваних змін у медичних працівників з різним стажем медичної практики**



**Рис. 3. Результати порівняльного аналізу показників депресії, агресивності та психічного напруження у медиків з різним досвідом медичної практики**



**Рис. 4. Результати порівняльного аналізу спрямованості емоційної реакції у лікарів з різним досвідом медичної практики**



Виявлено достовірні відмінності в індивідуально-психологічних рисах особистості у досліджуваних з різним професійним досвідом. Найвищі бали за шкалою «екстраверсія – інтроверсія» (від 13 до 24 балів) були визначені в підгрупі медиків з досвідом роботи від 6 до 10 років ( $\alpha = 0,038$ ), що відповідає екстравертному типу особистості. Найнижчі оцінки за шкалою «екстраверсія – інтроверсія» (від 0 до 10 балів) були набрані респондентами підгрупи 1 (досвід менше 5 років), що відповідає інтровертному типу особистості.

Як показують дані на рисунку 2, значення змінної «нейротизм», яка є континуумом від нормальної афективної стабільності до її вираженої лабільності, є статистично вищим в підгрупі медиків з трудовим стажем від 11 до 20 років ( $\alpha = 0,012$ ), а в підгрупі 4 рівень емоційної нестабільності різко знижується.

Деяко іншу динаміку демонструють механізми захисту психіки. Порівняльний аналіз показав, що підгрупа медичних працівників з трудовим стажем роботи менше 5 років має найвищі показники механізму витіснення ( $\alpha = 0,023$ ), а найнижчі показники були виявлені в підгрупі лікарів з трудовим стажем від 11 до 20 років.

Підгрупи 3 і 4 істотно відрізняються за вираженістю механізму реактивного утворення ( $\alpha = 0,020$ ). Реактивне утворення є вищим у групі медиків з понад 20-річним стажем, а найнижчі показники має підгрупа з досвідом роботи від 11 до 20 років. Отриманий результат вказує на те, що лікарі з понад 20-річним досвідом, як правило, запобігають вираженню неприємних або неприйнятних думок, почуттів або дій через гіпертрофований розвиток протилежних прагнень. Відбувається модифікація внутрішніх імпульсів в їх суб'єктивно зрозумілу протилежність. Наприклад, жаль або турботливість діють як реактивні утворення щодо несвідомої черствості, жорстокості або емоційної байдужості. Цей результат також свідчить про те, що лікарям з багаторічним досвідом медичної практики важливо відчувати контроль над іншими людьми.

Слід також зазначити, що показники редукції особистих досягнень є значно вищими в групі лікарів з понад 20-річним стажем, а найнижчі показники цієї стадії були зафіксовані в підгрупі 2 (досвід від 6 до 10 років) ( $\alpha = 0,000$ ). Отримані достовірні відмінності підтверджуються результатами багатьох попередніх досліджень синдрому професійного вигорання медичних працівників.

У дослідженнях, проведених В.А. Мазурок [5, с. 76], виявлено, що ступінь вираженості редукції особистих досягнень є вищим в групі анестезіологів-реаніматологів зі стажем професійної діяльності понад 13 років. У дослідженні А.Ю. Ловчева та співавторів [3, с. 7]

наявність синдрому професійного вигорання у лікарів зі стажем роботи понад 10 років спостерігається в 77,5% випадків. Отже, більшість лікарів зі стажем роботи понад 10 років перебуває на стадії дезадаптації та потребує психологічної допомоги. У дослідженні Н.Г. Петрової та співавторів [4, с. 4] також зазначений високий зв'язок частоти проявлення редукції особистих досягнень зі стажем роботи середнього медичного персоналу. У 7,2% медиків з досвідом роботи від 5 до 20 років спостерігався високий ступінь вигорання, а з досвідом понад 20 років – дуже високий ступінь (50%).

Дані, представлені на рисунку 3, показують наявність статистично значущих відмінностей в підгрупах медичних працівників з точки зору агресивності у відносинах ( $\alpha = 0,040$ ), депресії ( $\alpha = 0,008$ ) і її соматичних проявів ( $\alpha = 0,034$ ), шкали нервово-психічного напруження ( $\alpha = 0,000$ ) і вираженості настрою ( $\alpha = 0,015$ ).

Прояв агресивності у медичних працівників у відносинах з оточуючими має тенденцію до збільшення зі збільшенням трудового стажу. У підгрупі 1 рівень агресивності у відносинах є найнижчим, а в підгрупі 3, де стаж роботи становить від 11 до 20 років, агресивність досягає свого піку вираженості. Після 20 років роботи прояв агресивності у відносинах знову знижується.

По-іншому проявляється депресія і її соматичні ознаки. Найнижчий рівень депресії відзначається в підгрупі 1 (мінімальний стаж роботи), а в підгрупі 4 (досвід роботи понад 20 років) депресія отримує максимальний рівень вираженості. Цей результат підтверджує виявлену тенденцію професійного вигорання і показує, що депресія і професійне вигорання визначаються досвідом роботи. На рисунку 3 видно, що настрої зі збільшенням багаторічної професійної практики в галузі медицини має тенденцію до зниження.

Результати порівняльного аналізу, представлені на рис. 4, показують наявність відмінностей між співробітниками з малим і великим досвідом роботи. Таким чином, екстрапунітивна зовнішньоспрямована емоційна реакція має найвищий рівень в підгрупах 1 і 2, тобто у лікарів і медсестер, які мають досвід роботи до 10 років ( $\alpha = 0,000$ ). У підгрупі 3 (досвід роботи від 10 до 20 років) екстрапунітивна спрямованість знижується до мінімуму.

Варто зазначити, що лікарі та медсестри на старті своєї професійної діяльності частіше спрямовують негативні реакції на живе та неживе оточення, засуджують зовнішні причини фрустрації, емоційно звинувачують в дискомфорті інших.

Інтропунітивна спрямованість реакції показує найвищі показники в підгрупах 3 і 4 (досвід роботи від 10 до 20 років і більше), а в підгрупі 2 (6–10 років) ця спрямованість має найнижчі

показники ( $a = 0,000$ ). Інтропунітивна реакція спрямована на саму особистість (на себе), з прийняттям провини або відповідальності за виправлення ситуації, фруструюча ситуація не підлягає засудженню.

Імпунітивна реакція, за якої фруструюча ситуація розглядається як щось незначне або неминуче, з часом, коли звинувачення інших або себе зменшуються, має найвищі показники у медичних працівників зі стажем від 10 до 20 років ( $a = 0,000$ ). Досліджувані з підгрупи 3 в ситуації високої психологічної напруги або стресу намагаються вирішити ситуацію за допомогою уникнення прямих звинувачень як у бік інших, так і в свій.

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

Лікарі і медсестри з досвідом роботи понад 10 років частіше приймають фруструючу ситуацію як сприятливу для себе, реагують з підвищеною самокритичністю, звинувачуючи себе в створеній неприємній ситуації, відчувають провину, яка перетворюється на стан зневіри.

Таким чином, у медсестер більше, ніж у лікарів, проявляється екстраверсія, нерво-психічне напруження, у ситуації стресогенного впливу вони частіше виявляють екстрапунітивну спрямованість емоційної експресії. При цьому у них кращий рівень самопочуття. У лікарів порівняно з медичними сестрами частіше виявляються симптоми вираженої депресії, яка супроводжується когнітивно-афективними та соматичними проявами.

Окреслюючи результати порівняльного аналізу, можна зробити висновок, що стать і трудовий медичний досвід впливають на психоемоційні складники емоційної експресії.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Василькова А.П. Взаимосвязь эмпатии с личностными свойствами будущих специалистов-медиков. *Ананьевские чтения – 99* : тезисы научно-практической конференции. Санкт-Петербург, 1999. С. 180–181.
2. Водопьянова Н.Е., Страченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика : 2-е изд. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 336 с.
3. Ловчев А.Ю., Корячкин В.А. Синдром профессиональной дезадаптации у врачей анестезиологов-реаниматологов. *Анестезиология и реаниматология*. 2009. № 54 (6). С. 35.
4. Петрова Н.Г., Брацлавский В.Б., Погосян С.Г. Синдром эмоционального выгорания у среднего медицинского персонала. *Здоровье и образование в XXI веке*. 2014. № 18 (2). С. 452–464.
5. Диагностика «психического выгорания» врачей анестезиологов-реаниматологов / О.Ю. Щелкова, О.А. Кузнецова, В.А. Мазурок, М.В. Решетов. *Вестник психотерапии*. 2008 № 25. С. 75–83.
6. Методы статистической обработки медицинских данных: методические рекомендации для ординаторов и аспирантов медицинских учебных заведений, научных работников / сост. : А.Г. Кочетов, О.В. Лянг, В.П. Масенко, И.В. Жиров, С.Н. Наконечников, С.Н. Терещенко. Москва : РКНПК, 2012. 42 с.

## ВПЛИВ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ ТРУДОВОГО КОЛЕКТИВУ НА СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

### THE INFLUENCE OF THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL CLIMATE OF THE WORKING TEAM ON THE FORMATION OF PERSONALITY

Статтю присвячено вивченню соціально-психологічного клімату як основи особистісного (в тому числі й професійного) зростання. Під час його дослідження варто враховувати соціальне оточення кожного представника трудового колективу, морально-етичну атмосферу як систему пріоритетних цінностей компанії і принципів міжособової взаємодії, вдалу організацію (умови і засоби) взаємодії у конкретному колективі. Необхідними під час створення та важливими під час підтримки здорової та сприятливої внутрішньогрупової атмосфери є такі маркери взаємин, як принциповість, взаємоповага, моральність, товариськість, відповідальність, дисциплінованість, вимогливість тощо. Вагомим чинником узгодженості та гармонійності стосунків у колективі є організація довірливого контакту між всіма його представниками, що супроводжується взаємопідтримкою та взаємоповагою, толерантністю, здоровою конкуренцією та впливає на благополуччя і продуктивність всієї компанії.

Стосунки між членами групи позначаються на самооцінці та самоповазі кожного, виявляючись у результативності сумісної діяльності, допомагаючи творчо вирішувати питання підприємництва. У структурі соціально-психологічного клімату виділяються два таких глобальних виміри: особисте задоволення, стан функціонування організації. На перетині зазначених вимірів постають принципи міжособистісних стосунків, що визначають внутрішні складники ефективності організації та породжують загальну мотивацію працівників до роботи заради процвітання всієї компанії. У вибірці представників компанії «Київстар» виділено три таких види соціально-психологічного клімату: сприятливий, несприятливий і нейтральний, що мають різний характер та мобілізаційну спрямованість, вияв ресурсності для продуктивності й ефективності сумісної діяльності, модус прийнятих рішень, вплив на самоздійснення особистості.

**Ключові слова:** соціально-психологічний клімат, трудовий колектив, ефективне підприємство, особистісне зростання.

The article is devoted to the study of socio-psychological climate as the basis of personal (including professional) growth. His study should take into account the social environment of each member of a particular team, moral and ethical atmosphere as a system of priority values of the company and the principles of interpersonal interaction, successful organization (conditions and means) of joint contact and interaction in a particular team. Necessary in creating and maintaining a healthy, favorable intra-group atmosphere should be guided in assessing interpersonal interaction between members of the labor community such markers of relationships as: principledness, mutual respect, morality, camaraderie, responsibility, discipline, demanding, and so on. An important factor in the coherence and harmony of relations in the workforce is the organization of trusting contact between all its members, accompanied by mutual support and mutual respect, tolerance, healthy competition and affects the well-being and productivity of the company.

Relationships between members of the group affect the self-esteem and self-esteem of each, manifesting itself in the effectiveness of joint activities, helping to creatively address issues of entrepreneurship. In the structure of the socio-psychological climate there are two global dimensions: personal satisfaction and the state of functioning of the organization. At the intersection of these milestones are the principles of interpersonal relationships, which determine the internal components of the effectiveness of the organization and generate a general motivation of employees to work for the prosperity of the whole company. Kyivstar's sample includes three types of socio-psychological climate: favorable, unfavorable and neutral, with different nature and mobilization orientation, manifestation of resources for productivity and efficiency of joint activities, mode of decisions, influence on self-realization.

**Key words:** socio-psychological climate, labor collective, effective entrepreneurship, personal growth.

УДК 159.922.73

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.30>

#### Фурман А.А.

д. психол. н.,  
доцент кафедри теорії та методики  
практичної психології  
Державний заклад  
«Південноукраїнський національний  
педагогічний університет  
імені К.Д. Ушинського»

#### Макарчук Н.М.

магістрантка ОПП «Психологія»  
Державний заклад  
«Південноукраїнський національний  
педагогічний університет  
імені К.Д. Ушинського»

**Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми.** Сучасні умови вимагають від особистості гнучкості та лабільності у відносинах зі світом для її оптимального функціонування як суб'єкта життєдіяльності. Особливо це актуально в умовах трудової діяльності, коли викристалізуються міжособові стосунки, а людина підлаштовується під вимоги безпосереднього суспільного загалу. У зазначених умовах ускладнюються вияви психічної діяльності людини, видозмінюються відповідно до реалій рівень її особистісних домагань і система диспозицій, організовується спіл-

кування, а також сумісна діяльність. Формування сприятливого соціально-психологічного клімату у трудовому колективі є запорукою гармонійного розвитку взаємин та самої особистості, а також провідним фактором ефективності організації на ринку праці.

Робота не зводиться лише до прагматичних інтересів особистості у матеріальному статку (заробітку грошей, отриманні заохочувальних премій), а узгоджує запити і домагання людини з суспільним простором, інтеракцією з безпосереднім оточенням, що регулюється когнітивним, емоційним і ціннісно-орієнтацій-

ним складниками самого суб'єкта життєдіяльності. Перебуваючи і взаємодіючи в трудовому колективі, людина долучається до спілкування, виконує конкретні доручення, опікується особистими проблемами, саморозвивається і самостверджується, організовує дружні стосунки, вирішує безліч внутрішніх та міжособистісних суперечок, навчається ефективній взаємодії, самодисципліні, усупільнюється і соціалізується. Вплив робочої атмосфери позначається не лише на робочих аспектах діяльності, а й на самопочутті людини, її настроях, можливостях і потенціалах, інтелектуальній активності, тобто загальному психофізіологічному стані, що сприяє інтенсивній та продуктивній роботі або ж унеможлиблює виконання навіть найпростіших завдань.

На сьогодні в усіх сферах трудової діяльності у нашій країні спостерігається масштабне емоційне виснаження та обмеження активності працівників під час перебування на своїх робочих місцях і виконання посадових обов'язків. Це впливає не лише на ефективність реалізації людського потенціалу в компанії, а й позначається на інших сферах життєдіяльності.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Дослідженням проблеми зародження й усталення загального емоційного настрою і сприятливого соціально-психологічного клімату в організаціях займалися О.О. Богданов, Л.М. Карамушка, В.П. Москалець, Ю.Л. Неймер, Л.Е. Орбан-Лембрик, Б.Д. Паригін, А. Сміт, Ф. Тейлор та інші науковці. На думку вчених, психологічний клімат відображає особливості міжособистісних відносин, характер налаштування на сумісну діяльність, настрої й емоційні вияви безпосереднього оточення, ступінь керованості представниками трудового колективу, умови й особливості праці та відпочинку в конкретному суспільному середовищі.

**Метою статті** є визначення впливу психологічного клімату в двох колективах компанії «Київстар» на формування їх особистісної емоційно-почуттєвої сфери, що дозволить керівникам організації поліпшити наявну атмосферу в компанії за допомогою тренінгових та корекційних програм.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Соціально-психологічний клімат можна розділити на чіткі «кліматичні зони». Перша з них – соціальне довкілля, що впливає на усвідомлення кожним членом колективу мети та завдань організації як складової частини суспільної діяльності. Друга зона – моральна атмосфера, заснована на групових пріоритетах етичних цінностей і унормувань міжособової взаємодії. Третя – психологічний клімат, вдала організація якого передбачає тісний контакт і взаємодію у певному колективі кожного його представника з іншими членами спільноти. У даному випадку взаємини є нео-

фіційними та більшою мірою обстоюються неформальним характером зносин, однак при цьому вибудовується взаємодовіра, проявляється сумісні інтереси, повага та порозуміння.

З огляду на такий підхід до трактування природи соціально-психологічного клімату колективу вчені виділили низку критеріїв, врахування яких необхідне для створення та підтримки здорової та сприятливої внутрішньогрупової атмосфери. Серед них – взаємоповага, принциповість особистісного позиціонування, безапеляційність дотримання моральних та етичних норм і правил, товариський дух, високий рівень відповідальності, дисциплінованості та вимогливості (зокрема, до себе), інтелектуальні та мисленнєві здібності, що максимально ефективно реалізуються під час сумісної роботи, персональні риси і якості тощо.

Залежно від визначень та призначень у науково-психологічних дослідженнях розмежовуються поняття психологічної атмосфери, що вирізняється тимчасовістю зв'язків та більшою неусвідомлюваністю їх впливу на особистість, та соціально-психологічного клімату, котрий відзначається стійкістю, довготривалістю та значною вагомістю впливу на свідомість і самопочуття кожного представника певної організації чи спільноти.

Говорячи про соціально-психологічний клімат організації, варто враховувати показник особистісного зростання кожного члена трудового колективу обопільно з розвитком окремого суспільного осередку та підприємства в цілому. Не менш важливою складовою частиною формування внутрішньої атмосфери колективу є взаємовідносини між керівником та його підлеглими. Значною мірою саме від цього складника залежить якість та ефективність зв'язку між підрозділами, за які несе відповідальність управлінець. Вагомим чинником узгодженості та гармонійності стосунків у трудовому колективі є організація довірливого контакту між окремими працівниками, що супроводжується взаємопідтримкою і взаємоповагою, здоровою конкуренцією, толерантністю. Це впливає на благополуччя і конкурентоспроможність всієї компанії.

Стосунки між членами групи позначаються на самооцінці та самоповазі кожної особи, причетної до трудової спільноти, виявляючись у сумісній діяльності однодумців та ідейників колективної справи та впливаючи на креативність як творчий складник під час вирішення питань підприємництва. Зважаючи на зазначені аспекти формування соціально-психологічного клімату, варто відзначити в його структурі два таких глобальних виміри: 1) вимір персонального задоволення; 2) вимір об'єктивного стану функціональності організації, в якій працюють суб'єкти спільної діяль-

ності. На перетині зазначених вимірів постають принципи міжособистісних стосунків, що визначають внутрішні складники ефективності організації та породжують загальну мотивацію працівників до роботи заради процвітання підприємства. Серед аспектів клімату організації слід відзначити самовідношення, взаємини між співробітниками і керівником, а також суб'єктивне ставлення до самої праці та світу в цілому. Зазначені чинники безпосередньо впливають на гармонізацію групової взаємодії та ефективність (результативність, продуктивність) підприємства.

Розглядаючи соціально-психологічний клімат за спрямованістю та характером впливу на особистість, варто виокремити такі його види: 1) сприятливий, що має позитивну та мобілізаційну спрямованість, сприяє творчості, саморозвитку представників трудової групи; 2) несприятливий, що має негативну, демобілізаційну спрямованість, призводить до деструктивних рішень, пригнічує особистість; 3) нейтральний, що має невизначений характер спрямованості, не спричиняє деструкцій, однак не є ресурсним для продуктивної та ефективної діяльності колективу за рахунок його нестабільності та мінливості.

Під час дослідження соціально-психологічної атмосфери того чи іншого колективу першочерговими для вивчення вважаються психічний (рівень розумових здібностей, соціальний інтелект, властивості нервової системи) та індивідуально-психологічний (мотивація, сумісність характерів, цінності, індивідуальні поведінкові особливості, інтереси, вподобання, стиль керівництва тощо) складники. Дані показники визначаються як провідні у формуванні психологічної сумісності членів групи, а також у формуванні згуртованості. Під час діагностики таких параметрів перший з них є основою для створення результативної команди, а другий є наслідком підбору кандидатів та налагодження зв'язків між усіма працівниками, що демонструє вміння кожного відповідально виконувати свої обов'язки під час командної діяльності (групової взаємодії).

Розглядаючи психологічну сумісність як своєрідну множину внутрішніх (свідомісних, рефлексивних, мотиваційних, диспозиційних) і зовнішніх (робочі місця, соціальний пакет і зарплата всіх співробітників, побутова організація, умови праці) чинників гармонізації взаємин у колективі, слід відзначити ті чинники, що зумовлюють стабілізацію налагодженої спільної роботи (за наявності) або ж провокують виникнення атмосфери конкуренції та конфліктності. Це, зокрема, такі чинники: особистісна симпатія чи антипатія, схожість чи розбіжність установок (диспозицій), адекватне (благісне) чи заздрісне взаємсприйняття, позитивний чи негативний фон стосунків, взаєморозу-

міння чи антагонізм, співпраця або конкуренція, відповідальність чи безвідповідальність, дисциплінованість або безалаберність тощо. Доречним у визначенні ключових понять соціально-психологічного клімату є розмежування понять сумісності та спрацьованості. Перше характеризує аспекти міжособистісних відносин і риси та якості учасників групової взаємодії, а друге пояснюється професіоналізмом співробітників як наслідком якісної організації ділових взаємин, що безпосередньо пов'язані з фаховою діяльністю та виявляються у процесі сумісної роботи.

Трудовий колектив як безпосереднє суспільне середовище має значний вплив на розвиток особистості. Відповідність ролі людини, тобто її вагомості у даній групі, усвідомлення людиною власних можливостей як працівника певної компанії, а також формальний статус є важливими показниками та визначальними рисами і якостями ідентифікації особистості зі спільнотою та суспільством в цілому. У робочому колективі суб'єкт життєдіяльності знаходить своє місце, займає певну життєву позицію та спроможний її відстоювати, ретранслювати її іншим. Не варто заперечувати вплив усієї групи на кожного її представника. Однак особа також здійснює вплив на всю команду. Дані взаємодетермінаційні тенденції узгоджуються з соціально-психологічним кліматом трудового колективу, що в цілому визначає характер взаємовідносин між всіма учасниками робочої комунікації.

Психологічна сумісність є одним з найважливіших чинників сприятливого психологічного клімату для становлення особистості. Так, наявність спільних інтересів, занять, захоплень, хобі, матеріальних та духовних цінностей, переконань, диспозицій, установок, поведінкових патернів, схожих підходів до виконання зобов'язань сприяє комфортному й ефективному співробітництву, що відображається на загальній продуктивності компанії та реалізації потенціалів представників колективу.

Особа у межах певної групи має можливість самореалізовуватися, самостверджуватися, втілювати задуми в реальність, розвиваючись та проходячи персоналізований стратегічний шлях самоздійснення. Роль команди у даному випадку визначається мірою та якістю підтримки, зацікавленості індивідуальними запитами та допомоги кожному представнику групи. Це сприяє комфортному співіснуванню і спілкуванню.

Досліджено, що явище згуртованості ґрунтується на поєднанні властивостей та морально-ціннісних орієнтирів кожного члена колективу в цілісний емоційний, нормативний і ціннісний комплекс, тобто в єдину для всіх учасників процесу норму поведінки. Соціаль-

но-психологічний клімат є сукупністю внутрішніх чуттєвих переживань та відношень у певному колективі, які відображаються на характері взаємовідносин між членами колективу та між управліннями й працівниками, а також на продуктивності праці кожного з учасників трудової спільноти.

Емпіричне вивчення впливу психологічної атмосфери у групі на особистість потребує виділення та обґрунтування критеріїв (параметричних показників) діагностики, які є основою для підтвердження чи спростування гіпотези, а також для виявлення кореляційних зв'язків. У дослідженні взяло участь 70 осіб, тобто 2 команди по 35 осіб. Ідеться про працівників компанії «Київстар», що знаходиться в Одесі. Серед респондентів – 48 чоловіків та 22 жінки віком від 23 до 40 років. Тривалість перебування на займаних посадах респондентів становила від 1 до 10 років. Середній термін роботи на постійному місці – 3,5 р.

Вибірка розподілена на дві групи – А та Б. Перед проведенням діагностики та інтерпретації даних був здійснений аналіз продуктивності діяльності обох команд. Ми звертали увагу на економічні показники успішності, тобто на прибуток команд за місяць та квартал. Аналіз засвідчив вельми виразну різницю показників економічної успішності колективів: дохід команди А у 1,5 рази перевищував дохід команди Б, при цьому плани першою групою виконувались у 6 з 7 випадків, а другою – у 4 з 7. Припущенням емпіричного дослідження є теза про те, що відчуття особистістю самоцінності має безпосередній зв'язок з наявністю похвали та відзнак у колективі, в якому вона перебуває.

За «Методикою оцінки психологічного клімату» А.Ф. Фідлера ми запропонували респондентам оцінити за 8-бальною шкалою по 10 позитивних і негативних характеристик. Шкала була розподілена так, що бали від 1 до 4 позначали схвальні риси та якості групової атмосфери, а бали від 5 до 8 – негативні. Для якісного аналізу даних результати за зазначеними показниками розділялися на три такі категорії: низькі значення – сприятливі умови у трудовому середовищі; середні – нейтральна атмосфера; високі показники – несприятливий клімат у робочому колективі. Отриманий підсумковий результат позначав індекс групової згуртованості.

Під час проведення емпіричного дослідження нам вдалося відслідкувати певні зв'язки між показниками психологічної атмосфери у робочій групі та станом задоволеності простором самореалізації. Спершу ми визначили загальне становище емоційного клімату в компанії «Київстар». Отже, у 44% респондентів переважає сприйняття довколишнього загалу як доброзичливого, 35% опитаних вважають

атмосферу навколо себе доволі несприятливою, некомфортною для співпраці та реалізації себе як професіонала, а 21% респондентів посередньо оцінюють клімат у колективі.

За результатами порівняльного аналізу соціально-психологічного клімату в двох командах ми дійшли висновку, що значна різниця спостерігається у показниках сприятливості умов у групах А та Б. Кількість осіб в групі Б, які сприймають клімат як несприятливий, у 3,5 рази перевищує кількість респондентів у команді А, які дотримуються такої ж думки. Майже половина членів колективу Б незадоволена умовами професійної діяльності, відносинами у колективі або своїм положенням в ньому. На відміну цим даним, більшість осіб з групи А вважає атмосферу на роботі приємною та комфортною, де у них є можливість саморозвитку. Доволі цікавими є також показники у категорії «нейтральний клімат»: в обох командах по 32% респондентів вважають атмосферу в організації невизначеною, тобто характер відносин у колективі періодично змінюється, набуваючи рис то позитивного та сприятливого, то непридатного для самореалізації та гнітючого.

Проаналізувавши стан соціально-психологічного клімату у двох колективах компанії «Київстар», ми вирішили порівняти показники самооцінки учасників дослідження. Визначені параметри ми умовно розподілили на три такі групи: «самоповага», «автосимпатія» та «самоприниження». Розглядаючи результати дослідження за зазначеними критеріями, відзначимо, що більшість осіб з групи А (60%), відчуває себе впевненими у власних силах та спроможними реалізувати свій потенціал у команді. Такі респонденти самостійно приймають рішення, не бояться осуду. Вони є вірними своїм ідеалам та цінностям. Лише 13% від загальної вибірки респондентів переживають незадоволеність своїми вміннями та проявами, сумніваються у правильності рішень, не можуть виявити власні почуття. У 27% респондентів впевненість виражена помірно, іноді вона набуває рис позитивної, тоді особа вважає себе, а іноді, навпаки, негативно, тоді власні недоліки людини визнаються критичними. У групі Б також більша частина представників (53%) володіє високими показниками, однак інша частина (38%) має низькі значення. Вони сприймають себе як неповноцінну особистість, не приймають власних особливостей зовнішності чи характеру.

