

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 46



Видавничий дім
«Гельветика»
2023

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

Волошенко Марина Олександрівна – кандидат педагогічних наук, доцент

Кузьменко Вячеслав Віталійович – доктор філософських наук, професор

Деркач Лідія Миколаївна – доктор психологічних наук, професор

Асєєва Юлія Олександрівна – доктор психологічних наук

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

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

Електронна сторінка видання – www.habitus.od.ua

**Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet
Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту
економіки та інновацій (протокол № 2 від 27.02.2023 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**МЕТОДОЛОГІЯ ТА МЕТОДИ СОЦІОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ****Бова А.А.**ШКАЛА СТРАХУ ПЕРЕД COVID-19 (FCV-19S): ФАКТОРНА ВАЛІДНІСТЬ
ТА НАДІЙНІСТЬ НА ВИБІРЦІ КИЇВСЬКИХ СТУДЕНТІВ..... 11**СЕКЦІЯ 2****СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ****Германова Ю.Д.**СТРАТИФІКАЦІЙНІ ЗМІНИ В УКРАЇНІ В КОНТЕКСТІ
ПОВНОМАСШТАБНОГО РОСІЙСЬКОГО ВТОРГНЕННЯ 24**Орос О.Б.**

ЕМОЦІЇ ЯК КЛЮЧОВІ ЕЛЕМЕНТИ СИТУАЦІЙ НАСИЛЬСТВА..... 31

Пиголенко І.В., Пиголенко Ю.А.РОЛЬ СТАРОСТИНСЬКИХ ОКРУГІВ В АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО
ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ У ТЕРИТОРІАЛЬНИХ ГРОМАДАХ..... 36**Прохоренко Є.Я., Яценко М.А.**СОЦІОЛОГІЧНІ МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ
В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ..... 42**Школяр М.В.**

ПОВСЯКДЕННІ ПРАКТИКИ ТА СТИЛЬ ЖИТТЯ УКРАЇНЦІВ НА ТЛІ ВІЙНИ..... 47

СЕКЦІЯ 3**СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ****Безрукова О.А.**

РАШИЗМ ЯК ІДЕОЛОГІЯ: СПРОБА СОЦІОЛОГІЧНОЇ ІНТЕРПРЕТАЦІЇ..... 54

СЕКЦІЯ 4**ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ****Кіріллова А.О.**ДІАГНОСТИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНОГО БАЗИСУ
ПСИХІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ..... 61**СЕКЦІЯ 5****ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ****Власенко О.О.**ЕМПІРИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ КОГНІТИВНО-ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ОБІЗНАНОСТІ
МАЙБУТНІХ МЕНЕДЖЕРІВ У РОЗРІЗІ РОЗВИТКУ ЇХНЬОЇ
ПРОФЕСІЙНО-МОВЛЕННЄВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ..... 68

Гурак Г.М., Долинська Л.В. ТЕХНОЛОГІЯ КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИВАЛЬНОЇ РОБОТИ ЩОДО РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ.....	74
Дейниченко Л.М., Маннапова К.Р., Раджабова С.Ш. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК АГРЕСИВНОСТІ Й ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	80
Кічук А.В. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ЗМІЦНЕННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ: ПРО ОДИН ІЗ ПІДХОДІВ ДО НАБУТТЯ ОЗНАК КОНСТРУКТИВНОСТІ.....	85
Кузьмін В.В., Стадник А.Г., Іванов Є.Р. ОСНОВНІ АГЕНТИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ СІРІТ У СЕРЕДНІХ ТА ВИЩИХ ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ УКРАЇНИ	90
Милославська О.В., Гуляєва О.В., Богдановський С.О. ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКІВ ПРОАКТИВНОСТІ Й ТИПІВ ОРІЄНТАЦІЙ У ВАЖКИХ СИТУАЦІЯХ У СТУДЕНТІВ	96
Мотозюк Л.М., Блохіна І.О., Москаленко О.В. ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ВІЙНИ НА СТАН ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ: ДО ПИТАННЯ ВИБОРУ ДІАГНОСТИЧНОГО ІНСТРУМЕНТАРІЮ (УКРАЇНСЬКИЙ КЕЙС).....	101
Хомчук О.П. ФОРМУВАННЯ ПРОСОЦІАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ.....	106
Черножук Ю.Г. ОСОБЛИВОСТІ КРЕАТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗВО ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ.....	111
 СЕКЦІЯ 6 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ	
Агарков О.А. КОНЦЕПЦІЯ «ПОСТПРАВДИ» ТА ОСОБИСТІСТЬ.....	117
Волуйко О.М. САМООСВІТНЯ КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧИННИК ГОТОВНОСТІ ДО ІННОВАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КУРСАНТІВ-ПРАВООХОРОНЦІВ.....	123
Гачак-Величко Л.А. ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У ЗОНІ ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ.....	129
Заболотна Н.М., Омелянська В.І. КОГНІТИВНІ СТИЛІ, ТВОРЧІ ЗДІБНОСТІ ТА ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ У СТРУКТУРІ ІНДИВІДУАЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ.....	134
Завгородня О.В., Степура Є.В. ВПЛИВ ОПТИМІЗМУ НА МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ОСОБИ.....	139
Каліщук С.М. ПРИКЛАДНІ МОДЕЛІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ОСОБИСТОСТІ У КРИЗІ.....	144

Коваль Г.Ш. ОСОБЛИВОСТІ РІЗНИХ КАТЕГОРІЙ КОРИСТУВАЧІВ КІБЕРПРОСТОРУ: САНОЦЕНТРИЧНИЙ ПІДХІД.....	152
Козира П.В. РОЛЬ ПСИХОЛОГА У ЖИТТІ ЛЮДИНИ, ЯКА БОРЕТЬСЯ З АЛКОГОЛЬНОЮ ТА/АБО НАРКОТИЧНОЮ ЗАЛЕЖНІСТЮ.....	161
Коломієць Л.І., Шульга Г.Б. СПЕЦИФІКА ПЕРЕЖИВАННЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ ФАХІВЦЯМИ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ.....	166
Кононова М.М., Ткаченко А.В. ПРОФЕСІЙНА САМОАКТУАЛІЗАЦІЯ ТА ПРОФЕСІЙНА Я-КОНЦЕПЦІЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ.....	171
Мазяр О.В., Кириченко В.В. ШКАЛА ОСОБИСТІСНОЇ ДИНАМІКИ: ПЕРЕВІРКА НАДІЙНОСТІ ПАРАЛЕЛЬНИХ ФОРМ	176
Малазонія С.В., Коломієць Т.В., Березяк К.М. АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ РЕЗЕРВІВ ПРОФЕСІЙНОЇ БЕЗПЕКИ ОСОБИСТОСТІ: ПРОБЛЕМИ, ПЕРСПЕКТИВИ.....	181
Медведєва О.В. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СОЦІАЛЬНОГО ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ	188
Спринська З.В. ВПЛИВ КОМП'ЮТЕРНОЇ ГРИ НА ДЕЯКІ ОСОБИСТІСНІ ПРОЯВИ У ПІДЛІТКІВ.....	193
Фролова Н.В. ФЕНОМЕН КОЛЕКТИВНОЇ ТРАВМИ В КОНТЕКСТІ СУЧАСНОГО УКРАЇНСЬКОГО ДОСВІДУ ЇЇ ПРОЖИВАННЯ	199
 СЕКЦІЯ 7 ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ	
Гуменюк Г.В. АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОРОЗВИТКУ ФАХІВЦІВ СОЦІОНОМІЧНОГО ПРОФІЛЮ.....	204
 СЕКЦІЯ 8 СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ	
Коваленко Є.С. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРАВОМІРНОЇ ПОВЕДІНКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ	211
Kravchuk S.L. POSITIVE RELIGIOUS COPING AS PREDICTOR OF POSTTRAUMATIC GROWTH OF VETERAN VOLUNTEERS OF THE RUSSIAN-UKRAINIAN WAR	217

Макарова О.П., Червоний П.Д. СУТНІСТЬ СТРЕСУ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ.....	222
Миропольцева Н.І. ОСОБЛИВОСТІ ВИНИКНЕННЯ ТА ПРОЦЕСУ КОНФЛІКТУ В ШЛЮБНІЙ ПІДСИСТЕМІ «ПАРА».....	227
Орищин-Буждиган Л.С. СОЦІАЛЬНА ТРИВОЖНІСТЬ У КРИЗОВИЙ ПЕРІОД РОЗВИТКУ УКРАЇНСЬКОГО СОЦІУМУ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АСПЕКТ.....	232
Пономаренко Я.С. ПСИХОЛОГІЧНИЙ ОПИС ПЕРЕЖИВАНЬ У ПРОФЕСІЙНИЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПОЛІЦІЇ.....	238
Резнік К.О. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОЗУМНОСТІ У ПОЛІЦЕЙСЬКИХ У ПЕРІОД ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	243
СЕКЦІЯ 9	
ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ	
Волкова О.О. ПРОБЛЕМА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я МОРЯКІВ У КОНТЕКСТІ ПАНДЕМІЇ COVID-19 ТА ВІЙНИ В УКРАЇНІ.....	248
Іванова Т.В., Шалатонова Ю.Р. СИТУАТИВНА ДИСФОРІЯ В КОНТЕКСТІ СТЕНІЧНИХ І АСТЕНІЧНИХ ПРОЯВІВ	255
Куліш О.В., Сірик І.В. ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ У ПІДЛІТКІВ ІЗ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ.....	261
НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ.....	267

CONTENTS

SECTION 1

METHODOLOGY AND METHODS OF SOCIOLOGICAL RESEARCH

Bova A.A.

THE FEAR OF COVID-19 SCALE (FCV-19S): FACTORIAL VALIDITY
AND RELIABILITY IN SAMPLE OF KYIV STUDENTS.....11

SECTION 2

SOCIAL STRUCTURES AND SOCIAL RELATIONS

Hermanova Yu.D.

STRATIFICATION CHANGES IN UKRAINE IN THE CONTEXT
OF A FULL-SCALE RUSSIAN INVASION..... 24

Oros O.B.

EMOTIONS AS KEY ELEMENTS OF VIOLENT SITUATIONS.....31

Pyholenko I.V., Pyholenko Yu.A.

THE ROLE OF STAROSTYN DISTRICTS IN THE ADAPTATION OF INTERNALLY
DISPLACED PERSONS IN THE TERRITORIAL COMMUNITIES36

Prokhorenko Ye.Ya., Yatsenko M.A.

SOCIOLOGICAL METHODS OF STUDYING SUICIDAL BEHAVIOR IN YOUTH.....42

Shkoliar M.V.

EVERYDAY PRACTICES AND LIFESTYLE OF UKRAINIANS
AGAINST WAR BACKGROUND.....47

SECTION 3

SPECIAL AND BRANCH SOCIOLOGIES

Bezrukova O.A.

RASHISM AS AN IDEOLOGY: AN ATTEMPT AT SOCIOLOGICAL INTERPRETATION.....54

SECTION 4

GENERAL PSYCHOLOGY. HISTORY OF PSYCHOLOGY

Kirillova A.O.

DIAGNOSTIC TOOLKIT OF THE NEUROPSYCHOLOGICAL BASIS
OF PERSONAL MENTAL ACTIVITY.....61

SECTION 5

DEVELOPMENTAL AND PEDAGOGICAL PSYCHOLOGY

Vlasenko O.O.

EMPIRICAL STUDIES OF COGNITIVE AND FUNCTIONAL AWARENESS
OF FUTURE MANAGERS IN TERMS OF THE DEVELOPMENT
OF THEIR PROFESSIONAL AND SPEECH COMPETENCE..... 68

Hurak H.M., Dolynska L.V. TECHNOLOGY OF CORRECTIONAL-DEVELOPMENTAL WORK FOR ENHANCING EMOTIONAL STABILITY IN ADOLESCENTS.....	74
Deinychenko L.M., Mannapova K.R., Radzhabova S.Sh. THE RELATIONSHIP OF AGGRESSIVENESS AND PERSONAL CHARACTERISTICS IN HIGHER EDUCATION ACQUIRES.....	80
Kichuk A.V. PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR STRENGTHENING THE PSYCHO-EMOTIONAL HEALTH OF STUDENTS: ABOUT ONE OF THE APPROACHES TO THE ACQUISITION OF CONSTRUCTIVE ATTRIBUTES.....	85
Kuzmin V.V., Stadnyk A.H., Ivanov Ye.R. MAIN AGENTS OF SOCIALIZATION OF ORPHANS IN SECONDARY AND HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS OF UKRAINE.....	90
Myloslavska O.V., Hulciaeva O.V., Bohdanovskyi S.O. PECULIARITIES OF INTERRELATIONSHIPS OF PROACTIVITY AND TYPES OF ORIENTATIONS IN DIFFICULT SITUATIONS AMONG STUDENTS	96
Motoziuk L.M., Blokhina I.O., Moskalenko O.V. FEATURES OF WAR IMPACT ON THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF HIGHER EDUCATION STUDENTS: ON THE ISSUE OF CHOOSING DIAGNOSTIC TOOLS (UKRAINIAN CASE).....	101
Khomchuk O.P. FORMATION OF PROSOCIAL BEHAVIOR OF ADOLESCENTS.....	106
Chernozhuk Yu.H. CHARACTERISTICS OF CREATIVITY OF UNIVERSITY STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF CRITICAL THINKING	111
 SECTION 6 PERSONALITY PSYCHOLOGY	
Aharkov O.A. THE CONCEPT OF “POST-TRUTH” AND ITS INFLUENCE ON PERSONALITY.....	117
Voluiko O.M. SELF-EDUCATION COMPETENCE AS A PSYCHOLOGICAL FACTOR OF READINESS FOR INNOVATIVE ACTIVITIES OF LAW ENFORCEMENT CADETS.....	123
Hachak-Velychko L.A. PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF MILITARY PERSONNEL IN A COMBAT AREA.....	129
Zabolotna N.M., Omelianska V.I. COGNITIVE STYLES, CREATIVE ABILITIES AND RESILIENCE IN THE STRUCTURE OF HUMAN INDIVIDUALITY.....	134
Zavhorodnia O.V., Stepura Ye.V. INFLUENCE OF OPTIMISM ON PERSONAL MENTAL HEALTH.....	139

Kalischuk S.M.
 APPLIED MODELS OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR A PERSON IN CRISIS.....144

Koval H.Sh.
 CHARACTERISTICS OF DIFFERENT CATEGORIES OF CYBERSPACE USERS:
 A SANOCENTRIC APPROACH.....152

Kozyra P.V.
 THE ROLE OF A PSYCHOLOGIST IN THE LIFE OF A PERSON
 STRUGGLING WITH ALCOHOL AND/OR DRUG ADDICTION.....161

Kolomiets L.I., Shulha H.B.
 SPECIFICITY OF CRISIS STATES OF SOCIAL SPHERE EXPERTS.....166

Kononova M.M., Tkachenko A.V.
 PROFESSIONAL SELF-ACTUALIZATION AND PROFESSIONAL
 SELF-CONCEPT OF FUTURE PSYCHOLOGISTS.....171

Maziar O.V., Kyrychenko V.V.
 PERSONAL DYNAMICS SCALE: CHECKING RELIABILITY
 OF THE PARALLEL FORMS.....176

Malazoniia S.V., Kolomiets T.V., Bereziak K.M.
 ANALYSIS OF THE PSYCHOLOGICAL RESERVES OF PROFESSIONAL SAFETY
 OF THE INDIVIDUAL: PROBLEMS, PROSPECTS.....181

Medvedieva O.V.
 EMPIRICAL STUDY OF THE FEATURES OF THE SOCIAL
 AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF FORCED MIGRANTS188

Sprynska Z.V.
 THE INFLUENCE OF COMPUTER GAMES ON SOME PERSONAL
 MANIFESTATIONS IN ADOLESCENTS.....193

Frolova N.V.
 COLLECTIVE TRAUMA PHENOMENON IN THE CONTEXT
 OF THE PRESENT DAY UKRAINIAN GOING-THROUGH – IT EXPERIENCE.....199

**SECTION 7
 PSYCHOLOGY OF WORK**

Humeniuk H.V.
 THE ANALYSED PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS
 OF SOCIONOMY SPECIALISTS’ SELF-DEVELOPMENT204

**SECTION 8
 SOCIAL PSYCHOLOGY. LEGAL PSYCHOLOGY**

Kovalenko Ye.S.
 PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE RIGHTEOUS BEHAVIOR
 OF MILITARY OFFICERS.....211

Kravchuk S.L.
 POSITIVE RELIGIOUS COPING AS PREDICTOR OF POSTTRAUMATIC GROWTH
 OF VETERAN VOLUNTEERS OF THE RUSSIAN-UKRAINIAN WAR217

Makarova O.P., Chervonyi P.D. THE ESSENCE OF STRESS AND ITS EFFECT ON THE HUMAN BODY IN EXTREME CONDITIONS.....	222
Myropoltseva N.I. FEATURES OF THE EMERGENCE AND PROCESS OF CONFLICT IN THE MARRIAGE SUBSYSTEM "COUPLE".....	227
Oryschyn-Buzhdyhan L.S. SOCIAL ANXIETY IN THE CRISIS PERIOD OF THE UKRAINIAN SOCIETY'S DEVELOPMENT: A COMPARATIVE ASPECT.....	232
Ponomarenko Ya.S. PSYCHOLOGICAL DESCRIPTION OF EXPERIENCES IN THE PROFESSIONAL ACTIVITIES OF THE POLICE.....	238
Reznik K.O. FEATURES OF PSYCHOLOGICAL MINDEDNESS IN POLICE OFFICERS DURING PROFESSIONAL TRAINING.....	243
 SECTION 9 PSYCHOPHYSIOLOGY AND MEDICAL PSYCHOLOGY	
Volkova O.O. THE PROBLEM OF THE MENTAL HEALTH OF SEAFARERS IN CONTEXT OF THE PANDEMIC COVID-19 AND WAR IN UKRAINE.....	248
Ivanova T.V., Shalatonova Yu.R. SITUATIONAL DYSPHORIA IN THE CONTEXT OF STHENIC AND ASTHENIC MANIFESTATIONS.....	255
Kulish O.V., Siryk I.V. PECULIARITIES OF THE MANIFESTATION OF THE POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER (PTSD) IN ADOLESCENTS FROM INTERNALLY DISPLACED PERSONS.....	261
A NEW TYPE OF SCIENTIFIC SERVICES.....	267

СЕКЦІЯ 1

МЕТОДОЛОГІЯ ТА МЕТОДИ СОЦІОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

ШКАЛА СТРАХУ ПЕРЕД COVID-19 (FCV-19S): ФАКТОРНА ВАЛІДНІСТЬ ТА НАДІЙНІСТЬ НА ВИБІРЦІ КИЇВСЬКИХ СТУДЕНТІВ

THE FEAR OF COVID-19 SCALE (FCV-19S): FACTORIAL VALIDITY AND RELIABILITY IN SAMPLE OF KYIV STUDENTS

У статті висвітлено результати адаптації українською мовою шкали страху перед COVID-19 (The Fear of COVID-19 Scale, FCV-19S) та її валідації на вибірці студентів Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського» (n = 253), що брали участь в інтернет-опитуванні протягом 24 лютого – 18 квітня 2021 року.

Для визначення оптимальної розмірності шкали та кількості факторів використано низку експлораторних багатовимірних статистичних методів. Експлораторне лікертівське шкалювання виявило одновимірну шкалу, а кластерний аналіз пунктів – групування змінних в один кластер. Експлораторний факторний аналіз здійснено з виокремленням одного та двох латентних факторів.

За допомогою конфірмаційного факторного аналізу оцінено чотири вимірювальні моделі: однофакторну, модифіковану однофакторну, двофакторну та біфакторну S–1 модель з одним генеральним та одним специфічним (соматичний прояв страху) факторами. Показники допасованості модифікованої однофакторної моделі були адекватними: $\chi^2 = 17,93$, $df = 12$, $p = 0,118$, $robust\ RMSEA = 0,047$, $robust\ CFI = 0,989$, $robust\ TLI = 0,981$, $SRMR = 0,031$. Усі факторні навантаження модифікованої однофакторної моделі мали статистичну значущість та перебували в діапазоні від 0,54 до 0,76. Частка середньої вилученої дисперсії становила 42,7%. Про достатню внутрішню узгодженість пунктів свідчили значення коефіцієнтів α Кронбаха (0,825, 95% довірчий інтервал (ДІ): 0,790, 0,856), λ_1 Гуттмана (0,832, 95% ДІ: 0,788, 0,868), λ_6 Гуттмана (0,835, 95% ДІ: 0,802, 0,864), λ_4 Гуттмана (0,861), β Ревелле (0,739) та композитної надійності фактора ω_2 (0,817, 95% ДІ: 0,765, 0,853).

Аналіз Раша довів одновимірність шкали. Значення індексів Infit та Outfit перебували у діапазоні від 0,64 до 1,28.

Ключові слова: страх, шкала страху перед COVID-19, адаптація, факторна валідність, надійність, розмірність, Україна, студенти.

The article presents the results of the adaptation and validation of the Ukrainian-language version of the Fear of COVID-19 Scale (FCV-19S) on a sample of students of the National Technical University of Ukraine "Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute" (n = 253) who participated in an online survey from February 24 to April 18, 2021.

A number of exploratory multivariate statistical methods were used to determine the optimal scale dimension and the number of factors. Exploratory Likert scaling revealed a unidimensional scale, while item cluster analysis showed a grouping of variables into one cluster. The exploratory factor analysis was carried out with the allocation of one and two latent factors.

Four measurement models were evaluated using confirmatory factor analysis: a one-factor, modified one-factor, two-factor, and bifactor S–1 model with one general and one specific (somatic expressions of fear) factor. The goodness of fit indices of the modified one-factor model were adequate: $\chi^2 = 17,93$, $df = 12$, $p = 0,118$, $robust\ RMSEA = 0,047$, $robust\ CFI = 0,989$, $robust\ TLI = 0,981$, $SRMR = 0,031$. All factor loadings of the modified one-factor model were statistically significant and ranged from 0.54 to 0.76. The proportion of the average variance extracted was 42.7%. The sufficient internal consistency of the items was evidenced by the values of Cronbach's α (0.825, 95% confidence interval (CI) 0.790, 0.856), Guttman's λ_1 (0.832, 95% CI: 0.788, 0.868), Guttman's λ_6 (0.835, 95% CI: 0.802, 0.864), Guttman's λ_4 (0.861), Revell's β (0.739), and the composite reliability of the factor ω_2 (0.817, 95% CI: 0.765, 0.853).

Rasch analysis proved the unidimensionality of the scale. The values of the Infit and Outfit indices ranged from 0.64 to 1.28.

Key words: fear, fear of COVID-19 scale, adaptation, factorial validity, reliability, dimensionality, Ukraine, students.

УДК 316.6-057.87(477-25)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.1>

Бова А.А.

к.соц.н., с.н.с.,

начальник науково-дослідного відділу
Державний науково-дослідний інститут
Міністерства внутрішніх справ України

Постановка проблеми. Глобальна пандемія COVID-19, оголошена Всесвітньою організацією охорони здоров'я 11 березня 2020 р., що й досі триває, спричинила підвищення рівня тривоги та неспокою в населення, появу нових страхів за власне життя та здоров'я і безпеку близьких осіб. У період пандемії в поведінкових науках сформувалися нові напрями, одним з яких є дослідження психологічних, медичних, соціальних та політичних аспектів страху перед коронавірусом.

З одного боку, страх є неприємною сильною базовою емоцією людини, викликаною очікуванням або усвідомленням небезпеки. А з іншого боку, страхи формуються під впливом виховання, набутого досвіду або культурних взірців оточення/референтної групи, індукуються ззовні через механізми соціального конструювання та інституційного підтримання, що сприяє зміні соціальної поведінки. Страхи бувають індивідуальними та масовими, загальними та специфічними, конструктивними (реа-

лістичними) та деструктивними (фобічними). Небажані емоції погіршують якість життя, руйнують відносини та довіру між людьми. На індивідуальному рівні страхи можуть сприяти розвитку загального занепокоєння, відчуття дистресу, тривожних розладів та психосоматичних порушень, а на соціальному призвести до поширення у суспільстві моральної паніки, зумовлювати випадки ворожого ставлення до деяких людей та їхню стигматизацію. Характер контенту та його висвітлення в традиційних засобах масової інформації і соціальних мережах може суттєво загострювати суб'єктивне сприйняття потенційної небезпеки.

Дослідження поширення страху перед коронавірусом потребує розробки спеціалізованих психометричних шкал та їх валідизації. Для розвитку вітчизняної науки є важливими адаптація надійних закордонних методик, збір емпіричного матеріалу та аналіз отриманих даних з використанням статистичних методів, які були викладені в іноземних публікаціях. Це дасть змогу зіставляти (з певними зауваженнями) результати різних досліджень.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Під час проведення скринінгу серед населення загалом та окремих соціально-демографічних груп широко застосовується шкала страху перед COVID-19 (The Fear of COVID-19 Scale, FCV-19S). Її розробники – Даніель Квасі Ахорсу, Чун-Ін Лін, Віда Імані, Мохсен Саффари, Марк Д. Гріффітс та Амір Х. Пакпур – передбачали одновимірність конструктору страху перед коронавірусом [1]. Процедура конструювання шкали включала відбір пунктів з інших шкал, що вимірювали страх, зокрема, перед різноманітними хворобами, скорочення їх списку за допомогою експертного опитування та апробацію методики на невеликій кількості респондентів, а в подальшому на більшій вибірці мешканців Ірану. Шкала складалася із семи тверджень (пунктів), які оцінювалися за шкалою Лікерта з п'ятьма альтернативами (від «1 балу – повністю не згоден/на до «5 балів – повністю згоден/на»). Більший ступінь згоди з твердженнями відповідав більшому рівню страху людини перед коронавірусом. Сумарна оцінка мала діапазон від 7 до 35 балів.

Шкала пройшла лінгвістичні адаптації та апробації на різних вибірках. У метааналізі 44 масивів опитувань середнє значення сумарного балу за FCV-19S дорівнювало 18,36, стандартне відхилення – 5,9 [2, с. 942].

Метааналіз 16 досліджень, які охоплювали аудиторію студентів, засвідчив, що об'єднане середнє значення балів за шкалою FCV-19S становило 17,60 з 95% довірчим інтервалом (далі – ДІ) [16, с. 41, 18, 78]. Найвищі об'єднані середні значення балів за шкалою FCV-19S спостерігалися в дослідженнях, проведених у кількох країнах, зокрема в Ізраїлі, Росії та

Білорусі (21,55, 95% ДІ: 20,77, 22,33), а найнижчі – в деяких країнах Європи (16,52, 95% ДІ: 15,26, 17,77) [3, с. 1, 3]. За даними опитування у травні 2021 р. студентів майбутніх «професій допомоги» (таких як медицина, психологія та соціальна робота) з чотирьох українських університетів (n = 907) середнє значення сумарного балу за шкалою дорівнювало 21,0, стандартне відхилення – 6,1 [4, с. 1].

FCV-19S мала надійні психометричні властивості. Для узагальнених результатів різних опитувань середнє значення коефіцієнтів α Кронбаха дорівнювали 0,865, з 95% ДІ (0,855, 0,874), ω Макдональда – 0,857 з 95% ДІ (0,820, 0,886), λ_2 Гуттмана – 0,853 з 95% ДІ (0,820, 0,880), λ_6 Гуттмана – 0,853 з 95% ДІ (0,823, 0,879), найбільшої мінімальної межі – 0,901 з 95% ДІ (0,879, 0,919), коефіцієнта розщеплення шкали становило 0,850 з 95% ДІ (0,821, 0,875), коефіцієнта композитної надійності фактора – 0,854 з 95% ДІ (0,830, 0,874), надійності відокремлення осіб – 0,854 з 95% ДІ (0,821, 0,881) [2, с. 943].

Для пошуку закономірностей в емпіричних даних застосовувалися багатовимірні статистичні методи: експлораторний та конфірматорний методи: експлораторний та конфірматорний аналізи, аналіз Раша, модель диференційованої відповіді, шкалювання за Моккеном та ін. Аналіз результатів опитувань різних категорій населення показав розбіжності в оцінці складності пунктів, неоднакову кількість виокремлених латентних факторів, відмінності в належності змінних до факторів. При валідизації шкали факторний аналіз здійснювався з використанням різних мір зв'язку (коефіцієнтів кореляції Пірсона або поліхоричних коефіцієнтів кореляції), методів вилучення факторів, їх обертання та естиматорів.

Базова однофакторна вимірювальна модель часто зазнавала змін і модифікацій. У різних дослідженнях на відповідність даним перевірялися також двофакторна модель, у якій один фактор навантажувався чотирма індикаторами щодо емоційної реакції на страх, а другий – трьома індикаторами щодо соматичних проявів страху, модель другого порядку, біфакторна модель з одним генеральним і двома специфічними факторами, біфакторна S-1 модель з одним генеральним і одним специфічним (емоційна реакція на страх) факторами, біфакторна S-1 модель з одним генеральним і одним специфічним (соматичний прояв страху) факторами. При цьому показники допасованості могли бути прийнятними одразу для кількох моделей.

FCV-19S було перевірено на інваріантність вимірювання для різних країн та соціально-демографічних груп. Мультигруповий конфірматорний факторний аналіз довів, що однофакторна вимірювальна модель була частково інваріантна в 11 країнах та повністю – за статтю

та віком [5]. Модифіковану однофакторну модель перевірено на інваріантність вимірювання на масивах, зібраних протягом квітня – листопада 2020 р. у 48 країнах світу (зокрема, і в Україні, $n = 340$). Встановлено часткову метричну інваріантність у більшості країн та часткову скалярну інваріантність за статтю та освітою [6, с. 301]. Своєю чергою модель з двома взаємопов'язаними факторами краще відповідала даним і мала часткову скалярну інваріантність у семи латиноамериканських країнах [7].

Узагальнення результатів 16 досліджень, у яких використовувалися аналіз Раша та модель диференційованої відповіді, засвідчили, що FCV-19S була одновимірною та всі сім пунктів належали шкалі [8, с. 593].

Страх перед коронавірусом статистично асоційовувався з порушенням психічного здоров'я, включаючи проблеми зі сном і депресією, тривою, стресом, психологічним дистресом та психічним благополуччям [9]. За даними опитування студентів «професійної допомоги» з українських вишів, виявлено такі фактори психічного здоров'я, пов'язаного зі страхом перед коронавірусом, як депресія, самотність, нервозність і гнів [4, с. 2].

Попри широке застосування FCV-19S для скринінгу страху перед коронавірусом у соціально-демографічних групах, психометричні властивості україномовної версії цієї шкали залишаються невивченими.

Мета статті – україномовна адаптація FCV-19S та перевірка її факторної валідності і надійності на вибірці київських студентів.

Виклад основного матеріалу. Методика. Емпіричними даними слугували результати пошукового соціологічного інтернет-опитування студентів Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», проведеного протягом 24 лютого – 18 квітня 2021 р.

Учасники відібралися за методом зручної вибірки ($n = 253$). 32,4% респондентів навчалося на факультеті соціології і права, 51% – факультеті прикладної математики, 16,6% – іншому факультеті вишу. На першому курсі опитано 111 студентів, другому – 80, третьому – 35, четвертому – 5, першому курсі магістратури – 22 особи. Частка респондентів жіночої статі становила 51,8%, чоловічої статі – 48,2%. Вікова категорія респондентів, яким виповнилося 18 років, була модальною (35,2%).

Опитувальник було перекладено з англійської мови на українську. Під час лінгвістичної адаптації використовувалися словосполучення, що найбільш уживані в побутовому спілкуванні.

Респондентам пропонувалося відповісти на сім запитань про їхні почуття, думки або дії

щодо COVID-19 за шкалою, яка мала такі альтернативи: «повністю не згоден/на», «не згоден/на», «як згоден/на, так і не згоден/на», «згоден/на», «повністю згоден/на» (у дужках наведені відповідні імена змінних):

Найбільше я боюся COVID-19 (Afraid).

Мені неприємно думати про COVID-19 (Umcomf).

Мої руки пітніють, коли я думаю про COVID-19 (ClammyHands).

Я боюся втратити своє життя через COVID-19 (AfraidDie).

Під час перегляду новин та історій щодо COVID-19 у соціальних мережах я нервую або тривожуся (AnxNews).

Я не можу заснути, бо мене хвилює зараження на COVID-19 (Insomnia).

Моє серце б'ється частіше або калатається, коли я думаю про те, що можу заразитися COVID-19 (HeartRaces).

Запитання в анкеті викладалися одне за одним з формулюванням альтернатив, які розташовувалися в рядках, тобто табличний формат не використовувався. Відповіді респондентів було закодовано натуральними числами від 1 до 5, де більший бал відповідав вищому рівню страху перед коронавірусом, а змінні в цій роботі розглядалися як інтервальні.

Зважаючи на формат інтернет-опитування, в анкеті не наводилися інші психометричні шкали, спрямовані на виявлення самооцінки здоров'я, дистресу, тривоги тощо.

Аналіз даних. За кожним пунктом і сумарним балом розраховано описові статистики (середньозважене, стандартне відхилення, асиметрія, ексцес, спостережуваний діапазон значень) та визначено «ефект підлоги» й «ефект стелі» з граничним значенням $\geq 15\%$.

В інтерпретації середньозважених оцінок за п'ятибальною шкалою діяло таке правило: середнє значення в інтервалі 1–1,8 бала відповідало концентрації відповідей респондентів біля категорії «повністю не згоден/на», 1,9–2,6 – «не згоден/на», 2,7–3,4, – «як згоден/на, так і не згоден/на», 3,5–4,2 – «згоден/на», 4,3–5 балів – «повністю згоден/на».

Абсолютне значення асиметрії більш ніж 2 та ексцесу більш ніж 7 вказувало на серйозне відхилення розподілу змінної від нормальності. Відсутність багатовимірного нормального розподілу показували коефіцієнти Мардіа.

Якість зібраних даних перевірялася шляхом визначення відсотка респондентів, які вибрали однакові категорії тверджень.

Надійність шкали характеризували психометричні міри класичної теорії тестування (classical test theory) та теорії вимірювання Раша (Rasch measurement theory).

Силу взаємозв'язків між пунктами показував коефіцієнт кореляції Пірсона. Його абсолютне значення, що дорівнювало 0,1, свідчило,

за Д. Коеном, про малий ефект, 0,3 – помірний та 0,5 – великий ефект. Відсутність колінеарності виявлялася на підставі значення визначника кореляційної матриці ($\det(R) > 0,0001$) та коефіцієнтів інфляції дисперсії (variance inflation factor, VIF) ($VIF < 5$).

Факторна валідність демонструє ступінь, в якій шкала відбиває структуру базового конструкта. Для перевірки гетерогенності сконструйованої шкали, визначення оптимальної розмірності та кількості факторів, а також належності змінних до певного фактора використовувалось експлораторне лікертівське шкалювання [10], кластерний аналіз пунктів [11] та експлораторний факторний аналіз.

З огляду на вивчену літературу та результати попереднього аналізу за допомогою конфірматорного факторного аналізу перевірено чотири вимірювальні моделі: однофакторну, модифіковану однофакторну, двофакторну та біфакторну S–1. Метрики латентних факторів задавалися через дисперсії, значення яких прирівнювалися до одиниці.

Для оцінювання моделей вибрано метод максимальної правдоподібності з надійними похибками та шкальованою статистикою критерію (maximum likelihood estimation with robust (Huber – White) standard errors and a scaled test statistic, MLR), оскільки вибірка була невеликою, порядкова шкала пунктів з п'ятьма градаціями розглядалася як інтервальна, а деякі пункти мали велику асиметрію та ексцес [12, с. 33]. Відповідність даних заданим моделям оцінювалася на підставі показників допасованості (Goodness-of-fit indices) та їх конвенціональних граничних значень: робастний критерій узгодженості χ^2 з відповідною кількістю ступенів свободи (df) та p -значенням $> 0,05$; робастна оцінка середньоквадратичної похибки апроксимації (robust root mean square of error of approximation) (robust RMSEA $< 0,07$); робастний порівняльний індекс допасованості моделі (robust comparative fit index) (robust CFI $> 0,96$) та робастний індекс Такера – Льюїса (robust Tucker – Lewis index) (robust TLI $> 0,96$); стандартизований середньоквадратичний залишок (standardized root mean squared residual) (SRMR $< 0,08$) [13, с. 642].

Порівняння моделей за ступенем «інформативності – складності» здійснювалося на підставі значення інформаційного критерію Акаїке (Akaike information criterion, AIC).

Внутрішня конвергентна валідність вимірювальної моделі визначалася за таким правилом: статистично значущі факторні навантаження зі значеннями більш ніж 0,5 та частка середньої вилученої дисперсії (average variance extracted, AVE) фактора більш ніж 50%. Про надійність латентного фактора свідчив

коефіцієнт ω_2 Бентлера, що враховував коваріацію залишків індикаторів ($\omega_2 \geq 0,7$).

Модель з двома латентними факторами перевірялася на дискримінативну валідність: «... дві шкали, призначені для вимірювання різних конструктів, мають дискримінативну валідність, якщо абсолютне значення кореляції між двома латентними змінними, оціненими за шкалами, є досить малими для того, щоб латентні змінні вважалися такими, що репрезентують різні конструкти» [14, с. 12]. Дискримінативна валідність визначалася на підставі порівняння вкладених моделей за різницею значень критерію χ^2 – моделі, безпосередньо оціненої за емпіричними даними, з моделлю, в якій коефіцієнт кореляції (r) між двома факторами дорівнював 0,9 [14, с. 21].

Про надійність генерального та специфічного (S) факторів у біфакторній S–1 моделі свідчили коефіцієнт ω , коефіцієнт ієрархічної ω_H та індекс H. Для генерального фактора розрахунок коефіцієнта ω включав усі факторні навантаження, для специфічного фактора (ω_S) – лише пункти, що його навантажували. Коефіцієнт ω_H відбивав частку систематичної дисперсії у сирому балі, що належала до генерального фактора, коефіцієнт ω_{HS} – частку систематичної дисперсії специфічного фактора при контролі генерального фактора. Для надійного визначення факторів значення коефіцієнтів ω_H та ω_{HS} мали бути більше, ніж 0,5. Якщо значення ω_H є високим ($> 0,80$), сумарну оцінку можна вважати по суті одновимірною. Високе значення індексу H ($> 0,80$) передбачає чітко визначену латентну змінну.

Після підтвердження одновимірності шкали було проведено оцінку її надійності – внутрішньої узгодженості на підставі значень скорегованої кореляції між пунктом і рештою шкали ($r \geq 0,4$), коефіцієнтів α Кронбаха, λ_2 Гуттмана, λ_6 Гуттмана. Мірами однорідності шкали виступали коефіцієнти максимального розщеплення (λ_4 Гуттмана) та мінімального розщеплення (β Ревелле). Граничне значення для вказаних показників становило 0,7 та більше.

Одновимірність шкали оцінювалася за допомогою аналізу Раша та відповідних індексів якості залишків – середньоквадратична інформаційно-зважена статистика (information-weighted mean square statistic, Infit) та чутлива до викидів середньоквадратична статистика (outlier-sensitive means square statistic, Outfit), прийнятний діапазон значень яких перебуває в діапазоні від 0,5 до 1,5, а також індексів надійності відокремлення пунктів і осіб (item and person reliability) за Рашем $\geq 0,7$ та індексів відокремлення пунктів та осіб (item and person separation indexes) за Рашем ≥ 2 . Наявність другого або третього виміру визначалася на підставі результатів аналізу за методом головних компонент стандартизованих залишків,

якщо значення першого або другого контрасту перевищувало 2.

Статистичний аналіз здійснювався у середовищі R (R Core Team, 2022, версія 4.2.2) та пакеті jMetrik for Windows (версія 4.1.1).

Результати. Описова статистика. У табл. 1 подано основні описові статистики кожного пункту та сумарного балу. Середні зважених оцінок варіювалися в діапазоні від 1,38 до 2,79.

Респонденти більшою мірою виражали свій ступінь незгоди з твердженнями, ніж погоджувалися з ними. Чотири пункти опитувальника (Afraid, Umcomf, AfraidDie, AnxNews) мали середні значення від 2,17 до 2,79 бала, що відповідало категорії «не згоден/на» або «як згоден/на, так і не згоден/на». За самозвітами опитаних, соматичні/вегетативні прояви страху, пов'язаного з коронавірусом, були відносно рідкісними. Середні значення за пунктами Insomnia, ClammyHands та HeartRaces є суттєво нижчими, ніж середні за рештою пунктів.

Коефіцієнти асиметрії пунктів шкали перебували в діапазоні від 0,07 до 2,26, ексцесу – від -1,00 до 7,51 (табл. 1). Правостороння асиметрія розподілів пунктів Insomnia, ClammyHands та ексцес були дуже вели-

кими. Коефіцієнти Мардіа засвідчили наявність багатомірної асиметрії та ексцесу ($mSkewness = 17,3$, $\chi^2(84) = 731,1$, $p < 0,001$, $mKurtosis = 84,7$, $z = 15,4$, $p < 0,001$).

Усі пункти шкали демонстрували «ефект підлоги». Відповідаючи на всі сім запитань, лише 12,3% респондентів вибирали однакові категорії (зокрема, 7,9% відмітили альтернативу «повністю не згоден/на», 4,0% – «не згоден/на» та 0,4% – «повністю згоден/на»).

Медіана (14) сумарної оцінки майже дорівнювала середньому значенню (14,09). Розподіл за шкалою мав малу правосторонню асиметрію та відносно невеликий ексцес.

Кореляції між пунктами. Наведені в табл. 2 коефіцієнти кореляції Пірсона між пунктами FCV-19S були додатними, статистично значущими ($p < 0,001$) та коливалися від 0,30 до 0,62, що відповідало середньому або великому ефектові. Найтісніші парні лінійні зв'язки спостерігаються між пунктами, що поєднувалися із соматичними проявами страху (пункти Insomnia, HeartRaces, ClammyHands).

Передумовою застосування факторного аналізу є наявність взаємопов'язаних змінних, проте зв'язок яких не занадто сильний. Визначник матриці коефіцієнтів кореляції дорівнював

Таблиця 1

Описові статистики за пунктами FCV-19S та сумарним балом

Пункти	M	SD	Skew	Kurtosis	Діапазон	Floor effect (%)	Ceiling effect (%)
Afraid	2,17	0,92	0,57	0,04	1–5	24,5	1,2
Umcomf	2,79	1,18	0,07	-1,00	1–5	15,8	6,7
ClammyHands	1,42	0,69	2,26	6,99	1–5	66,0	0,8
AfraidDie	2,42	1,26	0,53	-0,76	1–5	30,4	7,9
AnxNews	2,19	1,09	0,65	-0,37	1–5	32,4	2,8
Insomnia	1,38	0,65	2,25	7,51	1–5	68,0	0,8
HeartRaces	1,73	0,90	1,22	1,06	1–5	50,6	0,8
Сумарний бал	14,09	4,79	0,80	1,37	7–35	7,9	0,4

Примітка. M – середнє значення, SD – стандартне відхилення, Skew – асиметрія, Kurtosis – ексцес, Floor effect – «ефект підлоги», Ceiling effect – «ефект стелі».

Таблиця 2

Кореляція між пунктами FCV-19S, скорегована кореляція між пунктом і шкалою та значення коефіцієнта α Кронбаха, якщо пункт видалено

Пункти	Коефіцієнт кореляції							Шкала	
	1	2	3	4	5	6	7	Скорегована кореляція «пункт – решта»	Коефіцієнт α , якщо пункт видалено
1. Afraid	–							0,49	0,81
2. Umcomf	0,31	–						0,51	0,82
3. ClammyHands	0,35	0,32	–					0,60	0,80
4. AfraidDie	0,40	0,41	0,37	–				0,59	0,80
5. AnxNews	0,40	0,48	0,53	0,48	–			0,67	0,78
6. Insomnia	0,33	0,30	0,60	0,34	0,48	–		0,59	0,81
7. HeartRaces	0,39	0,38	0,54	0,52	0,54	0,62	–	0,68	0,78

Примітка. Усі коефіцієнти кореляції Пірсона статистично значущі, $p < 0,001$.

0,084, а значення коефіцієнтів інфляції дисперсії пунктів коливалося від 1,33 до 2,14, що свідчило про відсутність мультиколінеарності.

Експлораторне лікертівське шкалювання. Цей статистичний метод дає змогу віднайти в наборі змінних одновимірні шкали. Він виявляє групи пунктів, які мають високу кореляцію між собою, та низьку з іншими елементами шкали. Ядром кристалізації шкали є максимально однорідна «шкала з двох пунктів», між якими фіксується найбільша додатна кореляція. Між пунктами розраховується сумарний бал і до нової змінної додається новий пункт, що має сильний зв'язок. Кроки повторюються. Ядро поступово розширюється до утворення шкали, що відповідає умовам моделі монотонної однорідності. Процедура долучення нових пунктів до шкали завершується у разі досягнення заданого порогового значення – скорегованої кореляції «пункт – шкала» [10, с. 61–62].

Як видається з табл. 3, ядро шкали становили пункти HeartRaces та Insomnia ($r = 0,62$). Найбільше значення кореляції зі шкалою, що включало два пункти, мала змінна ClammyHands ($r = 0,63$). Останній пункт, який

було доєднано до шкали, – Afraid. Його кореляція з новою змінною – сумарним балом за іншими пунктами дорівнювала 0,49. Цей пункт розташовувався першим у відповідному блоці анкети. Ймовірно, він був неочікуваним для респондентів і, відповідаючи на наступні запитання, вони могли вибрати власну когнітивну стратегію та краще визначитися із самооцінкою своїх переживань.

У разі мінімального значення скорегованої кореляції 0,45 усі пункти належали до одновимірної шкали. Середня інтеркореляція пунктів шкали дорівнювала 0,43, а стандартизований коефіцієнт α для всієї шкали – 0,842 з 95% ДІ (0,810, 0,870).

Кластерний аналіз пунктів. Цей статистичний метод дає змогу виявити ієрархічне об'єднання змінних у кластери. На рис. 1 у прямокутниках подано пункти, у кружечках – нові композитні змінні, які об'єднують пару найближчих за відстанню змінних. Коефіцієнти біля стрілок – коефіцієнти кореляції між кластерами та пунктами або між кластерами нижчого та вищого порядку. Узгодженість змінних, що містяться в одному кластері, є вищою за

Таблиця 3

Експлораторне лікертівське шкалювання пунктів FCV-19S

Пункти	mr _{it}	r _{bar}	alpha
HeartRaces, Insomnia	0,62	0,62	0,76
ClammyHands	0,63	0,59	0,81
AnxNews	0,61	0,55	0,83
AfraidDie	0,54	0,50	0,83
Umcomf	0,50	0,46	0,84
Afraid	0,49	0,43	0,84

Примітка. Мінімальне значення скорегованої кореляції «пункт – шкала» для процедури пошуку 0,45, mr_{it} – кореляція «крайній пункт – шкала», r_{bar} – середнє значення кореляції між пунктами, alpha – α Кронбаха.

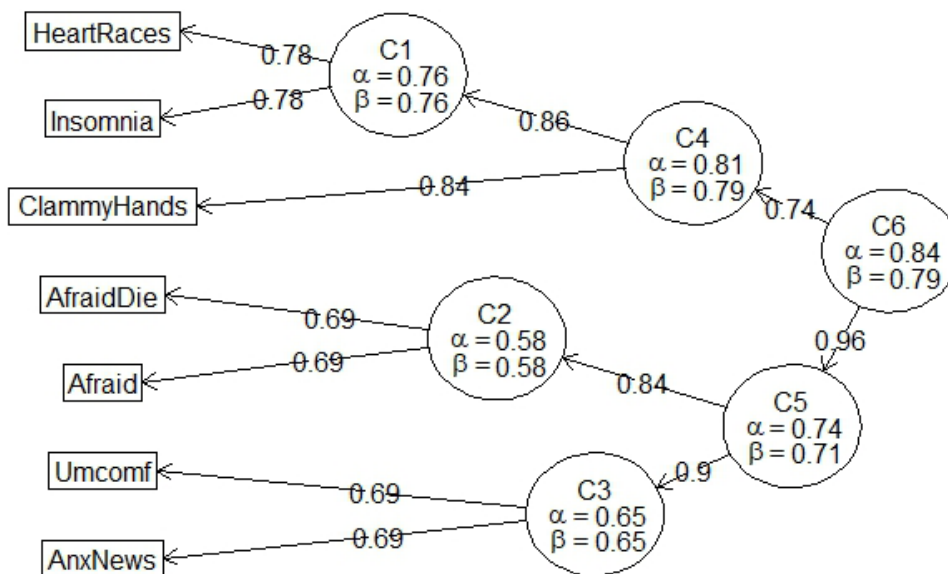


Рис. 1. Кластерний аналіз пунктів FCV-19S

їх узгодженість з іншими змінними. В кружечках подано значення коефіцієнтів стандартизованої α Кронбаха (середнє значення всіх коефіцієнтів надійності розщеплень шкали на дві частини) та β Ревелле (коефіцієнт надійності найгіршого розщеплення). На кожному кроці об'єднання у кластери відбувалося підвищення значень цих коефіцієнтів, допоки не буде досягнуто максимуму.

Шкала за своєю структурою була одноклас-терною. Проміжні кластери C_4 та C_5 могли вказувати на потенційну наявність двох субшкал.