В цілому за результатами дослідження з'ясовано, що певні індивідуальні аспекти видозмінюються під впливом колективних психологічних чинників. Наприклад, позитивних змін зазнає самопочуття та настрої особи у разі зростання сприятливості умов роботи, коли людина відчуває себе частиною команди, що

впливає на її товариськість і згуртованість членів групи. Обернені кореляційні зв'язки спостерігаються й у випадку, коли ефективність працівника залежить від його настрою, самопочуття, а також від рівня згуртованості команди, похвали та спільних досягнень.

**Висновки.** Узагальнюючи проаналізовану інформацію, зазначимо, що соціально-психологічний клімат тлумачиться як емоційний та морально-ціннісний фон конкретного товариства (групи, колективу, спільноти), що засновується на міжособистісній комунікації під час сумісної діяльності. Отже, будь-яка спільнота має власну психологічну атмосферу, яка визначається вартостями, нормами, ідеалами, цілями, ідеологією, традиціями, спільними образами та уявленнями, правилами, а іноді й стереотипами поведінки. Будучи сформованим на основі індивідуальних особливостей кожного члена групи, соціально-психологічний клімат відіграє важливу роль у становленні особистості, посідаючи місце одного з провідних чинників її постання як суб'єкта життєдіяльності і фахівця у певній галузі. Основним критерієм під час визначення сприятливості середовища на робочому місці є задоволеність спеціаліста його працею, умовами, в яких він перебуває, якістю і результативністю зробленого, стилем співробітництва, зацікавленістю поставленими задачами, відповідністю оплати енергетичним затратам на роботі. Зазначені аспекти становлять фон, на якому плекається потенціал самореалізації особистості.

Підсумком проведеного дослідження є результати, відображені у порівняльних характеристиках стосовно відносності соціально-психологічного клімату і налаштування особистості на повномірне самоздійснення у контексті фахової діяльності. Ці дані можуть бути використані керівниками організації для поліпшення наявної атмосфери в компанії за допомогою тренінгових та корекційних програм. Вони також можуть бути корисними

менеджеру з підбору персоналу, оскільки компанія існує тривалий час, має сформовані корпоративні цінності та традиції.

**Перспективою подальших досліджень** є деталізоване вивчення сумісності та внутрішніх мотивів персоналу, оскільки саме ці показники слугують орієнтирами для корекційної діяльності. Вивчення професійного спрямування кожного представника організації допоможе осягнути аспект задоволеності діяльністю та пов'язаними з нею проявами.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Албастова Л.М. *Технологія ефективного менеджмента*. Москва, 2000. 247 с.
2. Базалійська Н.П., Микитюк С.С. Удосконалення соціально-психологічного клімату на промислових підприємствах. *Економіка, бізнес та управління*. 2012. № 6. С. 24–31.
3. Богоявленська Ю.В. Праксеологічні підходи у менеджменті (теоретичне дослідження). *Економіка України*. 2004. № 12 (517). С. 48–51.
4. Бойко В.В., Ковалев А.Г., Панферов В.Н. Соціально-психологічний клімат колектива и личность. Москва : Мысль, 2003. 207 с.
5. Вернер З., Ланг Л. *Руководитель без конфликтов*. Москва : Экономика, 1990. 335 с.
6. Карамушка Л.М. *Психологія управління*. Київ : Міленіум, 2003. С. 292–294.
7. Ліщинська О.А. Соціально-психологічний клімат як чинник управління організацією. Київ : Міленіум, 2010. 67 с.
8. Ходаківський Є.І., Богоявленська Ю.В., Грабар Т.П. *Психологія управління*. Київ : Центр учбової літератури, 2016. 492 с.
9. Савчин С.Я. Психологічний мікроклімат колективу: практика дослідження. *Науковий вісник Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького*. 2010. № 3 (45). С. 245–251.
10. Шакірі М.К. Основні засади формування сприятливого соціально-психологічного клімату в колективі. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом*. 2013. № 2 (37). С. 145–150.

## СЕКЦІЯ 7

### СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

#### ТЕОРЕТИКО-ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ КОНФЛІКТНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ У СУЧАСНИХ ВІТЧИЗНЯНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

#### THEORETICAL AND APPLIED ASPECTS OF POLICE CONFLICTNESS IN MODERN UKRAINIAN LEGAL PSYCHOLOGY

*Стаття заснована на наукових здобутках українських учених і має оглядовий характер. Вона містить окреслення наукових праць щодо конфліктності в поліцейському середовищі як психологічної проблеми.*

*У статті висвітлено дослідження конфліктності поліцейських за різними критеріями, включаючи взаємодію із цивільним населенням, а також між колегами та керівництвом. Також наведені види конфліктів у поліцейському середовищі й конфліктогенні фактори, які мають місце в правоохоронній діяльності. Окрім цього, у статті викладені базові обґрунтування поліцейської конфліктології як теоретико-прикладної дисципліни, що дає змогу констатувати як теоретичну природу, так і зазначити практичне застосування знань цієї галузі.*

*Ми розглядаємо теоретичні наукові погляди та деякі статистичні дані, отримані в результаті емпіричних досліджень у галузі конфліктності в поліцейському середовищі, а також відзначаємо рекомендації дослідників щодо вирішення цієї проблеми.*

*Висвітлені в статті аспекти можуть бути корисними для демонстрації можливості практичного застосування емпіричних даних, що стали результатом наукових досліджень проблеми конфліктності в поліцейському середовищі як психологічної проблеми. Інформація, представлена в статті, може стати відправною точкою для подальшого розвитку вітчизняної наукової думки в юридичній психології як науці в цілому та поліцейській конфліктології зокрема, а також у суміжних галузях знань, що дає змогу простежити зацікавленість проблемою конфліктності в поліцейському середовищі фахівцями різних галузей знань. Стаття може стати в нагоді не тільки практичним психологам, які працюють у сфері вирішення конфліктів у юридичній площині, а також науковцям, які досліджують актуальні проблеми юридичної психології.*

**Ключові слова:** конфліктність поліцейських, психологічні чинники конфліктності, поліцейські, поліцейська конфліктологія, юридична психологія.

*This article is based on the scientific achievements of Ukrainian scientists and is an overview. It outlines scientific papers on conflict in the police environment as a psychological problem. The article examines the study of police conflict on various criteria, including interaction with the civilian population, as well as between colleagues and management. The types of conflicts in the police environment and conflict-causing factors that take place in law enforcement are also presented. In addition, this article presents the basic rationale for police conflictology as a theoretical and applied discipline, which allows to state both the theoretical nature and to note the practical application of knowledge in this field.*

*We review theoretical scientific views and some statistics obtained from empirical research in the field of conflict in the police environment, as well as note the recommendations of researchers to address this issue.*

*The aspects highlighted in the article can be useful to demonstrate the possibility of practical application of empirical data resulting from research on the problem of conflict in the police environment as a psychological problem. The information presented in this article can be a starting point for further development of domestic scientific thought in legal psychology as a science in general and police conflictology in particular, as well as in related fields of knowledge, which allows to trace the interest in conflict in the police environment.*

*This article can be useful not only for practical psychologists working in the field of resolving conflicts in the legal field, but also for scientists who study current issues of legal psychology.*

**Key words:** conflict of policemen, psychological factors of conflict, policemen, police conflictology, legal psychology.

УДК 159.964.21-057.36  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.31>

**Горянов А.В.**

аспірант кафедри соціології та психології  
Харківський національний університет внутрішніх справ

**Вступ.** Актуальність дослідження проблеми конфліктності в поліцейському середовищі є нагальною, оскільки кожен із нас може зіткнутися з наслідками прояву конфліктності з боку поліціанта, і для якісного запобігання таким ситуаціям необхідне глибоке розуміння причин прояву такої конфліктності.

Наприкінці вересня 2015 року в Україні відбулася реформа правоохоронної системи держави, у рамках якої правоохоронні органи радянського зразка (міліцію) перетворено

в сучасну правоохоронну систему (поліцію). Основною ідеєю цієї реформи було створення правоохоронного органу, який би служив народу України, керуючись законом, і надавав суспільству поліцейські послуги. Тобто акцент зроблено на тому, що діяльність сучасної поліції повинна мати обслуговуючий характер.

В Україні як незалежній і правовій державі діє принцип верховенства права (ст. ст. 1, 8 Конституції України) [1], отже, усі без винятку (зокрема державні органи) зобов'я-



зані неухильно дотримуватися закону. Органи поліції в правовідносинах з іншими їх суб'єктами є одним із представників держави, для здійснення своїх повноважень керуються законом. Проте психологічний аспект цієї взаємодії також є значущим, оскільки саме комунікативні якості окремо взятого поліціанта формують у населення ставлення до поліцейського органу в цілому, що впливає на рівень довіри населення до правоохоронців, і це обумовлює партнерські або неприязні відносини між правоохоронним органом і цивільним населенням.

Зазначену важливість психологічного аспекту закріплено в ст. 11 Закону України «Про Національну поліцію», у якій зазначено таке: «Діяльність поліції здійснюється в тісній співпраці та взаємодії з населенням, територіальними громадами та громадськими об'єднаннями на засадах партнерства і спрямована на задоволення їхніх потреб. ... Рівень довіри населення до поліції є основним критерієм оцінки ефективності діяльності органів і підрозділів поліції» [2]. Отже, психологічний аспект взаємодії поліції з населенням має законодавче закріплення, що забезпечує його обов'язковість для реалізації.

Статтю 2 Закону України «Про Національну поліцію» визначено завдання Національної поліції України, якими є забезпечення публічної безпеки й порядку; охорона прав і свобод людини, а також інтересів суспільства й держави; протидія злочинності; надання в межах, визначених законом, послуг із допомоги особам, які з особистих, економічних, соціальних причин або внаслідок надзвичайних ситуацій потребують такої допомоги [2]. Цим же Законом поліцію наділено різноманітним спектром повноважень у кількості 38, із яких 35 – основні та 3 додаткові (ст. ст. 23, 24 Закону). Тож Національна поліція України виконує великий обсяг роботи в різних сферах соціального життя, який тісно пов'язаний із комунікацією із цивільним населенням, а також державними та недержавними суб'єктами правовідносин.

На практиці конфлікти правоохоронців з іншими суб'єктами правовідносин не є рідкістю, що формує в населення негативне ставлення до поліціантів. Саме тому правильно побудована взаємодія поліцейських із громадськістю й іншими суб'єктами суспільних відносин є запорукою не лише ефективного виконання поліціантами своїх службових обов'язків, а й шанобливого ставлення населення до поліцейської діяльності й до самих поліцейських. У кінцевому підсумку, це відповідатиме ідеям реформи системи органів внутрішніх справ, згідно з європейськими стандартами в цій сфері.

Крім того, конфлікти існують також у самому поліцейському середовищі, тобто між коле-

гами, що також потребує найшвидшого вирішення.

Професійна діяльність правоохоронців в Україні постійно супроводжується безліччю факторів емоційного напруження. Тож одним із викликів сучасності у сфері професійної психологічної підготовки поліцейських є необхідність розробки нових і вдосконалення наявних програм щодо психологічного супроводження поліцейської діяльності, а також підвищення психологічної обізнаності поліціантів з метою поліпшення їхнього психічного стану й формування навичок психологічної саморегуляції та самопомоги.

Дослідженням конфліктності в правоохоронній площині займалася ціла плеяда науковців, таких як О. Бандурка, О. Баулін, В. Бачинін, В. Безбородов, А. Буданов, І. Ващенко, В. Великий, Л. Гуртієва, В. Друзь, О. Звонко, Н. Карпов, О. Кришевич, Л. Лобойко, В. Медведєв, О. Михайленко, В. Назаров, О. Небрат, С. Осіпова, М. Панов, М. Погорецький, І. Пономарьов, Л. Філонов, Н. Філімонов, С. Шейфер та ін.

Науковий внесок зазначених авторів полягає у виявленні, аналізі та систематизації конфліктогенів правоохоронної діяльності, які є невід'ємною її частиною. І це далеко не повний перелік дослідників, які присвятили свою діяльність вивченню проблеми конфліктності в правоохоронній галузі.

Актуальність цієї проблеми втілено в появі нового наукового знання – поліцейської конфліктології, основи якої зазначено В. Лефтеровим і Д. Яковлевим. В обґрунтування науковості поліцейської конфліктології як теоретико-прикладної дисципліни науковці окреслюють її трирівневу структуру та виділяють такі рівні знань: загальнотеоретичний і методологічний; теоретико-праксеологічний; емпірично-прикладний. Авторами визначено об'єкт і предмет поліцейської конфліктології як теоретико-прикладної дисципліни, установлено їх співвідношення, а також сформульовано її принципи: єдності теоретичних узагальнень та емпіричних досліджень; діалектичного розвитку; діалектичної єдності теорії, експерименту і практики; системного підходу; об'єктивності [3, с. 14].

Низка дослідників присвятила себе вивченню гендерного аспекту проблематики правоохоронної діяльності (О. Скупарова вивчала гендерні особливості когнітивного самосприйняття працівниками органів внутрішніх справ; І. Клименко досліджував гендерні особливості професійної деформації працівників органів внутрішніх справ; О. Смірнова вивчала питання забезпечення гендерної рівності працівників правоохоронної системи України й інші).

Праці зазначених авторів хоча прямо й не охоплюють конфліктність як предмет дослі-

дження, але тією чи іншою мірою наближають до її вивчення, що може слугувати відправною точкою для подальших наукових розробок.

З наведеного простежується різноманітне вивчення конфліктності в поліцейському середовищі, оскільки конфліктність є важливим складником формування взаємин поліцейського з колегами, а також із представниками інших органів, які співпрацюють із поліцією.

Наведений перелік досліджень указує на актуальність конфліктності поліцейських як психологічної проблеми. Пошук шляхів її вирішення триває.

З огляду на великий обсяг наукових напрацювань із проблеми конфліктності поліцейських, більш детально ми зупинимось лише на деяких роботах учених. Огляд наукових здобутків щодо конфліктності поліцейських у теоретико-прикладних аспектах уможливить розуміння практичної цінності вивчення професійної конфліктності поліцейських як психологічної проблеми.

**Виклад основного матеріалу.** У ході проведення різнобічних досліджень конфліктності поліцейських утворилася поліцейська конфліктологія як окрема галузь психологічних знань. Ознаки науковості їй додають чітке внутрішнє структурування, установалення співвідношення між складниками, а також її цільове призначення.

З огляду на теоретико-прикладний характер поліцейської конфліктології, буде доречним наведення прикладів практичного її застосування.

Низку досліджень у цій галузі проведено ще до впровадження реформи правоохоронної системи України восени 2015 року, тому в огляді таких наукових праць можуть зустрічатися терміни, які були актуальні в той час.

Так, М. Іншин, В. Олефір, Л. Малюга й інші обґрунтовують важливість професійної психологічної підготовки сучасного правоохоронця стресовістю робочих ситуацій та агресивністю комунікативного середовища його перебування, що зумовлює необхідність психологічної саморегуляції. Сприяти цьому може навчання поліцейських проявляти емоційно не забарвлену поведінку, а також застосовувати засоби подолання стресових ситуацій [4, с. 195].

Актуальним у контексті досліджуваної проблеми є зазначення відомостей про оцінку професії поліцейського за ступенем конфліктності, надану самими поліціантами.

Так, С. Гіренко зазначає сприйняття правоохоронцями своєї професії як висококонфліктної, а також відзначення ними негативного впливу професії на їхні сімейні відносини та його зворотний негативний вплив на професійну діяльність. Автором наведено перелік

конфліктогенів, які впливають на поліцейського під час несення служби: «... вербалізовані образи, категоричні відмови, ультиматуми громадян, керівництва, колег тощо; прояви психологічної та фізичної агресії у спілкуванні; психологічний опір, маніпуляції, брехня під час контактів із правопорушниками; безапеляційність, авторитарність керівництва та необхідність підкорятися наказам при ігноруванні власної думки; висока напруженість у роботі при нестачі вільного часу, необхідного для відпочинку й відновлення сил, перебування з родиною та близькими; суворі вимоги до дисципліни, обсягу та строків виконання роботи; випадки, пов'язані з ризиками для життя та здоров'я працівника; критичне, інколи упереджене ставлення до правоохоронців з боку суспільства, ЗМІ, громадян; психоемоційне навантаження і тривожність внаслідок відчуття суворої відповідальності за помилки у роботі» [4, с. 196].

Вирішенням цієї проблеми дослідник убачає формування конфліктологічної культури поліціанта шляхом не лише набуття теоретичних знань, а й трансформації особистості в бік конфліктостійкості й опанування практичних навичок ведення конструктивного діалогу, для чого й пропонує відповідну навчально-ігрову програму [4, с. 197].

Окрім цього, С. Гіренко та С. Ларіонов, за даними опитування патрульних поліцейських, зазначають, що 41,8% респондентів найпоширенішими причинами конфліктів у підрозділі вважають «негативні якості або некомпетентність керівника»; 35% опитаних – «некомпетентність співробітника»; 34,2% – «бар'єри» з боку інших органів МВС». Шляхами вирішення проблеми конфліктності поліцейських автори вважають підвищення результативності первинної професійної підготовки поліціантів, а також корегування критеріїв психофізіологічного відбору кандидатів на поліцейські посади [5, с. 124–125].

С. Брижак та Н. Грисенко досліджували характер зв'язку зрілості особистості з рівнем конфліктності в курсантів поліції. За результатами емпіричних досліджень, автори дійшли висновку, що порівняно зі студентами інших спеціальностей курсанти поліції є менш конфліктні й менш особистісно зрілі. Водночас курсанти-поліціанти демонструють показники агресивності й енергійності значно більші, ніж у студентів інших спеціальностей. Такі показники курсантів поліції автори пояснюють специфікою їхнього навчання [6, с. 17–18, 21].

А. Лінник визначає чинником конфліктності працівників поліції їхню професійну деформацію, яка з часом призводить до перенесення професійних рис і навичок у позаробоче життя, відсутності інших інтересів, окрім професійної діяльності, завищеної професійної

самооцінки, нетерпимості до критики себе як професіонала тощо. Це зумовлює відчуття негативно забарвлених емоцій. Урешті-решт, усе це призводить до зловживання алкоголем та інших адикцій, детермінує звучення соціальних відносин поза межами професії, що негативно впливає на таку особистість [7, с. 225–226].

В. Литвин серед недоліків первинної професійної підготовки патрульних поліцейських зазначила її надто стислий термін, що унеможлиблює якісне засвоєння професійних навичок, а також недостатню психологічну підготовку, яка полягає в психологічній невідповідності до конфліктних ситуацій і зумовлює звільнення патрульних із лав поліції.

З огляду на останнє, авторкою запропоновано програму психологічної комунікативної підготовки патрульних поліцейських до конфліктних ситуацій, до якої, окрім засвоєння теоретичної бази, входить опанування практичних навичок управління конфліктом, від його прогнозування до повного розв'язання [8, с. 151].

О. Платковська в рамках дослідження гендерного аспекту психологічної поведінки працівників поліції встановила наявність у жінок поліцейських страху завдати шкоду в конфлікті, а також зазначила ставлення до конфлікту чоловіків поліцейських як до засобу зняття напруження в бесіді та намагання трансформувати конфлікт у проблему шляхом дискусії. Також дослідницею зазначено зв'язки між збільшенням посадового стажу та пристосуванням до конфліктів шляхом уникання чи співпраці.

Для вирішення проблеми авторка пропонує тренінгові програми з розвитку низки вмінь і якостей, таких як комунікабельність, впевненість у собі, розвиток «Я-концепції», критичне мислення, самоврядування, тощо [9, с. 128].

О. Макарова з приводу формування професійного спілкування поліцейських на етапі фахової підготовки відзначає залежність успішності виконання службового завдання від правильності комунікації та окреслює важливі особливості такої комунікації, серед яких – неухильне дотримання законності; стресостійкість (не піддаватися впливу негативних емоцій у конфліктних ситуаціях); продовження спілкування та виконання службових повноважень навіть у випадку прихованої або явної агресії з боку інших осіб тощо.

Виходячи із цього, авторка окреслює найефективніші, на її думку, методи навчання поліціантів правильній професійній комунікації. До останніх відносяться групова дискусія, яка дає змогу опанувати якісне донесення своєї позиції та сприйняття іншої, і рольова гра, що уможлиблює засвоєння професійних навичок у соціальних ролях [10, с. 30–31].

Таким чином, теоретико-прикладний підхід до проблеми конфліктності поліцейських поряд із теоретичним оглядом наукових здобутків уможлиблює й одночасне окреслення практичних рекомендацій самих дослідників, що дозволяє оцінити якісну корисність цих наукових знань.

Вищенаведене є лише незначною частиною бази знань про конфліктність у поліцейському середовищі. При цьому різновекторні дослідження цього феномена продовжуються, що свідчить про актуальність даної проблеми та пошук нових засобів її вирішення.

**Висновки.** Огляд вітчизняних теоретико-прикладних напрацювань щодо конфліктності поліцейських виявляє великий обсяг наукових здобутків у галузі поліцейської конфліктології. Розмаїття напрямів досліджень уможлиблюють різнобічний погляд на психологічну проблему конфліктності в поліцейському середовищі України.

Теоретико-прикладний підхід дає змогу застосувати отримані наукові результати на практиці для досягнення поставленої мети. Зокрема, здебільшого поліцейським рекомендується опановувати й розвивати комунікативні навички в рамках професійного спілкування, а також засвоювати вміння психологічної саморегуляції в стресових ситуаціях. Проте повною мірою проблема конфліктності поліцейських нині не є дослідженою. Зокрема, питання гендерного аспекту конфліктності потребує більш різнобічного вивчення. Так, наприклад, науково не дослідженими сьогодні є психологічні чинники конфліктності поліцейських за гендерною ознакою, що є істотним для більш різнобічного з'ясування природи конфліктності в професійному середовищі.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Конституція України : станом на 1 січ. 2020 р. / Верховна Рада України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80#Text> (дата звернення: 12.12.2021).
2. Про Національну поліцію : Закон України від 8 серп. 2021 р. / Верховна Рада України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19#Text> (дата звернення: 12.12.2021).
3. Лефтеров В., Яковлев Д. Науково-методичні засади професійної поліцейської конфліктології. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2017. № 2 (37). С. 12–15.
4. Гіренко С.П. Моделювання професійних конфліктних ризиків у підготовці майбутніх працівників патрульної поліції. *Право і безпека*. 2015. № 2. С. 193–198.
5. Гіренко С.П., Ларіонов С.О. Стан, перспективи та досвід формування конфліктологічної культури майбутніх працівників патрульної та кіберполіції. *Право і безпека*. 2016. № 16. С. 121–127.
6. Брижак С.О., Грисенко Н.В. Характер зв'язку зрілості особистості з рівнем конфліктності у курсан-

тів поліції. *Український психолого-педагогічний збірник*. № 15. С. 14–22.

7. Лінник А. О. Вплив професійної деформації на діяльність працівників поліції. *Філософські, методологічні та психологічні проблеми права* : збірник матеріалів доп. учасн. VII Всеукр. наук.-теор. конф. Київ, 2017. С. 222–226.

8. Литвин В.В. Психолого-правові засади удосконалення професійної діяльності поліцейських

патрульної поліції : дис. ... канд. юрид. наук : 19:00:06 / Київ. нац. академія внутр. справ. Київ, 2019. 261 с.

9. Платковська О.В. Психологічні особливості конфліктної поведінки працівників поліції: гендерний аспект. *Право і безпека*. 2021 № 2 (81). С. 122–128.

10. Макарова О.П. Формування професійного спілкування поліцейських на етапі фахової підготовки. *Теорія і практика сучасної психології*, 2019. № 2. Т. 2. С. 29–32.

## НАДЗВИЧАЙНА СИТУАЦІЯ ЯК ВИКЛИК: СОЦІАЛЬНА І ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ЗДОРОВ'Я

### AN EMERGENCY AS A CHALLENGE: PSYCHOLOGICAL AND SOCIAL HEALTH SUPPORT

На основі теоретичного аналізу міжнародних стандартів констатується, що загальноприйнятий порядок дій у надзвичайних ситуаціях розгортається в єдиному напрямі – запобігання наслідкам і нейтралізації їх. Для формування політики психічного та психологічного здоров'я й безпеки обґрунтовується необхідність перегляду системи першої психологічної допомоги: (1) унесення доповнень щодо інституційних умов, природних і національних особливостей, потреб населення; (2) використання корекційно-розвивальних практик зняття гострого стресу, психодіагностики. Для зменшення ризиків негативних наслідків для постраждалих і підвищення їх стійкості психологічного та психічного здоров'я пропонуються практики соціально-психологічної допомоги й адаптований до українських реалій план основних дій першої психологічної допомоги, а саме: налагодження контакту за правилами культурного середовища; підвищення безпеки та забезпечення фізичного й емоційного комфорту; стабілізація емоційного стану, надання емоційної підтримки та формулювання орієнтирів щодо перспектив; визначення актуальних потреб і проблем постраждалих, збору необхідної інформації для надання підтримки й допомоги; складання плану допомоги й вирішення наявних потреб/проблем; установа коротко-тривалих і довготривалих контактів, зв'язків із фахівцями організацій соціальної підтримки; інформування щодо психофізичних реакцій у надзвичайних ситуаціях і способів їх корекції; розроблення дорожньої карти допомоги, керуючись якою постраждалі приймають рішення щодо вибудовування подальших власних дій. Наголошується на тому, що внесення доповнень у загальноприйнятну систему першої психологічної допомоги сприятиме покращенню якості життя й забезпеченню прав і свобод людини в міжвідомчому просторі держави, запропоновані практики можуть використовуватися в конструюванні цілісної системи охорони психічного та психологічного здоров'я.

**Ключові слова:** надзвичайна ситуація, психологічна й соціальна підтримка, здоров'я, перша психологічна допомога.

Basing on the theoretical analysis of international standards, the article author states that the generally accepted procedure for actions in emergencies has a single aim to prevent and neutralize consequences. To form a policy for mental and psychological health and safety, the first psychological aid system should be revised as follows: (1) additions must be made by taking into account institutional conditions, natural and national characteristics, population's needs; (2) correctional and developmental practices must be applied to perform psychological examination and to relieve acute stresses. To reduce negative consequences for victims and increase their resilience, improve their psychological and mental health, the article proposes several social and psychological assistance practices and a basic plan of first psychological assistance adapted to Ukrainian realities. This work includes: to establish contacts according to the cultural rules; to increase safety and provide physical and emotional comfort; to stabilize people's emotional states, provide emotional support for them and formulate guidelines for their prospects; to identify victims' needs and problems, collect necessary information for support and assistance; to draw up an assistance plan solving existing needs/problems; to establish short-term and long-term contacts with specialists in social support organizations; to inform about possible psychophysical reactions in emergencies and ways to correct them; to develop a roadmap for assistance, helping victims make decisions on their own actions. The article emphasized that the additions introduced into the generally accepted system of first psychological aid will improve the quality of life and human rights and freedoms in various areas of the state; the proposed practices can be used to build a holistic system of mental and psychological health preservation.

**Key words:** emergency, psychological and social support, health, first psychological aid.

УДК 159.9>613.8  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.32>

#### Довгань Н.О.

д.психол.н.,  
старший науковий співробітник  
лабораторії психології політико-  
правових відносин  
Інститут соціальної та політичної  
психології Національної академії  
педагогічних наук України

Згідно з еталонними міжнародними матеріалами та законодавством України, можуть корегуватися стандарти першої психологічної допомоги (далі – ППД) – соціальної і психологічної підтримки в надзвичайних ситуаціях, що реалізується неметодичними працівниками. При цьому виважений підхід до розробки доповнень, які відповідають територіальним умовам держави й ментальним особливостям громадян, має на меті запобігання загрозам ризиків як у соціальному (забезпечення гідної життєдіяльності громадян), так і психологічному (збереження та покращення ментального здоров'я) аспектах.

Чітке розведення соціальних і психологічних дій ППД сприятиме конкретизації змісту

підтримки постраждалих і формулюванню науково-практичних засад побудування технологій із надання екстреної та реабілітаційної допомоги членам територіальних громад, які стали жертвами чи свідками надзвичайних ситуацій (далі – НС).

**Мета** статті полягає в конкретизації адаптованого до українських реалій плану соціальної підтримки освітян, на основі якого можливе конструювання комплексу корекційно-розвивальних практик підтримки психологічної стійкості громадян у надзвичайних ситуаціях.

Питання, що виникають під час НС, мають універсальний у світовому охопленні характер. По-перше, наслідки кризових зсувів соці-

ального та природного походження, по-друге, прояв психічних порушень (фізичних особливостей, реакцій на душевні страждання й проблеми тощо) та психологічних проблем, які відображують стан людини. Саме тому в міжнародному просторі за рекомендаціями Всесвітньої організації охорони здоров'я змістовність *першої психологічної допомоги* наповнюється діями, необхідними для підтримки людей, які пережили травматичні події та, можливо, перебувають у важкому стані [13].

Для конструювання стратегій збереження психічного і психологічного здоров'я громадян різних держав в умовах НС у 2016 році ВООЗ конкретизовано поняття здоров'я та технології ППД. На основі того що загальна допомога постраждалим ніколи не складається тільки з вирішення фізичних і медичних проблем, у процес ППД включено дії з *психологічної допомоги*: охорони психічного, психологічного здоров'я та соціальних послуг. Необхідно зазначити, що за спеціальною ініціативою ВООЗ *здоров'я* означається не станом відсутності хвороби (або недугів), а повним фізичним, психічним і соціальним благополуччям. Відповідно, у світовому масштабі як системний елемент загального реагування ППД представляється суспільною формою доступної підтримки, яка надається в перші години та дні надзвичайних і кризових ситуацій і включає дії щодо захисту постраждалих [8; 9; 13; 16]. Згідно з еталонними документами ВООЗ, ППД становить складник готовності до НС як пересічних громадян, так і спеціалістів певного профілю (психологів, вчителів, пожежників, поліцейських, медичного персоналу тощо). ППД як системний елемент загального реагування, як складник готовності до НС, як частина системи охорони психічного здоров'я визначається процесом, у якому реалізується *психологічна й соціальна підтримка* [2; 3; 4; 5].

На основі теоретичного аналізу дієвих на міжнародному рівні стандартів щодо охорони здоров'я зазначимо, що в конструюванні порядку дій у НС акцент ставиться саме на (1) вибудовуванні системного підходу до виявлення, оцінки та зменшення травматичних факторів, (2) знаходження алгоритмів профілактичних практик, (3) формування готовності до НС. Тобто затверджені ВООЗ стратегії щодо психічного здоров'я та психосоціальної підтримки (Mental health and psychosocial support (далі – МНПСС)) і зниження ризику стихійних лих (Disaster Risk Reduction (далі – DRR)) розгортаються в сучасному світі в єдиному напрямі – *запобігання наслідкам і нейтралізації наслідків надзвичайних ситуацій*, а саме:

– суттєвого зниження ризику лих і життєвих утрат, засобів існування та здоров'я, економічних, фізичних, соціальних, культурних та екологічних активів людей, підприємств і країн;

– визначення ризиків підвищення сприйнятливості окремих осіб і суспільної системи до впливу небезпек, що опосередковуються фізичними, соціальними, економічними й екологічними факторами;

– визначення детермінантів уразливості громадян у НС (стану психічного здоров'я, психосоціальних стресорів, епізодів насильства, конфліктів, спалахів хвороб, погіршення стану навколишнього середовища, бідності тощо) [9; 11; 15].

Виділяючи не вирішені раніше частини проблеми, зазначимо, що інтеграція стратегій з охорони психічного здоров'я у світовому масштабі сприяє формуванню умов, за яких індивідуальні й колективні суб'єкти залучаються до участі в заходах щодо запобігання наслідкам, реагування та відновлення наслідків НС і забезпечення готовності до НС [15]. Відповідно до спеціальної ініціативи ВООЗ щодо психічного здоров'я, здійснюється впровадження ключових стратегічних позицій у політичний простір більше 70 держав (серед яких Україна) і територій, що презентували пріоритет вирішення питань психічного та психологічного здоров'я. Змістовність позицій полягає в розповсюдженні нормативів і технічних пакетів ВООЗ, що будуть дієвими в конкретних умовах, забезпечення тісної співпраці з відповідними державними відомствами та стратегічними партнерами. До співпраці залучаються органи на місцях, мережа близьких за тематикою центрів ВООЗ, люди із життєвим досвідом подолання наслідків НС і забезпечення ППД, асоціації професіоналів (учителів, соціальних працівників, психологів, медиків), вищі навчальні заклади й установи ООН тощо. Вибудована система співробітництва й координації дій сприяє збільшенню масштабів підтримки психічного та психологічного здоров'я та її якості. Для реалізації місії щодо формування політики психічного та психологічного здоров'я (стратегій, законів) і безпеки відбувається, по-перше, поступове введення міжнародних стандартів у сфері прав людини в дію в різних державах (серед яких і стандарт ППД у НС); по-друге, використовуються напрацьовані у сфері здоров'я, поглиблене вивчення інституційних умов, природних і національних особливостей, потреб населення та перепон у розширенні послуг охорони здоров'я [16].

Щодо розгортання питань підтримки психічного та психологічного здоров'я й запобігання психосоціальним ризикам у НС в Україні зазначимо, що в розробленій Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року констатується існування в суспільному просторі стратегії, що є продовженням практик радянської системи з усіма її перевагами та недоліками. Порушуються

питання забезпечення профілактики негативних впливів на здоров'я громадян, необхідності осучаснення психосоціальних методів та організації охорони психічного здоров'я, реабілітаційних заходів, організації служб охорони психічного здоров'я, які функціонуватимуть у територіальних громадах [1]. Це обґрунтовує актуальність конкретизації дієвих в Україні форм ППД – на рівні територіальних громад та індивідуальної допомоги, які, з одного боку, відповідатимуть задекларованим на міжнародному рівні практикам надання допомоги та завданням Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні, з іншого – за рахунок розширення психологічного аспекту підтримки, сприятимуть психологічній стійкості громадян у надзвичайних ситуаціях.

Конкретизація плану соціальної підтримки освітан і конструювання комплексу корекційно-розвивальних технологій психологічної підтримки здійснювалася на основі отриманих якісними та кількісними методами даних щодо особливостей соціально-психологічних відмінностей громадян і їх позиціонування в НС: опитувальник «Уявлення про ситуацію Covid-19»; авторська процедура дискурс-аналізу проблематики соціальних практик освітан у надзвичайній ситуації COVID-19 (загальний обсяг – 56 текстів експертних джерел і дані інтерв'ю 170 осіб еквівалентної групи).

Для реалізації дослідження формувалися вибіркві сукупності (емпірична, цільова, тематична) з урахуванням особливостей діагностичної програми. Емпіричну вибірку становили 97 респондентів, в еквівалентну вибірку увійшли 170 осіб: цільова вибірка складалася з матеріалів інтерв'ю (170 осіб) та експертних джерел за тематикою дослідження. Тематична вибірка використовувалася для забезпечення триангуляції даних.

Конструкція якісно-кількісного дослідження вибудовувалася згідно з процедурами контролю загроз валідностей J.A. Maxwell (описова, інтерпретативна, теоретична процедури), які дали змогу реалізувати мішану стратегію, спрямовану на отримання достовірних даних. Підвищення надійності вимірювань здійснювалося завдяки комплексному використанню дослідницьких процедур, серед яких – триангуляції даних (свідчень, зібраних із різних джерел) і методичної триангуляції (використання різних методів збору інформації). Аналіз даних здійснювався відповідно до сформульованих теоретичних поглядів, артикульованих критеріїв оцінки якості й процедур контролю загроз валідностей.

Для конкретизації адаптованого до українських реалій плану соціальної підтримки освітан, на основі якого можливе конструювання комплексу корекційно-розвивальних практик, визначено, що дії із соціальної та психологіч-

ної підтримки здоров'я постраждалих у НС, діючі на міжнародному рівні, реалізуються в таких рамках:

- пріоритетів збереження психологічного здоров'я (розуміння ризику лих; зміцнення систем управління ризиками; інвестиції в діяльність щодо досягнення стійкості громадян; підвищення їхньої готовності до бід);

- алгоритмів запобігання ризикам НС і підвищення стійкості щодо психологічного/психічного здоров'я, соціальних потреб певних цільових груп [6; 10; 14].

Констатовано, що, згідно з міжнародною стратегією з охорони психічного здоров'я, план ППД в НС (що використовується й в Україні) складається з основних дій, змістовність яких формується на основі запитів постраждалих і суспільних можливостей.

*Дія перша: налагодження контакту та взаємодії.*

*Мета:* відповідати на запити постраждалих або ініціювати контакти в ненав'язливий, співчутливий, підтримувальний спосіб.

*Завдання дії:* обережно, з повагою до особливостей, норм і правил культурного середовища, не поспішаючи, вибудовувати контакти для забезпечення конструктивної взаємодії: (а) з постраждалими (індивідуально чи з групою), які їх шукають; (б) з людьми, які демонструють емоційну нестабільність (перепади настрою, імпульсивні вчинки і слова, ослаблений контроль над собою); (в) із сім'єю (з представником сім'ї/з дітьми).

*Дія друга: сприяння безпеці та комфорту постраждалих.*

*Мета:* підвищити безпеку й забезпечити фізичний та емоційний комфорт постраждалим.

*Завдання дії:* сприяти зменшенню стресу і стурбованості; надати допомогу в інформуванні, пошуках близьких.

Для досягнення умовного стану комфорту й безпеки постраждалих, задоволення вітальних потреб у самозбереженні, самопідтримці, в інформації та знаходженні безпечного місця перебування використовують доступні соціально-психологічні та матеріальні ресурси, соціальні контакти (з медиками, родичами та ін.). Діти й підлітки розміщуються поряд із дорослими чи (емоційно стабільними) однолітками, отримують пояснення щодо НС і реакцій оточуючих. У разі вирішення проблем дитини, яку не супроводжують дорослі, виконується запит у відповідні інстанції щодо її імені, батьків/опікунів, родичів, адреси проживання, школи тощо. Дітям надається інформація про ситуацію в зрозумілій формі, людей/організації, що надають допомогу, майбутні тактики поведінки. Для допомоги дітям залучаються вихователі/вчителі, які мають досвід роботи з дітьми різного віку.

*Важливо:* у роботі з постраждалими зрозуміти, що вони відчувають; звернутися до фахівців у разі виникнення ускладнень із фізичним здоров'ям, психічним станом, налагодити соціальну підтримку (родини, друзів, близьких), попередити людей у випадку виникнення загрози безпеці.

*Дія третя: стабілізація стану.*

*Мета:* стабілізація емоційного стану постраждалих.

*Завдання дії:* надати емоційну підтримку та сформулювати орієнтири подальших дій.

Протягом дії третьої особи, які допомагають, аналізують стан постраждалих щодо травмального впливу НС на психічну діяльність. Якщо постраждалі демонструють ознаки психологічної травми (психопатологічні розлади емоційного стану), їм пропонується звернутися до фахівців (психологів, психіатрів, медиків) для визначення першочергових потреб та отримання психологічної допомоги.

*Важливо:* у разі погіршення самопочуття в постраждалих уточнюється рекомендовані їм раніше лікарями призначення для оптимізації стану здоров'я. Якщо постраждалі демонструють сильне збудження, схильні до поведінки, яка може загрожувати безпеці оточуючих, необхідно звернутися до фахівців сфери охорони здоров'я для отримання рекомендацій щодо засобів компенсації гострих травматичних стресових реакцій.

*Дія четверта: збір інформації.*

*Мета:* визначення актуальних потреб і проблем постраждалих, збір необхідної інформації для підтримки й допомоги.

*Завдання дії:* збір інформації та ранжування наявних потреб і проблем постраждалих.

Для ефективності вибору засобів ППД та планування майбутніх тактик підтримки проблеми й актуальні потреби постраждалих підлягають ранжуванню від першочергових до таких, що можуть бути вирішені найближчим часом, для чого використовуються листи тематичних питань. За результатами співбесіди здійснюється узагальнення й ранжування наявних проблем постраждалих та уточнюється необхідність у медичній/психологічній консультації.

*Дія п'ята: практична допомога.*

*Мета:* надання практичної допомоги постраждалим.

*Завдання дії:* складання плану реалізації практичної допомоги й вирішення наявних потреб/проблем.

Для формування впевненості, що життя має перспективи покращення, постраждалим надається інформація щодо ресурсів допомоги. На основі проведеного ранжування проблем/потреб постраждалих розробляється покроковий план їх вирішення й засоби його виконання.

*Перший крок.* За допомогою консультантів постраждалі диференціюють перелік потреб на такі, що необхідно вирішувати негайно, і такі, що будуть вирішені найближчим часом.

*Крок другий.* Обговорення з постраждалими сутності першочергових проблем/потреб і визначення засобів їх вирішення.

*Крок третій.* Постраждалі з помічними складають план дій щодо вирішення проблем/потреб відповідно до доступної ресурсної бази.

*Крок четвертий.* Реалізація плану дій щодо вирішення проблем/потреб.

*Дія шоста: налагодження зв'язку із соціальною підтримкою.*

*Мета:* налагодження зв'язків постраждалих із суб'єктами допомоги.

*Завдання дії:* установа короткотривалих і довготривалих контактів із постраждалими; модерування їхніх зв'язків із фахівцями організації соціальної підтримки й іншими джерелами допомоги. Для відновлення здоров'я після НС особи-помічники спрямовують допомогу на підтримку здоров'я; емоційну підтримку; підтримку відчуття необхідності; підтримку самооцінки; соціальну підтримку; фізичну допомогу; матеріальну допомогу.

*Дія сьома: надання інформації про підтримку в подоланні труднощів.*

*Мета:* надання постраждалим інформації необхідної для адаптивного функціонування.

*Завдання дії:* інформування постраждалих щодо психофізичних реакцій у НС і способів їх корекції.

Для подолання дезорієнтувального впливу НС постраждалим надається тематична інформація: про реакції на травматичні переживання й втрати; про особливості взаємодії в умовах НС з молодшими дітьми, підлітками, людьми похилого віку; про адаптивні дії подолання наслідків НС; про методи виживання; техніки релаксації.

*Дія восьма: налагодження взаємодії із суміжними службами.*

*Мета:* налагодження системної допомоги постраждалим.

*Завдання дії:* розроблення дорожньої карти допомоги, керуючись якою постраждалі приймають рішення щодо вибудовування подальших власних дій.

Наголосимо, що, відповідно до прийнятої на міжнародному рівні послідовності дій ППД, підтримка здоров'я постраждалих у НС реалізується згідно із соціальною політикою держав щодо розширення або відновлення здатності громадян до соціального функціонування, при цьому психологічна підтримка ментального здоров'я залишається недостатньою. Саме тому для адаптації міжнародного плану основних дій ППД до українських реалій і забезпечення відповідності заде-



кларованій в Україні Концепції<sup>1</sup> додаткового психологічного інструментарію проводилося вивчення уявлень громадян про НС (Covid-19) і використовуваних соціальних практик у часи суспільних змін і НС.

За допомогою авторського *опитувальника «Уявлення про ситуацію Covid-19»* визначено, що в умовах НС, з одного боку, спрямованість, процесуальність соціальних практик респондентів опосередковує перебіг суспільних змін і варіативність сценаріїв проживання часів НС; з іншого – форми соціальних практик, що використовуються, – допомагаюча-адаптаційна, оптимістична, аналітична, протестна – не пояснюються доцільністю й культурними нормами – їх ситуативна варіативність формує контраргументовані прояви соціальної активності, тобто (дест-) конструктивні сценарії розгортання НС.

Для вивчення соціальних практик респондентів у часи соціальних змін і НС використовувався метод *дискурс-аналізу*, у межах котрого здійснювався покроковий комплексний аналіз дискурсивних конструкцій. На основі виокремлених типових дескрипторів (n = 156), що не обмежуються локальними ситуаціями, а діють і в глобальному контексті соціальної системи, проаналізовано *маркери дискурсивної мобільності* (соціально-психологічні відмінності позиціонування в часопросторі): модуси як соціальні практики конструювання смислів дій (n = 29); модальності як особливості світобачення, що опосередковують способи дій/взаємодій (n = 27); мовні індекси як контекстні значення дій/взаємодій (n = 14); порядки індексів як особливості використання/вибудовування капіталів/ресурсів (і в НС) (n = 32); соціокультурні ефекти дій/взаємодій (n = 32); показники конгруентності контекстуальним вимогам дій/взаємодій (n = 22).

На основі виокремлених тематичних індикаторів сформульовано висновок, що сучасники використовують життєві досвіди в практиках в НС, але діють згідно із запитами контексту й особливостей НС. Тобто конструкти текстів акторів у разі їх відповідності контексту мають суспільну значущість, а в разі змін контекстуальних умов відбувається оновлення змістовності соціально-психологічних домінант поведінки, які й опосередковують форми соціальних практик у НС. По-перше, соціальні (контекстуальні) і соціально-психологічні (текстуальні) процеси опосередковують готовність акторів до НС. По-друге, вибір стратегій подолання наслідків НС і текст/контекстуальне позиціонування респондентів в умовах змін обумовлюється формами життєдіяльності (соціокультурними стилями життя), яких вони дотримуються. По-третє, поведінку в умовах

НС обумовлює досвід акторів, їх володіння сучасними технологіями; фігуративні зв'язки, що використовуються в діях/взаємодіях; соціальні умови життя.

У цілому можемо зробити висновок, що соціальні практики респондентів в умовах НС є відображенням взаємовпливів суб'єктів і навколишнього середовища та мають реалізацію в міжособистісних і колективних системах взаємодій і взаємодопомоги. На нашу думку, форми соціальних практик у НС свідчать про розмежування дискурсивних голосів відповідно до їх конструктивних/деструктивних поведінкових реакцій і психофізіологічних станів, що виникають у НС (наявності ознак і симптомів стресу/дистресу). Щодо відповідності територіальним і ментальним особливостям населення України рекомендованих ВООЗ базових міжнародних стратегій ППД та практик, які реалізуються учасниками освітнього процесу, зауважимо, що для зменшення первинного посттравматичного дистресу та сприяння коротко- й довгостроковому адаптаційному функціонуванню в умовах НС *вісім основних дій* (соціальної підтримки, яка реалізується непрофесіоналами – непсихологами) необхідно доповнити корекційно-розвивальною технологією психологічної підтримки, адже в результаті НС у громадян діагностуються ознаки як незначних стресових реакцій, так і психосоціальних порушень, які свідчать, про текст/контекстуальну неконгруентність осіб, які перебувають у НС і потребують професійної допомоги. Саме тому дія третя була розширена техніками стабілізації емоційного стану, зменшення тривожності, релаксації; дії четверта, п'ята, шоста доповнені листами тематичних питань щодо особливостей пережитого у НС, утрат, загроз/проблем, переліку потреб, задоволення яких має утруднення, переліку матеріальних/нематеріальних ресурсів, які можуть отримати постраждалі; запропоновано карти діагностування психічного стану; дія сьома доповнена інформаційними картами соціальної допомоги.

На підставі того що в ППД учасникам освітнього процесу задіяні, з одного боку, професіонали-освітяни (викладачі, соціальні педагоги та вихователі, фахівці соціально-психологічної служби), з іншого – учні, студенти навчальних закладів, з третього – батьки, розширені практики допомоги представлено у вигляді системи взаємопов'язаних рівнів ППД, у яких використовується розроблений корекційно-розвивальний комплекс.

На *першому рівні* проводиться робота з мінімізації небажаних психологічних наслідків НС і запобігання розвитку посттравматичних стресових розладів методом дебрифінгу.

На *другому рівні* для стабілізації стану й забезпечення безпеки постраждалих вико-

<sup>1</sup> Концепції розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року.

ристовується комплекс практик А, В, С. Практики А спрямовані на забезпечення переміщення постраждалих у місця безпечної дислокації (реалізуються керівниками закладів згідно з положеннями чинного законодавства). Практики В – це діагностування стану постраждалих за протоколом фіксації поведінкових (не) специфічних проявів С.А. Поліщук:

– неспецифічних особливостей реагування організму на перебування людини в загрозливих для її життя і здоров'я ситуаціях (мозку, ендокринної системи, автономної нервової системи, серцево-судинної системи, системи травлення, м'язів, шкіри);

– специфічних особливостей сприйняття людиною психологічного часу (відображувально-поведінкова взаємодія людини з навколишнім світом як часова організація психіки).

Практики С – це проведення індивідуального психологічного обстеження за допомогою комплексу методик психологічної діагностики стресових розладів і структурованого інтерв'ю (чотири блоки запитань щодо особистих даних, відомостей про родину, стану здоров'я та психологічних показників, опису надзвичайної ситуації та поточних обставин);

На *третьому рівні* проводиться кризове психологічне консультування постраждалих, спрямоване на роботу з інтенсивними відчуттями (тривоги, страху, паніки, агресії, деперсоналізації тощо), запобігання суїцидам, дезадаптації та запобігання виникненню посттравматичних стресових розладів.

Підбиваючи підсумки, зазначимо, що, відповідно до прийнятої в міжнародному правовому полі стратегії конструювання й використання технологій охорони здоров'я громадян, алгоритми реагування на проблеми, що виникають, й управління поведінкою учасників НС поступово заміщуються формами контролю ризиків та укріплення суспільної стійкості. Обрані проактивні форми використовуються як такі, що сприяють досягненню загальної мети міжнародної системи охорони здоров'я: запобігання виникненню проблем та усунення/зниження негативних впливів НС на здоров'я громадян [10; 15].

На нашу думку, запропонована трирівнева система психологічної підтримки як продовження й доповнення апробованого в багатьох державах світу (й в Україні також) комплексу восьми основних дій ППД може використовуватися для нейтралізації гострого стресового розладу та запобігання розгортанню посттравматичного стресового розладу, адже лише на відстані 24–72 годин від гострої фази НС можна констатувати стійкі симптоми/ознаки стресу, які в разі їх збереження стають підставами констатації розгортання посттравматичного стресового розладу (ПТСР).

У представленому плані дії із соціальної та психологічної підтримки постраждалих в НС практики соціально-психологічної допомоги, що відповідають сучасним українським реаліям, розроблялися в контексті *підходу зниження ризиків негативних впливів НС*.

Можна констатувати, що, згідно з Концепцією розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року, для покращення якості життя й забезпечення прав і свобод людини в міжвідомчому просторі держави поступово утворюється цілісна система охорони психічного та психологічного здоров'я. По-перше, за рахунок підвищення рівня обізнаності громадян щодо здоров'я в суспільстві й подолання стигматизації; по-друге, внесення змін до законодавства та приведення кваліфікаційних характеристик професій у сфері охорони психічного й психологічного здоров'я у відповідність до міжнародних стандартів.

Водночас у контексті реалізації державної стратегії охорони психічного та психологічного здоров'я та розгортання конструктивних форм поведінки в НС запропоновано трирівневу систему ППД та практично-діагностичний інструментарій, як доповнення до апробованого комплексу восьми основних дій психологічної підтримки, яке сприятиме корегуванню гострого стресу та зменшить ризики негативних наслідків НС для здоров'я постраждалих.

Автор дякує колективу лабораторії психології політико-правових відносин Інституту соціальної та політичної психології НАПН України й особисто В.М. Духневичу за допомогу в проведенні емпіричного дослідження та розробці практик соціально-психологічної допомоги, що відповідають сучасним українським реаліям.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Концепція розвитку охорони психічного здоров'я в Україні на період до 2030 року : Розпорядженням Кабінету Міністрів України від 27 грудня 2017 р. № 1018-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1018-2017-%D1%80#n8>.
2. Кривоконь Н. Соціально-психологічна підтримка як чинник подолання скрутних життєвих ситуацій. *Проблеми сучасної психології*: збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. URL: <http://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/158333>.
3. Титаренко Т.М. Посттравматичне життєтворення: способи досягнення психологічного благополуччя : монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 160 с.
4. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.

5. Эллис А., Драйден У. Практика рационально-эмоциональной поведенческой терапии. 2-е изд. Санкт-Петербург : Речь, 2002. 352 с.

6. A Guide to Psychological First Aid For Red Cross and Red Crescent Societies International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies. Reference Centre for Psychosocial Support 2018. URL: <https://pscentre.org/wp-content/uploads/2019/05/PFA-Guide-low-res.pdf>.

7. Fairclough N. Discourse and Social Change. Cambridge : Polity Press, 1992. 259 p.

8. Latika Nath Sinha. Mental health and Psychological first aid *Santosh University Journal of Health Sciences*. 2017. № 3 (1). P. 1–3. URL: [https://www.academia.edu/33856152/Mental\\_health\\_and\\_Psychological\\_first\\_aid](https://www.academia.edu/33856152/Mental_health_and_Psychological_first_aid).

9. International Health Regulations. Third Edition 2016. Geneva, Switzerland: WHO. URL: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241580496>.

10. Marco de Sendai para a Redução do Risco de Desastres 2015–2030. Versão em português não-oficial – 31 de maio de 2015. URL: [https://www.unisdr.org/files/43291\\_63575sendaiframeworkportunofficial%5B1%5D.pdf](https://www.unisdr.org/files/43291_63575sendaiframeworkportunofficial%5B1%5D.pdf).

11. Mental Health, Well-being and Disability: A New Global Priority Key United Nations Resolutions and Documents United Nations University, United Nations, World Bank Group, The University of Tokyo. 2015. *The University of Tokyo Komaba Organization for Educational Excellence (KOMEX)*. URL: <https://globalwellnessinstitute.org/wp-content/uploads/2018/04/Mental-Health-Well-being-Disability-A-New-Global-Priority.pdf>.

12. Maxwell J.A. *Qualitative Research Design: An Interactive Approach*. 1212. URL: [https://www.researchgate.net/publication/43220402\\_p.221](https://www.researchgate.net/publication/43220402_p.221).

13. Ommeren M. and Saxena S. Psychological first aid: preserving dignity in crisis response Department of Mental Health and Substance Abuse. World Health Organization. Retrieved. 2016.