Експлораторний факторний аналіз. Цей статистичний метод дає змогу оцінити латентні фактори, що пояснюють взаємозв'язки між явними змінними. Критерій адекватності вибірки Кайзера – Мейера – Олкіна становив 0,86, а критерій сферичності Бартлетта ($\chi^2(21) = 617,6, p < 0,001$) був статистично значущим, що свідчило про доцільність проведення експлораторного факторного аналізу.

На підставі емпіричного критерію Кайзера та Hull методу пропонувалося вибрати один фактор, паралельного факторного аналізу – два фактори, критеріїв «дуже простої структури» (very simple structure) – один або два фактори. Зважаючи на неоднакові результати, подальший аналіз було виконано з виокремленням одного та двох факторів за методом «мінімальний залишок».

Рішення з одним фактором (власне значення – 3,62) свідчило про обґрунтованість виокремлення одного виміру: проста оцінка одновимірності Ревелле (u), що коливається від 0 до 1, дорівнювала 0,938. Частка спільної дисперсії, яка пояснювалася латентним фактором, становила 44,2%. Показники допасованості були незадовільними (RMSEA = 0,102, 90% ДІ: 0,073–0,134, TLI = 0,906, SRMR = 0,07).

Двофакторне рішення виконане з косокутним обертанням «облімін». У цьому разі показники допасованості (RMSEA = 0,037, 90% ДІ: 0,0088, TLI = 0,988, SRMR = 0,04) свідчили про хорошу узгодженість емпіричних даних з моделлю. Частка поясненої спільної дисперсії першим фактором становила 29,1%, другим фактором – 22,3%. Кореляція між двома латентними змінними показувала

великий ефект ($r = 0,65$). Відповідно, частка дисперсії, що збігалася між факторами, дорівнювала 42,6%.

З матриці патернів (табл. 4) убачалося, що перший спільний фактор (власне значення – 3,62) навантажувалася чотирма пунктами (AfraidDie, Umcomf, AnxNews, Afraid), а другий (власне значення – 0,88) – трьома (Insomnia, ClammyHands, HeartRaces). Обидва фактори майже однаково навантажувалися пунктом HeartRaces.

Середнє значення індексу складності Хофмана дорівнювало 1,2. Більшість індикаторів у моделі зумовлювалася або першим, або другим латентним фактором. Спільність (h^2) показувала частку дисперсії змінної, що пояснювалася факторами. Менша пояснювальна сила факторів проявлялася для пунктів Afraid та Umcomf.

Отже, перший фактор міг інтерпретуватися як емоційна реакція на страх, а другий – як соматичні прояви страху.

Конфірматорний факторний аналіз. Цей метод дає змогу перевірити відповідність даних певній теоретичній моделі, а також порівняти альтернативні моделі з використанням показників допасованості. Попередньо проведений аналіз вказував на потенційну наявність однієї або двох латентних змінних. До конфірматорного факторного аналізу було включено чотири вимірювальні моделі: перша – однофакторна, в якій спільний фактор охоплював сім пунктів, друга – модифікована однофакторна, третя – двофакторна з фактором емоційної реакції на страх (пункти AfraidDie, Umcomf, AnxNews, Afraid) та фактором соматичного прояву страху (Insomnia, ClammyHands, HeartRaces), четверта – біфакторна S-1 з одним генеральним фактором, ортогональним до специфічного фактора, що відбивав лише соматичний прояв страху (пункти Insomnia, ClammyHands, HeartRace) у респондентів.

Результати тестування факторних структур FCV-19S з використанням MLR естиматора на вибірці київських студентів наведено в табл. 5.

Однофакторна вимірювальна модель не відповідала даним.

Таблиця 4

Матриця факторного відображення для пунктів FCV-19S

Пункти	Фактор 1	Фактор 2	Спільність
AfraidDie	0,75	-0,07	0,49
Umcomf	0,63	-0,06	0,35
AnxNews	0,62	0,18	0,56
Afraid	0,50	0,07	0,30
Insomnia	-0,04	0,90	0,76
ClammyHands	0,22	0,56	0,53
HeartRaces	0,42	0,43	0,60

Примітка. Напівжирним шрифтом виділено факторні навантаження, що відповідають певному фактору.

Показники допасованості факторних моделей для FCV-19S

Моделі	χ^2 (df)	p	Robust RMSEA	Верхня межа 90% ДІ robust RMSEA	SRMR	Robust CFI	Robust TLI	AIC
Однофакторна	42,07 (14)	< 0,001	0,098	0,133	0,050	0,943	0,914	4209,5
Модифікована однофакторна	17,93 (12)	0,118	0,047	0,089	0,031	0,989	0,981	4182,2
Двофакторна	24,19 (13)	0,029	0,063	0,102	0,035	0,978	0,965	4188,4
Біфакторна S-1	14,24 (11)	0,220	0,036	0,083	0,026	0,994	0,989	4179,8
Пропонована відсічка		> 0,05	< 0,7	Менше є кращим	< 0,08	> 0,96	> 0,96	Менше є кращим

Примітка. χ^2 (df) – значення робастного критерію χ^2 та кількість ступенів свободи, p – p -значення критерію χ^2 , robust RMSEA – robust root mean square error of approximation (робастна оцінка середньоквадратичної похибки апроксимації), верхня межа 90% ДІ robust RMSEA – верхня межа 90% ДІ значення робастної оцінки середньоквадратичної похибки апроксимації, SRMR – standardized root mean square residual (стандартизований середньоквадратичний залишок), robust CFI – robust comparative fit index (робастний порівняльний індекс допасованості моделі), robust TLI – robust Tucker – Lewis index (робастний індекс Такера – Льюїса), AIC – Akaike information criterion (інформаційний критерій Акаїке).

Результати попереднього аналізу зумовили необхідність модифікації моделі з одним фактором. Пункти ClammyHands, Insomnia та HeartRaces мали найнижчі середні бали та групувалися в один кластер або навантажували другий латентний фактор в експлораторному факторному аналізі. Отже, у конфірмаційному факторному аналізі було додано два зв'язки між залишками вказаних пунктів (ClammyHand та Insomnia, Insomnia та HeartRaces).

Модифікація однофакторної моделі призвела до покращання абсолютних індексів допасованості (табл. 5). Потужність показника robust RMSEA (0,047) становила 0,33.

Стандартизовані навантаження виявляли статистичну значущість ($p < 0,001$) та коливалися від 0,54 (пункт Afraid) до 0,76 (пункт AnxNews) (рис. 2). Коваріація залишків змінних ClammyHands та Insomnia дорівнювала 0,32 ($p = 0,01$), змінних Insomnia та HeartRaces – 0,29 ($p = 0,002$).

Для модифікованої однофакторної моделі частка середньої вилученої дисперсії дорівнювала 42,7%, а коефіцієнт ω_2 – 0,817 з 95% ДІ (0,765, 0,853). Коефіцієнт кореляції Пірсона факторного балу, обчисленого за моделлю, із сумарним балом за FCV-19S дорівнював 0,989 ($p < 0,001$).

Залишки, що свідчили про різницю між спостережуваною кореляційною матрицею та передбаченою моделлю, за абсолютними числами були менше 0,1, а отже, специфікація модифікованої однофакторної моделі була правильною.

Порівняно з однофакторною моделлю показники якості двофакторного рішення покращилися (табл. 5). Проте воно не відповідало цілковито даним. До того ж у рішенні

з двома латентними змінними дискримінаційна валідність не підтримувалася: кореляція між факторами дорівнювала 0,840 з 95% ДІ (0,752, 0,929), $\Delta \chi^2 = 1,7$, $df = 1$, $p = 0,193$.

Біфакторна S-1 модель передбачала наявність генерального латентного фактора (G), що пояснював страх перед коронавірусом загалом, і фактора специфічного (S), який фіксував лише соматичні прояви страху (рис. 3). Ця модель мала найкращі абсолютні та відносні показники допасованості та мінімальне значення інформаційного критерію Акаїке (табл. 5). Потужність показника robust RMSEA (0,036) становила 0,19.

Усі факторні навантаження індикаторів на генеральний та специфічний фактори були статистично значущими (рис. 3). Необхідно зазначити, що спосіб шкалювання фактора впливав на оцінки параметрів, стандартні похибки та p -значення.

Розбіжності між спостережуваною кореляційною матрицею та відтвореною за моделлю були незначні.

Частка спільної поясненої дисперсії генеральним фактором дорівнювала 80,2%, специфічним – 36,6%. Коефіцієнт ω для генерального фактора дорівнював 0,866, ω_s для специфічного (потенційної субшкали) – 0,839. Коефіцієнт ω_H для генерального фактора дорівнював 0,795, а ω_{Hs} для специфічного – 0,274. Коефіцієнт конструктивної відтворюваності H становив відповідно 0,843 та 0,568.

З огляду на показники допасованості, значення факторних навантажень та їхню статистичну значущість, високі значення всіх показників надійності, попри менше за референтне значення показника середньої вилученої дисперсії однофакторне рішення може вважа-

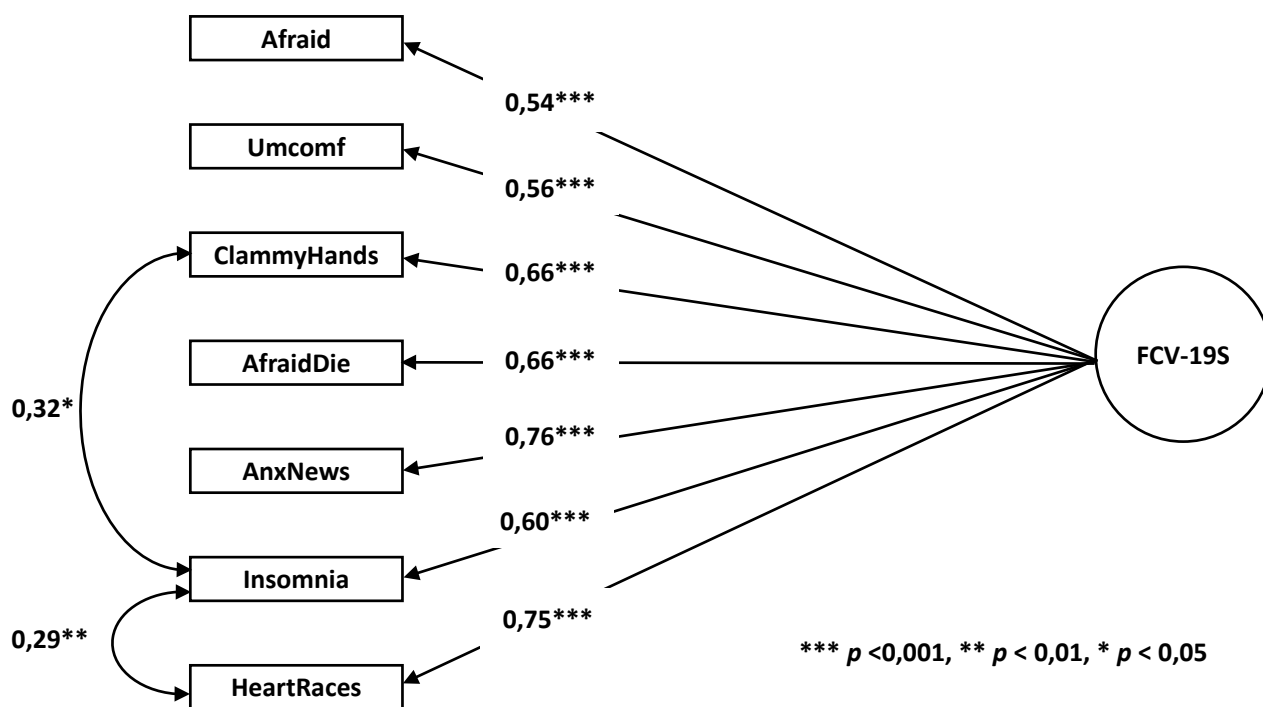


Рис. 2. Модифікована однофакторна модель FCV-19S

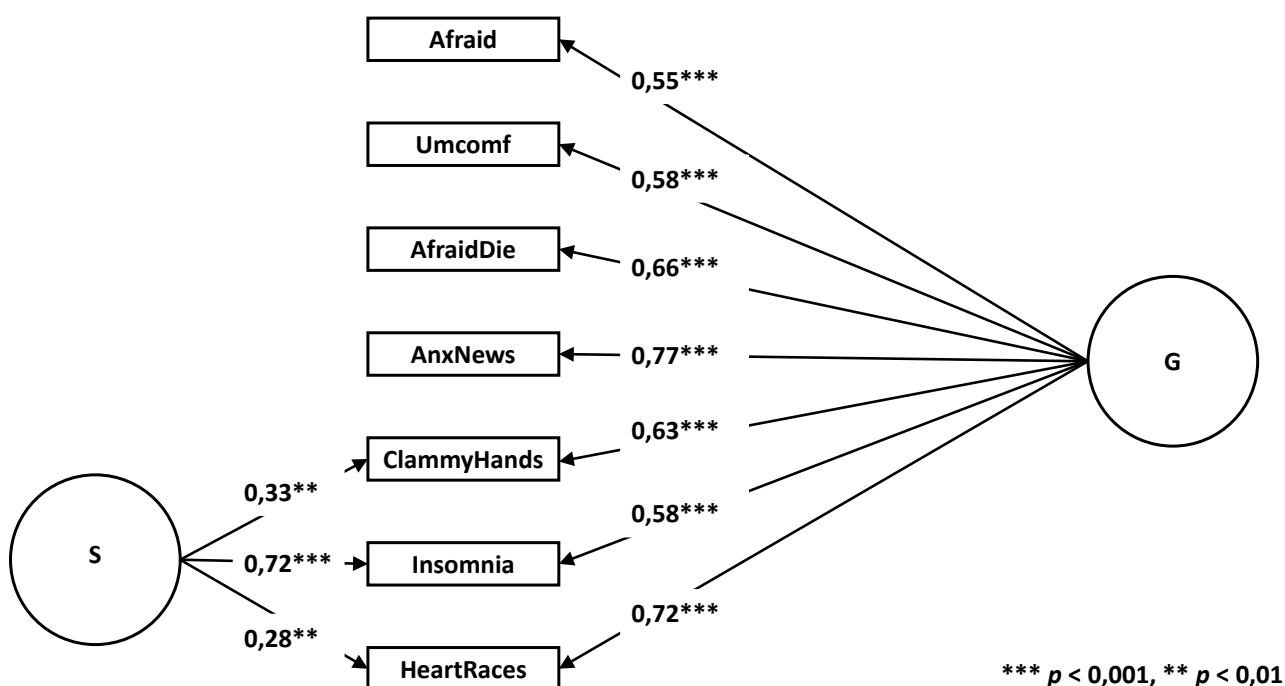


Рис. 3. Біфакторна S-1 модель FCV-19S

тися прийнятним. Однофакторна модель, хоча й зазнала модифікації в процесі аналізу, відповідала загалом базовому конструкту.

Надійність. Скореговані коефіцієнти кореляції між кожним із пунктів зі шкалою, що включала суму балів за рештою пунктів, коливалися від 0,49 (пункт Afraid) до 0,68 (пункт HeartRaces) та відповідали сильному зв'язку.

Вилучення жодного з пунктів не призводило до збільшення α Кронбаха (табл. 2).

Коефіцієнт α дорівнював 0,825 з 95% ДІ (0,790, 0,856), λ_2 Гуттмана – 0,832 з 95% ДІ (0,788, 0,868), λ_6 Гуттмана – 0,835 з 95% ДІ (0,802, 0,864), максимального розщеплення шкали на дві частини (λ_4 Гуттмана) – 0,861, мінімального розщеплення (β Ревелле) –

0,739, що вище за граничне значення (0,7) та свідчило про хорошу внутрішню узгодженість пунктів української версії FCV-19S.

Порівняння значення α Кронбаха (0,825), отримане за результатами валідизації шкали на вибірці студентів київського вишу ($n = 253$), зі значенням α Кронбаха (0,815, 95% ДІ: 0,796, 0,833) шкали, що мала інший переклад українською, на вибірці студентів чотирьох українських вишів ($n = 907$) [4, с. 1] не давало підстав для відхилення нульової гіпотези та прийняття альтернативної гіпотези про наявність різниці цих коефіцієнтів у генеральній сукупності ($\chi^2(1) = 0,226, p = 0,635$).

Аналіз Раша. Цей метод доповнював результати факторного аналізу під час перевірки факторної валідності FCV-19S. Модель рейтингової шкали пов'язує ймовірність вибору категорій тверджень зі ступенем вираженості латентної риси, «складності» пункту та набору порогових значень (фіксованих для всіх пунктів). Індекс складності, що виражається в логітах, показує наскільки «складно» або «легко» було погодитися респондентам з пунктом, де найвище значення вказує на складніше (з яким респондент найбільш згоден) твердження для оцінки. Як видається з табл. 6, найпростішим був пункт Umcomf, а найскладнішим – пункт Insomnia. Відстань між мінімальним та максимальним рівнями складності становила 3,23 логіти.

Конструктивна валідність пунктів оцінювалася за допомогою різниці між спостережуваними відповідями та відповідями, розрахованими за моделлю. Індеси залишків – середньоквадратичні зважені та незважені відхилення – вказували, чи відповідав пункт одновимірності. Значення індесів Infit та Outfit перебували у прийнятному діапазоні від 0,64 до 1,28.

Аналіз стандартизованих залишків моделі за методом головних компонент засвідчив, що значення першого (1,69) або другого (1,38) контрасту було меншим 2, а отже, пункти належали до одного виміру.

Порогові параметри Андрича, – точки, в яких сусідні категорії мають приблизно рівні шанси вибору респондентом, демонстрували хорошу впорядкованість (-2,27, -0,30, 0,50, 2,08).

На карті Райта подано розподіл значень латентної риси страху перед коронавірусом у вибірці респондентів (зліва) та пункти (справа) на єдиній інтервальної шкалі, що вимірюється в логітах; нумерація пунктів на рис. 4 відповідає порядку їх розміщення в рядках табл. 6. З цього рисунку вбачається певна ієрархія пунктів: пункти Insomnia, ClammyHands та HeartRaces відповідали максимально вираженій латентній рисі страху перед коронавірусом, пункт Umcomf – виокремлював респондентів з низьким страхом, решта пунктів – Afraid, AfraidDie, AnxNews охоплювали центральну частину розподілу значень латентної риси.

Показники якості шкали за Рашем були загалом прийнятними: індекс надійності відокремлення пунктів дорівнював 11,19, надійність відокремлення пунктів становила 0,99, індекс надійності відокремлення осіб дорівнював 1,93, надійність відокремлення осіб становила 0,79.

Обговорення. *Перше.* Новий психометричний інструмент – FCV-19S, широко використовувався в зарубіжних країнах та, щонайменше тричі (у різних перекладах), в Україні. FCV-19S вирізняється лаконічністю та хорошими психометричними властивостями. Результати різних апробацій збігаються за основними мірами надійності, проте суттєво відрізняються за факторною структурою. У низці досліджень показники допасованості моделі з двома факторами були кращими за модель з одним фактором.

Торкаючись якісного аналізу змісту вживаних мовленнєвих зворотів, слід зазначити, що дві пари пунктів є синонімічно близькими або схожими за сприйняттям. Так, формулювання пунктів Afraid («Найбільше я боюся COVID-19») та AfraidDie («Я боюся втратити своє життя через COVID-19» містять три однакові слова («я», «боюся», «COVID-19»).

Таблиця 6

Показники якості пунктів FCV-19S

Пункти	Difficulty	Infit	Outfit
1. Afraid	-0,49	1,06	1,28
2. Umcomf	-1,62	1,24	1,27
3. ClammyHands	1,48	0,83	0,68
4. AfraidDie	-0,96	1,25	1,24
5. AnxNews	-0,53	0,87	0,87
6. Insomnia	1,61	0,84	0,64
7. HeartRaces	0,49	0,84	0,78

Примітка. Difficulty – складність пункту, Infit – information-weighted mean square statistic (середньоквадратична інформаційно-зважена статистика), Outfit – outlier-sensitive means square statistic (чутлива до викидів середньоквадратична статистика).

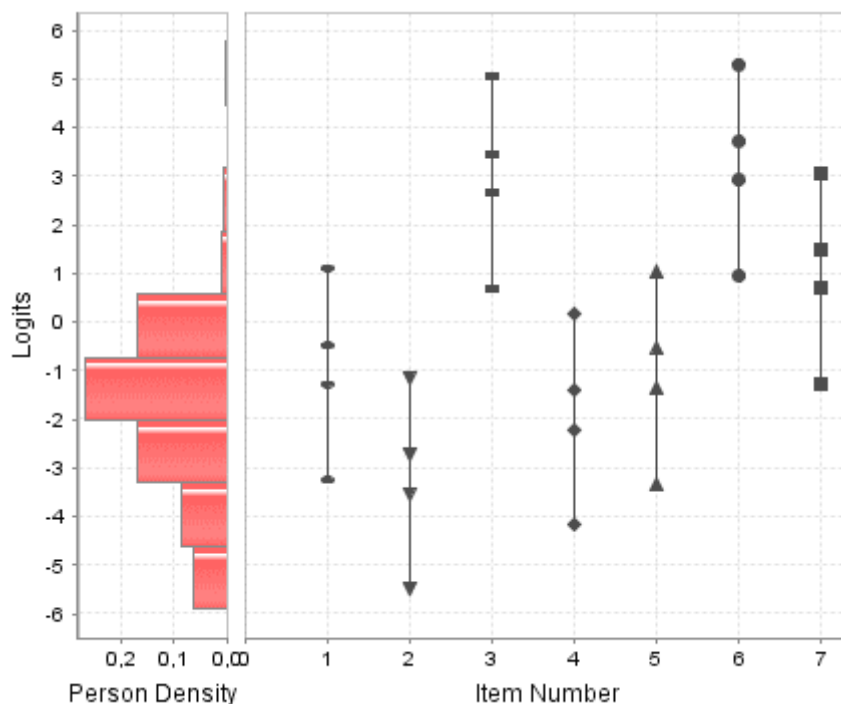


Рис. 4. Карта Райта для FCV-19S

Пункти Umcomf («Мені неприємно думати про COVID-19») та AnxNews («Під час перегляду новин та історій щодо COVID-19 у соціальних мережах я нервую або тривожуся») можуть мати спільне в тому, що в обох випадках страх проявляється через когнітивні механізми. Крім того, інформаційні повідомлення можуть зумовлювати неприємні думки, через які людина починала нервувати та тривожитися.

У пунктах Umcomf («Мені неприємно думати про COVID-19») та ClammyHands («Мої руки пітніють, коли я думаю про COVID-19») вживається дієслово «думати». У формулюваннях усіх пунктів наявне слово «COVID-19».

Отже, якщо респонденти відповідали за шкалою Лікерта однаково на схожі формулювання, це могло збільшити кореляційний взаємозв'язок змінних.

До шкали було включено пункти, які фіксують спектр емоційних переживань (Afraid, Umcomf, AfraidDie, AnxNews), притаманних певній категорії осіб, та пункти, що фіксували вегетативні зміни, спричинені побоюваннями коронавірусу (ClammyHands, Insomnia, HeartRaces), у невеликої кількості людей. Соматичні прояви страху могли відбуватися на фоні надмірної тривожності, а також неприємних почуттів чи надлишкового споживання інформації щодо теми коронавірусу. До того ж високий рівень емоційної тривоги може призвести до розвитку вегетативної дисфункції.

Друге. Відмінності результатів усіляких досліджень можуть зумовлюватися цілим комплексом чинників, зокрема, такими.

Неоднакове сприйняття проблеми епідемії COVID-19 у країнах світу різними соціально-демографічними групами й населенням загалом (культурні відмінності, дотримання емоційних норм) і під час певної стадії пандемії та її висвітлення в медіапросторі.

Особливості формування вибірок та їх обсяги. Багато опитувань проводилося в Інтернеті з використанням вибірок, що не мали властивості репрезентативності та були зміщені за соціально-демографічними ознаками. У різних вибірках могла існувати певна комбінація емоційних реакцій і соматичних проявів страху в респондентів.

Специфіка застосування статистичних методів або варіативність рішень у межах якогось одного типу аналізу.

Порівнювати результати різних досліджень можна за умови використання однакових методів аналізу даних. Під час вивчення структурної валідності FCV-19S за допомогою конфірматорного факторного аналізу застосовувалися різні міри зв'язку та методи оцінки моделей.

У разі обчислення коефіцієнта кореляції Пірсона трактування шкали з невеликою кількістю градацій, які до того ж не мають однакових відстаней, як інтервальної є сильним припущенням. Змінні, які мали категорії з низькою частотою, виявляли щільніший взаємозв'язок, що зумовлювало утворення додаткових вимірів.