14. Psychological First Aid / J. Ruzek, M. Brymer, A. Jacobs, C. Layne, E. Vernberg, P. Watson. *Journal of Mental Health Counseling*. 2007. № 29. Number 1. P. 17–49.

15. Technical Note. Linking disaster risk reduction (DRR) and mental health and psychosocial support (MHPSS). Practical Tools, Approaches and Case Studies. *IASC Reference Group on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings*. 2021. URL: <https://interagencystandingcommittee.org/system/files/2021-03/Technical%20Note%2C%20Linking%20Disaster%20Risk%20Reduction%20%28DRR%29%20and%20Mental%20Health%20and%20Psychosocial%20Support%20%28MHPSS%29-%20Practical%20Tools%2C%20Approaches%20and%20Case%20Studies.pdf>.

16. The WHO Special Initiative for Mental Health (2019-2023): Universal Health Coverage for Mental Health. 2019. WHO. URL: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/310981/WHO-MSD-19.1-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

17. World Mental Health Day 2016 – Psychological first aid (2016). *World Health Organization*. URL: <https://www.who.int/news-room/events/detail/2016/10/10/default-calendar/world-mental-health-day-2016---psychological-first-aid>.

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОЦЕСУ ДОРОСЛІШАННЯ ТА СТАРІННЯ ОСОБИСТОСТІ

## SOCIAL PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF PERSONS' MOVING INTO ADULTHOOD AND AGEING

У статті представлено огляд емпіричних досліджень, присвячених соціально-психологічним аспектам процесів дорослішання та старіння. Зазначено, що сприйняття віку визначається соціокультурним контекстом. Зміни особистої ідентичності, пов'язані з віком і фізичним станом, є частиною процесу дорослішання та старіння. Указано, що поширені в суспільстві стереотипи щодо процесів дорослішання та старіння призводять до закріплення асоціації старості з фізичними й когнітивними втратами, ригідністю, нестачею продуктивності, деменцією, слабкістю, загальмованістю, некомпетентністю, безпорадністю. Наявні стереотипи щодо дорослішання, старіння та старості відображаються на рівні самосприйняття особистості, зокрема в її віковому аспекті. Негативні й позитивні ярлики щодо старості впливають на особистісну пересторогу індивіда стосовно власного процесу дорослішання та старіння. Вікове самосприйняття особистості зазвичай є більш позитивним, аніж уявлення про інших людей – представників тієї ж вікової групи. Порівняння себе з однолітками, які стикнулися з більш сильним спадом і більшими втратами, зумовленими віковими особливостями, використовується особистістю як компенсаторна стратегія потенційно збиткових ефектів, пов'язаних із віковим зниженням самоцінності. Спираючись на наявні в суспільстві стереотипи про дорослішання та старіння, представники певних вікових груп можуть знижувати власні очікування й домагання, що парадоксально може слугувати основою для зростання їх задоволеності життям.

**Ключові слова:** дорослішання, старіння, вікова ідентичність, суб'єктивний вік особистості, вікове самосприйняття, сприйняття віку.

The article provides an overview of the results of empirical studies of social psychological aspects of persons' moving into adulthood and ageing. It is stated that the perception of age is determined by the socio-cultural context. Changes in personal identity related to age and physical condition are part of the process of maturation and aging. It is pointed out that common stereotypes about the processes of moving into adulthood and aging lead to the association of old age with physical and cognitive losses, rigidity, lack of productivity, dementia, weakness, retardation, incompetence, helplessness. Existing stereotypes about growing up, aging and old age are reflected in the level of self-perception of the individual, in particular – age self-perception. Negative and positive labels about old age affect an individual's personal caution about their own process of growing up and aging. Age self-perception of a person is usually more positive than the perception of other people – members of the same age group. Comparing yourself to peers who have experienced a greater decline and greater loss due to ageing is used by the individual as a compensatory strategy for potentially detrimental effects associated with age-related decline in self-esteem. Based on the existing stereotypes in society about growing up and ageing, members of certain age groups can lower their own expectations and demands, which, paradoxically, can serve as a basis for increasing their life satisfaction.

**Key words:** moving into adulthood, ageing, age identity, subjective age, age self-perception, perception of age.

УДК 159.923.2:316.346.32  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.33>

Донець О.І.

к. психол. н.,  
доцент кафедри соціальної психології та психології управління  
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

**Постановка проблеми.** У психологічній науці процес розвитку зазвичай розглядаються в тісному взаємозв'язку з процесом дорослішання. На тлі фізіологічних змін, що спостерігаються на рівні організму, відбуваються також і перетворення психічних процесів і функцій, результатом яких є формування особистості. Кожний окремих віковий період асоціюється з відповідними віковими завданнями, що постають перед індивідуумом, позитивне вирішення яких є своєрідним маркером успішності подолання означеного етапу розвитку. Разом із тим саме сприйняття віку особистості як на рівні суспільства в цілому, так і на рівні конкретного індивіда визначається соціокультурним контекстом.

#### Аналіз останніх досліджень і публікацій.

На початку ХХ сторіччя західна медична спільнота почала визначати старість і похилий вік як патологію, зосередившись на асоційованих із нею втратами, порівняно з молодшими

дорослими, фізичних і когнітивних функцій [13]. Соціальні геронтологи в 1940–1950 років об'єктивували та маргіналізували старість, сфокусувавшись на так званих «проблемах старості» й тому, що треба робити зі старими людьми [34]. У 60-х роках ХХ сторіччя популяризація теорії І. Каммінг і В. Генрі [11], яка стверджувала, що старі люди ізолюють себе готуючись до смерті, призвела до визначення старості як часу самотності, а специфіка медичного обслуговування закріпила дві інші негативні асоціації з похилим віком – фінансові негаразди й уразливість перед хворобами [4]. Подібна маргіналізація має місце й нині: соціальні стереотипи щодо старості формують портрет фізичних і когнітивних втрат [14], ригідності, нестачі продуктивності, деменції, слабкості, загальмованості, некомпетентності й безпорадності [8; 10].

**Постановка завдання.** У дослідженні ми прагнемо проаналізувати соціально-психоло-

гічні аспекти процесів дорослішання та старіння, а саме те, як суспільство впливає на уявлення людини про вік і різні вікові періоди в цілому та вікове самосприйняття особистості зокрема.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Дорослішання та старіння можуть бути визначені як процес, у якому люди, рухаючись крізь різні стадії свого життя, акумулюють роки й накопичують досвід змін біологічних, соціальних і фізіологічних функцій [33, с. 12]. Зміни особистої ідентичності, пов'язані з віком і фізичним станом, очевидно, є частиною процесу дорослішання та старіння [9]. Разом із тим схоже, що суспільство контролює соціальний аспект дорослішання та старіння, вповноважуючи індивіда в різні вікові періоди на певні види соціально схвалюваної активності, водночас обмежуючи доступ до інших її видів. Можна казати, що суспільство визначає певні очікування щодо поведінки індивіда згідно з його віком [26].

Історично старіння сприймається як небажане явище. У суспільній свідомості існує уявлення про певний перехід – від існування, що раніше було джерелом задоволення, до такого, при якому старі люди постають слабкими, недієздатними особами з поганим здоров'ям, що потребують підтримки та допомоги з боку оточуючих їх людей і спільноти в цілому [27; 39]. На думку науковців, люди живуть у страху перед старістю та старінням [42].

Вивчаючи фактори, які обумовлюють сприйняття в соціумі старих людей і старості, серед визначальних чинників А. Фелан вказує на такі: 1) гендер того, хто сприймає, і того, кого сприймають; 2) рівень обізнаності; 3) характер і якість контактів з людьми похилого віку; 4) культурний вплив; 5) модернізацію; 6) мас-медіа (портрети, які представлені в медіа, є потужним інструментом впливу на ставлення й погляди щодо осіб похилого віку та старіння) [32].

Найявні стереотипи щодо дорослішання, старіння та старості, безперечно, відображено й на рівні самосприйняття особистості. Так, публічний дискурс на кшталт образів, представлених у засобах мас-медіа, впливає на самосприйняття похилих людей, а негативні й позитивні ярлики щодо старіння впливають на особистісну пересторогу індивіда стосовно власного процесу дорослішання та старіння [30].

Згідно з результатами досліджень, на телебаченні люди похилого віку представлені недостатньо, особливо це стосується жінок означеної вікової категорії [5; 14; 35]. Аналіз публікацій у журналах і газетах указує на майже повну відсутність образу літніх людей у рекламі [29; 40]. Коли літні люди все ж з'являються в друкованих медіа, вони постають

переважно як залежні особи, які втратили соціальні зв'язки [12], мають проблеми зі здоров'ям і потребують допомоги щодо їх вирішення [43]. І хоча деякі дослідження демонструють, що в он-лайн дискурсі порушуються певні позитивні теми, які стосуються вікової ідентичності особистості, домінуючими залишаються послання, пов'язані з темою здоров'я [28].

Отже, стереотипні уявлення про старість відбиваються в самосприйнятті особистості. Але чи є це відображення еквівалентним? Результати досліджень продемонстрували, що образи щодо похилого віку та старості, поширені серед громадян Сполучених Штатів, є загалом більш негативними, ніж уявлення людей похилого віку щодо них самих [16; 17]. При порівнянні відповідей досліджуваних – рейтингів проблем для самих себе та для більшості представників їхнього віку – установлено значні розбіжності. Старші дорослі продемонстрували віру в те, що стикаються зі значно меншою кількістю проблем у важливих сферах життя (здоров'я, фінанси та соціальна взаємодія), ніж більшість їхніх однолітків. Інші дослідження продемонстрували подібні результати [6; 7; 36], а також тенденцію до зростання з віком самозахисного протиріччя між Я-концепцією та концепцією генералізованого іншого [6; 22], яке, по суті, є продуктом соціального порівняння.

Згідно із сучасними уявленнями, заснованими на класичній концепції Л. Фестінгера про самооцінку та самодосконалість як про дві базові функції соціального порівняння, існує три основні типи соціального порівняння: 1) порівняння з тими, хто має вищий статус (займає більш вигідну позицію) за суб'єкта порівняння; 2) порівняння з тими, хто за статусом є нижчими за суб'єкта порівняння; 3) порівняння з подібними до суб'єкта порівняння іншими [22; 41]. Науковцями аргументована думка, що стратегічне порівняння з нижчими за статусом за себе іншими, вищими за себе іншими й подібними до себе іншими є важливими стратегіями, пов'язаними з розвитком індивіда [19; 22]. У теорії контролю життєвого шляху Дж. Гекгаузен та Р. Шульц пропонують ідею, що стратегічне соціальне порівняння може відігравати головну роль у підтримці так званого первинного та вторинного контролю [23; 37]. Первинний контроль, згідно з ідеями авторів, спрямовується в зовнішній світ і сприяє зміні оточення, узгоджуючись з інтересами й бажаннями індивіда. На противагу, вторинний контроль є спрямованим на власне «Я», сприяє максимізації та захисту емоційних і мотиваційних ресурсів індивіда для довготривалого первинного контролю. Порівняння себе з вищими за статусом іншими може

сприяти підвищенню первинного контролю, тоді як порівняння себе з нижчими та схожими на себе іншими – вторинного контролю.

При порівнянні з вищим за статусом іншим, індивід порівнює себе з особою, яка переважає його у функціонуванні у значимих сферах. Означене порівняння може допомогти індивіду визначити цілі у власних зусиллях первинного контролю та сконструювати шляхи досягнення таких цілей. У цьому випадку порівняння з вищим за статусом іншим прямо підтримує первинний контроль ефектами оточуючого середовища [23].

При порівнянні з нижчим за статусом іншим індивід порівнює себе з іншою особою, яка займає гіршу позицію, є менш успішною за нього в значимій сфері. Порівняння з нижчим іншим як стратегія вторинного контролю допомагає індивіду захистити власну самоцінність і, таким чином, регулює його емоційні й мотиваційні ресурси [23]. Цей механізм є особливо важливим, коли індивід переживає втрату чи стикається із загрозою можливої втрати.

Порівняння з подібними до себе іншими (горизонтальне порівняння, як його називають автори), можливо, виконує обидві функції. З одного боку, горизонтальне порівняння може допомогти удосконалити самооцінку у сферах, у яких об'єктивні критерії успіху складно визначити. З іншого боку, у ситуації втрати горизонтальне порівняння з індивідами, що переживають подібний досвід, може компенсувати деякі негативні наслідки втрати для самоцінності (самоповаги) особистості [23, с. 610].

Не підлягає сумніву те, що в процесі дорослішання та старіння індивіди стикаються з постійними здобутками й втратами [2; 25]. Отже, з одного боку, індивіди можуть отримувати позитивний ефект від соціального порівняння з більш зрілими чи обдарованими особами в процесі особистісного зростання за допомогою первинного контролю. З іншого – стикаючись з втратами, що виникають у процесі життя й кількість яких більшає з віком, індивід долучається до компенсаторних стратегій вторинного контролю задля захисту власної самоцінності [18; 24; 37]. Це, зокрема, стосується таких утрат, що сприймаються індивідом як неконтрольовані. Дослідження продемонстрували, що зростання подібних неконтрольованих утрат очікується в процесі старіння – з настанням похилого віку [20; 25]. Таким чином, порівняння з нижчим за статусом іншим – з іншими дорослими похилого віку, які стикнулися з більш сильним спадом і більшими втратами, зумовленим віковими особливостями, може бути використане як компенсаторна стратегія вторинного контролю для потенційно збиткових ефектів, пов'язаних із віковим зниженням самоцінності.

Дорослі будь-якого віку, але дорослі похилого віку особливо, очікують настання більшого, аніж для себе, спаду та пов'язаних з віком утрат «для більшості інших людей» [22]. Зокрема, дорослі, які особисто стикнулися з проблемами в певних сферах, приписують наявність серйозніших проблем у цих сферах більшості представників цього віку [31]. Можна сказати, що ті досліджувані, які мають досвід загроз в окремій конкретній сфері буття, у сприйнятті вибірково знижують статус своїх однолітків стосовно цієї конкретної сфери.

Водночас пов'язані з розвитком домагання відображаються в дорослих похилого віку на рівні порівняння з вищим за статусом іншим орієнтацією на соціальне порівняння з молодими дорослими, тоді як молоді дорослі орієнтуються радше на порівняння з особами раннього середнього віку [22].

В. Томас пояснює описаний вище парадокс терміном «розрив очікувань» [38]. Розрив очікувань між Я-концепцією та концепціями інших (генералізованого іншого, який є узагальненим уявленням про середньо статистичного представника певної групи) є результатом зниження дорослими похилого віку своїх прагнень на основі стереотипних очікувань спаду, пов'язаного з віком. Оскільки індивід є старим, він, відповідно, має менші очікування порівняно із середнім віком і молодістю [1; 3], і ці очікування простіше реалізувати у власній життєдіяльності. Подібні засновані на стереотипах прагнення врегулювання можуть призвести в деяких дорослих похилого віку до зростання задоволеності життям. Порівнюючи себе з однолітками, здорова й активна людина, можливо, сприйматиме себе як виняток із правил. У такий спосіб негативні вікові стереотипи можуть виконувати адаптивну функцію в зростання самоцінності дорослих похилого віку, на протигагу спаду, асоційованому зі старістю.

**Висновки з проведеного дослідження.** Таким чином, процеси дорослішання та старіння необхідно вивчати, зважаючи на їх зумовленість історичним, культурним та особистим контекстом. Наявні в суспільстві стереотипи щодо дорослішання та старіння особистості ретранслюються як засобами мас-медіа, так і членами означеного суспільства. Певним чином вони зумовлюють і сприйняття процесів дорослішання та старіння загалом, і уявлення про те, що означає бути людиною певного віку, і перестороги, що виникають в індивіда при наближенні до нового життєвого етапу – переходу до іншої вікової категорії. На рівні самосприйняття – уявлення про себе як про людину певного віку формується за допомогою процесів соціального порівняння. Зіставляючи себе з представниками інших вікових груп, індивід формує вікове самосприйняття. У про-

цесі соціального порівняння індивід є радше схильним до демонстрації прихильності до себе, аніж до інших – представників тієї ж вікової групи, що на рівні вікового самосприйняття проявляється в уявленнях про вигіднішу стосовно інших позицію.

#### ЛІТЕРАТУРА:

- Baltes P., Baltes M. Psychological perspectives on successful aging: the model of selective optimisation with compensation. *Successful Aging: Perspectives from the Behavioral Sciences* / ed. by P. Baltes, M. Baltes. New York : Cambridge University Press, 1990. P. 1–34.
- Baltes P.B. Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 1987. Vol. 23. P. 611–626.
- Baltes P.B. The dynamics between growth and decline. *Contemporary Psychology*, 1989. Vol. 34. P. 983–984.
- Binstock R.H. Old Age Policies, Politics, and Ageism. *Generations*, 2005. Vol. 29 (3). P. 73–78.
- Bonnesen J.L., Burgess E.O. Senior moments: the acceptability of an ageist phrase. *Journal of Aging Studies*, 2004. Vol. 18 (2). P. 123–142.
- Borges M.A., Dutton L.J. Attitudes toward aging: Increasing optimism found with age. *The Gerontologist*. 1976. Vol. 16. P. 220–224.
- Bultena G., Powers E. Effects of age-grade comparisons on adjustment in later life. *Time, roles and self in old age* / ed. by J. Gubrium. New York : Behavioral Publications, 1976. P. 165–178.
- Cardinali R., Gordon Z. Ageism: No Longer the Equal Opportunity Stepchild. *Equal Opportunities International*, 2002. Vol. 21 (2). P. 58–68.
- Chaney D. Creating memories. Some images of aging in mass tourism. *Images of Aging. Cultural Representation of Later Life* / ed. by M. Featherstone & A. Wernick. London, New York : Routledge, 1995. P. 209–224.
- Cuddy A.J.C., Norton M., Fiske S.T. This old stereotype: The pervasiveness and persistence of the elderly stereotype. *Journal of Social Issues*, 2005. Vol. 61. P. 267–285.
- Cumming E., Henry W.E. Growing Old: The Process of Disengagement. New York : Basic Books, 1961. 293 p.
- Fealy G., McNamara M., Pearl M., Lyons I. Constructing aging and age identities: a case study of newspaper discourses. *Aging and Society*, 2012. Vol. 32 (1). P. 85–102.
- Fennell G., Phillipson C., Evers H. The Sociology of Old Age. Philadelphia : Open University Press, 1988. 200 p.
- Gullette M.M. Aged by Culture. Chicago : University of Chicago Press, 1997. 280 p.
- Handbook of Communication and Aging Research / ed. by J.F. Nussbaum & J. Coupland. Mahwah NJ : Laurence Erlbaum Associates. 597 p.
- Harris L., Associates. Aging in the eighties: America in transition, Washington, DC : National Council on the Aging, 1981. 218 p.
- Harris L., Associates. The myth and reality of aging in America. Washington, DC : National Council on the Aging, 1975. 245 p.
- Heckhausen J. Developmental regulation across adulthood: Primary and secondary control of age-related challenges. *Developmental Psychology*. 1997. Vol. 33. P. 176–187.
- Heckhausen J. Developmental regulation in adulthood: Age-normative and sociostructural constraints as adaptive challenges. New York : Cambridge University Press, 1999. 250 p.
- Heckhausen J., Baltes P.B. Perceived controllability of expected psychological change across adulthood and old age. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 1991. Vol. 46. P. 165–173.
- Heckhausen J., Brim O. Perceived problems for self and others: Self-protection by social downgrading throughout adulthood. *Psychology and Aging*, 1997. Vol. 12. P. 610–619.
- Heckhausen J., Krueger J. Developmental expectations for the self and most other people: Age grading in three functions of social comparison. *Developmental Psychology*, 1993. Vol. 29. P. 539–548.
- Heckhausen J., Schulz R. A life-span theory of control. *Psychological Review*. 1995. Vol. 102. P. 284–304.
- Heckhausen J., Schulz R. Optimisation by selection and compensation: Balancing primary and secondary control in life-span development. *International Journal of Behavioral Development*. 1993. Vol. 16. P. 287–303.
- Heckhausen J., Dixon R., Baltes P. Gains and losses in development throughout adulthood as perceived by different adult age groups. *Developmental Psychology*. 1989. Vol. 25. P. 109–121.
- Hockey J., James A. Social Identities Across the Life Course. Houndmills, Basingstoke, Hampshire, UK ; New York : Palgrave Macmillan, 2003. 241 p.
- Horton S., Baker J., Cote J., Deakin J.M. Understanding seniors' perception and stereotypes of aging. *Educational Gerontology*, 2008. Vol. 34 (11). P. 997–1017.
- Lin M.-C., Hummert M.L., Harwood J. Representation of age identities in online discourse. *Journal of Aging Studies*. 2004. Vol. 18. P. 261–274.
- Martin R., Williams C., O'Neill D. Retrospective analysis of attitudes to ageing in the Economist: apocalyptic demography for opinion formers. *The BMJ Clinical Research*. 2009. P. 339. b4914.
- Media Takes: On Aging. Styleguide for journalism, entertainment and advertising/ ed. by N.S. Dahmen, R. Cozma. Sacramento, CA: International Longevity Center-USA & Aging Services of California, 2009. 58 p.
- O'Gorman H.J. False consciousness of kind: Pluralistic ignorance among the aged. *Research on Aging*. 1980. Vol. 2. P. 105–128.
- Phelan A. Socially constructing older people: examining discourses which can shape nurses' understanding and practice. *Journal of Advanced Nursing*. 2011. Vol. 67 (4). P. 893–903.
- Phillips J., Ajrouch K., Hillcoat-Nallemby S. Key Concepts in Social Gerontology. London : Sage Publications Ltd, 2010. 248 p.

34. Pollak O. *Social Adjustment in Old Age*, New York : Social Science Research Council, 1948. 199 p.
35. Robinson J., Skill T. Media usage, patterns and portrayals of the elderly. *Handbook of Communication and Aging Research* / ed. by J.F. Nussbaum & J. Coupland. NJ : Lawrence Erlbaum Associates, 1995. P. 359–392.
36. Schulz R., Fritz S. Origins of stereotypes of the elderly: An experimental study of the self-other discrepancy. *Experimental Aging Research*, 1988. Vol. 13. P. 189–195.
37. Schulz R., Heckhausen J. A life-span model of successful aging. *American Psychologist*, 1996. Vol. 51. P. 702–714.
38. Thomas W.C. The expectation gap and the stereotype of the stereotype: Images of old people. *The Gerontologist*, 1981. Vol. 21. P. 402–407.
39. Westerhof G., Tulle E. Meanings of ageing and old age: discursive contexts, social attitudes and personal identities. *Ageing in Society* / ed. by J. Bond, S. Peace & F. Dittmann-Kohli. London : Sage, 2007. P. 235–254.
40. Williams A.M., Wadleigh P.M., Ylanne V. Images of older people in UK magazine advertising: toward a typology. *International Journal of Aging and Human Development*, 2010. Vol. 71 (2). P. 83–114.
41. Wood J.V. Theory and research concerning social comparisons of personal attributes. *Psychological Bulletin*. 1989. Vol. 106. P. 21–248.
42. Wright S. It depends on how you look at it. *Nursing Standard*. 2002. Vol. 17 (13). P. 22–23.
43. Ylanne V. *Representing Aging: Images and Identities*. Basingstoke : Palgrave Macmillan, 2012. 275 p.



## РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ПІДЛІТКІВ З ВИКОРИСТАННЯМ ТЕХНОЛОГІЙ КОУЧИНГУ

### DEVELOPMENT OF EMOTIONAL INTELLIGENCE OF ADOLESCENTS USING COACHING TECHNOLOGIES

У статті розглядаються поняття емоційного інтелекту й підходи до його вивчення в сучасній психології, соціопсихологічні особливості підліткового віку та психологічні підходи до вивчення коучингу. Викладаються теоретичні основи поняття емоційного інтелекту й коучингу. Для проведення психолого-діагностичного дослідження використано такі психодіагностичні методики: 14-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттела; опитувальник когнітивної регуляції емоцій; опитувальник емоційного інтелекту «Емін» Д.В. Люсіна; тест на визначення емоцій за мікровиразами (обличчя доньки П. Екмана).

Виявляються індивідуальні психологічні якості й характеристики емоційного інтелекту підлітків. Аналізуються особливості розвитку емоційного інтелекту підлітків за допомогою технологій коучингу. У межах дослідження розроблено та проведено цикл занять із формування EI за допомогою коучинг-технологій. Метою тренінгу «Цей загадковий світ емоцій» було знайомство учасників з базовими та складними емоціями, освоєння прийомів саморегуляції, оцінки поточного психоемоційного стану й управління ним, формування довірного й аутентичного ставлення до світу на підставі розвитку здібностей розуміння власних емоцій та емоцій інших людей, формування навичок контролю власних емоцій і розвитку емоційної взаємодії з оточуючими. Основна увага приділяється аналізу результатів психодіагностики основної й контрольної груп підлітків.

Актуальність дослідження зумовлена розвитком потенціалу коучингових технологій і можливістю їх використання в рамках формування адекватного, з тенденцією до високого, рівня емоційного інтелекту в підлітків. Отримані в роботі результати мають практичну цінність для психологів, педагогів і коучів. Результати дослідження можна використовувати при розробці навчальних курсів.

**Ключові слова:** емоційний інтелект, емоції, коучинг, підлітки, індивідуально-психологічні

якості підлітків, особливості розвитку емоційного інтелекту.

The article considers the concepts of emotional intelligence and approaches to its study in modern psychology, socio-psychological features of adolescence and psychological approaches to the study of coaching. Theoretical foundations of the concept of emotional intelligence and coaching are presented. The following psychodiagnostic methods were used to conduct psychological and diagnostic research: 14-factor personality questionnaire of R. Kettel; questionnaire of cognitive regulation of emotions; Emin emotional intelligence questionnaire DV Lucina; test to determine emotions by micro-expressions (face of P. Ekman's daughter).

Individual psychological qualities and characteristics of emotional intelligence of adolescents are revealed. Peculiarities of adolescents' emotional intelligence development with the help of coaching technologies are analyzed. Within the framework of the research, a series of classes on the formation of EI with the help of coaching technologies was developed and conducted. The purpose of the training "This mysterious world of emotions" was to acquaint participants with basic and complex emotions, mastering techniques of self-regulation, assessing the current psycho-emotional state and managing it, forming a trusting and authentic attitude to the world based on developing abilities control of own emotions and development of emotional interaction with others. The main attention is paid to the analysis of the results of psychodiagnostics of the main and control group of adolescents.

The relevance of the study is due to the development of the potential of coaching technologies and the possibility of their use in the formation of an adequate, with a tendency to high, level of emotional intelligence in adolescents. The results obtained in this work are of practical value for psychologists, teachers and coaches.

**Key words:** emotional intelligence, emotions, coaching, teenagers, individual psychological qualities of teenagers, features of emotional intelligence development.

УДК 159.942.072.43-053.6  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.34>

#### Коваль Г.Ш.

к.психол.н,  
доцент кафедри соціальної і прикладної психології  
факультету психології та соціальної роботи  
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

#### Грицик О.А.

магістр другого року навчання  
кафедра соціальної і прикладної психології  
факультету психології та соціальної роботи  
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Сьогодні в Україні, як і в усьому світі, через поточну пандемію COVID-19 актуалізувалися фактори, що призводять до негативних змін в емоційній сфері людини (ігнорування чи спотворення емоційних переживань, розвиток тривожності тощо). Але передусім через карантинні обмеження, дистанційне навчання та масову комп'ютеризацію населення страждають підлітки. Поширеність спілкування в соціальних мережах призводить до того, що сьогодні дитина має велику кількість контактів, але при цьому здатність проявляти емпатію, усвідомлювати власні почуття, регулювати емоційний складник спілкування залишається

вкрай нерозвинутою. Безсумнівно, це тягне за собою труднощі в соціальній адаптації школярів. У ситуації, що склалася, вивчення проблематики знання й розуміння людиною себе, регуляції відносин з іншими людьми, управління емоціями (іншими словами, емоційного інтелекту) набуває особливого значення.

Виникнення поняття емоційного інтелекту (далі – EI) пов'язане з вивченням проблеми єдності емоційного й раціонального в людині, яке почалося ще в античні часи такими філософами, як Аристотель, Платон і Сократ. Дослідження EI з'явилися на початку 1990-х років, і цей конструкт утвердився як психологічне

поняття. Інтерес до нього пов'язаний як із прагненням цілісно оцінити здібності людини розуміти свої та чужі емоції, керувати ними, емоційно взаємодіяти з оточуючими, так і з можливостями передбачення результативності в різних видах діяльності (І. Андреева, Д. Гоулман, Д. Карузо, Д.В. Люсін, Дж. Мейер, П. Саловей, Є. Сергієнко та інші).

Термін «емоційний інтелект» (EI) уперше ввів у дисертації В. Пейн у 1986 році. Американські психологи Д. Карузо, Дж. Мейер і П. Саловей у 1990 році представили свою модель EI, який визначили як групу ментальних здібностей людини, що сприяють усвідомленню своїх емоцій та емоцій інших людей. Основними підходами, що вивчають EI, також є змішана модель Д. Гоулмана та модель соціального й емоційного інтелекту Р. Бар-Она.

Досліджено теоретичні підходи до вивчення EI в психології. Існує різне розуміння цього феномена, учені пропонують різні варіанти структури EI, а також різні варіанти його вимірювання. Однак у кожному з них можна виявити свої сильні й слабкі сторони. Деякі дослідники відзначають, що сьогодні існує проблема «множинності теорій емоційного інтелекту», яка полягає в розмиванні й відсутності конкретизації поняття емоційний інтелект.

Численні дані свідчать про те, що люди, які розуміють свої емоції, а також розшифровують почуття інших, мають перевагу в будь-якій сфері життя. І, навпаки, ті, хто не вміє тримати свої емоції під контролем, змушені постійно перебувати в стані внутрішнього конфлікту, що дуже негативно позначається на працездатності та ясності мислення [2].

У радянській психології ідея єдності афекту й інтелекту відображена в працях Л. Виготського, А. Леонтьєва, С. Рубінштейна [6; 10; 11].

У дослідженнях Дніпропетровської наукової школи з'явилися перші праці українських учених, присвячені проблемі EI. Під керівництвом Е. Носенко розпочалося вивчення адаптаційних і стресопротекторних властивостей EI. Значний внесок у вивчення цієї теми в Україні зробили також І. Аршава, Н. Ковріга, О. Владова [7].

Багато даних свідчать про те, що люди, котрі розуміються на своїх емоціях і також розшифровують почуття інших людей, мають перевагу в будь-якій сфері життя. І, навпаки, ті, хто не вміє взяти свої емоції під контроль, змушені постійно перебувати в стані внутрішнього конфлікту, що вельми негативно позначається на працездатності та ясності мислення.

Отже, EI – це здатність людини усвідомлювати, адекватно виражати свої емоції і сприймати емоції партнера по спілкуванню, включати цю інформацію в загальний контекст міжособистісної взаємодії.

Розвиток EI зводиться до формування чотирьох основних навичок:

- здатність усвідомити й ідентифікувати свою емоцію до того, як ви почнете діяти або говорити що-небудь під її впливом;

- здатність вибирати, як поводитися під впливом емоцій, щоб якомога ефективніше досягати своїх цілей, не завдаючи шкоди іншим;

- здатність розуміти емоції інших людей, визначати емоції, що лежать в основі взаємин з іншими;

- уміння правильно використовувати інформацію про емоційний стан інших людей [13].

Підлітковий вік характеризується різноманітними біологічними й соціальними факторами, які неминуче впливають на психологічний добробут підлітків. Структурна та функціональна перебудова в префронтальній корі та зміна її зв'язків з іншими ділянками мозку призводять до підвищення емоційності в підлітків, підвищення чутливості до соціальних стимулів і забезпечення все більш складних і контрольованих реакцій на соціальну інформацію. Ці нейрофізіологічні зміни проявляються в підвищеному інтересі до однолітків, романтичних стосунках і залученні до суспільно значущих подій. Хоча ці зміни сприяють розвитку навичок, необхідних для вирішення проблем, пов'язаних із віком, – створення незалежності від сім'ї, установа стосунків із суспільством, вони також передбачають емоційну вразливість підлітків і ризик девіантної поведінки.

Навички регулювання в підлітковому віці характеризуються більш повільним, поступовим дозріванням, яке триває протягом раннього дорослого життя, але саме підлітковий вік є найважливішим періодом для розвитку емоційної регуляції [4].

Кризовий вік варто вивчати не як виділений елемент у структурі періодизації, а насамперед за показниками динамічного розвитку, оскільки без вивчення умов формування дитини в онтогенезі неможливо виявити психологічні особливості. Діяльнісний підхід розглядає формування індивідуальності як динамічний процес, важливим потоком якого є насамперед урегулювання особистих протиріч, що відбуваються всередині, крім того, зміну виду діяльності, що є формуванням початкової зміни ставлення до категорії потреб [10].

Під час вивчення радянськими вченими встановлено таке: значуща для підліткового віку діяльність – це усвідомлення правил і рамок взаємодії, які найбільш чітко виражені в суспільно затвердженій діяльності.

Як зазначав Л. Виготський, на етапах кризи формуються установки, розуміння яких відбувається спочатку розумово, а пізніше підкри-

плюється біологічними навичками. Відповідно до авторської теорії, кризовий період має зв'язок з утвореннями, що впливають зі значних подій минулого досвіду [5].

Продуктивність освіти виявляє зміну ставлення до суспільства щодо ставлення до своєї особистості. Специфіка становлення дитини на певному етапі проявляється в такі моменти: труднощі, що виникають у спілкуванні зі старшими людьми:

- прояв упертості, негативного та важкого сприйняття, байдужості до продуктивної оцінки;
- залишення загальноосвітнього навчального закладу, оскільки те, що важливо для особистості, зараз формується поза шкільним закладом;
- пошук підліткових груп (пошук людини, здатної проникнути, знаходження подібної);
- підліток досліджує ідею вести зошит своїх думок.

Багато вчених фіксує спостереження щодо механізмів «особистих записок і щоденників», де саме в них підліток «знаходить значущий особистий притулок», де немає жодної людини, яка б могла контролювати це. Він має можливість висловлювати свої особисті думки, нескінченно й безконтрольно звільняючи особисті, періодично інтимне та глибоке розуміння, актуальні та захоплюючі ідеї, збентеження й навчання.

На думку більшості вчених, підлітковий вік – це період з 12 до 18 років, який характеризується певними змінами у фізіологічному, психологічному та соціальному розвитку. Єдиної концепції з приводу нормативності підліткової кризи досі не існує. В емпіричних дослідженнях отримано великий фактологічний матеріал, який відбиває різні сторони підліткового віку. Основний інтерес дослідників фокусується на складностях, проблемах і ризиках дорослішання.

Найявна кількість досліджень присвячена позитивним сторонам особистості підлітків. Фундаментом дослідження вивчення підліткового віку стала системна концепція лідерства Б. Ананьева. Психологія підліткового віку як етапу життєвого шляху людини, що здійснюється на підставі системного підходу, що дає змогу розглядати різні показники розвитку психофізіологічних функцій, властивостей особистості, психічних станів, тобто взаємозв'язку основних складників у цілісній організації людини. При вивченні психології підлітків реалізовано диференціальний підхід з акцентом на індивідуальні характеристики й особливості розвитку.

Сьогодні все більш гостро стає необхідність пошуку та розробки ефективних методів розвитку емоційного інтелекту підлітків. Одним із таких методів може стати коучинг: метод

навчання, у процесі якого людина, яка має назву «коуч», допомагає клієнтові досягти якоїсь життєвої або професійної мети. Унікальність коучингу, на відміну від психотерапії: він не торкається попереднього негативного досвіду, не фокусується на дитячих проблемах, які були і людини і стали причиною того, як вона живе, поводить себе й почувається зараз. Коучинг сфокусований на досягненні чітко визначених цілей замість загального розвитку. Уся суть коучингу в тому, щоб людина використовувала саме ті навички, які в неї розвинені найкраще, тобто робила те, у чому вона більш розвинена. Ці навички розкриються й покажуть себе саме під час коучингу.

У роботі з дітьми коучинг здатний вирішити безліч проблем, запропонувавши їх у вигляді завдань. Наприклад, підвищити успішність, налагодити взаємини з однолітками, навчитися грамотно розподіляти свій час, долати самотійно свої негативні емоції тощо. Освіта в такому підході допомагає учням повірити у свої сили, максимально розкрити й використати особистий потенціал. Застосування методів та інструментів коучингу для розвитку ЕІ підлітків може стати ефективним на всіх рівнях цього системного процесу. У рамках психологічної науки коучинг розглядався з точки зору психоаналізу, гештальт-терапії, гуманістичної, екзистенціальної та позитивної психології, когнітивного, поведінкового та системного підходів, а також НЛП.

Оскільки коучинг і психотерапія мають площини, що взаємоперетинаються, можливий певний теоретичний і психотехнічний синтез цих практик. Так, використання понятійного апарату й деяких методів розуміючої психотерапії допоможе коучу краще структурувати свою діяльність, особливо на етапах визначення запиту та виявлення мотивів і цінностей. Арсенал інструментів і технік окремих шкіл також може розширити робочий репертуар коучів і психотерапевтів, даючи їм змогу приймати більш гнучку тактику залежно від запитів, особистості клієнта й ситуації його життя.

Ураховуючи всі наведені вище аргументи, варто відзначити значимість застосування коучингу в розвитку емоційного інтелекту, тому що коучинг – це методика розкриття потенціалу людини, яка виводить на передній план усвідомленість, розуміння своїх і чужих емоцій, глибину сприйняття й інтуїцію.

Отже, незважаючи на значну кількість наукових робіт, у психологічній науці практично відсутнє цілісне теоретичне обґрунтування та практичне підтвердження використання інноваційних методів для розвитку емоційного інтелекту підлітків. Актуальність дослідження зумовлена розвитком потенціалу коучингових технологій і можливістю їх використання в рамках формування адекватного, з тенден-

цією до високого, рівня емоційного інтелекту в підлітків.

Для проведення психолого-діагностичного дослідження використано такі психодіагностичні методики: 14-факторний особистісний опитувальник Р. Кеттела; опитувальник когнітивної регуляції емоцій; опитувальник емоційного інтелекту «ЕІІ» Д.В. Люсіна; тест на визначення емоцій за мікровиразами (обличчя доньки П. Екмана).

**Висновки з проведеного дослідження.**

Аналіз даних основного психодіагностичного дослідження підлітків показав, що на низькому та дуже низькому рівнях знаходяться такі показники:

- серед когніцій – прийняття, позитивне перефокусування й позитивна переоцінка;
- серед індивідуально-психологічних особливостей – шизотомія, емоційна стабільність, стриманість, обережність, сором'язливість, групова залежність, самоконтроль і розслабленість;
- серед параметрів емоційного інтелекту – розуміння чужих емоцій, керування чужими емоціями, розуміння своїх емоцій, керування своїми емоціями та контроль експресії, що говорить про низький емоційний інтелект досліджуваних;
- серед параметрів розпізнавання емоцій – найменш розпізнаваним є страх.

У межах дослідження розроблено та проведено цикл тренінгових занять із формування ЕІ за допомогою коучинг-технологій. Метою тренінгу «Цей загадковий світ емоцій» було знайомство учасників з базовими та складними емоціями, освоєння прийомів саморегуляції, оцінки поточного психоемоційного стану й управління ним, формування довірчого й аутентичного ставлення до світу на підставі розвитку здібностей розуміння власних емоцій та емоцій інших людей, формування навичок контролю власних емоцій і розвитку емоційної взаємодії з оточуючими.

Після проходження підлітками тренінгової коучингової програми було проведено контрольне психодіагностичне дослідження за допомогою вищезазначених методик.

Було проаналізовано особливості розвитку ЕІ підлітків під впливом технологій коучингу. Аналіз результатів за методикою Р. Кеттела показав, що практично всі індивідуально-психологічні особливості респондентів перебувають на рівні, нижчому за норму. Після проведення другої частини емпіричного дослідження статистично значущі позитивні зміни відбулися за параметрами «Емоційна стабільність» і «Моральні норми». Позитивні зміни цих чинників означають, що в досліджуваному віковому періоді навіть невелике зростання емоційної стабільності й моральної нормативності може вберегти підлітка від девіантної чи

делінквентної поведінки, стати тригером психологічного балансу в міжособистісних стосунках із батьками, учителями, однокласниками тощо [8; 9].

Аналіз даних опитувальника когнітивної регуляції емоцій свідчить, що в основному дослідженні в групі підлітків на низькому рівні знаходяться 1,9%, на середньому рівні – показники 84,8% досліджуваних, на високому рівні – 13,3%. У контрольній частині дослідження після проведення тренінгу – на низькому 18,8%; на середньому – 51,5%; на високому когнітивному рівні знаходяться 29,7% досліджуваних. Отже, можна зробити висновок, що серед стратегій регулювання емоцій, які використовуються підлітками, загалом переважають ефективні стратегії, які дають їм змогу адаптуватися до несприятливих умов і стресів. Серед руйнівних найбільш вираженими були стратегії звинувачення себе в тому, що сталося, і примусове повернення до думок про подію.

Отримані за допомогою тесту ЕІІ Люсіна дані свідчать, що в основному дослідженні ЕІ в групі підлітків на дуже низькому та низькому рівнях знаходяться 83,3% досліджуваних, на середньому – 16,7%. У контрольній частині дослідження після проведення тренінгу на дуже низькому та низькому рівнях ЕІ знаходяться також 79,2% досліджуваних, на середньому – 20,8%. Тобто позитивні зміни зафіксовано в таких параметрах – це внутріособистісний ЕІ, розуміння своїх і чужих емоцій.

Розпізнання семи базових емоцій за мікровиразами вибіркою перебуває на високому рівні при основному дослідженні. Аналіз контрольного дослідження показав, що позитивні зміни в респондентів відбулися в розпізнаванні таких емоцій, як радість – 91,67%, смуток – 87,5%, подив – 50%. Найменш розпізнаваним є страх: лише 4,16% респондентів змогли отримати високий рівень.

Отримані в роботі результати мають практичну цінність для психологів, педагогів і коучів. Програму тренінгу може використовуватися в роботі з підлітками в школах, коледжах, ліцеях та інших закладах для розвитку ЕІ. Також результати дослідження можна використовувати при розробці нових освітніх програм, навчальних курсів і спецкурсів.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология : учебник для студентов вузов. 2-е изд., исп. и доп. Москва : Академический Проект, 2001. 704 с.
2. Психология управления : курс лекций / Л.К. Аверченко, Г.М. Залесов, Р.И. Мокшанцев, В.М. Николаенко. Москва ; Новосибирск : Инфра-М, 1999. 149 с.
3. Александрова Н.П. Эмоциональный интеллект как фактор саморегуляции педагогической дея-

тельности. *Вестник Московской государственной академии делового администрирования. Серия «Философские, социальные и естественные науки»*. 2011. № 5 (11). С. 171–177.

4. Андреева И.Н. Развитие эмоциональной компетентности педагогов. *Психология образования сегодня: теория и практика* : материалы Междунар. научно-практ. конф. Минск, 2013. С. 166–168.

5. Выготский Л.С. История развития высших психических функций. *Собрание сочинений* : у 6 т. Москва : Педагогика, 1983. Т. 3. 368 с.

6. Выготский Л.С. О двух направлениях в понимании природы эмоций в зарубежной психологии в начале XX века. *Вопросы психологии*. 2017. № 2. С. 157–159.

7. Дерев'янку С.П. Феноменологія емоційного інтелекту : навчально-методичний посібник. Чернівці : Видавець Лозовий В.М., 2016. 312 с.

8. Коваль А.Ш. Профілактичні заходи щодо попередження делінквентної поведінки підлітків. *Наука*

*та освіта. Спец. випуск «Психологія особистості: теорія, досвід, практика»*. 2009. С. 201–205.

9. Коваль А.Ш. Особливості делінквентної поведінки у підлітків. *Вісник Одеського національного університету імені І.І. Мечнікова. Серія «Психологія»*. 2010. Т. 15. № 11. Ч. 2. С. 64–71.

10. Леонтьев А.М. Деятельность. Сознание. Личность. Москва : Политиздат, 1975. 52.

11. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. Москва : Педагогика, 1973.

12. Уланова Г.Ю. Соотношение эмоционального интеллекта и когнитивной регуляции эмоций в старшем подростковом возрасте. *Вестник Пермского университета. Серия «Философия. Социология»*. 2021. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sootnoshenie-emotsionalnogo-intellekta-i-kognitivnoy-regulyatsii-emotsiy-v-starshem-podrostkovom-vozhraсте>.

13. Экман П. Психология эмоций / под науч. ред. Е.П. Ильина, пер. В. Кузин. 2-е изд. Санкт-Петербург : Питер, 2017. 239 с.

## НЕВИЗНАЧЕНІСТЬ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА ОСОБИСТОСТІ

## UNCERTAINTY AS A SOCIO-PSYCHOLOGICAL PROBLEM OF PERSONALITY

Стаття присвячена вивченню категорії невизначеності, оскільки в сучасному світі людина дуже часто стикається із ситуацією невизначеності. Період пандемії COVID-19 узагалі пов'язаний із постійними ситуаціями невизначеності, оскільки зараз по всьому світу люди не мають точного уявлення того, що відбуватиметься в їхньому житті найближчим часом.

Залежно від віку, індивідуальних особливостей, когнітивних властивостей і низки соціальних чинників невизначеність є поліфункціональним явищем: як можливість особистісного розвитку й самореалізації та як умова застрягання в індивідуальному або груповому когнітивному дисонансі, який унеможливає прийняття рішення й вихід із ситуації або навіть бажання шукати ці шляхи виходу.

Ситуацію невизначеності часто супроводжують деструктивні емоційні стани та переживання, тривога, що може становити основу надситуативної активності особистості, яка містить інтерес, що стимулює уяву, розумову й поведінкову активність, що призводить до позитивних переживань. У такому контексті ситуація невизначеності стає джерелом розвитку особистості за допомогою когнітивної оцінки позитивних сторін ситуації, через необхідність знайти більше рішень, аніж це можливо, через переживання позитивних емоцій, пов'язаних із ситуацією новизни, виклику, драйву. Ситуація невизначеності містить альтернативні для особистості можливості дії, можливість вибору, що, своєю чергою, впливає на інтелектуальну активність, емоційне ставлення й вольову поведінку.

Важливими чинниками, що впливають на вибір стратегії поведінки в ситуації невизначеності, є уявлення про особливості ситуації, можливий досвід подолання подібних ситуацій, у реальній ситуації – особистісні характеристики.

**Ключові слова:** невизначеність, особистість, вибір, емоційний стан, напруга.

The article is devoted to the study of the category of uncertainty, because in the modern world a person is often faced with a situation of uncertainty. The period of the COVID-19 pandemic is generally associated with constant situations of uncertainty, as people around the world do not have a clear idea of what will happen in their lives in the near future.

Depending on age, individual characteristics, cognitive characteristics and a number of social factors, uncertainty is a multifunctional phenomenon: as an opportunity for personal development and self-realization and as a condition of stuck in individual or group cognitive dissonance, which makes it impossible to make decisions and even ways out.

The situation of uncertainty is often accompanied by destructive emotional states and experiences, anxiety, which may form the basis of extra-situational activity of the individual, which includes interest, which stimulates imagination, mental and behavioral activity, leading to positive experiences. In this context, the situation Uncertainty becomes a source of a personal development, through cognitive assessment of the positive aspects of the situation, due to the need to find more solutions than possible, due to the experience of positive emotions associated with the situation of novelty, challenge, drive. The situation of uncertainty includes alternative to the individual opportunities for action, the ability to choose, which in turn affects the intellectual activity, emotional attitude and volitional behavior.

Important factors influencing the choice of behavioral strategy in a situation of uncertainty are the idea of the peculiarities of the situation, the possible experience of overcoming such situations, in the real situation – personal characteristics.

**Key words:** uncertainty, personality, choice, emotional state, tension.

УДК 159.9; 316.6

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.35>

**Курова А.В.**

к.психол.н.,  
доцент кафедри психології  
Національний університет  
«Одеська юридична академія»

**Постановка проблеми.** Сьогодні в контексті постійно змінюваних соціально-економічних, політичних, психологічно-побутових умов кожна людина стикається з нестабільністю, об'єктивною чи суб'єктивною. Період пандемії COVID-19 узагалі пов'язаний із постійними ситуаціями невизначеності, оскільки зараз по всьому світу люди не мають точного уявлення, що відбуватиметься в їхньому житті найближчим часом. Ситуація посилюється за рахунок дефіциту достовірної інформації про хворобу, протоколи лікування, жертви вірусу, можливості сучасної медицини в боротьбі з COVID-19, тоді як у ЗМІ та соціальних мережах транслюється величезна кількість різних, не завжди достовірних відомостей.

У майбутньому, після пандемії, відбудуться важливі зміни, коли деякі рутинні або елементарні види діяльності поступово

будуть алгоритмізуватися засобами штучного інтелекту, на перший план будуть виходити особистості, здатні до автономного функціонування, до якісно нової комунікації, з пластичною психікою, креативні, стресостійкі. Але вже сьогодні, в умовах пандемії COVID-19, яка провокує ситуації соціальної ізоляції, безробіття, антивакцинаторських рухів, реальні можливості подолання деструктивних соціально-психологічних та емоційних станів є лише в тих суб'єктів, для яких головним орієнтиром індивідуального й соціального функціонування буде пошук сенсів того, що відбувається сьогодні, під час карантинних заходів, і буде відбуватися завтра, після карантину. Саме пошук індивідуальних і соціальних сенсів існування дасть змогу сучасній молоді не виживати, а саме жити в умовах пандемії COVID-19.

**Мета статті** – теоретично дослідити семантичне наповнення поняття «ситуація невизначеності».

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати основні теоретико-емпіричні дослідження з проблеми ситуації невизначеності та її впливу на поведінку особистості.

2. Виділити основні напрями в дослідженні проблеми невизначеності.

3. Сформулювати авторський підхід до розуміння ситуації невизначеності та її специфіку в умовах пандемії COVID-19.

**Об'єкт дослідження:** особливості особистості.

**Предмет дослідження:** невизначеність як соціально-психологічна проблема особистості.

**Виклад основного матеріалу.** Необхідно відмітити, що психологічний зміст категорії невизначеності, на наш погляд, має як позитивні, так і негативні аспекти. Так, до негативних аспектів ми можемо віднести проблеми з випереджувальною функцією психіки, що провокує нездатність передбачати динаміку розвитку ситуації, утрату контролю над своїм життям, а до позитивних – можливості множинних виборів, які отримує в умовах невизначеності сучасна молодь, що створює гарні умови становлення самовизначення на цьому віковому етапі. Тобто залежно від віку, індивідуальних особливостей, когнітивних властивостей і низки соціальних чинників ми можемо розглядати невизначеність поліфункціонально: як можливість особистісного розвитку й самореалізації та як умову застрягання в індивідуальному або груповому когнітивному дисонансі, який унеможлиблює прийняття рішення та вихід із ситуації або навіть бажання шукати ці шляхи виходу.

Такої ж думки дотримується О.Е. Кригер, згідно з якою ситуація невизначеності викликає у свідомості різноспрямовані тенденції: з одного боку, пошук сенсу та спроби вирішення проблем, які виникають в умовах невизначеності, а іншого – необхідність прояву активності, пошуку додаткових особистісних і когнітивних ресурсів, які не завжди сприяють пошуку адекватного рішення [11].

Оскільки в сучасних умовах саме пандемія COVID-19 і постійна мутація вірусу в усьому світі щільно пов'язані з невизначеністю, значні соціально-психологічні проблеми пов'язані саме із цими викликами.

Низка дослідників (О.В. Акчуріна [1], О.П. Белінська [3], О.О. Белорусова [4], А.К. Болотова [6], О.Л. Галкін [8], О.М. Ільїна [9], О.Б. Короткова [10], О.Е. Кригер [11], О.Г. Луковицька [13] та ін.) вважає, що основними рисами ситуації невизначеності можна вважати її новизну, складність, неоднозначність і суперечливість, у тому числі й темпоральну,

непередбачуваність і численність наслідків або шляхів рішення життєвих ситуацій, що повністю пояснює індивідуальні та групові поведінкові патерни в умовах пандемії.

Так, О.Б. Короткова, описуючи основні компоненти невизначеності, серед провідних виділяє когнітивний, емоційний і вольовий [10]. На думку вченої, поряд із деструктивними емоційними станами (огиди, страх, ненависть, тривогою) ситуація невизначеності може активізувати й позитивні емоції, суб'єктивне відчуття контролю над ситуацією [10].

На думку О.В. Акчуріної, ситуація невизначеності може бути щільно пов'язана зі здатністю особистості до прогнозування, яка передбачає розвинену предикативну емпатію, що й створює психологічні умови для передбачення розвитку та динаміки ситуації. Але, підкреслює вчена, необхідно пам'ятати, що здатність особистості до прогнозування й оцінювання подій в умовах невизначеності може суттєво зменшуватися [1].

У цьому ж контексті Л.І. Анциферова підкреслює, що об'єктивний вибір особистістю основної стратегії стрес-долаючої поведінки в ситуації невизначеності безпосередньо впливає на здатність до її оцінювання [2]. Вчена ввела в науковий обіг парадигму «когнітивне оцінювання», завдяки якій оцінювання в ситуації невизначеності залежить від упевненості людини у власній здатності контролювати ситуацію, а в разі необхідності й змінити її.

Тобто когнітивне оцінювання, за Л.І. Анциферовою, можна розглядати як специфічну форму активності особистості, спрямовану на індивідуальне розпізнавання особливостей ситуації невизначеності, виявлення її негативних і позитивних боків або визначення сенсу та значення того, що відбувається [2]. На думку Л.І. Анциферової, поведінка особистості в ситуації невизначеності максимально суб'єктивована та залежить від індивідуально функціонуючих механізмів когнітивного оцінювання. Виходячи із цієї концепції, Л.І. Анциферова застосувала диференціальний підхід і виділила чотири типи особистості, які відрізняються особливостями поведінки й емоційного реагування в умовах невизначеності (тип «А», «В», «С» та «D»). Особистість типу «А» спрямована на зміни в навколишньому світі, використання шансів, які надає ситуація, і можливість апробації власних можливостей; у ситуації невизначеності особистість типу «А» дуже активна та продуктивна, вона прагне розширювати наявну інформацію про ситуацію невизначеності, аналізувати можливі ризики. Крім того, активність особистості першого типу сприяє її здатності до зміни ситуації невизначеності.