Поліхоричний коефіцієнт кореляції краще враховує тип вихідної шкали вимірювання пунктів, наявність сильної асиметрії та нелі-

нійність. Він моделює взаємозв'язок з припущенням про те, що в основі двох порядкових змінних лежать латентні неперервні змінні, які мають двовимірний нормальний розподіл. У разі обчислення поліхоричних коефіцієнтів на різних вибірках границі розділення латентної ознаки на інтервали будуть неоднакові та залежатимуть від «складності» запитань. Зазвичай факторизація матриці поліхоричних коефіцієнтів кореляції призводить до більшої частки поясненої дисперсії. Зі свого боку, наявність дуже щільних взаємозв'язків може призводити до виродження кореляційної матриці. Розрізнені дані або дані, що надто відрізняються за формою від нормального розподілу, потребують згортання категорій, а використання робастного варіанта методу оцінки моделі з порядковими змінними – більшого обсягу вибірки.

Третє. Київські студенти виявляли загалом низький рівень страху перед коронавірусом із середнім сумарним балом за FCV-19S 14,09. Лише у 3 з 71 проведених досліджень за аналізованою темою середнє значення коливалося від 13,39 до 14,37 бала [9, с. 7]. Середнє значення за шкалою у вибірці київських студентів було також нижчим, ніж в інших 16 опитуваних іноземних студентів (найменша ж оцінка в 14,37 бала спостерігалася у вибірці іспанських студентів) [3, с. 4].

Менший рівень страху перед коронавірусом у молоді загалом може пояснюватися кращим станом здоров'я цієї демографічної групи та нижчим ризиком тяжкого перебігу вказаного респіраторного захворювання [15, с. 5].

Необхідно також зазначити, що анкета інтернет-опитування київських студентів

містила різні тематичні блоки запитань. Натомість у спеціалізованих опитуваннях респонденти могли бути попередньо «розігріті» запитаннями щодо якоїсь однієї теми.

У процесі аналізу масиву даних соціологічного опитування з'ясувалося дослідницьке питання щодо розмірності шкали та кращого пояснення матриці коваріацій пунктів. У результаті аналізу встановлено, що структура шкали є одновимірною, а її психометричні властивості (додатково узагальнені в табл. 7) на вибірці київських студентів – адекватними.

Для визначення факторної структури здійснено порівняння показників допасованості чотирьох моделей: однофакторної, модифікованої однофакторної, двофакторної та біфакторної S-1. Однофакторна та двофакторна моделі не відповідали даним. Крім того, у двофакторній моделі латентні змінні мали високу кореляцію.

З двох моделей, що конкурували між собою, попри кращі показники відповідності біфакторної S-1 моделі, перевага надана модифікованій однофакторній моделі, оскільки вона співвідносилася з попередньою теорією. Модифікована однофакторна та біфакторна S-1 моделі враховували, хоча й по-різному, наявну специфіку взаємозв'язку непогодження або погодження респондентів з твердженнями щодо соматичних проявів страху. Пункти, що відповідали фізіологічним реакціям, мали суттєво менший середній бал (найбільшу складність). Вони швидше посилювали правий полюс шкали, вирізняючи осіб, які побоювалися коронавірусу, ніж утворювали окремий підвимір, як передбачає біфакторна S-1 модель.

Таблиця 7

Психометричні властивості FCV-19S

Міра надійності	Оцінка та 95% ДІ	Пропонована відсічка
<i>Класична теорія тестування</i>		
α Кронбаха	0,825 (0,790, 0,856)	$\geq 0,7$
Стандартизована α Кронбаха	0,842 (0,810, 0,870)	$\geq 0,7$
λ_2 Гуттмана	0,832 (0,788, 0,868)	$\geq 0,7$
λ_6 Гуттмана	0,835 (0,802, 0,864)	$\geq 0,7$
λ_4 Гуттмана	0,861	$\geq 0,7$
β Ревелле	0,739	$\geq 0,7$
ω_2	0,817 (0,765, 0,853)	$\geq 0,7$
Частка середньої вилученої дисперсії	42,7%	$> 50\%$
<i>Теорія вимірювання Раша</i>		
Надійність розділення пунктів за Рашем	0,99	$\geq 0,7$
Індекс надійності розділення пунктів за Рашем	11,19	≥ 2
Надійність відокремлення осіб за Рашем	0,79	$\geq 0,7$
Індекс надійності відокремлення осіб за Рашем	1,93	≥ 2

Латентний фактор пояснював менше 50% спільної дисперсії, проте, водночас, показники надійності шкали були загалом високими. Слід зазначити, що в різних апробаціях частка середньої вилученої дисперсії, що припадала на один фактор, суттєво різнилася.

Моделювання за Рашем показало задовільні показники надійності шкали.

Обмеження. Пошукове соціологічне інтернет-опитування проводилося в одному із закладів вищої освіти на невеликій вибірці, яка не репрезентувала генеральну сукупність студентів м. Києва.

Висновки. У період пандемії важливими є адекватна оцінка потенційної небезпеки захворювання на коронавірус, дотримання запобіжних заходів захисту себе та оточення і збереження психологічної стійкості. Опитувальник FCV-19S дає змогу виміряти страх перед коронавірусом у різних соціально-демографічних групах та населення загалом.

Україномовна адаптація FCV-19S включала переклад тверджень шкали та проведення пошукового соціологічного інтернет-опитування київських студентів. Для виявлення особливостей даних, пояснення взаємозв'язку між пунктами, встановлення розрізності шкали і факторної структури комплексно використано статистичні методи, що підвищило змістовну інтерпретацію даних, надійність висновків та надало змогу зіставити результати різних досліджень. Україномовна версія FCV-19S відповідала вимогам психометричних стандартів. Конфірматорним факторним аналізом підтверджено факторну валідність шкали. Вона мала одновимірну структуру та хороші показники надійності – узгодженості серед категорії київських студентів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. The Fear of COVID-19 Scale: development and initial validation / D.K. Ahorsu et al. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2020. P. 1538–1545. URL: <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00270-8> (дата звернення: 27.02.2023).
2. Blázquez-Rincón D., Durán J.I., Botella J. The Fear of COVID-19 Scale: a reliability generalization meta-analysis. *Assessment*. 2021. P. 940–948. URL: <https://doi.org/10.1177/1073191121994164> (дата звернення: 30.11.2022).
3. Fear of COVID-19 among college students: a systematic review and meta-analysis / F. Wang et al. *Frontiers in Public Health*. 2022. Vol. 10. P. 1–10. URL: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.846894> (дата звернення: 30.12.2022).
4. COVID-19 fear association with Ukrainian “help profession” student mental health, substance use, and resilience / V. Pavlenko et al. *Journal of Loss and Trauma*. 2021. P. 1–4. URL: <https://doi.org/10.1080/15325024.2021.1961408> (дата звернення: 28.12.2022).
5. Fear of COVID-19 Scale (FCV-19S) across countries: measurement invariance issues / C. Lin et al. *Nursing Open*. 2021. Vol. 8. No. 4. P. 1892–1908. URL: <https://doi.org/10.1002/nop.2.855> (дата звернення: 17.12.2022).
6. The Fear of COVID-19 scale: its structure and measurement invariance across 48 countries / A.J. Sawicki et al. *Psychological Assessment*. 2022. Vol. 34. No. 3. P. 294–310. URL: <https://doi.org/10.1037/pas0001102> (дата звернення: 17.12.2022).
7. Cross-cultural measurement invariance of the fear of COVID-19 scale in seven Latin American countries / T. Caycho-Rodríguez et al. *Death Studies*. 2021. P. 1–15. URL: <https://doi.org/10.1080/07481187.2021.1879318> (дата звернення: 17.12.2022).
8. Item Response Theory analysis of the Fear of COVID-19 Scale (FCV-19S): A Systematic Review / Z. Alimoradi et al. *Psychology Research and Behavior Management*. 2022. Vol. 15. P. 581–596. URL: <https://doi.org/10.2147/prbm.s350660> (дата звернення: 17.12.2022).
9. Fear of COVID-19 and its association with mental health-related factors: systematic review and meta-analysis / Z. Alimoradi et al. *BJPsych Open*. 2022. Vol. 8, no. 2. P. 1–26. URL: <https://doi.org/10.1192/bjo.2022.26> (дата звернення: 28.12.2022).
10. Müller-Schneider T. Exploratory Likert scaling as an alternative to exploratory factor analysis. *Methods, data, analyses*. 2022. Vol. 16(1). P. 51–76. URL: <https://doi.org/10.12758/mda.2021.12> (дата звернення: 17.12.2022).
11. Revelle W. ICLUST: A cluster analytic approach to exploratory and confirmatory scale construction. *Behavior Research Methods & Instrumentation*. 1978. Vol. 10. No. 5. P. 739–742. URL: <https://doi.org/10.3758/bf03205389> (дата звернення: 17.12.2022).
12. Gana K., Broc G. Structural equation modeling with Lavaan. Wiley & Sons, Incorporated, John, 2019. 304 p.
13. Hair J.F., Black W.C., Babin B.J. and Anderson R.E. Multivariate data analysis. Eighth edition. Publisher: Cengage Learning, EMEA, Hampshire, UK, 2019. 813 p.
14. Rönkkö M., Cho E. An updated guideline for assessing discriminant validity. *Organizational Research Methods*. 2022. Vol. 25. Issue 1. P. 6–47. URL: <https://doi.org/10.1177/1094428120968614> (дата звернення: 17.12.2022).
15. Age-stratified infection fatality rate of COVID-19 in the non-elderly population / A.M. Pezzullo et al. *Environmental Research*. 2023. Vol. 216. Part 3. P. 1–13. URL: <https://doi.org/10.1016/j.envres.2022.114655> (дата звернення: 10.01.2023).

СЕКЦІЯ 2

СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ

СТРАТИФІКАЦІЙНІ ЗМІНИ В УКРАЇНІ В КОНТЕКСТІ ПОВНОМАСШТАБНОГО РОСІЙСЬКОГО ВТОРГНЕННЯ

STRATIFICATION CHANGES IN UKRAINE IN THE CONTEXT OF A FULL-SCALE RUSSIAN INVASION

У статті наголошується на актуальності та необхідності проведення наукових досліджень, присвячених вивченню питань змін та тенденцій у соціальній структурі українського суспільства в умовах повномасштабної російської агресії. Особливо підкреслюється, що науково обґрунтовані результати таких досліджень здатні відіграти велике значення у формуванні дієвої стратегії протистояння ворогові в інформаційній війні. Адже інформаційний складник є надзвичайно важливою частиною неоголошеної гібридної війни. «Боротьба за умисли та настрої людей стає чи не стрижнем гібридної війни», – наголошує автор монографії «Російсько-українська гібридна війна: погляд соціолога» Ігор Рущенко.

У статті розглядаються різні парадигмальні підходи до визначення поняття «соціальна стратифікація», пояснення його природи та впливу на розвиток суспільства: функціоналістський (Е. Дюркгейм, Т. Парсонс, К. Девіс, У. Мур), конфліктологічний (К. Маркс, М. Вебер) та еволюціоністський (Г. та Дж. Ленські). Приділено окрему увагу розкриттю бачення феномену соціальної нерівності в роботах автора, терміна «соціальна стратифікація» П'юріма Сорокіна. Зроблено акцент на багатоплановому просторі, в якому вчений розглядав соціальну нерівність та на необхідності «для більшого педантизму» проводити аналіз по кожному критерію окремо.

Вивчено доробок українських науковців, присвячений цій тематиці. Розглянуто доцільність застосування базових критеріїв стратифікації – економічний (рівень доходу), політичний (рівень доступу до влади), професійний (престижність професії), освітній (рівень освіти) – до вивчення українського суспільства в умовах повномасштабного російського вторгнення, а також запропоновано та обґрунтовано необхідність виділення «впливу на громадську думку» як окремого критерія нерівності на такому етапі.

Ключові слова: соціальна структура, соціальна стратифікація, гібридна війна, інформаційна війна, критерії стратифікації.

The article emphasizes the relevance and necessity of scientific research devoted to the study of changes and trends in the social structure of Ukrainian society in the conditions of full-scale Russian aggression. It is emphasized separately that the scientifically based results of such studies can play an important role in the formation of an effective strategy for opposing the enemy in the information war. After all, the information component is an extremely important part of an undeclared hybrid war. "The struggle for people's minds and moods is almost becoming the core of the hybrid war", emphasizes the author of the monograph "Russia-Ukraine hybrid war: Sociological perspective" Ihor Rushchenko.

The article examines different paradigmatic approaches to defining the concept of "social stratification", explaining its nature and influence on the development of society: functionalist (E. Durkheim, T. Parsons, K. Davis, W. Moore), conflict-oriented (K. Marx, M. Weber) and evolutionist (H. and J. Lenski). Particular attention is paid to revealing the vision of the phenomenon of social inequality in the works of the author of the term "social stratification" Pyryim Sorokin. Emphasis is placed on the multi-layered space in which the scientist considered social inequality and on the necessity to analyze each criterion separately "for greater pedantry".

The work of Ukrainian scientists devoted to this topic was studied. The expediency of applying the basic criteria of stratification – economic (income level), political (level of access to power), professional (prestige of the profession), educational (level of education) – to the study of Ukrainian society in the conditions of a full-scale Russian invasion is considered, and the necessity to allocate "influence on public opinion" as a separate criterion of inequality at this stage.

Key words: social structure, social stratification, hybrid war, information war, stratification criteria.

УДК 316.3:316.77

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.2>

Германова Ю.Д.

аспірантка кафедри соціології і публічного управління
Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»

Вступ. «Гібридна війна», «війна четвертого покоління», «війна нового типу» – це все дефініції, які вчені дають російській агресії стосовно України з 2014 року. Автор монографії «Російсько-українська гібридна війна: погляд соціолога» Ігор Рущенко аналізує ці визначення та інші, що використовують військові аналітики, та наголошує на об'єднаній для них усіх тезі про те, що це – війна, яка комбінує традиційні та нетрадиційні методи. «Але гібридна війна розширює соціальний складник протистояння

і може розглядатися як соціальний проєкт, бо агресор заздалегідь готує соціальну базу інвазії, формує на майбутньому театрі воєнних дій «п'яту колону», розколює соціальне середовище на ворогуючі групи, формує суб'єктів воєнних дій у вигляді агресивних соціальних рухів, продажних місцевих еліт, кримінальних натовпів тощо», – підкреслює автор [15, с. 22].

В умовах повномасштабного російського вторгнення українське суспільство постало перед викликами, з якими досі не доводилося

мати справу соціумам в інших державах, адже ця війна має низку характерних особливостей, що й окремо ускладнюють ситуацію, але в комплексі вони посилюють ефект у геометричній прогресії. Зокрема, країна-агресор навіть через рік після початку активних бойових дій не об'явила війну, ховаючи дійсність за аморфним формулюванням «спеціальна військова операція (СВО)». В Україні країна-терорист проголосила цілями «СВО» розпливчасті «денаціфікацію» та «демилітаризацію», в наступних випадках агресія може бути завульована під будь-які інші «високі цілі».

Російський агресор має шалені, безмежні апетити і все частіше в експертних колах виринає твердження, якщо його вчасно не зупинити, то доля України чекає ще, як мінімум, декілька сусідніх країн, зокрема пострадянського простору, та тих, які входили до так званого комуністичного табору.

З 24 лютого 2022 року в українському суспільстві відбулися і продовжують відбуватися глобальні соціокультурні трансформації, які мають бути ґрунтовно досліджені та проаналізовані. В умовах триваючої війни це завдання набуває особливої актуальності, адже якщо ворог збирає відповідні дані, аби зруйнувати Україну як державу, то для нашої країни результати соціологічних розвідок на цьому напрямі дають можливість вибудувати ще більш ефективну стратегію протистояння таким спробам.

Мета цієї статті полягає у вивченні глибинних змін та тенденцій у соціальній структурі українського суспільства, що відбулися внаслідок широкомасштабного російського вторгнення. У вітчизняній науці соціальна стратифікація здебільшого розглядається з економічної позиції, проте в умовах, що склалися, такий підхід видається неоднозначним та спірним.

Виклад основного матеріалу. Феномен соціальної нерівності поставав у фокусі наукових інтересів учених у галузях суспільних наук протягом багатьох десятиліть. Його намагалися пояснити, обґрунтувати представники різноманітних шкіл та напрямів. Увесь спектр теоретичних доробків об'єднує одна теза – чим більш складною та розвиненою є структура суспільства, тим більше диверсифікацій буде представлено [14, с. 5]. Іншими словами, в добу первіснообщинного ладу практично не існувало соціальної нерівності, адже всі члени суспільства (суспільної групи) виконували однакові функції, що робило тотожним їх положення порівняно з іншими.

Еволюція людства, зокрема, розділ суспільної праці та формування держав призводили до розшарування суспільства. Але перед тим, як ретроспективно розглянути наукові підходи до вивчення соціальної нерівності, варто зупинитися на питанні соціальної структури

суспільства. Адже саме у структурованому суспільстві, в якому чітко визначені функції та місце різних соціальних груп, виникає диференціація.

Під соціальною структурою суспільства розглядають ієрархічну цілісну систему його складників – соціальних спільнот, груп, взаємозв'язаних та взаємодіючих між собою. Для виділення цих соціальних спільнот можуть використовуватися різні критерії: соціально-демографічні, соціально-класові, соціально-професійні, соціально-етнічні тощо [11, с. 6].

Тобто базовими характерними ознаками соціальної структури є системність, цілісність та ієрархічність. І саме два останні поняття покладено в основу феномену соціальної стратифікації.

Зазначимо, що термін «стратифікація» походить від латинського слова «strata» і означає прошарок, нашарування. Спочатку поняття використовувалося в геології, де під ним розуміється послідовне вертикальне розміщення шарів геологічних відкладів. Соціологи запозичили його, проводячи аналогію із суспільством, яке формується з різних верств, прошарків, класів, що розміщуються в загальній системі в ієрархічному порядку [11, с. 11].

Ентоні Гіденс розглядав чотири основні види стратифікаційних систем в історичному зрізі: рабство, каста, стани та класи. Вчений наголошує, що нерівності, що лежать в основі рабства, каст та станів, передбачені або законом, або релігією, тоді як класове розшарування не затвержене «офіційно», а виникає внаслідок впливу економічних чинників, що визначають матеріальні обставини людського життя [14, с. 5].

Перші три системи – закриті, тобто неможливе або надзвичайно складне переміщення між різними стратифікаційними рівнями. Класи – відкрита система, а отже, можливий перехід з одного до іншого, тобто соціальна мобільність.

Відшукати першопричини соціальної нерівності намагався ще Платон. Його модель соціальної структури складалася з трьох верств: філософів, воїнів та робітників. Нерівність давньогрецький філософ пояснював об'єктивним державним законом [5, с. 240].

У соціологічній науці виділяється три базових підходи до пояснення природи феномену стратифікації: функціоналістський, конфліктологічний та еволюціоністський. Погляди вчених, що дотримуються різних концепцій, різняться як у баченні наслідків існування соціальної нерівності, так і в оцінці цього явища та його впливу на суспільні відносини. Однак тезу про те, що соціальна нерівність виникає в результаті розподілу суспільної праці і, по суті, зумовлена ним, розділяють представники всіх підходів.

Прибічники функціоналістської концепції (Е. Дюркгейм, Т. Парсонс, К. Девіс, У. Мур) розглядають стратифікацію як необхідний стимул розвитку суспільства [14, с. 5]. Їхня позиція полягає у тому, що для заняття певними видами діяльності людям необхідно більше розумових здібностей, таланту та знань, ніж в інших сферах. У цьому контексті ті, хто виконують більш складні функції та займають більш відповідальні посади, мають отримувати і вищу винагороду. З позиції функціоналістів, це формує своєрідну конкуренцію, в результаті якої такі посади мають обійняти найрозумніші та найбільш професійно підготовлені кадри. Тобто стратифікація розглядається функціоналістами як позитивне та безальтернативне явище, що забезпечує оптимальне функціонування суспільства.

Еміль Дюркгейм у роботі «Про поділ суспільної праці» (1893) розкриває суть соціальної диференціації через поняття механічної та органічної солідарності. Вчений вкладає в поняття механічної солідарності відносини у простих суспільствах, недиференційованих, де така солідарність досягається за рахунок уніфікованості всіх його членів. Індивіди подібні, адже мають однакові почуття, цінності, бачення.

Органічна солідарність виникає в диференційованих суспільствах. Дюркгейм проводить аналогію з живою істотою, у якої кожен орган виконує унікальну функцію, без якої неможлива повноцінна робота всього організму. Тобто диференціація суспільства призводить до його згуртованості: індивіди різні і це призводить до консенсусу [1, с. 316]. При цьому вчений підкреслював примат суспільства над індивідом.

Прибічники іншого – конфліктологічного – підходу (К. Маркс, М. Вебер) розглядають соціальну стратифікацію як негативне явище. Автор теорії класів та класової боротьби Карл Маркс вбачав першочергове джерело соціальної нерівності в економічній сфері – відносинах власності та первинному розподілі матеріальних благ.

Детально вивчаючи капіталістичний устрій, що панував у тогочасній Німеччині, Маркс сформулював тезу про антагоністичні відносини між протидіючими класами (експлуаторами та експлуатованими), які виступають основним чинником соціального розвитку суспільства [6, с. 258]. Ця теза наскрізно проходить у всіх його наукових працях.

У «Маніфесті Комуністичної партії» – творі, написаному Марксом спільно з Фрідріхом Енгельсом у 1848 році, автори зазначають: «Історія всіх суспільств, що існували донині, була історією боротьби класів. Вільний та раб, патрицій та плебей, поміщик та кріпосний, майстер та учень, коротше, гнобитель та при-

гноблений, перебували у вічному антагонізмі один до одного, вели безперервну, то приховану, то явну боротьбу, яка завжди закінчувалася революційною перебудовою всієї суспільної будівлі чи спільною загибеллю класів, що борються» [8].

Причини утворення класів, іншими словами – диференціації суспільства, Маркс вбачав у суспільному розподілі праці. На його думку, класи виникають і вступають у протидію через різне положення та різні ролі, що індивіди виконують у виробничій структурі суспільства [6, с. 258].

Варто наголосити, що Маркс, виділяючи лише два класи (у сучасному йому суспільстві – буржуазія та пролетаріат), окреслював і наявність інших проміжних соціальних груп (ремісники, дрібна буржуазія, торговці, селяни-власники). Одночасно він не розглядав їх як потенційних агентів змін, вважаючи, що проміжні класи не володіють ні ініціативою, ні історичним динамізмом, і на момент кульмінації конфлікту між класами кожному доведеться визначитися, долучитися до сторони буржуазії чи пролетарів [1, с. 154].

Превалювання економічного складника над політичним, соціальним, іншими в поглядах Маркса наочно демонструють введені ним поняття «базису» та «надбудови». «У суспільному виробництві свого життя люди вступають у певні, необхідні, від їхньої волі не залежні відносини – виробничі відносини, які відповідають певному щаблю розвитку їхніх матеріальних продуктивних сил. Сукупність цих виробничих відносин становить економічну структуру суспільства, реальний базис, на якому вивисується юридична і політична надбудова і якому відповідають певні форми суспільної свідомості. Спосіб виробництва матеріального життя зумовлює соціальний, політичний і духовний процеси життя взагалі. Не свідомість людей визначає їхнє буття, а навпаки, їхнє суспільне буття визначає їхню свідомість», – наголошує Маркс [1, с. 157–158].

Макс Вебер також є представником конфліктологічного підходу, проте його погляди на соціальну нерівність мають суттєві відмінності від вчення Маркса. М. Вебер розглядав стратифікацію в більш широкому контексті, визначаючи економічний критерій лише як один з низки інших складників соціальної ієрархії. «Три автономні виміри стратифікації», які за Вебером детермінують місце у суспільній ієрархії, – це власність, влада та престиж. Диференціація за принципом власності призводить до появи економічних класів; у випадку влади – з'являються політичні партії; відмінності у питанні престижу, статусу – формують страти [3, с. 311].

Нерівність, за М. Вебером, – явище природне, яке мало місце завжди протягом існу-

вання людства через різний ступінь розвитку індивідів (моральний, фізичний, інтелектуальний). Вчений наголошував, що нерівність соціального характеру, або надавати кожного відповідно до його здібностей [1, с. 519].

Третій підхід до пояснення феномену стратифікації – еволюціоністський – синтетичний і в загальних рисах являє собою поєднання певних положень двох попередніх концепцій. Його автори – Герхард і Джін Ленські – спростовували тезу функціоналістів про те, що стратифікація завжди є необхідною, корисною і неминучою, однак зазначали, що в певних ситуаціях це відповідає дійсності.

Існування соціальної нерівності еволюціоністи пояснювали двома чинниками: природними потребами та конфліктом, що виникає на ґрунті розподілу додаткової вартості, цінних ресурсів. Відповідаючи на питання, чи дійсно стратифікація є двигуном розвитку суспільства, Ленські зазначали, що вона може як сприяти, так і ускладнювати життя суспільства, а нерівність у винагородах за різні обов'язки та види діяльності може бути як справедливою, так і навпаки [14, с. 6].

Автор терміна «стратифікація» Питирим Сорокін наголошував, що соціальна нерівність – не лише характеристика суспільства, а й важливе джерело його розвитку. «Зрівнялівка в доходах, відношенні до влади, власності позбавляє індивіда внутрішнього стимулу до дій, самовдосконалення, а отже, забирає у суспільства важливу рушійну силу», – зазначав Сорокін [12, с. 362].

Вчений детально викладає своє бачення щодо існування феномену стратифікації в усі епохи, в усіх політичних устроях і навіть у кожній «постійній соціальній групі». Сорокін розглядав соціальну нерівність у багатшаровому просторі, зазначаючи при цьому, що різноманітність може бути зведена до трьох форм стратифікації: економічної, політичної та професійної. Вчений наголошував, що за загальним правилом люди, які належать до вищого шару за якимсь одним показником, зазвичай входять до цього ж шару й за іншими критеріями. Однак, підкреслював Сорокін, з цього правила існує багато виключень, тож «для більшого педантизму необхідно піддати аналізу кожну з форм окремо» [16, с. 304].

Підхід Сорокіна щодо виділення трьох базових форм стратифікації – економічної, політичної та професійної – залишається діючим і досі з невеликим доповненням: соціологи додали ще один критерій – за рівнем освіти [16, с. 296].

Безумовно, соціальна структура будь-якого суспільства не є статичною, вона перебуває у постійному русі, переформатовуючись під нові виклики та поточну ситуацію. При цьому в історії є приклади змін стратифікаційних сис-

тем і еволюційним, і революційним шляхом. Перший варіант оптимальніший, особливо якщо йдеться про суспільство зі складною структурою [11, с. 15].

Українське суспільство в цьому контексті не є виключенням. Особливо враховуючи, що наша держава стала незалежною всього 31 рік тому, і за цей час пережила незліченну кількість і внутрішніх, і зовнішніх викликів, які не могли не позначитися на соціальній структурі суспільства.

Наталя Коваліско відзначає, що трансформація українського суспільства «супроводжується соціально-структурними перетвореннями, формуванням нових шарів, груп, зміною місця у стратифікаційній системі вже існуючих, що зумовлюють формування нових статусно-рольових відносин індивідів, маргіналізацію та зміну соціальної самоідентифікації». [11, с. 17]. Ця теза була оприлюднена майже 14 років тому, проте трансформаційні процеси, що були характерні для українського суспільства тоді, залишаються актуальними і нині. Певною мірою навіть посилюючись, враховуючи кардинальну зміну соціального порядку денного, викликану повномасштабним російським вторгненням.

За роки незалежності питання стратифікації українського суспільства неодноразово поставало у фокусі наукового інтересу низки дослідників. Зокрема, цій темі присвячена розгорнута стаття Елли Лібанової «Соціальна стратифікація українського суспільства: спроба статистичного визначення та вимірювання» (2003). Авторка наголошує, що «соціальну структуру та характерні ознаки суспільної поведінки визначає передусім економічна система суспільства» і аналізує стратифікаційні процеси в Україні за перші 12 років незалежності з позиції полярних варіантів частини середнього класу в суспільстві [7].

Василь Масальський та Денис Скородумов у статті «Зміни у соціальній структурі України в 1998–2011 рр.: досвід наукового аналізу» (2011) також підходять до питання стратифікації українського суспільства з економічного виміру, використовуючи типологію класів, запропоновану Вільямом Ллойдом Уорнером. «Теорія соціальної стратифікації пояснює причини і сутність нерівності людей у суспільстві, соціального розшарування на бідних і багатих», – зазначається у статті, тож логічно заключити, що рівень доходів – єдиний критерій, який розглядають автори [9].

Економічний підхід до стратифікації українського суспільства вибрала і Оксана Бондар-Підгурська у статті «Соціальна стратифікація українського суспільства на шляху до сталого інноваційного розвитку» (2012). Авторка розглядає середній клас як основу суспільства всіх розвинених країн, при цьому

наголошуючи, що структура українського суспільства навіть під впливом економічних реформ характеризується «крайньою нестійкістю». Для вирішення проблеми О. Бондар-Підгурська пропонує скористатися розробленою нею структурно-логічною схемою формування середнього класу в Україні, підкреслюючи важливу функцію держави в цьому процесі [3].

Анна Домаранська у статті «Стратифікація населення України згідно з оцінками нерівності» (2012) вибирає підхід, який диференціює суспільство не лише з економічного погляду. Авторка статті розробила власну багатовимірну методику конструювання стратифікованої класифікації: використовуючи як емпіричні дані первинну інформацію, отриману в рамках Міжнародної програми соціального дослідження, науковиця вибирає змінні, що характеризують нерівність у різних сферах соціального життя, скорочує перелік, застосовуючи факторний аналіз; використовуючи рівняння множинної регресії, розраховує ознаку, що класифікує респондентів по чотирьох типах уявлень про нерівність: «максимальна нерівність»; «помірна нерівність»; «мінімальна нерівність» та «мінімальна рівність» [5].

Світлана Оксамитна та Анжела Патракова вивчають структуру українського суспільства крізь призму престижності професій та видів занять. Науковиці порівняли динаміку оцінок престижності низки професій і занять за результатами соціологічних досліджень Інституту соціології НАН України 1999 та 2007 років [14, с. 6–7]. Своєю чергою Олена Симончук проаналізувала український соціум, застосовуючи три альтернативні схеми класового аналізу Джона Голдторпа (класова модель базується на відносинах зайнятості; диференціація відбувається на підставі володіння засобами виробництва – роботодавці, самозайняті, наймані працівники, а остання група ще диференціюється за ознакою характеру їхніх стосунків з роботодавцем – за трудовим контрактом або службові відносини), Еріка Оліна Райта (неомарксистська схема; заснована на багатовимірній моделі експлуатації, представлена у вигляді матриці з 12 категорій; три основні класи: вищий – контролює основні ресурси, середній – контролює деякі з них, нижчий – не контролює ресурси; паралельно між класами існують прошарки, становище яких неоднозначне) та Геста Еспін-Андерсена (постіндустріальна класова схема; базується на диференціації професійних занять за секторальною/галузеву ознакою, що згруповані у три паралельні набори і відповідають різним типам поділу праці: первинний, фортдистський і постіндустріальний, в останніх двох заняття стратифіковані залежно від ступеня влади, відповідальності та рівня кваліфікації) [14, с. 11–13].

Проведений теоретичний аналіз демонструє, що тенденцію в підході до розгляду цього феномену в наукових колах – велика частина вчених тяжіє до одновимірної економічної парадигми.

Але виникає питання, наскільки такий підхід може бути застосований до українського суспільства в умовах війни?!

На поточний момент опубліковано ще не так багато наукових доробків, присвячених проблематиці стратифікації українського суспільства в умовах повномасштабного російського вторгнення, проте емпіричні соціологічні дослідження проводяться низкою установ, зокрема, Київським міжнародним інститутом соціології, соціологічною групою «Рейтинг» (загальнонаціональні опитування в умовах війни). Зміни у статусній та класовій самоідентифікації українців в умовах війни в рамках колективної монографії «Українське суспільство в умовах війни. 2022» описала Олена Симончук. Аналізуючи в якості емпіричної бази дані омнібусу, проведеного КМІС 7–13 вересня 2022 р. (N = 2000), вчена наголошує, що в уявленнях українців про своє соціальне та економічне становище зафіксовано суттєву негативну динаміку, до того ж порівняно з наслідками пандемії, зміни, викликані війною, є швидшими та глобальнішими [18, с. 252, 259].

Відповідно до 15-ого загальнонаціонального опитування в умовах війни, проведеного Соціологічною групою «Рейтинг» 23–24 липня 2022 року, 86% опитаних говорять, що економічне становище України за останні півроку погіршилося (у січні ц.р. таких було 70%), на погіршення власного добробуту вказують 74% (у січні – 52%). При цьому 39% тих, хто мав роботу до війни, втратили її, а половина працюючих зазнали зниження зарплати від 10% і більше [13].

Тож застосування виключно економічного підходу до соціальної стратифікації українського суспільства не продемонструвало б об'єктивної картини.

Аналогічна ситуація з професійним критерієм та градацією за рівнем освіти – втрата постійної роботи, необхідність переселення з окупованих територій чи районів бойових дій до відносно спокійних регіонів чи за кордон, змусили велику кількість українців працювати на нижчих посадах, ніж до війни, або ж взагалі не відповідно до спеціальності та професійних навичок. Інший приклад – українці, які стали військовослужбовцями Збройних сил України, інших формувань, увійшли до складу підрозділів територіальної оборони. Рівень доходів, престиж, високе місце в управлінській структурі – все це втратило значення, змінившись військовою ієрархією.

Розглянемо політичний критерій. Тут, безумовно, також з'являються певні особливості,

детерміновані повномасштабним російським вторгненням. Як влучно зазначають автори монографії «Українське суспільство в умовах війни» (2022), «війна вводить розрізнення, які по-новому сегментують населення, помітно зменшуючи наслідки традиційних ознак, що диференціюють і стратифікують громадян» [18, с. 21].

І в цьому контексті видається доречним виділити окремо критерій впливу на громадську думку. Безумовно, його можна було б розглядати в рамках політичного підходу, проте існує кілька аргументів на підтримку його самодостатності:

- у постіндустріальному або інформаційному суспільстві головним засобом виробництва є інформація, наукові знання (Елвін Тофлер «Третя хвиля»);

- технологічні досягнення (зокрема, поява і розвиток технології Web 2.0) радикально змінюють соціальну комунікацію, що дає можливість будь-кому апелювати до великого, невизначеного кола осіб завдяки соціальним мережам, іншим технологіям. Необхідно лише бажання та цікавий, привабливий контент;

- інформаційна війна є важливим складником протистояння російському агресору. «Боротьба за уми та настрої людей стає чи не стрижнем гібридної війни», – наголошує І. Рущенко в монографії та додає, що «звичка до вільної преси, слова і думки стають уразливою точкою» [15, с. 27].

В умовах війни значення інформації, доступу до оперативних даних щодо поточної ситуації збільшується в геометричній прогресії. Сучасні технології значно розширюють можливості отримання інформації, традиційні засоби масової інформації втратили багаторічну практично монополію на формування громадської думки, багато в чому поступаючись новітнім медіа.

Зокрема, відповідно до результатів досліджень, проведених Київським міжнародним інститутом соціології з 3 до 26 травня 2022 року, новини із соціальних мереж дізнаються 76,6% українців, з Інтернету (без урахування соцмереж) – 61,2%. Для порівняння, телебачення залишається джерелом інформації для 66,7% опитаних, радіо слухають 28,4%, а друковані ЗМІ читають 15,7% опитаних [10].

Якщо більш детально зупинитися на структурі соціальних мереж, то найбільшою популярністю серед українців користується «Telegram» (65,7%), за ним іде «YouTube» (61,2%) та «Facebook» (57,8%). 48% опитаних використовували «Viber», 29,1% – «Instagram», 19,5% – «TikTok», 8,9% – «Twitter». Тобто більше українців активно споживають контент соціальних мереж, а отже, він у тому числі детермінує їхню точку зору та погляди [9].

Наскільки глобальним є такий вплив на громадську думку, можна побачити по двох непрямих доказах:

- **аудиторія.** З 24.02.2022 відбулося стрімке зростання аудиторії низки каналів у соціальних мережах та кількості підписників у найбільш цікавих авторів. Наприклад, кількість підписників одного з найбільш популярних українських Telegram-каналів «Лачен пише» вже перевищила мільйон. За одну ніч проти 24 лютого цей показник збільшився з 50 до 70 тисяч [2].

- **результати.** З початку повномасштабного російського вторгнення значного поширення набула практика збору коштів на військові потреби у соціальних мережах. Наприклад, усього за добу шоумен і блогер Сергій Притула зміг зібрати на «Байрактари» для військових практично 300 млн грн [19]. Кількість підписників Притули у мережі «Фейсбук» становить 1,4 млн.

Безумовно, лідери громадської думки в мережі з'явилися не з початком широкомасштабної війни і не через неї, ця категорія існувала і раніше. Однак з 24.02.2022 вона ще більш викристалізувалася, трансформувалася. Аналізуючи їхню публічну діяльність, можна виділити характерні ознаки:

- висока, стабільна активність у соціальних мережах (інші майданчики, зокрема, традиційні медіа виступають як доповнення, але повністю не підміняють собою Інтернет);

- тема протидії російському агресору наскрізно проходить в усьому контенті;

- залученість до волонтерської діяльності, збору коштів для військових та цивільних, які потребують допомоги;

- цінування власного капіталу суспільної довіри, моральна відповідальність перед аудиторією за достовірність поширюваної інформації, адже частина каналів у соціальних мережах, окремих особистостей, які отримали на початку повномасштабного вторгнення кредит довіри від підписників, але не відповідали вищеперерахованим критеріям, відчули відтік розчарованої аудиторії. Адже середовище вкрай конкурентне і кожен неточний крок може стати фатальним для соціального капіталу.

Таким чином, виділення впливу на суспільну думку як окремого критерія для стратифікації українського суспільства на цьому етапі видається необхідним для отримання більш повного та всебічного уявлення про його структуру.

Висновки. Повномасштабна російська агресія істотно перекроїла соціальну структуру українського суспільства, по-іншому сегментуючи його. Чи можна розглядати такі зміни як безповоротні, говорити зарано. Відповідь на це питання з'явиться лише через певний час після закінчення війни. Але зафіксувати стан у моменті та продовжити відслідковувати/

вивчати його у динаміці видається необхідним. Особливо в умовах триваючої «гібридної війни», коли такі науково обґрунтовані тези та пропозиції мають можливість допомогти напрацювати максимально ефективну стратегію протидії ворогові, що вповні використовує всі доступні механізми ведення інформаційної війни.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Арон Р. Етапи розвитку соціологічної думки / Заг. ред. і предисл. П.С. Гуревича. Москва : Видавнича група «Прогрес» – «Політика». 608 с., 1992.
2. Блогер Ігор Лаченков (Лачен): У нас не має бути якихось терористичних партій. Усе, що з «русским миром» буде пов'язано, – це тероризм. URL: <https://www.pravda.com.ua/articles/2022/07/11/7357406/>.
3. Бондар-Підгурська О. Соціальна стратифікація українського суспільства на шляху до сталого інноваційного розвитку. 2012. URL: http://www.kntu.kr.ua/doc/zb_21_ekon/stat_21/30.pdf.
4. Воронкова В.Г. Філософія : навчальний посібник. Київ : ВД «Професіонал», 2004. 460 с.
5. Домаранська А. Стратифікація населення України згідно з оцінками нерівності. 2012. URL: http://ekmair.ukma.edu.ua/bitstream/handle/123456789/2118/Domaranska_Stratyfikatsiia_naselennia_Ukrainy.pdf?sequence=1&isAllowed=y.
6. Ільїн В.В. Філософія : підручник. В 2-х ч. Київ : Альтерпрес, 2002. Ч. 1: Історія розвитку філософської думки. 463 с.
7. Лібанова Е.М. Соціальна стратифікація українського суспільства: спроба статистичного визначення та вимірювання. 2003. URL: <https://ukr-socium.org.ua/uk/archive/no-1-2-2003/socialna-stratifikacija-ukrainskogo-suspilstva-sproba-statistichnogo-viznachennja-ta-vimirjuvannja/>.
8. Маркс К., Энгельс Ф. Манифест Коммунистической партии. 1848. URL: <https://www.marxists.org/russkij/marx/1848/manifesto.htm>.
9. Масальський В.І., Скородумов Д.С. Зміни у соціальній структурі України в 1998–2011 рр.: досвід наукового аналізу. 2011. URL: https://www.libr.dp.ua/text/grani_2011_4_26.pdf.
10. Найчастіше новини під час війни українці отримують із соцмереж – опитування «Опори». URL: <https://detector.media/infospace/article/199761/2022-06-01-nauchastishe-novyny-pid-chas-viyny-ukraintsy-otrymuyut-iz-sotsmerezh-opytuvannya-opory/>.
11. Основи соціальної стратифікації : навчальний посібник. Львів : «Магнолія 2006», 2009. 328 с.
12. Причепій Є.М., Черній А.М., Чекаль Л.А. Філософія : підручник. Київ : Академвидав, 2007. 484 с.
13. П'ятнадцяте загальнонаціональне опитування України під час війни. Зайнятість і доходи (23–24 липня 2022). URL: https://ratinggroup.ua/research/ukraine/pyatnadcat_obschenaci_opros_ukraina_vo_vremya_voyny_zanyatost_i_dohody_23-24_iyulya_2022_goda.html.
14. Рахманов О.А. Соціальна стратифікація і класова структура суспільства : навчально-методичний комплекс. Київ : КНЕУ, 2011. 21 с.
15. Російсько-українська гібридна війна: погляд соціолога : монографія / І.П. Рущенко. Харків : ФОП Павленко О.Г., 2015. 268 с.
16. Сорокин П.А. Человек. Цивилизация. Общество / Общ. ред., сост. и предисл. А.Ю. Соколова. Пер. с англ. Москва : Политиздат, 1992. 543 с.
17. Соціологія : підручник / Ред. Віктор Городяненко. 3-те вид., перероб. і доп. Київ : Академія, 2006. 542 с.
18. Українське суспільство в умовах війни. 2022 : колективна монографія / С. Дембіцький, О. Злобіна, Н. Костенко та ін. ; за ред. член-кор. НАН України, д. філос. н. Є. Головахи, д. соц. н. С. Макеєва. Київ : Інститут соціології НАН України, 2022. 410 с.
19. Українці за добу зібрали 296 млн грн на купівлю «Байрактарів»: як долучитися. URL: <https://www.rbc.ua/ukr/styler/ukraintsy-sutki-sobrali-296-mln-grn-priobretenie-1655983888.html>.

ЕМОЦІЇ ЯК КЛЮЧОВІ ЕЛЕМЕНТИ СИТУАЦІЙ НАСИЛЬСТВА EMOTIONS AS KEY ELEMENTS OF VIOLENT SITUATIONS

У статті охарактеризовано насильство як соціальне явище та спосіб інтерації, що потенційно включає як у схему ситуацій, так і в динаміку потужний емоційний потенціал. Обґрунтовано важливість соціологічного аналізу емоцій насильства, що дає змогу отримати цінні дані, які можуть бути використані для планування ефективних превентивних заходів щодо попередження та контролю рівня насильства.

Мета статті – окреслити значення емоцій у ситуаціях насильства.

Установлено, що аналіз ролі емоцій у ситуаціях насильства відбувається у площині кількох дослідницьких стратегій: еволюційній, мікроінтераційній та ситуаційного детермінізму. Еволюційний підхід інтерпретує насильство як природну поведінкову реакцію у відповідь на загрози. У межах цього підходу емоційний складник підсилює соціальний ефект насильства. У концепції мікроінтераційного підходу насильницьке протистояння завжди пов'язане із сильними емоціями страху та напруги, які досить складно долати для завершення цього акту. Ситуаційний детермінізм у розумінні емоційного елемента насильства передбачає, що емоції не є наперед заготовленими автоматичними реакціями. Відповідно, злість, страх, огида не полегшують застосування насильства та не ускладнюють його. Ситуація насильницького протистояння – це потужна соціальна інтерація, яка здатна виробляти та формулювати емоції.

Визначено, що емоції є основними компонентами ситуації насильства. Аналіз та розуміння емоційної динаміки є базовими для формування цілісного уявлення про ситуації міжособистісного фізичного насильства. Емоціями, що здатні зумовити насильство, визначають злість та лють. Емоцією, що визначає динаміку насильницьких міжособистісних зіткнень, вважається страх. Емоційна оцінка ситуації насильства може бути як спроектована через наслідування та копіювання в процесі соціалізації, так і закладена автоматичною еволюційно сконструйованою реакцією.

Ураховуючи сучасні реалії війни та потреби ефективного протистояння зарозам, мікросоціологічний аналіз насильства може використовуватися для розроблення відповідних програм та превентивних заходів.

Ключові слова: мікросоціологія насильства, мікросоціологія фізичного насильства, насильство, емоції, фізичне насильство,

ситуація насильства, соціологія емоцій, злість, страх.

The article describes violence as a social phenomenon and method of interactions that potentially include both in the scheme of situations and in the dynamics of powerful emotional potential. The importance of sociological analysis of emotions is substantiated violence, which allows you to get valuable data that can be used for planning effective preventive measures for prevention and control level of violence.

The purpose of the article is to outline the meaning of emotions in situations of violence.

It was determined that the analysis of the role of emotions in situations of violence takes place in the plane of several research strategies: evolutionary, microinteractional and situational determinism. The evolutionary approach interprets violence as natural behavioral response to threats. Within this approach the emotional component strengthens the social effect of violence. In concept of the microinteractional approach, violent confrontation is always associated with strong emotions of fear and tension, which are quite difficult to overcome for completion of this act. Situational determinism in understanding the emotional element of violence assumes that emotions are not preprogrammed automatic responses. Accordingly, anger, fear, disgust do not facilitate the use of violence and do not complicate it. The situation of violent confrontation is powerful social interaction that is capable of producing and articulating emotions.

It is outlined that emotions are the main components of violent situations. It is established that the analysis and understanding of emotional dynamics is basic for formation of a holistic view of interpersonal physical situations of violence. Emotions capable of causing violence include anger and rage. An emotion that determines the dynamics of violent interpersonal conflicts, is considered fear. Emotional assessment of the situation of violence can be designed through imitation and copying in the process of socialization, and laid down by an automatic evolutionarily designed reaction.

Taking into account the modern realities of war and the need for effective confrontation threats, a micro-sociological analysis of violence can be used to development of relevant programs and preventive measures.

Key words: microsociology of violence, microsociology of physical violence, emotions, situation of violence, physical violence, sociology of emotions, anger, fear.

УДК 316.624.3:364.632

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.3>

Орос О.Б.

к.соціол.н., доцент,
доцент кафедри соціології
та соціальної роботи

ДВНЗ «Ужгородський національний
університет»

Повномасштабне вторгнення Росії в Україну спричинило потужні соціальні зміни українського суспільства, європейського і навіть світового порядків. Одними з ключових понять війни є насильство та агресія, домінуючими емоціями, які здійснюють основну для них оцінюючу функцію, є злість та страх. Насильство як соціальне явище та спосіб інтерації потенційно включає як у структуру, так і в динаміку потужний емоційний потенціал. Соціологічний аналіз емоцій насильства дає змогу отримати

цінні дані, які можуть бути використані для планування ефективних превентивних заходів щодо попередження та контролю рівня насильства. Значення емоційного компонентна для відтворення насильницьких ситуацій є ключовим питанням мікросоціології насильства. Ідентифікація емоційних маркерів насильства дає змогу виокремити насильницький потенціал потенційно небезпечних ситуацій.

Мета статті – окреслити значення емоцій у ситуаціях насильства.

Проблем вивчення емоцій як складової частини ситуацій насильства торкалися Дж. Кац, Р. Коллінз, С. Малешевич, А. Бандура, А. Басс, Е. Руланн, Д. Зіллман, П. Екман, Д. Гроссмана, Д. Олвеус, К.А. Додж, Р. Лазарус, Л. Берковіц, С. Фешбах та ін.

Досить очевидним здається висновок щодо зв'язку насильства зі злістю та ненавистю. Саме ці переживання покладено в основу низки концептів насильства. Емпіричні ж дослідження доводять, що злість частіше є ключовим компонентом вербальних посягань на психічне благополуччя, ніж визначальним елементом динаміки фізичного насильства [1].

А. Хокшільд визначає емоції як орієнтири у соціальному середовищі. Емоції – це так звані «ключі», які допомагають зорієнтуватися у намірах та оцінках ситуації, наближають до розуміння інших людей та особливостей їх оцінок. Емоції тісно пов'язані зі сприйняттям та інтерпретацією оцінки ситуації [2].

Для детального аналізу емоційної динаміки насильства важливо виділяти універсальні – первинні емоції (страх, злість, огида, радість) та складні – вторинні емоції (провина, сором, образа). Дж. Джаспер класифікує афекти і виділяє такі типи: тілесні спонуки, рефлексивні емоції (короточасні афективні реакції на безпосереднє фізичне чи соціальне оточення) та рефлексивні емоції (складні афективно-когнітивні конструкти, наприклад любов, повага, відданість) [3].