Особистість типу «В» лише частково спрямована на зміну моделей власної поведінки

в ситуації невизначеності, основні зміни переважно торкаються внутрішні аспекти власного «Я»; особистість типу «С» демонструє покірність долі, її активність і когнітивні здібності виражені дуже слабо, а до психологічної характеристики особистості типу «D» додаються ще почуття тривоги, апатії та розчарування. Особистості четвертого типу не здатні до автономного існування, постійно потребують психологічної підтримки й супроводу [2].

Концепція когнітивного оцінювання Л.І. Анциферової підштовхнула вчених до більш глибокого дослідження ресурсів психіки, що перебуває в ситуації невизначеності, зокрема можливі негативні наслідки та реакції (В.О. Бодров [5], М.К. Мамардашвілі [14], П.В. Симонов [16] та ін.). Усі дослідники цього явища відмічають, що майже неможливо перебувати в ситуації невизначеності без психічного напруження, але в процесі філогенетичного розвитку психіка людини сформувала особливі інтра- й екстрапсихічні механізми долаття напруженості в ситуації невизначеності. Інтрапсихічні механізми як способи психологічного захисту глибоко вивчені в контексті психоаналізу, а екстрапсихічні механізми як різновиди копінгу у вигляді соціальної взаємодії, ритуалізації поведінки можуть реально знизити тривогу в ситуації невизначеності. Це важливо, оскільки В.О. Бодров наполягає, що ситуація невизначеності призводить до замішання, розгубленості, відчуття безпорадності та зростання стресових реакцій навіть в умовах визнання значення інформації, яка характеризує цю ситуацію [5].

Отже, попередній аналіз досліджень переконливо доводить, що ситуацію невизначеності часто супроводжують деструктивні емоційні стани та переживання. Але невизначеність також пов'язана з тривогою, що може становити основу надситуативної активності особистості, яка містить інтерес, що стимулює уяву, розумову й поведінкову активність, що призводить до позитивних переживань. Тобто для певної категорії осіб ситуація невизначеності може бути важливим стимулом щодо розвитку, оскільки, згідно з теорією П.В. Симонова про прагнення до повторного переживання позитивних емоцій, усі живі організми активно шукають незадоволені потреби та ситуацію невизначеності [16].

Окрім напряму в дослідженні ситуації невизначеності, пов'язаного з емоційним фоном, окреме місце займає вивчення когнітивного (М.К. Мамардашвілі [14]) та онтогенетичного (І.С. Кон, Ф. Райс [5]) складників. Характеризуючи ситуацію невизначеності, можна відзначити, що для більшості психологічних підходів провідним у визначенні цієї ситуації вважається несумісність двох або більше когніцій (зокрема, в умовах пандемії COVID-19 знач-

ним чинником ризику є несумісність актуального й минулого знання), а також неузгодженість когнітивної та поведінкової сфер.

У постнеокласичній психології збільшення невизначених соціальних ситуацій у процесі життєдіяльності людини оцінюється досить негативно.

Так, М.К. Мамардашвілі називає антропологічною катастрофою зростання ситуацій невизначеності й ситуацій, які не завжди піддаються розумному осмисленню та поясненню [14]. Основними негативними наслідками подібних ситуацій учений вважає порушення умов, при яких дії людини мають сенс [14].

У межах онтогенетичного підходу до вивчення ситуації невизначеності в житті особистості (І.С. Кон, Ф. Райс [5], О.Г. Луковицька [13] та ін.) невизначеність розглядається як множинний вибір суб'єкта, у результаті подолання якого формується фундаментальне психологічне новоутворення конкретного вікового етапу – самовизначення [13].

О.О. Москвітінна, досліджуючи готовність підлітків і юнацтва до прийняття рішень у ситуації невизначеності, виділяє такі важливі чинники: мотивація до пізнання та креативність, різні види мислення (формально-логічне, абстрактне, теоретичне й критичне), розвиток рефлексивних механізмів, особистісна автономія, готовність до здійснення морального вибору, здатність до вирішення проблемних ситуацій, у тому числі ситуації невизначеності [16].

Інноваційним для психології є вивчення особистісної толерантності до невизначеності (Г.У. Солдатова, Л.А. Шайгерова, Т.Ю. Прокоф'єва, О.А. Кравцова [17], А.Г. Матушанська, Б.С. Алішева [15]). Так, А.Г. Матушанська та Б.С. Алішева розглядають толерантність до невизначеності в трьох аспектах: толерантність до двозначності, толерантність до невизначеності й толерантність до невідомості [15]. Г.У. Солдатова, Л.А. Шайгерова, Т.Ю. Прокоф'єва та інші присвятили дослідження розробці й апробації психодіагностичного інструментарію щодо вивчення толерантності до невизначеності [17].

У зарубіжній психології дослідження проблеми переживання особистістю ситуації невизначеності розглядається через категорію толерантності, є традиційною та вивченою в різних аспектах: учені припускають, що володіння толерантністю до ситуації невизначеності дає змогу суб'єкту бачити в постійно змінюваному світі нові можливості, знаходити компроміси між собою та навколишнім світом. Інтолерантна особистість може постійно відчувати труднощі в зміні програми поведінки в ситуаціях невизначеності, постійно перебуває в стані нервово-психічного напруження,



що призводить до перевтоми, виснаження організму, зниження внутрішніх ресурсів, втрати здатності до активної роботи [7]. Крім того, активно розглядалися толерантність до двозначності, до невизначеності й до невідомості. Так, E. Frenkel-Brunswik розглядала толерантність до двозначності як когнітивний складник якості толерантності до невизначеності, а двозначність, на думку вченої, виражає здатність індивіда розпізнавати як негативні, так і позитивні якості в об'єкті [18].

У подальшому в зарубіжних дослідженнях поняття «толерантність до двозначності» було замінене ширшим за семантичним наповненням терміном «толерантність до невизначеності», який включає не тільки толерантність до двозначності як наявності у суб'єкта альтернатив, а й абсолютну невідомість.

У крос-культурних дослідженнях G. Hofstede толерантність до невизначеності розглядається як культуральна змінна. Під невизначеністю він розумів перебування людини в неструктурованих ситуаціях і вважав, що форми індивідуального реагування індивіда на невизначеність визначаються соціальними правилами, ритуалами, релігійною орієнтацією тощо [19]. Тобто, за G. Hofstede, індивідуальні відмінності в схильності до уникнення невизначеності багато в чому визначаються перебуванням людини в певному культуральному середовищі.

**Висновки та перспективи подальшого дослідження.** Таким чином, можна припустити, що в сучасному світі людина дуже часто стикається із ситуацією невизначеності. Період пандемії COVID-19 узагалі пов'язаний із постійними ситуаціями невизначеності, оскільки зараз по всьому світу люди не мають точного уявлення, що відбуватиметься в їхньому житті найближчим часом.

Залежно від віку, індивідуальних особливостей, когнітивних властивостей і низки соціальних чинників невизначеність є поліфункціональним явищем: як можливість особистісного розвитку й самореалізації та як умова застрягання в індивідуальному або груповому когнітивному дисонансі, який унеможливує прийняття рішення й вихід із ситуації або навіть бажання шукати ці шляхи виходу.

Ситуацію невизначеності часто супроводжують деструктивні емоційні стани та переживання, тривога, що може становити основу надситуативної активності особистості, яка містить інтерес, що стимулює уяву, розумову й поведінкову активність, що призводить до позитивних переживань. У такому контексті ситуація невизначеності стає джерелом розвитку особистості за допомогою когнітивної оцінки позитивних сторін ситуації, через необхідність знайти більше рішень, аніж це можливо, через переживання позитивних емоцій,

пов'язаних із ситуацією новизни, виклику, драйву. Ситуація невизначеності містить альтернативи для особистості можливості дії, можливість вибору, що, своєю чергою, впливає на інтелектуальну активність, емоційне ставлення й вольову поведінку.

Важливими чинниками, що впливають на вибір стратегії поведінки в ситуації невизначеності, є уявлення про особливості ситуації, можливий досвід подолання подібних ситуацій, у реальній ситуації – особистісні характеристики.

Перспективи подальших наукових розвідок полягають у розробці програми емпіричного дослідження психологічного здоров'я в умовах невизначеності.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Акчурина Е.В. Копинг-поведение при стрессе. *Практика управление ДООУ*. 2015. № 6 (33). С. 34–45.
2. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита. *Психологический журнал*. 2013. № 1. С. 3–16.
3. Белинская Е.П. Конструирование идентификационных структур личности в ситуации неопределенности. *Социально-экономическая трансформация*. 2001. № 130. С. 30–53.
4. Белорусова Е.А. Ситуация неопределенности как источник развития личности. *Молодой ученый*. 2018. № 50 (236). С. 455–459.
5. Бодров В.А. Когнитивные процессы и психологический стресс. *Психологический журнал*. 2006. Т. 17. № 4. С. 64–74
6. Болотова А.К. Человек и время в ситуации социальной нестабильности. *Общественные науки и современность*. 1997. № 6. С. 38–44.
7. Быков Е.С. Толерантность к неопределенности как характеристика инновационной личности. *Актуальные вопросы современной психологии и педагогики*. URL: <http://www.sdort.ru/books/av-gorbenko/tolerantnost-k-neopred>.
8. Галкин А.Л. Состояния неопределенности и вдохновения в творческом поведении человека. *Человек в условиях неопределенности* : сборник материалов всероссийской конференции. Новосибирск : НГУ, 2006. С. 77–82.
9. Ильина А.Н. Условия преодоления смысловой неопределенности в юношеском возрасте. *Молодёжь и наука* : сборник материалов VIII Всероссийской научно-технической конференции студентов, аспирантов и молодых учёных, посвященной 155-летию со дня рождения К.Э. Циолковского. Москва, 2012. С. 56–68.
10. Короткова О.Б. Стратегия поведения человека в ситуации неопределенности: опыт исследования. URL: [http://www.rusnauka.com/17\\_APSN\\_2009/Psihologia/48267.doc.htm](http://www.rusnauka.com/17_APSN_2009/Psihologia/48267.doc.htm).
11. Кригер Е.Э. Ситуации неопределенности и проблемные ситуации: общее и особенное. *Современные проблемы науки и образования*. 2014. № 2. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=12030>.

12. Лихачева Е.Ю. Неопределенность как психологический феномен. *Психология XXI века* : тезисы Междунар. науч.-практ. конф. студентов и аспирантов / под ред. В.Б. Чесноков. Санкт-Петербург : Изд-во Санкт-Петербург. гос. ун-та, 2012. 536 с.
13. Луковицкая Е.Г. Феномен неопределенности в психологии. *Психология: итоги и перспективы* : тезисы научно-практической конференции 28–31 октября 1996 / под общ. ред. А.А. Крылова. Санкт-Петербург : Изд-во СПбГУ, 1996. С. 32–33.
14. Мамардашвили М.К. Как я понимаю философию. Москва : Прогресс, 2009. 416 с.
15. Матушанская А.Г., Алишева Б.С. Толерантность к неопределенности и смежные психологические конструкты когнитивной психологии. *Ученые записки казанского университета*. 2014. Том 153. Кн. 5.
16. Москвитина О.А. Субъект учения в ситуации неопределенности. *Вестник Омского университета. Серия «Психология»*. 2016. № 3. С. 46–55.
17. Солдатова Г.У., Шайгерова Л.А., Проккофьева Т.Ю. Психодиагностика толерантности личности. Москва : Смысл, 2008. 172 с.
18. Frenkel-Brunswik E. Intolerance of ambiguity as an emotional perceptual personality variable. *Journal of Personality*. 1948. Vol. 18. P. 108–143.
19. Hofstede G. *Culture's Consequences*. USA : Sage, 1980. 328 p.

## САМОСТАВЛЕННЯ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ЗДІЙСНЕННОСТІ

### SELF-ATTITUDE OF POLICE OFFICERS WITH DIFFERENT LEVELS OF PERSONALITY'S – PROFESSIONAL FULFILLMENTITY

Презентовано огляд наукових джерел з проблеми самоставлення в працях вітчизняних і закордонних учених. Висвітлено найяскравіші дослідження самоставлення в контексті професійної діяльності. Аналіз змісту феномена самоставлення й основних його компонентів досить широко представлений у царині юридичної психології. Самоставлення науковцями визначається як системне й багаторівневе емоційно-оцінне утворення, що містить низку вимірів, котрі характеризуються різною модальністю та відрізняються як емоційною забарвленістю переживань, так і семантичним навантаженням змістових складників відповідного ставлення до себе.

Мета статті полягає в емпіричному дослідженні самоставлення в поліцейських з різним рівнем особистісно-професійної здійсненності (ОПЗ). Емпірична база дослідження налічувала 203 поліцейських. Результати отримані за методиками: «Опитувальник особистісної здійсненності» О. Штепи й «Опитувальник професійного самоздійснення» О. Кокуна дав змогу розподілити респондентів на відповідні групи. Процедура кластеризації за принципом k-середніх дала можливість сформувати три групи поліцейських із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності. Перша група – 68 поліціантів із її низьким рівнем, друга група – 92 поліцейських із високим ОПЗ. Середній рівень ОПЗ виявлено в 43 працівників поліції, які до подальшого дослідження залучені не були.

Для досягнення поставленої мети нами була задіяна «Методика дослідження самоставлення» С. Пантільєєва. Установлено, що поліцейські з низьким рівнем особистісно-професійної здійсненності відзначаються наявністю внутрішніх конфліктів, котрі заважають їм об'єктивно надавати оцінку своєму особистісному «Я» та поведінковим проявам. Респонденти першої групи мають суттєві розбіжності в показниках упевненості в собі, здатності організувати своє життя й адекватно оцінити власні здібності. У поліцейських з високим рівнем особистісно-професійної здійсненності діагностовано істотно більш виражені показники впевненості в собі, самоуправління, самоцінності, самоповаги та орієнтації на соціальну значущий результат. Цим досліджуванним більш притаманними виявилися вміння відстоювати власну індивідуальність, доброзичливе ставлення до себе, злагожденість особистісних і професійних якостей, чітка комплементація бажань і цілей, безсумнівне прийняття свого «Я».

**Ключові слова:** особистість, поліцейські, професійна діяльність, особистісно-професійна здійсненність, самоставлення.

A review of scientific sources on the problem of self-attitude in the works of domestic and foreign scientists is presented. The brightest researches of self-attitude in the context of professional activity are covered. Analysis of the content of the phenomenon of self-attitude and its main components is widely represented in the field of juridical psychology. Self-attitude is defined by scientists as a systemic and multilevel emotional and evaluative formation, which contains a number of dimensions that are characterized by different modalities and differ in emotional color of experiences and semantic load of meaningful components of self-esteem.

The article is aimed to empirically study the self-attitude of police officers with different levels of personality's – professional fulfillmentity (PPF). The empirical base of the study numbered 203 police officers. The results obtained by the methods: "Questionnaire of Personality's Fulfillmentity" by O. Shtepa and "Questionnaire of professional self-fulfillment" by O. Kokun, allowed to divide the respondents into appropriate groups.

The procedure of clustering on the principle of k-means provided an opportunity to form three groups of police officers with different levels of personality's – professional fulfillmentity. The first group – 68 police officers with its low level, the second group – 92 police officers with high PPF. The average level of PPF was found in 43 police officers who were not involved in further research. To achieve this aim, we used "Methods of self-assessment" by S. Pantileev. It is established that police officers with a low level of personality's – professional fulfillmentity are characterized by the presence of internal conflicts, which prevent them from objectively assessing their personal "Self" and behavioral manifestations. Respondents of the first group have significant differences in self-confidence, ability to organize their lives and adequately assess their own abilities. Significantly more pronounced indicators of self-confidence, self-management, self-worth, self-esteem and focus on socially important results were diagnosed in police officers with a high level of personality's – professional fulfillmentity. These subjects were more inherent in the ability to defend their own individuality, self-esteem, coherence of personal and professional qualities, clear complementarity of desires and goals, undoubted acceptance of their "Self". **Key words:** personality, policemen, professional activity, personality's – professional fulfillmentity, self-attitude.

УДК 159.9  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.36>

**Пономаренко Я.С.**

к.психол.н.,  
доцентка кафедри соціології  
та психології факультету № 6  
Харківський національний університет  
внутрішніх справ

**Постановка проблеми.** Науці достеменно відомі численні докази того, що культивування дбайливого або уважного ставлення до себе й інших, яке ми концептуалізували як самоставлення, приносить значну користь здоров'ю та добробуту. Ми вважаємо, що для професій, котрі мають соціономічну спрямованість,

вельми актуально та вкрай необхідно налагодити вміння працівників адекватно сприймати себе, свої можливості, здібності й ресурси. Наші теоретичні прогнози, засновані на огляді наукових досліджень, дають змогу припустити, що адекватне самоставлення сприяє добробуту особистості, яка залучена до діяль-

ності з надмірними фізичними, емоційними та психологічними навантаженнями. Особливо гостро це питання стоїть у поліцейських, які відчують тягар відповідальності професії, звідси вони не завжди мають змогу потурбуватися про себе, що й зумовило актуальність проведеного дослідження.

#### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

У сучасній психологічній науці активно концептуалізується та застосовується в різноманітних дослідженнях феномен «самоствалення». Звідси спостерігається кількість досліджень, що збільшується, направлена на вивчення самострийняття або усвідомленого «Я».

Плеяда сучасних вітчизняних науковців надає власне тлумачення феномена «самоствалення». Наприклад, О. Емішянс визначає самоствалення як цілісне та стійке ставлення до свого «Я», котре допомагає людині пристосуватися до мінливих умов і реалізувати задоволення її потреб, інтересів і прагнень [2, с. 49].

І. Вольгемут з'ясував, що самоствалення є усвідомленим ставленням людини до власних особистісних характеристик [1, с. 250]. Т. Ульянова та Г. Циганкова сходяться в думці, що самоствалення є однією з найбільш розроблених проблем у психології, котре функціонує як частина самосвідомості [6, с. 154].

І. Яворська-Ветрова розглядає самоствалення як сукупність уявлень і ставлень до себе як особистості, адже людина власноруч може контролювати й регулювати свою діяльність, здійснювати саморегуляцію та самоконтроль [7, с. 199].

Т. Матієнко встановила, що самоствалення в контексті професійної діяльності відіграє важливу роль у процесі реалізації життєвого плану, самовизначення та побудові образу власного майбутнього [3, с. 218].

Л. Онуфрієва резюмує, що дослідження особистості, професійна діяльність якої має соціономічний профіль, є вельми актуальною науковою проблемою, адже вирішальним показником її професійного розвитку є розвиток Я-концепції, котра є основоположною в процесі формування самоствалення та самосвідомості [4, с. 143]. Доцільність детального наукового аналізу означеної проблеми підтверджують емпіричні результати, отримані науковицею, котра виявила, що рівень самоствалення фахівців соціономічного профілю за показниками самопррийняття, самоуправління, відкритості й самовпевненості не перевищує середнього рівня [4, с. 390].

Когорта закордонних учених сходиться в думці, що самоствалення визначає особливості формування семантичної сфери особистості. Л. Golovey зі співавторами вважають, що самоствалення є винятковим стандартом психологічної зрілості в контексті самороз-

витку. Автори зазначають, що критеріями психологічної зрілості є відповідальність, рефлексивність, самопррийняття, самоповага, самоставлення та цілісність особистості [8].

Ми вважаємо, що самоствалення є найбільш слухним параметром для вимірювання, опису та прогнозування розвитку особистості в контексті її професійної діяльності.

Так, R. Ryan та С. Rigby наголошують, що чим успішніше здійснюється процес оцінки себе, то тим вище людина здатна сприймати свою поведінку як цілеспрямовану, незалежну, щирі й унікальну. Тобто, на думку дослідників, самоствалення заохочує людину поглянути на себе інакше та змінити думку стосовно себе, що спонукає до позитивних змін [12].

Низка закордонних досліджень припускає, що позитивні зміни в процесі самоствалення відіграють вирішальну роль у психологічних ефектах уважного та дбайливого ставлення до себе [10; 11]. Наприклад, В. Ostafin із колегами вважають, що співчуття до себе і дбайливе ставлення є найбільш дієвими методами для розвитку стану щастя, ніж висока самооцінка [9]. Дослідження поліцейських, проведене у Великобританії, доводить, що залученість працівників поліції до аналізу власної особистості й поведінки сприяє покращенню продуктивності та психологічного добробуту [14]. Наукові напрацювання С. Mafini дали змогу класифікувати основні джерела стресу в поліцейській діяльності, які перешкоджають процесу самоствалення, за двома категоріями: по-перше, які пов'язані зі «змістом роботи» (наприклад, графік роботи, загроза фізичному та психологічному здоров'ю); по-друге, котрі пов'язані з «контекстом роботи» (пррийняття рішень, особливості комунікації, клімат у колективі та взаємини з колегами) [15].

На думку R. Trinkner і співавторів, самолегітимність та ідентичність поліцейських мають важливий вплив на здатність офіцерів поліції доброякісно виконувати свою роботу не всупереч суспільним і нормативним нормам і це, відповідно, позитивно відображується на їхньому самопочутті. Крім того, учені підкреслюють, що позитивне самоствалення в контексті професійної діяльності виконує низку суттєвих психологічних функцій для поліцейського, а саме: сприяє підвищенню власної гідності, самоповаги, розумінню людей і ситуацій, задоволеності роботою та зростанню добробуту [13].

**Постановка завдання.** Мета статті полягає в емпіричному дослідженні самоствалення в поліцейських із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності (ОПЗ).

Завдання дослідження: 1. Здійснити огляд психологічної літератури з проблеми вивчення самоствалення особистості. 2. Визначити психологічний зміст самоствалення поліцей-

ських із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності в контексті уявлень про сенс «Я».

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Емпірична база дослідження налічувала 203 поліцейських. Результати, отримані за методиками «Опитувальник особистісної здійсненності» О. Штепи й «Опитувальник професійного самоздійснення» О. Кокуна, дали змогу розподілити респондентів на відповідні групи. Процедура кластеризації за принципом k-середніх дала можливість сформуванню три групи поліцейських із різним рівнем ОПЗ. Перша група – 68 поліціантів із низьким рівнем, друга група – 92 поліцейських високого рівня. Середній рівень показника отримали 43 працівники поліції, які були вилучені з подальшого дослідження. Ми пропонуємо визначити особистісно-професійну здійсненність як безперервний простір особистісної реалізованості суб'єкта в житті й самореалізації в професійній діяльності, які в цілісності розкривають унікальний напрям життєздійснення особистості. Низький рівень є ознакою дефіцитарності зв'язку між особистісною здійсненністю та професійною самореалізацією, що стає перешкодою для успішного виконання службових завдань і чинником інгібіції повноцінного використання особистісних ресурсів. Високий рівень респондовано в гармонійному зв'язку особистісного та професійного складників здійсненності в єдину індивідуально своєрідну траєкторію розвитку, що збагачує ресурсну базу особистості й забезпечує взірцеве виконання професійної діяльності.

Для досягнення поставленої мети нами задіяно «Методику дослідження самоствавлення», автором і розробником якої є С. Пантілеєв. Опитувальник спрямований на поглиблене вивчення самосвідомості в контексті її когнітивного, динамічного та інтегрального складників. Методика налічує 110 запитань, які розподілені за 9 шкалами: від-

вертність; самовпевненість; самоуправління; відображене ставлення (Дзеркальне «Я»); самоцінність, самосприйняття; самоприв'язаність; внутрішня конфліктність; самозвинувачення [5].

У групах поліцейських із різним рівнем ОПЗ виявлені особливості самоствавлення, результати вивчення якого надані в таблицях 1 і 2.

У поліцейських із високим рівнем особистісно-професійної здійсненності порівняно з досліджуваними поліцейськими з низьким її рівнем спостерігаються вірогідно значущі показники за шкалами «Самовпевненість», «Самоуправління» та «Самоцінність» ( $p \leq 0,05$ ). Це свідчить про те, що ці досліджувані самостійні, вольові, цілеспрямовані й надійні особистості, котрі цінують себе та знають, чого прагнуть від життя. Тобто поліцейські з високим рівнем ОПЗ мають внутрішній стрижень і чіткі уявлення стосовно власного «Я», вони здатні інтегрувати й організувати себе і свою життєдіяльність. Варто зазначити, що ця група вважає, що їхня доля залежить від них самих, тому вони мають серйозне ставлення до планування своїх подальших кроків і приймають відповідальність за прийняті рішення, що є важливою для поліцейської діяльності психологічною якістю. Поліцейські з високим рівнем ОПЗ адекватно оцінюють свої якості та здібності, що демонструє їхню впевненість щодо своєї унікальності, любові до себе, дбайливого ставлення до свого «Я» та домагання цінного ставлення до своєї особистості з боку інших. Отримані результати дають змогу вважати, що поліціанти з низьким рівнем ОПЗ виявляють більшу зацікавленість у власному «Я», поважають і шанують себе, відчують цінність власної особистості та справи, якою займаються.

Однак вірогідно більший показник за шкалою «Внутрішня конфліктність», установлений у групі поліцейських із низьким рівнем ОПЗ ( $p \leq 0,05$ ), указує на те, що ця група відчуває сумніви щодо своєї цінності як особистості

Таблиця 1

**Показники самоствавлення поліцейських із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності в контексті уявлень про сенс «Я» (M ± m)**

Шкали	Поліцейські з низьким рівнем особистісно-професійної здійсненності	Поліцейські з високим рівнем особистісно-професійної здійсненності	t	P
Відвертість	5,33 ± 0,83	5,42 ± 0,85	0,08	-
Самовпевненість	4,28 ± 0,86	6,71 ± 0,85	2,01	0,05
Самоуправління	3,68 ± 0,82	5,99 ± 0,81	2,00	0,05
Відображене ставлення	5,00 ± 0,82	5,01 ± 0,83	0,01	-
Самоцінність	4,55 ± 0,83	6,93 ± 0,84	2,02	0,05
Самоприйняття	5,43 ± 0,84	5,33 ± 0,85	0,08	-
Самоприв'язаність	4,63 ± 0,83	4,55 ± 0,85	0,07	-
Внутрішня конфліктність	7,36 ± 0,83	5,04 ± 0,81	2,00	0,05
Самозвинувачення	5,67 ± 0,85	5,39 ± 0,84	0,23	-

й професіонала, що відбиває більшу схильність до тривожних думок та окремих проявів депресивності. Тобто в поліціантів першої групи процес самопізнання характеризується певною негативною емоційною забарвленістю, що призводить до зниження самооцінки, культивує сумніви щодо власної компетентності та призводить до внутрішніх конфліктів.

За шкалами «Відвертість» ( $t = 0,08$ ), «Відображене ставлення» ( $t = 0,01$ ), «Самоприйняття» ( $t=0,08$ ), «Самоприв'язаність» ( $t=0,07$ ) та «Самозвинувачення» ( $t = 0,23$ ) вірогідні відмінності між досліджуваними групами не виявлені. Отже, поліцейські незалежно від рівня особистісно-професійної здійсненності відповідно до нормативних показників (від 3 до 7 стенів) демонструють адекватні форми самовираження та поведінки. Досліджувані обох груп упевнені, що вони заслуговують поваги з боку інших людей через свої дії та вчинки. Вони усвідомлюють свої слабкі й сильні риси особистості, що дає їм змогу не залишати поза увагою свої недоліки, допущені в діяльності, і приймати відповідальність за них.