Емоції можна визначити як фізіологічний прояв важливості природної чи соціальної ситуації. Проте варто розуміти, що емоції – надзвичайно складний процес, який досить важко вивчати та пояснити. Емоційні переживання залежать від великої кількості чинників: яка ситуація оцінюється, контекст ситуації, суб'єктивна інтерпретація контексту ситуації, очікування щодо ситуації, сприйняття та очікування щодо партнера взаємодії, попередній досвід у подібних чи схожих ситуаціях, напрацьовані афективно-поведінкові схеми тощо.

Аналіз ролі емоцій у ситуаціях насильства відбувається у площині кількох дослідницьких стратегій: еволюційної, мікроінтеракційної та ситуаційного детермінізму. Еволюційний підхід інтерпретує насильство як природну поведінкову реакцію у відповідь на загрози. У межах цього підходу емоційний складник підсилює соціальний ефект насильства: фізіологічні особливості сильних емоцій сприяють успішній реалізації стратегії знищення небезпеки заради виживання чи досягнення благополуччя [4–6]. Основою та основним механізмом виникнення емоційних переживань є фізіологія, але саме емоційні норми, засвоєні в процесі соціалізації, корегують специфіку переживання та проявів емоцій. Соціальні умови зростання організму та формування

поведінкових звичок визначають ситуацію проявів емоцій, зокрема і неприємних (злість, страх та огида), та інтенсивність їхніх виявів. Поведінковий рисунок проявів злості та страху залежить від цілого комплексу умов, які формують унікальні детермінаційні комплекси. Соціологічний аналіз емоцій насильства ґрунтується на розумінні, що емоції не є виключно автоматичними реакціями, суб'єкти ситуацій насильства здатні до управління зовнішніми проявами емоційних переживань.

Мікроінтеракційний підхід до розуміння емоційної динаміки насильства запропонував Р. Коллінз. На думку науковця, насильство – це низка процесів, які впливають із загальної ситуаційної ознаки жорстоких протистоянь. Ця концепція пояснює насильство як неприродне і складне для людини. Агресор відчуває потужний дискомфорт та напругу, реалізуючи насильство. Насильницьке протистояння завжди пов'язане із сильними емоціями страху та напруги, які досить складно долати для завершення цього акту. «Силові ситуації формуються емоційним полем напруги та страху. Будь-яке успішне насильство повинно подолати цю напругу і страх. Один зі способів зробити це – перетворити емоційну напругу на емоційну енергію, зазвичай однією стороною протистояння за рахунок іншої. Успішне насильство протистоїть конфронтаційній напрузі/страху, оскільки одна сторона привласнює емоційний ритм як домінуючий, а інша потрапляє в нього як жертва» [7]. Висновки щодо вищезгаданої емоційної динаміки насильства переважно базуються на емпіричних дослідженнях насильства на полі бою під час воєнних дій. Зазвичай безпосередні насильницькі поведінкові акти, навіть якщо вони легітимні, є дуже травматичними для всіх учасників [8]. Активні дослідження та технічні досягнення щодо розроблення дистанційних технологій ведення бою пов'язані як із летальними можливостями, так і зі зменшенням травматизації воїнів (у тому числі психічних та соціальних наслідків). Р. Коллінз пояснює, що необхідною умовою для реалізації всіх видів насильства є подолання бар'єру напруги та страху. Виявлено всього кілька способів: кількісна перевага, пошук слабкої жертви, переважання бажання заволодіти увагою глядачів, приховування намірів нападником, просторове дистанціювання від жертви. Емоційне перенапруження, яке описує дослідник, може набувати надзвичайно потужної сили за відчуття зіткнення з противником і трансформуватися у «тунель насильства». Для «тунелю насильства» характерною ознакою є зміна свідомості, що ґрунтується на фізіологічних особливостях організму. Соціальні патерни взаємодії зумовлюють фізіологічні особливості реакції на ситуації з конфліктним потен-

ціалом [9]. Соціальні ситуації, у яких опинялася людина, їх інтерпретація та емоційне забарвлення визначають емоційні орієнтири подібних ситуацій у подальшому.

Ситуаційний детермінізм у розумінні емоційного елемента насильства передбачає, що емоції не є наперед заготовленими автоматичними реакціями. Відповідно, злість, страх, огида не полегшують застосування насильства та не ускладнюють його. Ситуація насильницького протистояння – це потужна соціальна інтеракція, яка здатна виробляти та формулювати емоції. Емоційний діапазон фізичного насильства включає страх, злість, огиду, жаль, розчарування. На відміну від мікроінтеракційного підходу у цьому разі значна увага зосереджена на важливості фонових чинників насильства. Нейрофізіологічні дослідження підтверджують, що фізіологічні складники емоцій підсилюють наявні соціальні моделі поведінки [10]. Емоції не спрацьовують автоматично, учасники інтеракції формують їх, беручи до уваги соціальний контекст взаємодії. Сумніви щодо емоційних автоматизмів підтверджуються різноманітним емоційним реакціям на жорстоке насильство [11]. «Насильство не провокує емоції, а детермінується соціальною дією, яка провокує емоції. Емоційна динаміка насильства не є ні біологічно зумовленою, ні тимчасово просторово фіксованою... Це соціальний процес, який дуже різноманітний і піддається впливу соціального середовища» [12]. Концепція соціального детермінізму наголошує на зумовленості як насильства, так і пов'язаних із ним емоцій соціальною дією. Емоційна реакція як у ситуації насильства, так і реакція на неї залежить від контексту.

Вивчення емоцій під соціологічним кутом зору розкрило соціальну природу людських емоцій та емоційну природу соціальних явищ. Соціологічний аналіз емоцій ґрунтується на твердженні, що емоції не є виключно автоматичними реакціями на подразники. Емоції тісно пов'язані з когнітивною та соціальною сферами, є керованими. Управління емоціями необхідне для дотримання соціальних та емоційних норм, відповідності виконання соціальних ролей очікуванням партнера [13]. Емоційна оцінка ситуації може бути як спроектована через наслідування та копіювання в процесі соціалізації, так і закладена автоматичною еволюційно сконструйованою реакцією.

Дослідження емоцій як ключових елементів схеми ситуації насильства зосереджено на аналізі емоційного компоненту як складника детермінації насильства та аналізі емоцій як визначального елемента динаміки. У першому варіанті основна увага приділяється злості, у другому – страху та тривозі.

На думку П. Екмана, страх подібно до інших емоцій має універсальні прояви та

вроджені тригери. Серед тригерів страху найбільш універсальними є ризик фізичної шкоди та болю. У ситуації загрози насильства від сильнішої людини потенційна жертва скоріше переживатиме емоцію страху, ніж злості. Низка досліджень страху доводить відмінності щодо його виникнення та поведінкової реакції: негайна загроза зазвичай провокує конкретні дії, відставлена в часі загроза (яка наближається) формує занепокоєння, оскільки відставлена в часі і нагальна загроза активують різні ділянки головного мозку. Тригери страху класифікують за інтенсивністю, можливостями протистояти та часовими рамками події [14].

Д. Гроссман доводить, що ситуації насильства, зокрема вбивства з близької відстані, просякнуті тривогою та страхом. Конфронтаційна напруга, тривога та страх – це ключові та визначальні компоненти динаміки фізичного насильства у мікросоціологічній концепції Р. Коллінза. Суб'єкти соціальної взаємодії вкрай чутливі до емоційного стану один одного. Ритуали інтеракції та специфіка емоційного захоплення є ключовими механізмами ситуацій конфронтації та насильства. Учасники взаємодії налаштовані на взаємодію та солідарність [7]. «Конфронтаційна напруга та страх – це не просто егоїстичний страх людини перед тілесними uszkodженнями; це напруга, яка суперечить тенденції до захоплення емоціями один одного...» [9]. Страх та конфронтаційна напруга – основна умова некомпетентного виконання насильницьких актів. Здатність до опанування страху визначає ймовірність застосування насильства та його динаміку. Саме страх є основним «запобіжником» ситуацій прямого міжособистісного фізичного насильства. Реалізація насильницьких дій по відношенню до партнера взаємодії можлива лише за можливості оминати бар'єр страху. Страх визначає динаміку насильства через феномен «паніки наступу», який формується через тривалу емоційну напругу між конфліктуєчими сторонами і можливістю емоційної розрядки. Диференціація понять «страх» та «боязнь» може нівелювати негативну конотацію емоції страху у ситуації насильства. Це еволюційний природний захист від небезпеки, який мобілізує здатність протистояти їй. Визначення власних переживань «мені страшно» формує скоріше активну позицію у ситуації потенційного насильства. Певний емоційний стан учасників насильницької конфронтації, який визначає емоційну динаміку взаємодії, рідко характеризується викристалізованими емоціями виключно страху чи злості. Зазвичай ці емоції настільки швидко змінюють одна одну, що формують певний емоційний симбіоз, до якого ще може додаватися огида [15].

Розглядаючи роль емоцій у ситуаціях насильства, необхідно сфокусувати увагу на окремих видах насильства, зокрема імпульсивному та спланованому. Сплановане насильство можна визначити як раціональне насильство. «Професійне насильство», або ж «насильство за завданням», також відносять до спланованого. Імпульсивне насильство – це спонтанний вияв насильства, в основі якого лежить сильна емоційна напруга. Домінуючою емоцією, що провокує імпульсивне насильство, часто називають злість [16; 17]. Злість вважається однією з найбільш активних емоцій. Людина прагне до нівелювання злості через активні дії, адже це сприяє поверненню втраченого благополуччя [1]. Д. Зіллман наголошує, що насильство та злість не завжди мають позитивний корелятивний зв'язок, адже є насильство без гніву й актуалізована потужна злість, яка не закінчується актом насильства [18]. Згідно з когнітивно-мотиваційною концепцією Р. Лазаруса, злість є результатом загрози, втрати, образи та інших негативних емоцій. Негативні емоції є реакцією на зовнішню загрозу ідентичності особистості. Злість провокується небезпечними для самооцінки чи оцінки оточуючих ситуаціями [19]. Переживання злості високого рівня інтенсивності стає пусковим механізмом для активації насильницьких дій. Насильство, скоєне у стані гніву, формує ситуативну причину для насильства, що дає змогу уникати погодження своїх дій із соціальними нормами і виправдовувати сам акт насильства. Серед імпульсивного насильства у дослідженнях найчастіше згадується саме домашнє насильство, зокрема батьківське насильство. Результати досліджень свідчать про конфліктний потенціал ситуацій дистанційного навчання у молодших класах та ризику застосування насильства по відношенню до дітей [20].

Соціологи, досліджуючи емоційний компонент насильства, переважно опираються на вже сформований постситуаційний дискурс щодо власних емоцій. Модальність цього дискурсу залежить від умов, що передували ситуації, контексту ситуації, персональних та соціальних наслідків. Дослідження переживань батьків під час дистанційного навчання виявило залежність між застосуванням насильства (як психічного, так і фізичного) з означенням власних переживань [21]. Більшість батьків, які застосовували фізичне насильство по відношенню до дітей у ситуації дистанційного навчання, визначали свої переживання так: «жах», «жахливо», «це нестерпно», «напруга», «тривожно». Зустрічалися і більш нейтральні означення переживань, які, однак, свідчать про значну емоційну напругу: «нерви», «емоції», «дуже переживаю». Проте жоден із

батьків (включаючи тих, хто не застосовував насильство) не визначив свої переживання через поняття, що були б наближені до злості чи люті.

Висновки. Емоції є основними компонентами ситуацій насильства. Аналіз та розуміння емоційної динаміки є базовими для формування цілісного уявлення про ситуації міжособистісного фізичного насильства. Основними детермінантами насильства визначають злість та лють. Емоцією, що визначає динаміку насильницьких міжособистісних зіткнень, вважається страх. Трактуючи емоції як ключових компонентів ситуацій насильства здійснюється у трьох напрямках: еволюційному, мікроінтеракційному та соціального детермінізму. Ураховуючи сучасні реалії воєнного стану та потреби ефективного протистояння загрозам, мікросоціологічний аналіз насильства може використовуватися для розроблення відповідних програм та превентивних заходів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Орос О.Б. Злість як емоційний компонент ситуацій насильства. *Габітус*. 2022. Вип. 33. С. 28–33.
2. Hochschild A.R. *The Managed Heart: Commercialization of Human Feeling*. Berkeley : University of California Press, 1983. 323 p.
3. Jasper J.M. Emotions and social movements: Twenty years of theory and research. *Annual Review of Sociology*. 2011. № 37. P. 285–303.
4. Pinker S. *Better Angels of Our Nature: Why Violence Has Declined?* New York : Viking Books, 2011. 1056 p.
5. Martin M. *Why We Fight*. London : Hurst, 2018. 328 p.
6. Gat A. *The Causes of War and the Spread of Peace: But Will War Rebound?* Oxford : Oxford University Press, 2017. 320 p.
7. Collins R. *Interaction Ritual Chains*. Princeton: Princeton University Press, 2004. URL: <https://doi.org/10.1515/9781400851744>.
8. Grossman D. *On Combat: The Psychology and Physiology of Deadly Conflict in War and in Peace*. Millstadt, IL : Warrior Science Publications, 2004. 403 p.
9. Randall Collins. *Violence: A Micro-sociological Theory*. Princeton University Press, 2008. P. 584.
10. Сапольскі Р. Біологія поведінки людини. Причини доброго і поганого в нас / пер. з англ. О. Любенко. 2-е вид. Київ : Наш формат, 2022. 672 с.
11. Barrett L.F. *How Emotions are Made: The Secret Life of the Brain*. London : Macmillan, 2017. 425 p.
12. Malešević S. The act of killing: understanding the emotional dynamics of violence on the battlefield. *Critical Military Studies*. 2019. P. 313–334. DOI:10.1080/023337486.2019.1673060.
13. Harris R.S. *An Invitation to the Sociology of Emotions*. Routledge, 2015. 160 p.
14. Ekman P. *Telling Lies: Clues to Deceit in the Marketplace, Politics, and Marriage*. New York : Norton, 1985. 366 p.

15. Katz J. *How Emotions Work*. Chicago : The University of Chicago Press, 1999. 407 p.

16. Buss A. *The psychology of aggression*. NY : Willy, 1961.

17. Berkowitz, L. Frustration-aggression hypothesis: Examination and reformulation. *Psychological Bulletin*. 1989. № 106(1). P. 59–73. URL: <https://doi.org/10.1037/0033-2909.106.1.59>.

18. Zillmann, Dolf. Excitation transfer in communication-mediated aggressive behavior. *Journal of Experimental Social Psychology*. 1971. № 7. P. 419–434.

19. Lazarus R.S. Progress on a cognitive-motivational-relational theory of emotion. *American Psychologist*. 1991. Vol. 46(8). P. 819–834.

20. Орос О.Б. Проблема взаємодії дітей молодшого шкільного віку з батьками в процесі дистанційного навчання під час пандемії COVID-19. *Грані*. 2021. Т. 24. № 5. С. 46–53.

21. Орос О.Б. Дослідження переживань батьків учнів молодших класів, пов'язаних із дистанційним навчанням під час пандемії COVID-19. *Габітус*. 2021. Вип. 21. С. 40–43.

РОЛЬ СТАРОСТИНСЬКИХ ОКРУГІВ В АДАПТАЦІЇ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ У ТЕРИТОРІАЛЬНИХ ГРОМАДАХ

THE ROLE OF STAROSTYN DISTRICTS IN THE ADAPTATION OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS IN THE TERRITORIAL COMMUNITIES

У статті розглянуто феномен приймаючої громади, що позитивно впливає на процес інтеграції внутрішньо переміщених осіб. Розглянуто створення нового утворення – старостинського округу та, відповідно, нової посади – старости на рівні територіальних громад. Інституціональне становлення та формування нової інституції в рамках реформи децентралізації продовжується, що пов'язано із впливом як внутрішніх, так і зовнішніх процесів.

Досліджено роль та місце старостинських округів у процесі здійснення адаптації внутрішньо переміщених осіб, що викликано військовими діями та окупацією територій України. Саме на час воєнного конфлікту Росії проти України припадає активна фаза реформи децентралізації та формування територіальних громад. Повномасштабний військовий напад Росії на Україну в 2022 р. збільшив навантаження на територіальні громади, що викликано внутрішнім переміщенням значної кількості населення з одних регіонів до інших.

Визначено, що саме органи місцевого самоврядування, різні заклади громади та локальні громадські об'єднання є тими інституціями, через які переселенці найперше зустрічаються із владою, громадою та спільнотою, отримуючи ту чи іншу допомогу та підтримку або не отримуючи потрібного їй бажаного, що, своєю чергою, впливає і на громади, і на переселенців, і на суспільство у цілому.

Саме інститут старост стає на допомозі людям у вирішенні буденних питань життя їхнього населеного пункту, забезпечення розвитку територій, представництва інтересів жителів.

Доведено, що зі збільшенням внутрішнього переміщених осіб в Україні збільшується роль адаптивних чинників соціокультурної інтеграції ВПО у нові територіальні громади, змінюються вектори соціальної взаємодії ВПО та місцевих жителів. Своєю чергою, приймаюча громада на рівні старостинського округу стає соціокультурним утворенням, стан якого відображає специфічні культурні властивості, зумовлені необхідністю прийняття груп з інших спільнот.

Ключові слова: децентралізація, територіальна громада, приймаюча громада, ста-

роста, старостинський округ, внутрішньо переміщена особа, адаптація.

The article examines the phenomenon of the receiving community, which has a positive effect on the process of integration of internally displaced persons. The creation of a new entity – the starosty district and, accordingly, a new position – the starost at the level of village community, was considered. Institutional formation and formation of a new institution within the framework of the decentralization reform continues, which is connected with the influence of both internal and external processes.

The role and place of starosty districts in the process of adaptation of internally displaced persons, which was caused by military actions and occupation of the territories of Ukraine, is investigated. It was during the military conflict between Russia and Ukraine that the active phase of the reform of decentralization and the formation of village communities occurred. Russia's full-scale military attack on Ukraine in 2022 increased the burden on village communities, which was caused by the forced displacement of a significant amount of the population from one region to another.

It was determined that the local self-government bodies, various community institutions and local public associations are the institutions through which the settlers first meet the authorities, the community and the community, receiving one or another help and support or not receiving the necessary and desired, which, in its turn, affects communities, immigrants, and society as a whole.

It is the institute of the starost that helps people in solving everyday issues of life in their settlement, ensuring the development of territories, representing the interests of residents.

It has been proven that with the increase of internally displaced persons in Ukraine, the role of adaptive factors in the socio-cultural integration of IDPs into new village communities increases, and the vectors of social interaction between IDPs and local residents change. In turn, the receiving community at the level of the starosty district becomes a socio-cultural entity, the state of which reflects specific cultural properties due to the need to accept groups from other communities.

Key words: decentralization, village community, receiving community, the starosta, starosta districts, internally displaced person, adaptation.

УДК 316.472.3:325.254.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.4>

Пиголенко І.В.

к.філос.н.,

доцент кафедри соціології

Національний технічний університет

України «Київський політехнічний

інститут імені Ігоря Сікорського»

Пиголенко Ю.А.

викладач циклової комісії

з педагогічної освіти

Фаховий коледж «Універсум»

Київського університету імені Бориса

Грінченка

Постановка проблеми. Реформа децентралізації в Україні є прикладом переходу до таких демократичних характеристик, що полягають у можливості громадян на рівні громад визначати основні проблеми та потреби, які можна реалізувати на місцевому рівні.

Як зазначає А.Ф. Ткачук, децентралізація – це лише інструмент для прискорення економічного зростання на тих чи інших територіях. Адже більше оперативне вирішення питань на місцевому рівні, більша відкритість та доступ-

ність місцевої влади до людини дають змогу швидше реагувати на місцеві потреби пересічного мешканця громади. Сьогодні в умовах, коли органи місцевого самоврядування територіальних громад мають значні повноваження та відповідні ресурси, їхній вплив на місцевий економічний та соціальний розвиток суттєво зростає [15, с. 31].

Рівень спроможності громад є важливим, з одного боку, через те, що за період реалізації реформи децентралізації громади набули

суб'єктності та ресурсів у вирішенні різноманітних питань свого життєзабезпечення та розвитку. З іншого боку, саме органи місцевого самоврядування, різні заклади громади та локальні громадські об'єднання є тими інституціями, через які переселенці найперше зустрічаються із владою, громадою та спільнотою, отримуючи ту чи іншу допомогу та підтримку або не отримуючи потрібного й бажаного, що, своєю чергою, впливає і на громади, і на переселенців, і на суспільство у цілому [5, с. 3].

Війна Росії проти України спричинила безпрецедентне збільшення кількості вимушених переселенців, як внутрішніх, так і зовнішніх. За даними звіту агентства ООН у справах біженців, станом на 30 листопада 2022 р. у Європі було зареєстровано 7,8 млн біженців з України, із яких 4,8 млн зареєструвалися у програмі Тимчасового захисту або аналогічних національних схемах захисту, що пропонуються у Європі. Станом на кінець листопада в Україні близько 5,9 млн осіб були внутрішньо переміщеними особами [18].

Наявність значних потреб переселенців у житлі та працевлаштуванні, соціальній інтеграції та можливостях розвитку власного бізнесу свідчить про необхідність надання суттєвої підтримки громадам, які їх приймають, та формування ефективних механізмів інтеграції. Для того щоб потенціал внутрішньо переміщених осіб перетворився на реальний ресурс територіальних громад, потрібно створити певні правові, організаційно-економічні та соціальні умови [9, с. 62].

У 2015 р. в Україні з'явилася нова посада в місцевому самоврядуванні – староста. У рамках реформи децентралізації також пройшов і процес укрупнення громад спочатку у так звані об'єднанні територіальні громади, а потім після адміністративної реформи – територіальні громади. Оскільки центр влади та управлінський апарат змістилися з кожного населеного пункту до центру громад, постала проблема надання тих чи інших послуг для місцевих мешканців поза центром, а також питання контролю, координації і взаємодії з громадою. Тож було вирішено створити нову посаду у цих населених пунктах – старости, а згодом створити і старостинські округи, які за кількістю населення мали бути не меншими за 500 осіб.

Від самого початку посада старости була виборною, і найчастіше її почали посідати минулі селищні голови, що, своєю чергою, призвело до політичних конфліктів із головою громади в адміністративному центрі. Тому в 2021 р. були внесені останні зміни до закону, згідно з якими старосту стали призначати на сесії місцевої ради за поданням голови, але за умови процедури консультації з мешканцями старостинського округу (межі затверджує

рада). Також були частково змінені повноваження старости [12].

Загалом не існує уніфікованого положення про старосту, у якому були б прописані всі права та обов'язки старости, адже в Україні представники місцевого самоврядування самостійно в рамках чинного законодавства обирають той чи інший функціонал своїх посадових осіб.

В'ячеслав Негода, заступник міністра розвитку громад та територій, під час круглого столу «Староста в громаді: статус, мета та завдання», організованого Парламентським комітетом із питань організації державної влади, місцевого самоврядування, регіонального розвитку та містобудування щодо ролі та функцій старост, відзначив: «На практиці староста має допомагати людям у вирішенні буденних питань життя їхнього населеного пункту, забезпечувати розвиток територій, представництво інтересів жителів. Ідеологічно ж він має допомагати голові і місцевій раді формувати цілісність громади, щоб люди, навіть попри різницю у звичаях та традиціях, відчували себе членами єдиної родини» [4].

Оскільки реформа доволі нова, залишається багато питань щодо діяльності старост: які умови їхньої праці, яка ситуація в громаді, чи є ті чи інші ідеї щодо зміни законодавства, які саме обов'язки на них покладені.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Питання децентралізації та розвитку інституту старост в Україні досліджували такі вітчизняні вчені, як: О. Батанов, М. Біда, Л. Ваколюк, В. Величко, І. Галіахметов, І. Дробуш, О. Західна, О. Колесников, О. Калашніков, І. Панова, Н. Ситник, А. Стасишин, А. Ткачук та ін. Переважна більшість праць науковців зорієнтована на дослідження законодавчого забезпечення інституту старост в Україні та аналіз практик застосування законодавства щодо інституту старост. Питанню інтеграції внутрішньо переміщених осіб у приймаючих громадах присвячено праці таких авторів, як: О. Амоша, О. Балакірева, І. Галіахметов, М. Єлігулашвілі, І. Ейгельсон, Ю. Залознова, О. Новікова, О. Федоренко та ін.

Метою статті є аналіз ролі старостинських округів у діяльності територіальних громад, що приймають внутрішньо переміщених осіб, їх адаптації, включення в діяльність та розвиток громади, вирішення нагальних проблем тощо.

Викладення основного матеріалу. Війна в Україні призвела до спалаху однієї з найстрімкіших криз внутрішнього переміщення населення та гуманітарних криз в історії. Інтенсивна воєнна ескалація та безпрецедентне погіршення ситуації у сфері безпеки призвели до загибелі людей та поранень, що зумовило масове переміщення цивільного населення як по території України, так і до інших країн. При

цьому значну кількість громадян уже кілька разів було переміщено в результаті попередніх бойових дій.