С. Пантїлеев факторизував і доповнив структуру самоставлення через аналіз трьох незалежних факторів: «самоповага», «аутосимпатія» та «внутрішня нестійкість». Результати вивчення цих факторів у досліджуваних групах надані в таблиці 2.

Виявлено, що за фактором «Самоповага» спостерігаються значущі відмінності в досліджуваних групах ( $p \leq 0,001$ ). Вірогідно більший показник за означеним фактором, установлений у групі поліцейських із високим рівнем особистісно-професійної здійсненності, свідчить про достатній рівень соціально-морального розвитку цих досліджуваних, що демонструється в цілеспрямованій поведінці, доброчесності, успішності й бажанні до соціального схвалення. Отже, рівень особистісно-професійної здійсненності сприяє укріпленню самоповаги поліцейських і цінності власного «Я».

Викликають занепокоєння та насторогу значущі відмінності в досліджуваних групах поліціантів за фактором «Внутрішня нестійкість» ( $p \leq 0,05$ ). Показник у поліцейських із низьким рівнем ОПЗ є вище нормативного значення, що вказує на тенденції до негативного само-

ставлення, несхвалення своїх вчинків і відсутність розуміння особистісної значущості, що викликає в них часте відчуття нестабільності й нездатності протистояти труднощам.

За фактором «Аутосимпатія» ( $t = 1,85$ ) вірогідні відмінності між досліджуваними групами не виявлені, що відбиває подібність функціонування емоційного контексту ставлення до свого «Я» в поліціантів із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності.

**Висновки з проведеного дослідження.** Результати здійсненого емпіричного дослідження дали змогу поглибити наявні знання щодо проблеми самоставлення поліцейських і зробити низку суттєвих висновків. Досліджувані поліцейські першої групи, які мають низький рівень особистісно-професійної здійсненності, відзначаються наявністю внутрішніх конфліктів, котрі заважають їм об'єктивно надавати оцінку своєму особистісному «Я» та поведінковим проявам. Установлені особливості респондентів першої групи поліцейських свідчать про суттєво меншу впевненість у собі, менш досконалу здатність організувати своє життя й адекватно оцінити власні здібності, що дає можливість констатувати відсутність виразного ставлення до себе як особистості та як професіонала відповідно. У поліцейських другої групи, які мають високий рівень особистісно-професійної здійсненності діагностовано нормативний рівень упевненості в собі, самоуправління й самоцінності. Отже, це дає нам змогу відмітити гармонійне поєднання вміння відстоювати власну індивідуальність незалежно від обставин, доброзичливе ставлення до себе, злагоженість особистісних і професійних якостей, чітку комплементачію своїх бажань і цілей, безсумнівне прийняття свого «Я» разом зі всіма своїми сильними та слабкими особливостями. Отримані в групі поліцейських з високим рівнем особистісно-професійної здійсненності показники самоставлення підтвердили наші припущення стосовно важливості континуума особистісної та професійної реалізованості людини, особливо в професіях, які є соціально значущими та вимагають цілковитої самовіддачі й ресурсних особистісних витрат.

Таблиця 2

**Специфіка факторів самоставлення поліцейських із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності ( $M \pm m$ )**

Шкали	Поліцейські з низьким рівнем особистісно-професійної здійсненності	Поліцейські з високим рівнем особистісно-професійної здійсненності	t	P
Самоповага	18,29 ± 0,84	23,13 ± 0,83	4,10	0,001
Аутосимпатія	14,61 ± 0,83	16,81 ± 0,85	1,85	-
Внутрішня нестійкість	13,03 ± 0,84	10,43 ± 0,82	2,21	0,05

Феномен самоставлення працівників поліції як типових представників соціономічних професій вимагає подальших наукових розвідок, результати яких дадуть змогу поглибити розуміння проблеми реалізованості поліцейського як особистості та як фахівця, що є суттєвим чинником впливу на ефективність виконуваної ними роботи й задоволеність життям у цілому.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Вольгемут І.А. Зв'язок самоставлення з потребою в досягненнях. *Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості*. 2020. № 6 (17). С. 250–257.
2. Емішянц О.Б. Особливості самоставлення особистості. *Scientific Journal Virtus*. 2019. № 34. С. 49–53.
3. Матієнко Т.В. Професійне самоставлення особистості: гендерний аспект дослідження. *Man and environment, trends and prospects: abstracts of III International Scientific and Practical Conference*. (Tokyo, Japan, February 10–11, 2020). Токуо, 2020. С. 213–219.
4. Онуфрієва Л.А. Соціально-психологічні засади розвитку професіоналізму майбутніх фахівців соціономічних професій : дис. ... докт. психол. наук : 19.00.05. Северодонецьк, 2020. 502 с.
5. Пантїлеев С.Р. Методика исследования самоотношения. Москва : «СМЫСЛ», 1993. 32 с.
6. Улянова Т., Циганкова Г. Зв'язок конфліктності та самоставлення. *Сучасна психологія: проблеми та перспективи*. 2021. № 2. С. 151–156.
7. Яворська-Ветрова І.В. Теоретичний аналіз проблеми самоставлення: ціннісний аспект. *Актуальні проблеми психології*. 2017. Т. 13. № 6. С. 198–206.
8. Golovey L.A., Manukyan V.R., Strizhitskaya O.Y. Formation of personality psychological maturity and adulthood crises. *Psychology in Russia: State of the Art*. 2015. № 8. P. 99–112.
9. Ostafin B.D., Robinson M.D., Meier B.P. Handbook of Mindfulness and Self-Regulation. New York, NY : Springer, 2015. 308 p.
10. Xu W., Oei T.P., Liu X., Wang X., Ding C. The moderating and mediating roles of self-acceptance and tolerance to others in the relationship between mindfulness and subjective well-being. *Journal of Health Psychology*. 2016. № 21. P. 1446–1456.
11. Yang X., Mak W.W.S. The differential moderating roles of self-compassion and mindfulness in self-stigma and well-being among people living with mental illness or HIV. *Mindfulness*. 2016. № 8. P. 595–602.
12. Ryan R.M., Rigby C.S. Did the Buddha Have a self? Handbook of Mindfulness: Theory, Research, and Practice. New York, NY : Guilford Press, 2015. 245 p.
13. Trinkner R., Kerrison E.M., Goff P.A. The force of fear: police stereotype threat, self-legitimacy, and support for excessive force. *Law and Human behavior*. 2019. № 43 (5). P. 421–435.
14. The Police Foundation. Police workforce wellbeing and organizational development. London: The Police Foundation, 2019. 34 p.
15. Mafini C. The Contribution Of Organisational Climate To Employee Well-Being. *Journal of Applied business research (JABR)*. 2016. № 32 (4). P. 1157–1168.

## МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗРОБКИ ТЕХНОЛОГІЇ РОЗВИТКУ ГРОМАДЯНСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ШЛЯХОМ АКТУАЛІЗАЦІЇ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕРЕСУ

### METHODOLOGICAL BASIS FOR DEVELOPMENT OF CIVIC COMPETENCE FORMATION TECHNOLOGY BASED ON SOCIAL INTEREST ACTUALIZATION

У статті обґрунтовано доцільність, викладено методологічні засади розробки та окреслено зміст технології розвитку громадянської компетентності майбутніх педагогів шляхом актуалізації їх соціального інтересу. Актуалізацію соціального інтересу визначено як передумову розвитку громадянської компетентності майбутніх педагогів, а також їх спроможності ставати рольовою моделлю для учнів, вибудувувати взаємодію із ними та моделювати взаємодію між ними так, аби це сприяло формуванню психологічних передумов для їх становлення як компетентних громадян. Окреслено стратегії розвитку громадянської компетентності майбутніх педагогів шляхом актуалізації їх соціального інтересу. Серед цих стратегій виділено такі: фасилітацію рефлексії майбутніми педагогами власних настанов, які є визначальними у їх ставленні до інших людей та до себе; фасилітацію їх рефлексії щодо бачення власної ролі як членів громад та суспільства, а також настанов стосовно власної відповідальності за вирішення проблем, а також відповідальності за спільне благо тощо; фасилітацію рефлексії ними власних стратегій взаємодії з іншими та стратегій вирішення проблем, що виникають у спільноті та суспільстві; сприяння розвитку почуття спільності з іншими членами спільноти та суспільства, здатності до самоемпатії та емпатії; актуалізацію почуття відповідальності за добробут громади / спільноти та суспільства; фасилітацію розвитку їх здатності до створення психологічних умов для закріплення у підростаючого покоління настанов на сприяння спільному благу; розвиток навичок ненасильницької комунікації. Серед засобів актуалізації соціального інтересу як чинника розвитку громадянської компетентності майбутніх педагогів виділено метод моделювання ситуації, драматизацію, спостереження, самоспостереження, фасилітацію рефлексії, аналіз власних настанов та стратегій поведінки, мозковий штурм, арттерапевтичні технології, метод незакінчених речень, метод групової дискусії тощо.

**Ключові слова:** соціальний інтерес, громадянська компетентність, спільне благо, емпатія, ненасильницька комунікація.

The article substantiates the expediency, outlines methodological principles of development and content of technology aimed on development of future teachers' civic competence by means of actualization of their social interest. Actualization of social interest is considered a prerequisite for the development of civic competence of future teachers, as well as their ability to become a role model for students, build interaction with them and model interaction between them in such way that would be beneficial for promotion of psychological preconditions that are essential for them to become competent citizens. Strategies of future teachers' civic competence development by means of actualization of their social interest are outlined. Among these strategies there are: facilitation of future teachers' reflection of their own attitudes, which determine the way they view other people and themselves; facilitating their reflection on the vision of their own role as members of communities and society, as well as attitudes concerning their own responsibility for solving problems, common good, etc.; facilitating their reflection on their own strategies of interaction with others and strategies for solving problems that arise in the community and society; promoting their sense of community, the ability to self-empathise and empathise; actualization of the sense of responsibility for the well-being of community and society; facilitating enhancement of their ability to create psychological conditions that are helpful in promotion of such attitudes in young generation that reflect motivation to contribute to common good; development of nonviolent communication skills. Among the means of actualization of social interest as a factor of development of civic competence of future teachers there are: situation modeling method, dramatization, observation, self-observation, facilitation of reflection, analysis of one's own attitudes and behavioral strategies, brainstorming, art-therapeutic technologies, incomplete sentence method, group discussion, etc.

**Key words:** social interest, civic competence, common good, empathy, nonviolent communication.

УДК 316.6: 159.9.07  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.37>

**Сидоркіна М.Ю.**

к. психол. н.,  
старший науковий співробітник  
лабораторії психології політичної  
поведінки молоді  
Інститут соціальної та політичної  
психології Національної академії  
педагогічних наук України

Майбутнє суспільства залежить від виховання компетентних та свідомих громадян, які можуть тверезо оцінювати суспільно-політичні реалії та схильні брати на себе відповідальність за вирішення суспільно-політичних питань, обирати конструктивні стратегії громадянської взаємодії, зацікавлені у сприянні розвитку громади та суспільства. Розвиток громадянської компетентності як мета громадянської освіти включає в себе розвиток усієї

сукупності знань та здібностей, що дозволяють громадянину активно, відповідально та ефективно реалізовувати весь комплекс громадянських прав та обов'язків у демократичному суспільстві. Компетентність Дж. Равен розглядає як ефективну вмотивовану поведінку, що складається з сукупності когнітивних, афективних та вольових компонентів, або як «умотивовану здатність» [4]. Особливістю якостей і кваліфікаційних характеристик, сукупність



яких становить громадянську компетентність, за Х. Мюнклером, є те, що вони зумовлюють не лише партиципативну здатність і партиципативну готовність, а й інтерес до примноження не лише особистих, а й спільних надбань, тобто орієнтацію на суспільне благо або почуття солідарності, що свідчить про готовність до вчинків, дій, зусиль, за які не передбачається матеріальна компенсація або передбачається лише незначна [12]. І. Жадан визначає громадянські компетенції як якості та кваліфікаційні характеристики, необхідні для ефективної громадянської взаємодії на певному етапі розвитку суспільства [3]. До важливих соціально-психологічних складників громадянської компетентності належать такі: здатність налагоджувати ефективну взаємодію та співпрацю з метою вирішення актуальних громадянських питань; здатність конструктивно вирішувати конфлікти, виявляти солідарність і зорієнтованість на суспільне благо, відповідальність, співпричетність тощо. Вказані компетентності з позицій індивідуальної психології значною мірою зумовлюються рівнем розвитку *соціального інтересу* особистості.

Педагоги виступають рольовою моделлю для учнів (особливо в період молодшого шкільного віку) у багатьох контекстах. Сприятливі формування громадянської компетентності підростаючого покоління неможливо лише шляхом передачі певного набору знань. Передумовою спроможності майбутніх педагогів до організації сприятливого для розвитку в учнів громадянської компетентності освітнього середовища є наявність в них низки кваліфікаційних характеристик, якостей та здібностей. Постає потреба у розробці стратегій розвитку громадянської компетентності майбутніх педагогів шляхом актуалізації їх соціального інтересу, що й зумовлює **актуальність** даної наукової розвідки.

Термін «соціальний інтерес» є одним з найбільш усталених перекладів введеного А. Адлером терміна “Gemeinschaftsgefühl” [1]. Визначення соціального інтересу пройшло низку трансформацій в роботах А. Адлера. Серед запропонованих ним визначень соціального інтересу – «кооперація між індивідами», «здатність цікавитися іншими людьми», «зацікавленість у спільності», «інтерес в інтересах людства», здатність «бачити очима іншого, чути вухами іншого, відчувати серцем іншого» [10, с. 5–6]. Почуття спільності, яке є основою соціального інтересу, – це вроджена здатність ідентифікувати себе з більшою спільнотою, зрештою, і з усім людством, розглядаючи проблеми, з якими стикається більшість, як такі, які нічим не відрізняються від власних.

А. Адлер осмислював соціальний інтерес як чинник розвитку здатності людини до соці-

ального життя, що сприяє формуванню об'єктивних можливостей людини робити внесок і співпрацювати з іншими людьми, а також здатності розуміти і виявляти співчуття до інших. Він розглядав здатність «бачити очима іншого, чути вухами іншого, відчувати серцем іншого» як ключовий чинник, завдяки якому відбувається процес трансформації ідентичності [11]. Саме досвід ідентифікації та співпереживання дає змогу людині співпрацювати з іншими та може стати основою такої світоглядної та ціннісної настанови, як сприяння усьому людству [13, с. 2048].

*Метою* статті є визначення методологічних засад розробки та окреслення змістових складників технології розвитку громадянської компетентності майбутніх педагогів шляхом актуалізації у них соціального інтересу.

Проведений теоретичний аналіз та узагальнення результатів емпіричних досліджень дозволяє стверджувати, що важливими психологічними передумовами формування громадянської компетентності є сприяння розвитку здатності до співчуття та емпатії, почуття спільності, усвідомлення себе частиною спільноти та суспільства, усвідомлення необхідності ставитись до інших так, як ми хочемо, щоб вони ставились до нас, та готовності враховувати інтереси інших людей [6].

Щоб відбулося засвоєння набору знань стосовно можливостей захисту власних прав, прав інших людей стосовно демократичних еталонів взаємодії у суспільстві та загалом стосовно компетентного громадянства, необхідна низка умов. Згідно з результатами масштабного дослідження американських вчених (вбірка становила 1052 респонденти підліткового віку) підліткам, які відчувають приналежність, знаходячись у школі, а також високо оцінюють рівень дотримання вчителем демократичної етики, більш притаманна прихильність до демократичних цілей та переконання, що суспільство є справедливим [9]. Ключову роль в цьому розумінні відіграють уявлення підлітків щодо справедливості та чуйності до них людей, які мають владу в їхньому житті (вчителів). Отже, окрім стилю та стратегій подачі інформації стосовно компетентного громадянства, особливе значення має психологічна атмосфера у класному колективі та еталони міжособистісної взаємодії, які запроваджує вчитель. Неможливо формувати почуття спільності та бажання сприяти спільному благу, якщо стосунки у колективі та стиль взаємодії педагога з учнями, батьками та представниками педагогічної спільноти не сприяють психологічному комфорту учнів та не побудовані на засадах взаємної поваги, принципах конструктивного співробітництва, емпатійного ставлення до інших тощо. Якщо педагогу не вдається будувати стосунки з учнями,

керуючись повагою до них та емпатією (що не прирівнюється до потурання та не означає відсутність дисципліни), це сприяє не спільності, а відчуженню. Якщо ж інші соціалізаційні контексти також сприяють формуванню почуття відчуження, то не варто очікувати на формування громадянської зрілості та компетентності у підростаючого покоління, адже громадяни, які піклуються лише про свою «хату скраю», не схильні долучатися до вирішення проблем громад та сприяти спільному благу, не відчувають відповідальності за добробут спільноти та суспільства. Важливою передумовою формування почуття спільності в учнівському колективі є повага до потреб та почуттів учасників освітнього процесу. З огляду на це особливого значення в контексті формування готовності майбутніх педагогів сприяти розвитку базису майбутньої громадянської компетентності підростаючого покоління набуває сприяння актуалізації соціального інтересу щодо самих майбутніх педагогів. Це передбачає такі чинники: рефлексію ними власних настанов, які є визначальними у їх ставленні до інших людей та до себе, а також стосовно власної відповідальності за вирішення проблем, спільного блага тощо; рефлексію ними власних стратегій взаємодії з учнями та дорослими; рефлексію щодо бачення ними власної ролі як членів громад та суспільства; переосмислення ними власних стратегій вирішення проблем, що виникають у спільноті; актуалізацію у них почуття спільності та емпатії у ставленні до інших; формування у них готовності до обрання конструктивних (ненасильницьких та асертивних) стратегій взаємодії з іншими.

Як теоретичний фреймворк та практичний інструмент розвитку здатності до емпатії та конструктивної комунікації ми обрали метод ненасильницької комунікації (ННК), розроблений М. Розенбергом [5]. Він спрямований на те, щоб сприяти встановленню конструктивної та продуктивної комунікації, в основі якої лежить прагнення до порозуміння між комунікативними партнерами (у тому числі і задля вирішення конфліктів). Цей метод спрямований також на розвиток здатності розуміти власні потреби, почуття та бажання й аналогічним чином емпатійно розуміти партнера. Важливими складниками моделі ННК є чітке самовираження із застосуванням я-висловлювань та емпатійне розуміння співрозмовника. Згідно з моделлю ННК конструктивне самовираження (висловлення власної позиції, почуттів та потреб) передбачає такий алгоритм: 1) висловлення власних спостережень та опис того, що я бачу і на що звертаю увагу; 2) висловлення почуттів, що виникають у мене у певний момент; 3) пояснення потреб, пов'язаних із почуттями; 4) опис дій, які я бажаю

зробити для покращення свого життя. В основі емпатійного розуміння співрозмовника лежить такий алгоритм: 1) емпатійне сприйняття спостережень співрозмовника; 2) емпатійне сприйняття почуттів співрозмовника; 3) емпатійне сприйняття потреб співрозмовника та пов'язаних з ними почуттів; 4) емпатійне сприйняття прохань співрозмовника, в основі яких лежать бажані дії співрозмовника, спрямовані на покращення якості його життя.

М. Розенберг називав ненасильницьке спілкування «мовою жирафа», а насильницьке, яке базується на докорах, звинуваченнях, критиці, оцінках, заборонах, вимогах тощо, – «мовою шакала». «Мова шакала» для багатьох людей є звичною. Засвоєння та практикування «мови жирафа» сприяє кращому розумінню співрозмовника, що загалом знижує рівень конфліктності в процесі комунікації. Звичні для носіїв «мови шакалів» патерни опору, самозахисту у випадку зіткнення з осудом чи критикою у разі засвоєння «мови жирафа» замінюються на нові патерни комунікації, в основі яких лежить нове розуміння себе та інших, намірів та стосунків.

Усі дослідження феномену соціального інтересу у психології побудовані на засадах теорії А. Адлера, який вважав, що в його основі лежить вроджена здібність, яку потрібно свідомо розвивати. При цьому соціальний інтерес та стиль життя, на думку А. Адлера, формуються протягом перших п'яти років життя і надалі залишаються незмінними. Є сучасні дослідження, в яких доведена можливість цілеспрямованого корегування соціального інтересу у молоді та дорослих [7; 2; 8]. Звісно, методологічні засади теорії А. Адлера поєднуються у цих дослідженнях з іншими методологіями.

Серед найбільш важливих методологічних засад розробки технології розвитку громадянської компетентності майбутніх педагогів шляхом актуалізації соціального інтересу назвемо такі: концепцію та дослідження соціального інтересу особистості (А. Адлер, Х. Каплан, Дж. Кренделл, Є. Сидоренко, Г. Тулітбаєва та ін.), компетентнісний підхід (Дж. Равен, І. Зимня, В. Шадріков та ін.), суб'єктно-діяльнісний підхід (С. Рубінштейн, Б. Ломов, О. Леонтьєв та ін.), уявлення про емпатію К. Роджерса, модель та метод ненасильницької комунікації (М. Розенберг), теорію екологічних систем (У. Бронфенбренер).

Запропонована технологія розвитку громадянської компетентності майбутніх педагогів складається з двох блоків занять. *Перший блок* спрямований на фасилітацію рефлексії майбутніми педагогами власних когніцій щодо свого місця у світі та спільноті, спільного блага, а також власної ролі у його створенні та примноженні, настанов щодо інших людей та співвідношення їх прав з власними

правами, настанов щодо відповідальності за вирішення актуальних проблем (у спільноті, громаді, суспільстві тощо), а також фасилітацію усвідомлення ними особливостей мотивацій, що лежать в основі позиціонування себе у просторі суспільно-політичної взаємодії, а також стратегій взаємодії з іншими людьми. Другий блок спрямований на розвиток почуття спільнотності з іншими, здатності до самоемпатії та емпатії, мотивації обирати конструктивні (ненасильницькі і одночасно асертивні) стратегії комунікації та взаємодії.

За нашим задумом, перший блок, який створено з метою фасилітації трансформації саме когнітивної складової частини соціального інтересу, що передбачає й рефлексію особливостей власних стратегій взаємодії з іншими, є базисом для подальшої модифікації поведінкових проявів соціального інтересу. Оскільки поведінкові патерни у дорослому віці можуть мати вельми стійкий характер, доцільною вважаємо цілеспрямовану роботу щодо їх корегування. Для цього ми пропонуємо другий блок занять, який створює умови для переосмислення та практикування нових форм поведінки, самоствавлення та стратегій взаємодії, в основі яких – розвиток здатності до самоемпатії, емпатії, конструктивної комунікації та взаємодії, розвиток почуття спільнотності. Серед засобів актуалізації соціального інтересу як чинника розвитку громадянської компетентності майбутніх педагогів – метод моделювання ситуації, метод аналізу, метод мозкового штурму, метод фасилітації рефлексії, арттерапевтичні технології, метод драматизації, метод незакінчених речень, метод групової дискусії тощо.

#### **Висновки з проведеного дослідження.**

Підсумовуючи, відзначимо, що до важливих соціально-психологічних складових частин громадянської компетентності належать такі: здатність налагоджувати ефективну взаємодію та співпрацю з метою вирішення актуальних громадянських питань, здатність конструктивно вирішувати конфлікти, почуття солідарності, зорієнтованість на суспільне благо, почуття відповідальності, співпричетності тощо. Більшість із цих складників з позицій індивідуальної психології А. Адлера зумовлюється рівнем розвитку соціального інтересу. Соціальний інтерес є чинником розвитку здатності людини до соціального життя, що сприяє формуванню об'єктивних можливостей людини робити внесок і співпрацювати з іншими людьми, а також здатності розуміти і проявляти співчуття до інших. Розвинений соціальний інтерес у громадян сприяє розвитку суспільства (спільноти) завдяки їх схильності до обрання компетентної громадянської поведінки. Серед ключових методологічних засад розробки технології розвитку грома-

дянської компетентності майбутніх педагогів шляхом актуалізації соціального інтересу головними є концепція А. Адлера та дослідження соціального інтересу особистості, проведені його послідовниками, а також компетентнісний підхід, суб'єктно-діяльнісний підхід, дослідження емпатії, модель та метод ненасильницької комунікації М. Розенберга, теорія екологічних систем У. Бронфенбренера.

Розроблена технологія розвитку громадянської компетентності майбутніх педагогів шляхом актуалізації їх соціального інтересу сприяє створенню умов, важливих для успішності громадянської освіти підрастаючого покоління. Актуалізація соціального інтересу майбутніх педагогів сприяє їх спроможності бути рольовою моделлю компетентного громадянина, який здатний використовувати конструктивні стратегії взаємодії з іншими під час вирішення проблем у спільноті, відчуває співпричетність з іншими членами громади та суспільства, усвідомлює власну роль у розвитку спільноти та суспільства, зацікавлений у сприянні спільному благу. Все це у сукупності із сприянням розвитку почуття спільнотності в учнів та емпатійним ставленням до них є важливою передумовою формування у них готовності до засвоєння моделей компетентної громадянської поведінки та відповідних настанов.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Адлер А. Наука жить. Киев : Port-Royal, 1997. 288 с.
2. Дубовицкая Т.Д., Тулитбаева Г.Ф. Социальный интерес: понятие, структура, диагностика, развитие. *Фундаментальные исследования*. 2014. № 10 (11). С. 2276–2279. URL: <http://www.fundamental-research.ru/ru/article/view?id=35934>.
3. Жадан І.В. Соціальне середовище як чинник розвитку громадянських компетенцій: емпірична модель дослідження. *Наукові студії з соціальної та політичної психології*. 2020. № 45 (48). С. 50–58. URL: [https://doi.org/10.33120/ssj.vi45\(48\).141](https://doi.org/10.33120/ssj.vi45(48).141).
4. Равен Д. Компетентность в современном обществе: выявление, развитие и реализация / пер. с англ. Москва : Когито-Центр, 2002. 396 с.
5. Розенберг М. Ненасильственное общение. Язык Жизни. Москва : София, 2015. 288 с.
6. Сидоркіна М.Ю. Емпіричне дослідження соціального інтересу як чинника розвитку громадянської компетентності студентської молоді. *Вчені записки Таврійського національного університету ім. В.І. Вернадського*. 2020. Том 31 (70) № 3. С. 158–163. URL: <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2020.3/27>.
7. Тулитбаева Г.Ф. Социальный интерес как условие преодоления отчужденности в межличностных отношениях у студентов-психологов : дисс. ... канд. психол. наук ; Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы. Уфа, 2019. URL: [https://www.susu.ru/sites/default/files/dissertation/dissertaciya\\_tulitbaeva\\_0.pdf](https://www.susu.ru/sites/default/files/dissertation/dissertaciya_tulitbaeva_0.pdf).
8. Dobrova-Stoykova Zh. Dynamics in the Development of Social Interest among Incarcerated

Persons in the Learning Environment at Correctional Facilities. *Journal of Education & Social Policy*. 2017. Vol. 4. № 3. P. 92–97. URL: [http://jespnet.com/journals/Vol\\_4\\_No\\_3\\_September\\_2017/12.pdf](http://jespnet.com/journals/Vol_4_No_3_September_2017/12.pdf).

9. School and community climates and civic commitments: Patterns for ethnic minority and majority students / C.A. Flanagan, P. Cumsille, S. Gill, L.S. Galloway. *Journal of Educational Psychology*. 2007. № 99 (2). P. 421–431. DOI: 10.1037/0022-0663.99.2.421.

10. John C. Testing the construct validity of the Suliman's scale. (Doctor of Philosophy), University of North Texas, 1995. URL: [https://digital.library.unt.edu/ark:/67531/metadc277658/m2/1/high\\_res\\_d/1002725821-st%20john.pdf](https://digital.library.unt.edu/ark:/67531/metadc277658/m2/1/high_res_d/1002725821-st%20john.pdf).

11. Johnson-Migalski L., Huo D., Sesso-Osburn F. Social Interest. *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, 2017. URL: [https://www.researchgate.net/publication/317173745\\_Social\\_Interest](https://www.researchgate.net/publication/317173745_Social_Interest).

12. Münkler H. Der kompetente Bürger. Klein, R. SchmalzBruns (Eds.). *Politische Beteiligung und Bürgerengagement in Deutschland Möglichkeiten und Grenzen*. Bonn : Bundeszentrale für politische Bildung, 1997. S. 153–172.

13. Yuen T. Counseling with adolescents in Hong Kong: an effective groupwork revisited. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 2010. № 5. P. 2047–2057. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S187704281001785>.

## СТИЛЬ МІЖСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ ЯК УМОВА ГАРМОНІЙНИХ СТОСУНКІВ У СТУДЕНТСЬКІЙ ГРУПІ

### STYLE OF INTERPERSONAL INTERACTION AS A CONDITION OF HARMONIOUS RELATIONS IN A STUDENT GROUP

У статті розглядаються особливості стилю міжособистісної взаємодії як умови гармонійних стосунків у студентській групі. Викладаються теоретичні основи дослідження – роботи вчених, які досліджували спілкування та міжособистісну взаємодію у студентських групах. Проаналізовано особливості студентської групи, які впливають на встановлювані в ній міжособистісні відносини: мету, що складається з оволодіння знаннями, вміннями, навичками і підготовки до професійної діяльності; навчання як основний вид діяльності; індивідуальні форми праці; відсутність відносин «по вертикалі»; відносну вікову однорідність; обмеженість періоду існування. Визначено, що у структурі міжособистісної взаємодії є три основних складники: поведінковий, гностичний, афективний. Під час навчання студенти виявляють себе також в естетичній та дозвільній сферах діяльності, які в разі їх позитивної спрямованості здійснюють позитивний вплив на особистісно-професійний розвиток молодих людей, дозволяють збагатити зміст міжособистісної взаємодії. Проведено дослідження особливостей стилю міжособистісної взаємодії як умови гармонійних стосунків у студентській групі. Виявлено особливості емоційної стійкості, якості комунікативної сфери особистості, екстраверсії – інтроверсії. Проаналізовано особливості уявлень суб'єкта про себе й ідеальне «Я». Вивчено взаємини у малих групах студентів. Визначено групову згуртованість студентів. Розроблено такі рекомендації студентській групі щодо створення гармонійних стосунків у групі: приділяти увагу формуванню і розвитку навичок спілкування, взаємодії, співпраці, здатності до компромісу, конструктивних способів вирішення спірних питань; розвивати емпатію та рефлексію у спілкуванні; орієнтуватись на згуртованість колективу, а не на розрізненість під час вирішення завдань та прийняття важливих для усієї студентської групи рішень; створювати позитивний психологічний клімат у групі. Основну увагу приділено впливу стилю міжособистісної взаємодії на згуртованість студентської групи.

**Ключові слова:** студенти, спілкування, міжособистісна взаємодія, групова згуртованість, комунікативна сфера.

The article considers the features of the style of interpersonal interaction as a condition of harmonious relations in the student group. The theoretical foundations of the research are presented – the work of scientists who have studied communication and interpersonal interaction in student groups. The peculiarities of the student group, influencing the interpersonal relations established in it, are analyzed: the goal, consisting of mastering the knowledge, skills, abilities and preparation for professional activity; training as the main activity; individual forms of work; lack of vertical relationships; relative age homogeneity; limited period of existence. It is determined that in the structure of interpersonal interaction there are three main components: behavioral, gnostic, affective. During the study period, students also manifest themselves in aesthetic and permissive activities, which in the case of their positive orientation have a positive impact on the personal and professional development of young people, enrich the content of interpersonal interaction. A study of the features of the style of interpersonal interaction as a condition of harmonious relations in the student group. Features of emotional stability, quality of the communicative sphere of the person, extraversion-introversion are revealed. The peculiarities of the subject's ideas about himself and the ideal "I" are analyzed, the study of relationships in small groups of students is carried out. The group cohesion of students is determined. The following recommendations have been developed for the student group to create harmonious relations in the group: to pay attention to the formation and development of communication skills, interaction, cooperation, ability to compromise, constructive ways to resolve disputes; to develop empathy and reflection in communication; focus on team cohesion, rather than disunity in solving responsible tasks and making important decisions for the entire student group; creating a positive psychological climate in the group. The main attention is paid to the influence of the style of interpersonal interaction on the cohesion of the student group. **Key words:** students, communication, interpersonal interaction, group cohesion, communication sphere.

УДК 159.922

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.38>

**Скворчевська Є.Л.**

к. психол. н.,  
доцент кафедри ЮНЕСКО  
та соціального захисту  
Державний біотехнологічний  
університет

**Постановка проблеми.** Нині у психологічній науці актуальним є вивчення проблеми стилю міжособистісної взаємодії як умови гармонійних стосунків у студентській групі. Суспільство завжди мало потребу в людях, готових до співпраці, колективних взаємин, партнерства. Сьогодні все більше усвідомлюється необхідність у фахівцях, здатних до самореалізації в нових соціально-економічних умовах, що поєднують в собі високий рівень освіченості, інтелектуальності, професійної компетентності та культури міжособистісних відносин.

Для навчально-виховного процесу важлива така система міжособистісних відносин, в якій розвивається і формується особистість майбутнього фахівця високої кваліфікації.

Студентська група виступає суб'єктом певного виду діяльності і через неї включається у систему суспільних відносин. У зв'язку з цим вона відображає корінні особливості соціального ладу, в рамках якого вона утворена і функціонує. Актуальності набуває проблема визначення міжособистісної взаємодії у студентських групах. Потребують вивчення про-

блеми, пов'язані з вивченням можливості розвитку комунікативних навичок та згуртованості колективу.

Теоретичною основою роботи стали фундаментальні праці з вивчення проблем спілкування, міжособистісної взаємодії, згуртованості студентського колективу вітчизняних і зарубіжних дослідників.

Психологію спілкування вивчали такі вітчизняні вчені: В. Полікарпова, О. Ксьонді, Л. Мухмутова, Є. Рогов, І. Трухін. Серед зарубіжних вчених, які вивчали зазначене питання, найвідомішою є Л. Орбан-Лембрик. Особливості міжособистісної взаємодії у студентській групі вивчали такі вітчизняні вчені: Г. Андреева, О. Данилова, М. Кіяшко, А. Панфілова, О. Сапогова та інші. Особливості соціально-психологічного клімату в групі вивчали такі вітчизняні вчені: Л. Гаязова, Л. Карамушка, Я. Коломинський, В. Кузьміна, Н. Масюкевич та інші.

**Мета статті** – виявити особливості стилю міжособистісної взаємодії як умови гармонійних стосунків у студентській групі.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Період навчання у ЗВО значно впливає на формування особистості. Проблема міжособистісної взаємодії є актуальною, оскільки вона пов'язана з соціальною та психологічною адаптацією особистості.

На думку В. Полікарпова, О. Ксьонді, спілкування – це обмін думками, який люди здійснюють за допомогою мови [6, с. 40].

Є. Рогов вважає, що спілкування – це складний, багатоплановий процес встановлення і розвитку контактів між людьми, що породжується потребами діяльності і включає в себе обмін інформацією, вироблення єдиної стратегії взаємодії, сприйняття і розуміння іншої людини [8, с. 18].

На думку Є. Рогова, за своїми формами і видами спілкування є різноманітним. Розглянемо види спілкування:

1) вербальне (від лат. "verbalis" – «словесний») спілкування має безпосереднє відношення до знакової системи і словесного (усного та письмового) матеріалу, а також до процесів оперування ними;

2) безпосереднє (контактне) спілкування вказує на наявність безпосереднього контакту між співрозмовниками і є історично першою формою спілкування людей. На його основі в більш пізні періоди розвитку цивілізації виникли інші види спілкування;

3) опосередковане (дистантне) спілкування – це таке спілкування, під час якого люди можуть не бачити один одного. Воно змогло з'явитися лише після винаходу писемності. Отже, у разі віддаленості учасників спілкування один від одного вони послуговуються письмовими або технічними пристроями;

4) міжособистісне спілкування здійснюється за допомогою засобів мовного і немовного впливу, в результаті якого виникають психологічні контакти і певні відносини. Таке спілкування пов'язане з безпосередніми контактами людей в різних групах;

5) масове спілкування включає безліч зв'язків і контактів незнайомих людей в суспільстві. До масового спілкування належить спілкування людей за допомогою соціальних мереж, радіо, телебачення, газет, журналів, тобто за допомогою засобів масової інформації;

6) міжперсональне спілкування – це звичайне спілкування людей (дружнє, сімейне тощо), кожен з яких відрізняється своїми унікальними якостями, інтересами і здібностями;

7) рольове спілкування означає регламентованість змісту і засобів спілкування, коли, не знаючи особисто співрозмовника, люди обходяться знанням його соціальної ролі, тобто учасники виступають як носії певних ролей (спілкування «вчитель – учень», «покупець – продавець» тощо) [16].

Як зазначає І. Трухін, взаємодія – це двосторонній процес, оскільки за якість взаємодії відповідають дві сторони. Якщо одна зі сторін відчуває життєвий, навчальний, особистісний дискомфорт, це має прямий вплив на стан взаємовідносин партнерів під час організації взаємодії [8, с. 19].

На думку Л. Орбан-Лембрик, міжособистісне спілкування здійснюється за допомогою засобів мовного і немовного впливу, в результаті якого виникають психологічні контакти та певні відносини між учасниками спілкування [4, с. 102].

Отже, існують різні погляди на природу спілкування. Спілкування, з одного боку, – це обмін думками, який люди здійснюють за допомогою мови, а з іншого боку, – це специфічна форма взаємодії людини з іншими людьми як членами суспільства. У спілкуванні реалізуються соціальні відносини людей.

На думку О. Данилової, студентський вік є особливим періодом життя людини, перехідним від юності до зрілості. Юнацький (студентський) вік, юнацький період – це початок самостійного, дорослого життя. У юнацькому віці виділяються такі вікові періоди: 16–17 років – рання юність, 17–20 років – власне юність, 20–21 рік – пізня юність. Ці вікові періоди мають свою специфіку, але при цьому вони володіють багатьма загальними характеристиками [2, с. 71].

М. Кіяшко зазначає, що в колективі складаються особливі міжособистісні відносини, які зумовлюють всебічний розвиток особистості. Ці відносини характеризуються згуртованістю, особистісно-колективним самовизначенням, високою рефлексивністю усіх членів групи по відношенню один до одного, при-

йняттям відповідальності за результати групової діяльності [3, с. 65].

Міжособистісною взаємодією вчені називають сукупність випадкових або навмисних, приватних або публічних, тривалих або короткочасних, вербальних або невербальних контактів і зв'язків двох і більше людей, якими викликані взаємні зміни їх поведінки, діяльності, відносин і установок. У вивченні міжособистісної взаємодії студентів на початковому етапі можна виділити роботи Г. Андреевої, яка стверджує, що «природа міжособистісних взаємодій може бути зрозумілою, якщо їх не ставити в один ряд з суспільними відносинами, а побачити в них особливі відносини, що виникають всередині кожного виду міжособистісних відносин» [1, с. 72].

Як відзначає А. Панфілова, у структурі міжособистісної взаємодії є три таких основних складники: поведінковий, гностичний, афективний.

Поведінковий компонент включає в себе міміку, жестикуляцію, дії і вчинки, пантоміму тощо.

Гностичний компонент пов'язаний з активністю особистості щодо прийому та переробки інформації і засвоєння нових знань.

Афективний компонент пов'язаний зі станом особистості, що бере участь у взаємодії [5, с. 16].

Під час навчання студенти виявляють себе також в естетичному та дозвільному видах діяльності, які в разі їх позитивної спрямованості здійснюють позитивний вплив на особистісно-професійний розвиток молодих людей, дозволяють істотно збагатити зміст їх міжособистісної взаємодії.

Студентські групи функціонують як на основі самоврядування через систему формальних і неформальних лідерів, так і піддаються певним керуючим впливам з боку викладачів.

У студентській групі виявляються такі соціально-психологічні явища, як:

1) колективні переживання і настрої – емоційна реакція колективу на події в колективі, в навколишньому світі. Колективний настрій може стимулювати або пригнічувати діяльність колективу, приводячи до конфліктів. У колективі може виникати оптимістичний настрій, байдужий або настрій незадоволеності;

2) колективні думки – схожість суджень, поглядів з питань колективного життя, схвалення або осуд тих чи інших подій, вчинків членів групи;

3) явища наслідування, сугестивності або конформізму, явища змагання – форма взаємодії людей, які емоційно рівно ставляться до результатів своєї діяльності, прагнуть домогтися успіху. Міжособистісні відносини пов'язують студентів один з одним. Відносини типу «студент – студент» у вузівському середовищі

належать до горизонтального рівня взаємодії, який характеризується інтенсивністю неформального спілкування, задоволенням психологічних потреб, формуванням рис характеру і властивостей особистості. Відносини між студентами становлять форму взаємодії з однолітками, пов'язану зі специфічними завданнями професіоналізації [5, с. 108].

На думку О. Сапогової, серед особливостей студентської групи, що впливають на встановлювані в ній міжособистісні відносини, можна виділити такі: мету, що складається з оволодіння знаннями, вміннями, навичками і підготовки до професійної діяльності; навчання як основний вид діяльності; індивідуальні форми праці; відсутність відносин «по вертикалі»; відносну вікову однорідність; обмеженість періоду існування [9, с. 109].

Розвиток студента на різних курсах має деякі особливі риси.

Перший курс вирішує завдання залучення недавнього абітурієнта до студентських форм колективного життя. Поведінка студентів відрізняється високим ступенем конформізму. У першокурсників відсутній диференційований підхід до своїх ролей.

Другий курс – період найбільш напруженої навчальної діяльності студентів. У життя другокурсників інтенсивно включені всі форми навчання і виховання. На другому курсі студенти отримують загальну підготовку, у них формуються широкі культурні запити і потреби. Процес адаптації до навчального середовища здебільшого завершується.

Третій курс – початок спеціалізації, зміцнення інтересу до наукової роботи як відображення подальшого розвитку і поглиблення професійних інтересів студентів. Нагальна необхідність у спеціалізації часто призводить до звуження сфери різнобічних інтересів особистості.

Четвертий курс – перше реальне знайомство зі спеціальністю в період проходження навчальної практики. Для поведінки студентів характерний інтенсивний пошук більш раціональних шляхів і форм спеціальної підготовки. Відбувається переоцінка студентами багатьох цінностей життя і культури.

На п'ятому курсі перспектива швидкого закінчення ЗВО формує у студентів чіткі практичні установки на майбутній рід діяльності. Виявляються нові актуальні цінності, пов'язані з матеріальним і сімейним станом, місцем роботи [9, с. 110].

Таким чином, міжособистісні відносини студентів зумовлюються, по-перше, віковими особливостями даної соціальної групи, по-друге, особливостями властивої діяльності.

Дослідження стилю міжособистісної взаємодії у студентській групі проводилося

в Державному біотехнологічному університеті (ДБТУ) (м. Харків). Учасниками дослідження були студенти агрономічного факультету, які навчалися за спеціальністю 201 «Агрономія» на першому курсі, – дівчата (20 осіб) і юнаки (60 осіб). Загальна кількість досліджуваних у вибірці – 80 студентів.

Методи дослідження: аналіз наукової літератури з проблеми дослідження, анкетування студентів, психологічні методи дослідження, математична обробка результатів (метод лінійної кореляції К. Пірсона).

Для проведення дослідження були використані такі методики:

1) «Фрайбургський особистісний опитувальник» («Das Freiburger Persönlichkeitsinventar», «Freiburg Personality Inventory», FPI) [7];

2) методика «Діагностика міжособистісних відносин» (Т. Лірі) [7];

3) «Індекс групової згуртованості» (К. Сішор) [7].

Розглянемо результати дослідження. Спочатку зупинимося на оцінці результатів діагностики рівня емоційної стійкості, якості комунікативної сфери особистості, екстраверсії – інтроверсії. Така діагностика проводилася за допомогою FPI («Фрайбургський опитувальник»). Результати представлені в таблиці 1.

Як видно у таблиці 1, дослідження емоційної стійкості, якості комунікативної сфери особистості, екстраверсії – інтроверсії у студентів показало, що у більшості студентів переважає низький рівень за показниками «відкритість / замкнутість» (43 студенти, тобто 53,75% від загальної вибірки досліджуваних). Отримані результати вказують на те, що більшість студентів має низький рівень самокритичності та довіри до соціального оточення.

За середнім рівнем переважає показник «фрустрованість, збудливість» у 41 студента, тобто у 51,25% від загальної вибірки досліджуваних.

Таким чином, дослідження емоційної стійкості, якості комунікативної сфери особистості, екстраверсії – інтроверсії у студентів показало, що у більшості студентів переважає низький рівень за показником «відкритість / замкнутість». Отримані результати вказують на те, що більшість студентів має низький рівень самокритичності та довіри до соціального оточення.

Дослідження уявлень суб'єкта про себе й ідеальне «Я», а також вивчення взаємин у малих групах проводилося за допомогою методики «Діагностика міжособистісних відносин» (Т. Лірі). Результати представлені в таблиці 2.

Як видно у таблиці 2, дослідження уявлень суб'єкта про себе і про ідеальне «Я», а також вивчення взаємин у малих групах студентів показало, що у більшості студентів серед високого рівня переважає показник «підозрілий» (36 студентів, тобто 45% від загальної вибірки досліджуваних). Отримані результати свідчать про нетовариські відносини у колективі. Більшість студентів відчуває труднощі в інтерперсональних контактах через невпевненість в собі, підозрілість і страх поганого ставлення. Вони замкнуті, скептичні, розчаровані в людях.

Серед низького рівня переважає показник «авторитарний» (42 студенти, тобто 52,5% від загальної вибірки досліджуваних). Отримані результати свідчать про невміння студентів домінувати у спілкуванні. Більшість студентів не має навичок авторитетного лідера.

Таким чином, дослідження уявлень суб'єкта про себе й ідеальне «Я», а також вивчення вза-

Таблиця 1

**Особливості емоційної стійкості, якості комунікативної сфери особистості, екстраверсії – інтроверсії у студентів**

Показник	Рівень					
	високий		Середній		Низький	
	кількість досл.	%	кількість досл.	%	кількість досл.	%
наявність психосоматичних порушень	12	15	32	40	36	45
емоційна незрілість	16	20	24	30	40	50
депресивність	6	7,5	32	40	42	52,5
фрустрованість, збудливість	8	10	41	51,25	31	38,75
товариськість	19	23,75	22	27,5	39	48,75
спокій	5	6,25	34	42,5	41	51,25
реактивна агресивність	10	12,5	40	50	30	37,5
сором'язливість	13	16,25	39	48,75	28	35
відкритість / замкнутість	2	2,5	35	43,75	43	53,75
екстраверсія / інтроверсія	18	22,5	24	30	38	47,5
емоційна лабільність	16	20	25	31,25	39	48,75
мужність / жіночність	17	21,25	28	35	35	43,75



Таблиця 2

**Особливості уявлень суб'єкта про себе й ideale «Я»,  
вивчення взаємин у малих групах студентів**

Тип особистості	Рівень							
	екстремальний		високий		середній		низький	
	кількість досл.	%	кількість досл.	%	кількість досл.	%	кількість досл.	%
авторитарний	-	-	17	21,25	21	26,25	42	52,5
егоїстичний	5	6,25	30	37,5	25	31,25	20	25
агресивний	2	2,5	15	18,75	27	33,75	36	45
підозрілий	-	-	36	45	24	30	20	25
покірний	-	-	35	43,75	24	30	21	26,25
залежний	-	-	15	18,75	25	31,25	40	50
доброзичливий	-	-	18	22,5	23	28,75	39	48,75
альтруїстичний	-	-	16	20	24	30	40	50

емин у малих групах студентів показало, що у більшості студентів серед високого рівня переважає показник «підозрілий». Отримані результати свідчать про нетовариські відносини у колективі. Більшість студентів відчуває труднощі в інтерперсональних контактах через невпевненість в собі, підозрілість і страх поганого ставлення. Вони замкнуті, скептичні, розчаровані в людях.

Визначення групової згуртованості студентів проводилося за допомогою методики «Індекс групової згуртованості» (К. Сишор). Результати представлені в таблиці 3.

Таблиця 3

**Особливості групової згуртованості студентів**

Рівень	Кількість досл.	%
високий	14	17,5
вище середнього	18	22,5
середній	18	22,5
нижче середнього	8	10
низький	22	27,5

Як видно у таблиці 3, дослідження групової згуртованості студентів показало, що у більшості студентів переважає низький рівень групової згуртованості (у 22 студентів, тобто у 27,5% від загальної вибірки досліджуваних). Отримані результати свідчать про невміння студентів разом вирішувати складні завдання. Вони не орієнтуються на досягнення спільної мети, кожен іде до мети своїм шляхом, заважаючи іншим. Вони не відчувають себе членами колективу. Студентів не влаштовує їх група, тому вони хотіли б її змінити на іншу.

Найменший показник рівень «нижче середнього» отриманий у 8 студентів (10% від загальної вибірки досліджуваних). Отримані результати вказують на те, що студенти прагнуть досягти компромісу у вирішенні супереч-

ливих питань. Вони відчувають себе членами колективу. Студентів влаштовує їх група, тому вони не хотіли б її змінити на іншу. Взаємовідносини у групі перебувають на достатньому рівні.

Таким чином, дослідження групової згуртованості студентів показало, що у більшості студентів переважає низький рівень групової згуртованості.

Проведене кореляційне дослідження для виявлення взаємозв'язку між стилем міжособистісної взаємодії та груповою згуртованістю студентів за допомогою методик «Фрайбургський особистісний опитувальник» («Das Freiburger Persönlichkeitsinventar», «Freiburg Personality Inventory», FPI) та «Індекс групової згуртованості» (К. Сишор) виявило позитивні прямі зв'язки між показниками «групова згуртованість» та «відкритість / замкнутість», «фрустрованість, збудливість», «екстраверсія / інтроверсія», «товариськість» ( $r=0,358, p\leq 0,01$ ;  $r=0,341, p\leq 0,01$ ;  $r=0,267, p\leq 0,05$ ;  $r=0,273, p\leq 0,05$ ). Отже, групова згуртованість пов'язана з такими якостями особистості, як відкритість / замкнутість, фрустрованість, збудливість, екстраверсія / інтроверсія та товариськість.

На основі проведеного емпіричного дослідження були розроблені такі рекомендації студентській групі щодо створення гармонійних стосунків у групі:

1) приділяти увагу формуванню і розвитку навичок спілкування, взаємодії, співпраці, здатності до компромісу, конструктивних способів вирішення спірних питань;

2) розвивати емпатію та рефлексію у спілкуванні, вміння співчувати іншому, розуміти свої емоції та почуття й емоції співрозмовника. Дані навички сприятимуть налагодженню позитивних міжособистісних відносин у студентській групі;

3) орієнтуватися на згуртованість колективу, а не на розрізненість під час вирішення

відповідальних завдань та прийняття важливих для усієї студентської групи рішень;

4) створювати позитивний психологічний клімат у групі. Проведення психологічних тренінгів та ігор сприятиме налагодженню взаємовідносин у групі;

5) відповідально розподіляти соціальні ролі у групі. За допомогою методу соціометрії можна визначити соціальні ролі усіх членів групи, щоб наділити їх функціями й обов'язками.

**Висновки з проведеного дослідження.** 1. Дослідження емоційної стійкості, якості комунікативної сфери особистості, екстраверсії – інтроверсії у студентів показало, що у більшості студентів переважає низький рівень за показником «відкритість / замкнутість». Отже, більшість студентів має низький рівень самокритичності та довіри до соціального оточення.

2. Дослідження уявлень суб'єкта про себе й ідеальне «Я», а також вивчення взаємин у малих групах студентів показало, що у більшості студентів переважає показник «підозрілий». Отримані результати свідчать про нетовариські відносини у колективі. Більшість студентів відчуває труднощі в інтерперсональних контактах через невпевненість в собі, підозрілість і страх поганого ставлення. Вони замкнуті, скептичні, розчаровані в людях.

3. Дослідження групової згуртованості студентів показало, що у більшості студентів переважає низький рівень групової згуртованості, що вказує на невміння студентів разом вирішувати складні завдання. Вони не орієнтуються на досягнення спільної мети, кожен іде до мети своїм шляхом, заважаючи іншим.

**Перспективи дослідження.** Проведене емпіричне дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми. Перспективою наукових досліджень є виявлення особливостей стилю

міжособистісної взаємодії студентів на різних курсах навчання. Потреба в цих знаннях виражається не тільки в науковому, але й у практичному інтересі, оскільки вони відкривають можливість цілісного розуміння особистості.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Андреева Г. Социальная психология. Москва, 2016. 206 с.
2. Данилова Е. Особенности межличностных отношений в студенческой группе. *Актуальные вопросы современной психологии* : материалы II международной заочной научной конференции, г. Челябинск, февраль 2013 г. Челябинск : Два комсомольца, 2013. 128 с. С. 70–72.
3. Кияшко М. Психологическое исследование межличностных отношений в студенческой группе в процессе учебно-профессиональной деятельности. *Право. Экономика. Психология*. 2017. № 1 (6). С. 60–70.
4. Орбан-Лембрик Л. Соціальна психологія : навчальний посібник. Київ : Академвидав, 2017. 448 с.
5. Панфилова А. Социально-психологический климат в педагогическом коллективе : учебное пособие для студентов. Москва : Академия, 2011. 240 с.
6. Поликарпов В., Ксёнда О. Психология личности : курс лекций. Минск : БГУ, 2015. 162 с.
7. Практикум по экспериментальной и практической психологии : учебное пособие / Л. Вансовская, В. Гайда, В. Гербачевский и др. ; под ред. А. Крылова. Санкт-Петербург : Издательство С.-Петербургского университета, 2016. 312 с.
8. Рогов Е. Психология общения. Москва : ВЛАДОС, 2002. 336 с.
9. Сопагова Е. психология развития человека : учебное пособие. Москва : Изд-во «Аспект Пресс», 2015. 260 с.
10. Трухін І. Соціальна психологія спілкування : навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури, 2018. 336 с.

## 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 32**

Коректура • *В. Ізак*

Комп'ютерна верстка • *Ю. Семенченко*

Формат 60x84/8. Гарнітура Pragmatica.  
Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 24,15. Ум. друк. арк. 25,58.  
Підписано до друку 28.12.2021. Замов. № 0322/085. 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.