Війна – організована збройна боротьба держав або інших політичних угруповань. Як правило, причинами війни є глибокі суперечності територіального, економічного, політичного, ідеологічного та іншого характеру [13, с. 66].

Російсько-українська війна, що розпочалася з повномасштабного вторгнення російських військ у лютому 2022 р., внесла додаткові аспекти щодо діяльності громад, а саме: захист території, забезпечення безпеки мешканців, відновлення житла тих, хто постраждав в областях, які були окуповані, розмінування територій, прийом та адаптація внутрішньо переміщених осіб.

З іншого ж боку, проблема внутрішньо переміщених осіб гостро постала в Україні ще в 2014–2015 рр. після анексії Криму та збройної інтервенції на території Донецької та Луганської областей із боку Росії, що призвели до подальшої окупації частини регіонів. Реалізація реформи з децентралізації громад повинна була б уже врахувати ситуацію, що склалася в нашій країні.

Так, за результатами комплексного порівняльного дослідження «Як війна змінила мене та країну. Підсумки року», проведеного Соціологічною групою «Рейтинг» (лютий 2023 р.), 17% опитаних українців змінили місце постійного проживання після 24 лютого 2022 р. у зв'язку з війною, переважна більшість із тих, хто змінив місце постійного проживання, планує повернутися додому. Так, 15% планує повернутися у найближчий час, 23% планують повернутися, але ще чекають, 37% – планують, але лише коли закінчиться війна, 12% – не визначилися з відповіддю та 13% не планують повертатися. При цьому, якщо говорити про характер переселення, то 28% залишилися в межах області, де проживали, 16% – залишилися в межах регіону, 56% – виїхали з регіону проживання [10].

Відповідно до закону, «внутрішньо переміщеною особою є громадянин України, іноземець або особа без громадянства, яка перебуває на території України на законних підставах та має право на постійне проживання в Україні, яку змусили залишити або покинути своє місце проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру» [11].

Як уже зазначалося вище, у рамках реформи децентралізації були створені старостинські округи, що утворюються відповідною сільською, селищною, міською радою у складі одного або декількох населених пунк-

тів (окрім адміністративного центру територіальної громади), на території якого (яких) проживає не менше 500 жителів. Під час утворення старостинських округів ураховуються історичні, природні, етнічні, культурні та інші чинники, що впливають на соціально-економічний розвиток таких старостинських округів та відповідної територіальної громади. Для забезпечення діяльності в рамках старостинського округу було створено нову посаду у цих населених пунктах – староста. Староста – це посадова особа місцевого самоврядування, інституція, створена для того, щоб інтереси всіх жителів сіл і селищ у територіальних громадах були належним чином представлені. Щоб соціальні, побутові та інші потреби мешканців були задоволені.

Староста затверджується сільською, селищною, міською радою на строк її повноважень за пропозицією відповідного сільського, селищного, міського голови, що вноситься за результатами громадського обговорення (громадських слухань, зборів громадян, інших форм консультацій із громадськістю), проведеного у межах відповідного старостинського округу.

Кандидатура старости вноситься на громадське обговорення (громадські слухання, збори громадян, інші форми консультацій із громадськістю) сільським, селищним, міським головою та вважається погодженою з жителями відповідного старостинського округу, якщо в результаті громадського обговорення (громадських слухань, зборів громадян, інших форм консультацій із громадськістю) отримала таку підтримку у старостинському окрузі [12].

Основна ідея планування економічного розвитку у громаді: місцева влада організовує процес і залучає до нього максимальну кількість місцевих активних людей: підприємців, активістів, науковців, краєзнавців – усіх, кому не байдуже майбутнє громади. Саме така міжсекторальна співпраця дасть змогу віднайти свою унікальну «розумну спеціалізацію» у межах свого регіону та забезпечити умови сталого розвитку громади [15, с. 31].

Безпосередньо термін «приймаюча громада» нечасто визначається, незважаючи на те що він широко використовується у зв'язку з вимушеним переміщенням осіб. Конвенція Африканського Союзу про захист і допомогу внутрішньо переміщеним особам у Африці (Конвенція Кампала) [17] нині становить «правову базу без прецеденту в будь-якій точці світу», але не дає визначення цього поняття. Визначення, які дуже часто зустрічаються в певних міжнародних документах, не є однозначними. У цих документах це поняття визначається в обмежувальний спосіб, під яким мають на увазі «громади, у яких розміщуються

переміщені особи, якщо вони не проживають у таборах або місцях, призначених для переміщених осіб» [3].

Неможливо точно оцінити економічні збитки, спричинені війною в Україні, але війна, безсумнівно, стала гуманітарною катастрофою, принесла страждання і нужденність її громадянам. За даними опитування, проведеного соціологічною групою «Рейтинг» у лютому 2023 р., серед респондентів, у яких була робота до війни, трохи більше третини (36,0%) відзначали, що вони зараз працюють у звичному режимі, 70% працюють частково, 8% працюють на новій роботі і трохи більше третини опитаних (36,0%) на час проведення опитування не працювали [10]. Якщо говорити про рівень зарплати серед тих, хто працює під час війни, то майже у половини, тією чи іншою мірою, заробітна плата зменшилася (у 20% – на 10–25%, у 17% – на 25–50%, у 11% – більше ніж на 50%). У 43% опитаних заробітна плата не змінилася і у 9% опитаних навіть зросла [10].

Взаємодію внутрішньо переміщених осіб із місцевими громадами варто також розглядати з урахуванням чинників соціальної та морально-психологічної природи. Адаптація ВПО до життя у нових громадах залежить від реалізму очікувань: і завищені, і занижені очікування негативно впливають на процес адаптації. Головне – «реалізм очікувань, їх відповідність реальному досвіду перебування в іншокультурному середовищі. Інакше кажучи, чим більше розбіжностей між очікуваннями та досвідом, тим із більшою кількістю проблем стикаються переселенці. Найбільш яскраво соціальні очікування приймаючих громад виражаються у стереотипах населення цих громад» [2, с. 58].

Важливим механізмом особистісних трансформацій у процесі інтеграції та адаптації ВПО є зміна ідентичності. Зі збільшенням внутрішнього переміщення в Україні збільшується роль адаптивних чинників соціокультурної інтеграції ВПО у нові територіальні громади, змінюються вектори соціальної взаємодії ВПО та місцевих жителів. Варто зазначити, що адаптація ВПО до життя у нових громадах залежить від реалізму очікувань: і завищені, і занижені очікування негативно впливають на процес адаптації. Найбільш яскраво соціальні очікування приймаючих громад виражаються у стереотипах населення цих громад.

ВПО в нових територіальних громадах стикаються з низкою соціокультурних проблем, пов'язаних із різним світоглядом, світобаченням, моделями поведінки, мовою, політичними переконаннями тощо. Провідну роль у соціальній інтеграції внутрішньо переміщених осіб відіграють територіальна громада та старостинський округ. Також необхідно виділили позитивні наслідки інтеграції ВПО, що пов'язані з активізацією підприємницької

діяльності, відкриттям ВПО нових підприємств із новими робочими місцями і для мешканців громади, стимулюванням розвитку громади за рахунок допомоги міжнародних організацій ВПО, що мешкають у громаді, зростанням якості та кількості трудового потенціалу, загальної соціальної активності за рахунок громадських активістів серед ВПО, розвитком соціальної інфраструктури за рахунок міжнародної допомоги, грантів, донорської допомоги на задоволення потреб ВПО, державним фінансуванням потреб ВПО у медичних, освітніх та соціальних послугах.

До умов успішної інтеграції ВПО у місцях нового проживання варто віднести не лише житло, роботу, грошову допомогу, соціальні послуги, що є безперечним, а й можливості ВПО користуватися своїми правами без дискримінації у зв'язку з їх переміщенням, зокрема створення умов для участі в громадському і політичному житті. Нині за чинним законодавством переселенці не є членами громад, до яких вони переселилися, оскільки не мають реєстрації за місцем проживання, а тому не можуть голосувати на місцевих виборах та обирати народних депутатів за одномандатними округами. Окрім того, вагомим чинником соціокультурної інтеграції ВПО в нових умовах є безконфліктне поєднання традиційної для ВПО культури з культурними традиціями населення територій переміщення ВПО. При цьому важливим є проведення соціокультурних заходів регіонального рівня з метою взаємопроникнення культурних традицій, формування патріотичних настроїв, активне залучення ВПО до реалізації соціокультурних проектів місцевого рівня.

Слід також зазначити, що, окрім офіційних державних органів влади, до вирішення проблем внутрішньо переміщених осіб масово долучилися й інші громадяни України, які стали волонтерами і почали безоплатно допомагати особам, які одночасно були вимушені залишити свій рідний дім унаслідок війни. Саме завдяки волонтерам стала можливою евакуація людей із населених пунктів, де відбуваються активні бойові дії і проходить лінія фронту. На початку повномасштабного вторгнення, коли закрилися магазини, аптеки тощо, саме волонтери забезпечували продуктами харчування, ліками, теплим одягом усіх людей, які цього потребували. Сьогодні, під час війни, саме волонтери доставляють усе необхідне тим людям, що з тих чи інших причин залишаються у рідних містах та селах і відмовляються від евакуації.

Незважаючи на недостатню правову захищеність та складні життєві обставини, потенціал переселенців є високим, проте не задіяним. Високий рівень освіти, професіоналізму, більш молодий вік, активність та ініціативність

ВПО доповнюють стійкість, сміливість, конструктивізм, діловитість, згуртованість, працьовитість, підприємливість. Такий потужний потенціал має використовуватися для розв'язання актуальних проблем країни, виходу із системної кризи, посилення процесів децентралізації тощо, але, на жаль, він не береться до уваги під час формування планів, програм, стратегій ані на державному, ані на регіональному, ані на місцевому рівнях [9, с. 20].

Висновки. Проблема масової внутрішньої міграції всередині країни залишається актуальною вже багато років. Настільки ж актуальною залишається й проблема адаптації внутрішньо переміщених осіб у життя приймаючої громади.

Серед основних чинників, що впливають на успішне включення переселенців у життя на новому місці проживання, дослідники найчастіше відносять житло, можливість працевлаштування та доступність медичних і освітніх послуг. Завдання старостинських округів полягає у створенні умов для задоволення визначених потреб внутрішньо переміщених осіб та зняття існуючих перешкод на шляху ефективного залучення ВПО до життя приймаючих громад.

Таким чином, починаючи з 2014 р. наша країна стикнулася зі значним зростанням кількості внутрішньо переміщених осіб. При цьому в процесі пошуку нового житла, нової роботи люди зіткнулися з чисельними проблемами та складнощами, тому державним органам влади необхідно було вносити корективи в чинне законодавство задля забезпечення потреб осіб, які внаслідок військових дій мали залишити свої міста і села, у яких проживали.

Із початком повномасштабного вторгнення Росії в Україну в 2022 р. кількість внутрішньо переміщених осіб суттєво збільшилася. Виклики, з якими стикнулася місцева влада, також змінилися. Уся країна, включаючи різні рівні органів влади, почала вирішувати чисельні проблеми, які принесла війна. На думку авторів, саме старостинські округи стають тією первинною ланкою, з якою стикається внутрішньо переміщена особа, і від них часто залежить те, як цей процес буде реалізовано на рівні громади, району, області.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Величко В.О. Децентралізація влади: міжнародний досвід. *Державне будівництво та місцеве самоврядування*. 2014. Вип. 28. С. 12–22. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/dbms_2014_28_4 (дата звернення: 10.02.2023).
2. Вимушені переселенці та приймаючі громади: уроки для ефективної суспільної адаптації й інтеграції: наукова доповідь / О.М. Балакірева та ін.; за ред. О.М. Балакіревої. Київ: НАН України, ДУ «Ін-т екон. та прогноз. НАН України», 2016. 140 с.

3. Галіахметов І.А. Змістова характеристика прав внутрішньо переміщених осіб та хост-територіальних громад. *Аналітично-порівняльне правознавство*. 2022. № 4. С. 63–67. DOI: <https://doi.org/10.24144/2788-6018.2022.04.11>.

4. Для розвитку інституту старост потрібні чіткі, законодавчо закріплені орієнтири – В'ячеслав Негода. *Децентралізація*: вебсайт. URL: <https://decentralization.gov.ua/news/13264> (дата звернення: 27.02.2023).

5. Ейгельсон І., Єлігулашвілі М. Звіт за результатами дослідження потреб та запитів громад, пов'язаних із викликами, які з'явилися внаслідок повномасштабного вторгнення РФ. Київ, 2022. 38 с. URL: https://decentralization.gov.ua/uploads/attachment/document/1099/%D0%B7%D0%B2%D1%96%D1%82-2022-new_08.08.pdf (дата звернення: 12.02.2023).

6. Запровадження інституту старости як одного з механізмів кооперації у громаді. *Лабораторія законодавчих ініціатив*: вебсайт. URL: <https://parlament.org.ua/2021/12/20/zaprovadzhennya-institutu-starosti-yak-odnogo-iz-mehanizmiv-kooperatsiyi-u-gromadi/> (дата звернення: 10.02.2023).

7. Західна О., Біда М. Інститут старост в Україні: сучасний стан та перспективи розвитку. *Молодий вчений*. 2022. № 11. С. 76–81. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2022-11-111-17>.

8. Звіт про внутрішнє переміщення в Україні. *Міжнародна організація з міграції*. URL: https://displacement.iom.int/sites/g/files/tmzxbd1461/files/reports/IOM_Ukraine%20Displacement%20Report_R2_final_UKR.pdf (дата звернення: 12.02.2023).

9. Інтеграція внутрішньо переміщених осіб у територіальні громади: діагностика стану та механізми забезпечення: монографія / О.Ф. Новікова та ін. Київ: НАН України, Ін-т економіки пром-сті, 2018. 244 с.

10. Комплексне порівняльне дослідження «Як війна змінила мене та країну. Підсумки року» (лютий 2023 року). *Соціологічна група «Рейтинг»*: вебсайт. URL: https://ratinggroup.ua/files/ratinggroup/reg_files/rating_war_changed_me_and_the_country_february_2023.pdf (дата звернення: 26.02.2023).

11. Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб: Закон України від 20 жовтня 2014 р. № 1706-VII / Верховна Рада України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1706-18#Text> (дата звернення: 10.02.2023).

12. Про місцеве самоврядування в Україні: Закон України. *Відомості Верховної Ради України*. 1997. № 24. Ст. 170. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/280/97-%D0%B2%D1%80#Text> (дата звернення: 10.02.2023).

13. Соціологічна енциклопедія / уклад. В.Г. Городяненко. Київ: Академвидав, 2008. 456 с.

14. Старости в громадах. *Децентралізація*: вебсайт. URL: <https://decentralization.gov.ua/starosta> (дата звернення: 10.02.2023).

15. Ткачук А.Ф. Діяльність органів місцевого самоврядування та депутатів сільської, селищної, міської ради (навчальний модуль). Київ: ІКЦ «Легальний статус», 2016. 80 с.

16. Федоренко О. Теоретична модель соціальної інтеграції внутрішньо переміщених осіб у громаду.

Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. 2018. № 1. С. 17–21. DOI: <https://doi.org/10.17721/2616-7786.2018/3-1/4>.

17. African Union Convention for the Protection and Assistance of Internally Displaced Persons in Africa (Kampala Convention). *African Union* : web-site. URL: <https://au.int/en/treaties/african-union-convention->

[protection-and-assistance-internally-displaced-persons-africa](https://au.int/en/treaties/african-union-convention-protection-and-assistance-internally-displaced-persons-africa) (дата звернення: 27.02.2023).

18. UNHCR Europe situations: Data and trends – Arrivals and displaced populations (November 2022). *UNHCR* : web-site. URL: <https://reliefweb.int/report/world/unhcr-europe-situations-data-and-trends-arrivals-and-displaced-populations-november-2022> (дата звернення: 20.02.2023).

СОЦІОЛОГІЧНІ МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СУЇЦИДАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

SOCIOLOGICAL METHODS OF STUDYING SUICIDAL BEHAVIOR IN YOUTH

У статті розглядаються концептуальні моделі формування суїцидальної поведінки в юнацькому віці. Суїцидальна поведінка – це прояв суїцидальної активності (думки, наміри, висловлювання, погрози, спроби, замаху). До суїцидальної поведінки зазвичай відносять завершені самогубства, суїцидальні спроби і наміри. Теорії самогубства сприяють розкриттю більшості важливих чинників, які акумулюються з іншими та сприяють формуванню суїцидальної поведінки. У дослідженнях, які присвячені моделям формування суїцидальної поведінки в юнацькому віці, акцентується увага на особливостях розвитку психіки у цей віковий період. Також досліджується вплив соціального середовища та умов на психологічний стан.

Ставлення суспільства до суїциду залежить від різних чинників. Серед них можна виокремити: історичний період, етап розвитку суспільства, існуючі релігійні думки та конфесії, нормативно-правову базу законодавства, філософських думок і поглядів, дослідження таких наук, як психологія, соціологія, суїцидологія, девіантологія та ін.

Причини скоєння суїциду в юнацькому віці пов'язуються із сукупністю індивідуальних та соціальних чинників. Серед них можна виокремити: нездорову самооцінку, наявність депресивного стану, почуття ізольованості, дистрес, стосунки з однолітками та сім'єю, домінуючу релігію, кризи у суспільстві у вигляді стихійних лих або війни, булінг, наслідування суїцидальної культури, наркотичну або алкогольну залежність. Тому у науковому колі необхідно аналізувати та додавати нову інформацію щодо тих ситуацій, які можуть стати причинами здійснення суїциду в юнацькому віці.

Ключові слова: суїцидальна поведінка, юнацький вік, суспільство, профілактика, психокорекційні заняття.

The article examines conceptual models of the formation of suicidal behavior in youth. Suicidal behavior is a manifestation of suicidal activity – thoughts, intentions, statements, threats, attempts. Theories of suicide contribute to the disclosure of most important factors that accumulate with others and contribute to the formation of suicidal behavior. In studies devoted to models of the formation of suicidal behavior in youth, attention is focused on the peculiarities of the development of the psyche in this age period. The influence of the social environment and conditions on the psychological state is also investigated.

Society's attitude to suicide depends on various factors. Among them, we can single out: the historical period, the stage of the development of society, existing religious opinions and confessions, the legal framework of legislation, philosophical thoughts and views, the study of such sciences as psychology, sociology, suicidology, deviantology, and others.

The reasons for committing suicide in youth are associated with a combination of individual and social factors. Among them, we can single out: unhealthy self-esteem, the presence of a depressive state, feelings of isolation, distress, relationships with peers and family, dominant religion, crises in society, in the form of natural disasters or war, bullying, imitation of a suicidal culture, drug or alcohol addiction. Therefore, in the scientific circle, it is necessary to analyze and add new information about those situations that can become reasons for committing suicide in youth. **Key words:** suicidal behavior, youth, society, prevention, psychocorrective classes.

УДК 316.259(477)

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.5>

Прохоренко Є.Я.

к.соціол.н.,
доцент кафедри соціології
Національний університет
«Одеська юридична академія»

Яценко М.А.

к.соціол.н.,
доцент кафедри соціології
Національний університет
«Одеська юридична академія»

Постановка наукової проблеми.

Зростання суїцидальної поведінки у молоді спостерігається у багатьох розвинених країнах. Останніми роками, наприклад, у США рівень самогубств у вікових групах 10–14 і 15–19 років збільшився на 240% і 59% відповідно [13, с. 183]. Слід наголосити, що кількість суїцидів у юнацькому віці зростала набагато швидше, ніж в інших вікових групах [17, с. 58–59]. Щодо ситуації в Україні, то найбільший сплеск самогубств соціологи зафіксували у першій половині 1990-х років. Якщо взяти, наприклад, 1995 р., то на 100 тис населення було зареєстровано майже 30 самогубств. Протягом 2000 р. в Україні відбулося незначне зниження рівня самогубств, але зросла кількість самогубств серед молоді [9]. За даними МНС, «сьогодні в Україні близько 20 самогубств на 100 тис населення. Рівень нижче, ніж, наприклад, економічно благополучної Фінляндії (37/100 тис населення), Швейцарії (34/100 тис), Австрії (31/100 тис),

Угорщини (27/100 тис), Норвегії (24/100 тис). Проте більше, ніж у бідних країнах Африки, Латинської Америки та мусульманських країнах. У Європі велика частка самогубств припадає на доросле покоління, переважно чоловіків віком 55 років і старше». Так, в Україні відсоток самогубств серед молоді набагато вищий, аніж серед старшого покоління.

Мета статті – провести дослідження поглядів сучасної наукової спільноти на витоки суїцидальної поведінки в юнацькому віці.

Презентація основного матеріалу. Роботи багатьох вітчизняних та зарубіжних учених присвячені вивченню проблеми суїциду, зокрема вивченню різних аспектів причинних чинників та його попередженню у суспільстві. У науковому співтоваристві існують різні підходи до трактування поняття «самогубство», які доповнюють одне одного. Вивчення суїцидального акту у соціологічному науковому полі допомагає виявити взаємозв'язок між причинами формування суїцидальної поведінки,

намірами, мотивами та соціокультурною сферою життя індивідів у суспільстві на глобальному та індивідуальному рівнях.

Але слід підкреслити, що немає єдиної теорії, яка повною мірою розкривала б сутність та особливості проблеми суїциду у суспільстві. Можна сказати, що самогубство сьогодні розглядається, з одного боку, як масове негативне явище в суспільстві і складається із сукупності суїцидальних дій, які здійснюються протягом певного періоду часу. З іншого боку, йдеться про індивідуальну поведінку позбавлення життя конкретною людиною. Це із соціальними, медичними, психологічними аспектами, які охоплюють поняття «суїцид».

Французький соціолог Дюркгейм пише, що «суїцид – це навмисне позбавлення себе життя, або самогубство, а суїцидент – це людина, яка вчинила самогубство» [4]. Тобто можна сказати, що самогубство – це акт позбавлення людини власного життя.

Самогубство вважається саморуйнівною або аутоагресивною поведінкою, яка спрямована на фізичний та психологічний стан особистості. Американський суїцидолог Е. Шнейдман у роботі «Душа самогубця» зазначає, що аутоагресивна поведінка – це дії, спрямовані на нанесення якогось небудь збитку своєму соматичному або психічному здоров'ю [7].

Ставлення суспільства до суїциду залежить від різних чинників. Серед них можна виокремити: історичний період, етап розвитку суспільства, існуючі релігійні думки та конфесії, нормативно-правову базу законодавства, філософські думки і погляди, дослідження таких наук, як психологія, соціологія, суїцидологія, девіантологія та ін.

Самогубство визнається таким, коли особа розуміє та повністю усвідомлює власні дії, контролює та усвідомлює їхні наслідки. Р. Федоренко зазначає, що «у всіх інших випадках здійснення людиною дій, які шкодять її фізичному чи психічному здоров'ю, кваліфікується як аутоагресивна поведінка/нешасний випадок. Також виокремлюють, що аутоагресивна поведінка – специфічна форма особистісної активності, спрямована на завдання шкоди своєму соматичному здоров'ю, що має три основні види: суїцидальна поведінка, суїцидальні еквіваленти, несуйцидальна аутоагресивна поведінка» [11, с. 17].

Сам акт самогубства має у собі певні риси, за якими його можна відокремити від іншої деструктивної поведінки у суспільстві. В. Воднік серед них зазначає: «характер і спосіб учинених дій, імовірність летального кінця, наміри особистості, спосіб ухвалення рішення про самогубство, участь свідомості та підсвідомості в ухваленні рішення, роль конфліктної ситуації (безпосередньої та загальної), глибина та стійкість конфлікту, наслідки конфлікту

для системи спілкування та особи суїцидента тощо» [1, с. 6]. Серед інших рис також можна відзначити наявність нестерпного морального болю, а також спроби уникнення цього болю, пошук рішення внутрішнього конфлікту, наявність емоцій відчаю, безнадійності, психологічних проблем, стан фрустрації.

Едвін Шнейдман, американський суїцидолог, у своїй роботі пише про самогубство, що самогубна поведінка часто є формою спілкування, криком про допомогу, народженим болем, стражданням та благанням про відповідь [7]. Тобто суїцидолог пояснює акт здійснення самогубства через тривалий процес накопичення емоцій, почуттів, а саме: напруженість, ізольованість, страждання, що спрямовані на запит про допомогу.

Концептуальні моделі формування суїцидальної поведінки можна поділити на: соціологічні (Е. Дюркгейм), психологічні (З. Фрейд, А. Адлер), психопатологічні (або медичні, клініко-психологічні) (І. Сікорський). Треба підкреслити, що саме соціологічні концепції пояснюють мотиви скоєння самогубства через процес інтеграції особистості у суспільство та не акцентують увагу на індивідуальних характеристиках. Психологічна концепція намагається пояснити механізми суїцидальної поведінки завдяки вивченню індивідуальних рис, а також умов вчинення суїцидального акту конкретної особи. Медична модель розглядає суїцид через прояв психічних (хронічних або гострих) розладів.

Зміни у повсякденному житті суспільства, які пов'язані з коронавірусною хворобою у 2019–2020 рр., за своїми наслідками та характером протікання сприяють скоєнню суїцидів серед різних верств населення. Це пояснюється різкою зміною способу життя, де головною рисою нововведень стає соціальна ізоляція. Вона може бути як короткотривалою, так і затяжною залежно від тих карантинних обмежень, які вводяться у регіоні, де проживає індивід.

Державна служба статистики України повідомляє у своїх звітах, що у січні 2022 року у категорії, яка класифікується як навмисне самоушкодження, померло 389 осіб (дані зазначені за січень 2022 року). У 2021 році – 5 907 осіб. [3]. Виходячи із цих даних, треба зазначити, що не простежується збільшення кількості самогубств після пандемії коронавірусної інфекції у 2019 та 2020 роках, які характеризуються наявністю змін у звичному суспільному житті. Проте проблематика теми самогубства залишається актуальною. Вона потребує не тільки збору офіціальних даних та статистики, а й комплексного дослідження, яке буде межувати з психологічними та емоціональними сферами життя громадян українського суспільства.

Із середини 2000-х років смертність від суїциду поступово знижувалася. Проте спостерігалися невеликі сплески до 2013 р., а пізніше кількість самогубств тільки зменшувалася. Дійсно, українська компанія «Опендатабот» (opendatobot.ua) указує, що за останні півтора десятиліття в Україні кількість самогубств щороку впадала майже вдвічі. «До прикладу, у 2005-му їх було 10 622, а в 2020-му – 6 103. Тобто якщо раніше відбувалося в середньому 29 самогубств кожен день, то на сьогоднішній день – 16,7. У перші 6 місяців 2021 року було зареєстровано 2 988 самогубств» [8]. Тобто погіршення епідемічної ситуації у 2020 р. в Україні через коронавірусну інфекцію також не простежується у цій статистичній інформації від цього джерела.

Незважаючи на те що проблема самогубства вже не є новою для суспільства, залишається актуальність інформування причинних чинників та специфіки. Перша Всесвітня доповідь ВООЗ про самогубства «Запобігання самогубствам: глобальний імператив», опублікована в 2014 р., «спрямована на підвищення інформованості про значення самогубств та спроб самогубства для громадської охорони здоров'я, а також на надання попередження самогубств високого пріоритету у глобальному порядку денному громадської охорони здоров'я. Він також спрямований на заохочення та підтримку країн у розробленні або зміцненні комплексних стратегій запобігання самогубствам у рамках багатосекторального підходу до суспільної охорони здоров'я» [2].

ВООЗ зазначає, що серед молоді віком 15–29 років «самогубство є другою головною причиною смерті після загибелі у ДТП. У групі підлітків віком 15–19 років самогубство – друга причина смерті серед дівчат (після ускладнень вагітності та пологів) та третя причина смерті серед юнаків (після ДТП та міжособистісного насильства)» [2].

Причини, які впливають на виникнення суїциду в юнацькому віці, можуть бути такі: соціальна ізольованість, стрес, розлучення батьків, сімейні конфлікти, втрата або смерть когось із родичів, булінг, нестабільна самооцінка, алкогольна, наркотична залежності, негативний приклад суїцидальних груп, які пропагують самогубство, психічні розлади. Головними особливостями виникнення суїцидальної поведінки у юнацькому віці є недостатній рівень усвідомленості про власні емоції та почуття, а також можливі масштаби подібних дій. Треба підкреслити, що суїциди в юнацькому віці часто бувають пов'язані з прагненням уникнути важких сімейних ситуацій та страхом перед ними. Понад 92% випадків суїциду в юнацькому віці спровоковані школою і сім'єю [5].

А.А. Султанов виділяє три основні групи чинників:

1. Деадаптація, яка пов'язана з порушенням соціалізації. Це трапляється, коли місце молоді людини у соціальній структурі суспільства не відповідає рівню її домагань.

2. Конфлікти із сім'єю в юнацькому віці. Ці конфлікти можуть бути зумовлені неприйняттям цінностей батьків.

3. Алкоголізація і наркотизація як підґрунтя для виникнення суїцидів в юнацькому віці [6, с. 127].

Основною причиною суїцидальних дій вважають соціально-психологічну дезадаптацію особистості. Однак для дітей та підлітків це найчастіше не тотальна дезадаптація, а порушення спілкування з близькими, з родиною.

Деякі вчені-дослідники розглядають суїцидальну поведінку в контексті наслідку соціально-психологічної дезадаптації людини в умовах мікросоціального конфлікту. Соціально-психологічна дезадаптація як невідповідність організму і середовища може виявлятися різною мірою і в різних особистісних формах [11]. Окрім головної причини суїциду, існують ще й другорядні (хвороби, сімейно-побутові труднощі). Уважається, що суїцидом особистість намагається змінити обставини свого життя: позбутися нестерпних переживань, піти з травмуючих умов, викликати жалість і співчуття, домогтися допомоги та участі, привернути увагу до своїх проблем. Суїцидальна поведінка в юнацькому віці може забарвлюватися почуттям помсти кривдникам, «які потім пожаліють», у ньому можуть виявлятися риси патологічної упертості в переслідуванні мети будь-якою ціною. Нерідко це акт розпачу, коли особистості здається, що вона вичерпала всі свої сили і можливості вплинути на ситуацію. Передумовами аутодеструктивної поведінки та суїциду є апатія, зневіра в особисті перспективи, зниження творчої і вітальної активності в результаті психічної травми. Суїцидальна поведінка в юнацькому віці може пояснюватися невмінням визначити життєві орієнтири та повною або частковою відсутністю життєвого досвіду. Окрім зазначених причин, існують чинники, які значно підвищують ризик юнацького суїциду:

- сімейні проблеми;
- попередні спроби самогубства;
- суїцидальні загрози (прямі й замасковані);
- суїциди чи суїцидальні спроби у родині;
- алкоголізм;
- уживання наркотиків і токсичних препаратів;
- афективні розлади (особливо важкі депресії);
- хронічні або невиліковні захворювання;
- тяжкі втрати (наприклад, смерть близької людини) [10].

Із кінця 1990-х років у дискурс про соціальну детермінованість здоров'я інтегрується новий концепт – «соціальний капітал». Незважаючи на майже тридцятирічну історію вивчення зв'язку соціального капіталу та здоров'я, це питання залишається дискусійним через те, що відсутній єдиний погляд на сутність та структурні компоненти соціального капіталу. Низка вчених ототожнює соціальний капітал із характеристиками соціальних груп і організацій, інші науковці вивчають соціальний капітал виключно як індивідуальний чинник особистісного розвитку [12, с. 91].

Різні типи індивідуального соціального капіталу неоднаково залучені до продукування ефектів здоров'ю. Оскільки на індивідуальному рівні соціальний капітал є відображенням включеності до соціальних мереж, його прийнято розділяти на «згуртовуючий» (bonding), що описує зв'язки між близькими «своїми людьми» (сім'я, друзі), «той, що наводить мости» (bridging), що стосується мереж із більш слабкими зв'язками (колеги, сусіди), [14] і «з'єднуючий» (linking) [18], що зачіпає вертикальні зв'язки між людьми з різних соціальних верств. Володіння згуртовуючим соціальним капіталом дає змогу отримувати соціальну підтримку, тоді як «той, що наводить мости» або «з'єднуючий» капітал дають доступ до інформаційних чи організаційних ресурсів.

Розглядаючи соціальний капітал як колективну характеристику, можна виділити два способи його впливу на здоров'я. Перший пов'язаний з впливом соціальних груп із сильними внутрішніми зв'язками на індивідуальну поведінку у сфері здоров'я. Подібні групи, що володіють ясними нормами взаємності (взаємодопомоги), що розділяються, і високим рівнем довіри, задають (диктують) своїм членам певні стандарти і моделі поведінки, у тому числі у сфері здоров'я. Численні емпіричні дослідження професора Гарвардського університету І. Кавачі показали, що люди, які проживають у локальних спільнотах (neighborhoods), що володіють високим ступенем соціальної інтеграції, значною мірою схильні дотримуватися декларованих лідерами і схвалюваних членами спільноти норм самозберігаючої поведінки [15]. Крім того, високий рівень групової згуртованості дозволяє ефективно використовувати неформальні санкції у разі реалізації членами групи девіантної поведінки [16], знижуючи цим і індивідуальні, і соціальні ризики здоров'я.

Проблема профілактики суїцидальної поведінки є однією із важливих проблем нашого суспільства, оскільки об'єднує кілька напрямків одночасно. При проведенні профілактичних розмов фахівці повинні враховувати соціально-психологічний стан особистості, індивідуально-психологічні особливості, що

призводять до суїцидальних форм реагування на складні обставини, вивчати процеси, що призвели до цих дій. Соціальна профілактика суїцидальної поведінки серед молоді існує як спосіб дій, які знижують кількісний показник завершених суїцидальних спроб. Комплекс таких заходів має здійснюватися у формальній та неформальній формі, а також охоплювати різні сфери життя суспільства.

Суїцидальна поведінка молоді, яка останнім часом набуває все більш загрозливих масштабів, найчастіше зумовлена внутрішньо-сімейними обставинами, відносинами з однолітками та у школі. Саме ці фактори порушують соціальну адаптацію та стають основою суїцидальної поведінки молоді. Найбільший вплив на розвиток суїцидальної поведінки молоді надають внутрішньо сімейні обставини як результат взаємодії різних факторів і сил: економіко-соціальних, культурно-екологічних, демографічних, психологічних та інших. Майнове розшарування та соціальна нерівність, бідність і безробіття, маргіналізація та політичне відчуження широких верств населення, розпад сімейних та групових зв'язків – такі глибинні передумови формування неадекватних сімейних відносин, які провокують нестачу уваги до молоді, напруженість, сімейна атмосфера.

У профілактиці суїцидальної поведінки в юнацькому віці слід використовувати такі методи, як навчання соціальним навичкам і навичкам подолання стресу, надання соціальної підтримки через включення сім'ї, школи, друзів тощо. Може проводитися соціально-психологічний тренінг поведінки досягання, навичок пошуку соціальної підтримки в юнацькому віці. Також корисні індивідуальні та групові психокорекційні заняття для підвищення самооцінки, розвитку адекватного ставлення до особистості та емпатії в підлітковому віці.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Воднік В.Д. Самогубство: причини та шляхи профілактики / В. Д. Воднік // Вісник Національного університету "Юридична академія України імені Ярослава Мудрого". Серія : Філософія, філософія права, політологія, соціологія. – 2013. – № 3. – С. 140–160.
2. ВООЗ. Самогубство. URL: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/suicide>
3. Державна служба статистики України. Кількість померлих за окремими причинами смерті. URL: https://ukrstat.gov.ua/operativ/operativ2021/ds/kpops/arh_kpops2021_u.html
4. Дюркгейм Е. Самогубство : Соціол. дослідження / Пер. з фр. Л. Кононович. – К. : Основи, 1998. – 519.
5. Журавель, Т., Іванюк, І., Лехолетова, М., Лютий, В., Лях, Т., Пашко, Н., Соловійова, В., Сорокіна, О., Спіріна, Т., Сулицький, В., Удовенко, Ю., Чепенко, О., Чуйко, О., Швед, О., & Янковець, В.

(2022). Профілактика деструктивної поведінки підлітків (Т. Журавель & Ю. Удовенко, Ред.). Видавництво ФО-П Буря О.Д. – Київ, 2022 – 144 с.

6. Каневський В. І. Суїцидологія в соціальній роботі : [навчальний посібник] / В. І. Каневський. – Миколаїв : Вид-во ЧДУ ім. Петра Могили, 2014. – 348 с.

7. Лебедєв Д.В., Назаров О.О., Тімченко О.В., Христенко В.Є., Шевченко І.О. Психологія суїцидальної поведінки: Посібник/За заг. ред. проф. О.В. Тімченка – Харків, 2007. – 129 с.

8. Опендатабот. Аналітика, 2021. URL: <https://opendatabot.ua/analytics/suicide-statistics>

9. Пилягіна Г.Я., Винник М.І. Проблема саморуїнуючої поведінки серед населення України. *Новости медицины и фармации*. 2007. № 215. С. 10–11.

10. Система психологічної профілактики та корекції суїцидальної поведінки. <http://kluby.if.ua/blog/view/sistema-psihologichnoyi-profilaktiki-ta-korektsiyi-suyitsidalnoyi-povedinki>

11. Федоренко Р. П. Психологія суїциду [Текст] : навч. посіб. / Раїса Петрівна Федоренко. – Луцьк : ВНУ ім. Лесі Українки, 2011. – 260 с. (Посібники та підручники ВНУ ім. Лесі Українки.)]

12. Яценко М.А. Освіта як фактор розвитку соціального капіталу / М.А. Яценко // Соціальні тех-

нології: актуальні проблеми теорії та практики. Вип. 81. – Запоріжжя: Класичний приватний університет, 2019. – С. 90-98.

13. Freeman D.G. Determinants of youth suicide: The easterlin-holinger cohort hypothesis reexamined. *American Journal of Economics and Sociology*. 1998. Vol. 57. No. 2. P. 183-199.

14. Gittel R., Vidal A. Community organizing. Building social capital as a development strategy. – California: SAGE Publications, 1998. – 206 p.

15. Kawachi I., Berkman L.F. *Neighborhoods and Health*. – New York: Oxford University Press, 2003. – 368 p.

16. Kawachi I., Kennedy B.P., Glass R. Social capital and self-rated health: a contextual analysis // *American journal of public health*. – 1999. – Vol. 89, № 8. – P. 1187–1193.

17. McCall P.L., Land K.C. Trends in white male adolescent, young-adult, and elderly suicide: Are there common underlying structural factors? *Social Science Research*. 1994. Vol. 23. No. 1. P. 57-81.

18. Szreter S., Woolcock M. Health by association? Social capital, social theory, and the political economy of public health // *International journal of epidemiology*. – 2004. – Vol. 33, № 4. – P. 650–667.

ПОВСЯКДЕННІ ПРАКТИКИ ТА СТИЛЬ ЖИТТЯ УКРАЇНЦІВ НА ТЛІ ВІЙНИ EVERYDAY PRACTICES AND LIFESTYLE OF UKRAINIANS AGAINST WAR BACKGROUND

Статтю присвячено аналізу соціальної дійсності українського суспільства крізь трансформації повсякденних практик, стилю життя українців під впливом неповсякденних соціальних чинників, зокрема війни в країні як крайнього виміру ризику, непевності та мінливості соціального простору. Розглянуто питання рутинізації неповсякденного, тобто інтегрування в українську повсякденність поведінкових практик, спровокованих специфічними явищами чи подіями, до яких відносимо і «епоху COVID-19», і війну в Україні з 2014 р. до сьогодні. Досліджено, як параметри актуального часопростору, нові соціальні обставини та події відображаються на ціннісно-поведінковому вимірі соціальних взаємодій, стилі життя українців, мовній лексиці тощо.

Визначено сутність поняття повсякденності з позиції мікросоціологічного підходу. Обґрунтовано зв'язок між концептами «спосіб життя», «стиль життя», «повсякденні практики». Зокрема, повсякденне життя інтерпретовано у різних вимірах: 1) як тло формування повсякденної реальності, повсякденних практик, яке визначається поняттям «спосіб життя»; 2) як сукупність сформованих повсякденних практик індивідів чи груп у ціннісно-поведінковому вимірі, які можна окреслити поняттям «стиль життя»; 3) як потік взаємодій між людьми, в яких реалізуються ці повсякденні практики.

На основі аналізу актуальних емпіричних розвідок вітчизняних соціологічних агенцій та дослідників виявлено специфіку повсякденності українців у час війни з позиції стилістичного підходу Г.-П. Муллера. Проілюстровано чотири основні виміри, у яких виявляються життєві стилі відповідно до зазначеного підходу: експресивну, інтерактивну, ціннісну та когнітивну поведінку українців у час війни.

Ключові слова: повсякденність, повсякденні практики, стиль життя, спосіб життя, мікросоціологічний підхід, війна.

The article is devoted to the analysis of the social reality of Ukrainian society through the transformation of everyday practices, lifestyle of Ukrainians under the influence of non-everyday social factors, in particular the war in the country as an extreme dimension of risk, uncertainty and variability of social space. The issue of routinization of non-everyday factors, that is, integration into Ukrainian everyday life of behavioral practices provoked by specific phenomena or events, which include the "era of COVID-19", and the war in Ukraine from 2014 to the present. It is investigated how the parameters of the current time space, new social circumstances and events are reflected in the value-behavioral dimension of social interactions, the lifestyle of Ukrainians, language vocabulary, etc.

The essence of the concept of everyday life is determined from the standpoint of the microsociological approach. The connection between the concepts of "way of life", "lifestyle", "everyday practices" is substantiated. In particular, everyday life is interpreted in various dimensions: 1) as a background for the formation of everyday reality, everyday practices, which is determined by the concept of "way of life"; 2) as a set of formed everyday practices of individuals or groups in the value-behavioral dimension, which can be delineated by the concept of "lifestyle"; 3) as a stream of interactions between people in which these daily practices are implemented.

Based on the analysis of current empirical studies of Ukrainian sociological agencies and researchers, the specifics of everyday life of Ukrainians during the war were revealed from the standpoint of the stylistic approach of G.-P. Mueller. Four main dimensions in which life styles are revealed in accordance with this approach: expressive, interactive, value-based and cognitive behavior of Ukrainians during the war.

Key words: everyday life, everyday practices, way of life, lifestyle, microsociological approach, war.

УДК 316.4

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.6>

Школяр М.В.

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

Вступ. Сучасна реальність змінює протік повсякденного життя людини, висуваючи вимоги до її здатності жити в умовах непередбачуваного та змінного світу. Тому все більшої актуальності набуває дослідження способів взаємодії людини з реальністю, її здатності до гнучкості та змін.

Нині важливим є дослідження особливостей трансформації повсякденних практик українців в умовах неповсякденних, нетипових для сучасного цивілізованого світу обставин – повномасштабної війни з усіма її атрибутами: насильством, масовою загибеллю людей, руйнуваннями міст і сіл, вимушеною міграцією, травматичним досвідом втрати звиклого способу життя для мільйонів людей та необхідністю адаптуватись до нових реалій. Особливо актуальним є питання рутинізації неповсякден-

ного, тобто інтегрування в українську повсякденність поведінкових практик, спровокованих специфічними явищами чи подіями, до яких відносимо і «епоху COVID-19», і насильство та смерть як тла повсякденних подій з 2014 р. Зупинимось на дослідженні того, як параметри актуального часопростору, нові соціальні обставини та події, пов'язані з війною, відображаються на ціннісно-поведінковому вимірі соціальних взаємодій, як змінився стиль життя українців у їхніх повсякденних практиках.

Виклад основного матеріалу. Повсякденність у всіх її проявах є об'єктом дослідження, насамперед мікросоціології, концептуальний арсенал якої дозволяє аналізувати феномени стрімкої перебудови рутин, модифікації та трансформації звичайних соціальних практик, висвітлюючи і роблячи більш явною логіку про-

цесів інтенсивної трансформації повсякденності, що відбуваються на наших очах упродовж останніх років (пандемія COVID-19, агресія росії проти України з 2014 року та повномасштабна війна з 2022 року). Тому, на нашу думку, варто зупинитись на визначенні того, які сенси вкладаємо у поняття «повсякденність», орієнтуючись на мікросоціологічний кут зору.

Як зазначає П. Штомпка, в останні десятиліття сучасні автори все частіше зводять соціологію від дуже абстрактного рівня соціологічних проблем соціально-економічних формацій, соціальних структур, соціальних процесів до рівня повсякденного життя людей серед інших людей, разом з ними, пліч-о-пліч з ними, у взаємодії, суперництві, конфлікті або боротьбі з ними, у коханні та ненависті, але ніколи наодинці, в ізоляції. До трендів у сучасній соціології вчений відносить суб'єктивістський поворот до вивчення інтенцій, мотивацій, суджень, що стоять за соціальними діями; агентний поворот до вивчення соціальних акторів та шляхів, якими вони створюють та конструюють соціальні структури, інституції, організації тощо; культурний поворот до пошуку непомітних, невидимих тканин із смислів, правил, цінностей, норм, уявлень, «звичок серця», які регулюють поведінку людей. [16]. Найвпливовішими авторами, які просували цю лінію соціологічного пошуку, були І. Гофман з його драматургією теорією, Г. Гарфінкель з його етнометодологією, А. Шюц, П. Бергер та Т. Лукман з їх феноменологічним підходом тощо [16]. Соціологи описують повсякденність з погляду конституювання суспільної свідомості, а також місця, де ця суспільна свідомість виявляє себе [3; 5; 7; 18].

Феноменологічний підхід обґрунтовує необхідність вивчення соціального світу як повсякденного (буденного) життєвого світу індивіда, причому не просто індивіда, а людини, яка відчуває, переживає, прагне до чогось. Завдання феноменологічної соціології полягає в тому, щоб прояснити, виявити і зрозуміти, як, яким чином люди структурують сприйнятий світ у своїй свідомості та як втілюють своє знання про нього у повсякденних практиках.

Повсякденність як тло дискретних подій, яким вона протиставлена як структурна безперервність, розглядається І. Гофманом. Важливим аспектом драматургічного підходу є так званий аналіз життєвого досвіду у певних «рамках» (frame analysis) чи «драматургічна перспектива» щодо діяльності. І. Гофман вважає, що будь-яка діяльність (а відповідно і весь життєвий досвід реальних людей) має бути розглянута з точки зору певної перспективи, кута зору або «фокусу камери», за допомогою якої її розглядають [5]. «Рамка», або обмежена перспектива сприйняття ситуації, є основою структурування множинних світів нашої жит-

тєдіяльності та необхідною умовою конструювання життєвого досвіду. Людина народжується в уже впорядкованому світі, поділеному на фрейми – первинні, сталі, «продиктовані дійсністю», і вторинні, сформовані в результаті трансформацій первинних (мистецтво; ігри і спортивні змагання; ритуали та ін.). Однак процес фреймування реальності не зупиняється ніколи: під впливом об'єктивних факторів створюються нові й нові фрейми [5].

Етнометодологічний підхід обґрунтований у роботах Г. Гарфінкеля, який розглядав повсякденність як сформульовану і реалізовану людьми систему повсякденних практик, що трактується як нормативні межі поведінки людей. Етнометодологія як напрям дослідження спрямована на вивчення способів інтерпретації, розуміння і впорядкування довколишнього світу індивідами у ситуаціях повсякденних взаємодій [7].

Повсякденність як «виворотний бік» соціальних структур та відносин, синонімічна до рівня соціальних взаємодій, соціальних практик постає у фокусі «третьої соціології» або соціології соціального існування П. Штомпки, концепції «габітусу» П. Бурдьє тощо [16; 4]. Зокрема, як зазначає П. Штомпка, макроструктури, макропроцеси, культури, цивілізації, технічні системи, організації, інституції фактично існують не десь далеко, «над людиною», а всередині нашого соціального існування і пронизують зсередини найпростіші повсякденні події, в яких ми безпосередньо беремо участь. Відповідно, практики можемо описувати як такі, що виробляються і відтворюються у повсякденних взаємодіях; і, навпаки, умовою можливості соціальних взаємодій є певний соціокультурний контекст у певному часопросторі.

Отже, під повсякденністю з позиції мікросоціології розуміються рутинні відносини між людьми, спосіб мислення, який складається на основі щоденного досвіду, соціальні норми та форми поведінки, що виникають у результаті повсякденного життя.

Повсякденність – це сукупність тілесних, духовних та поведінкових практик, які відтворюються автоматично та є нерелексивними (не задумуємось над ними). Повсякденне – це те, що відбувається «щодня», через те, що не дивує. Повсякденність ототожнюється з поняттям «звичка», «рутина», виявляється у численних знайомих явищах. Повсякденність відбуваються постійно і не переривається навіть незвичайними подіями, передбачаючи їх рутинізацію.

Ще не так давно з весни 2020 р. українська повсякденність зазнала суттєвих трансформацій внаслідок пандемії COVID-19, що змінила звиклі алгоритми функціонування суспільних інституцій, організацій, зачепила кожную

спільноту, сім'ю, особу, примусила кожного адаптуватися до нових форматів соціальної взаємодії: масковий режим, дистанціювання, ізоляція, віддалена робота та навчання, онлайн-комунікація тощо. Пандемія COVID-19 продемонструвала, як легко і просто оголюються приховані від замиленого погляду основи соціального порядку, коли світ стикається з нетиповими обставинами. Коли рутини руйнуються, люди це миттєво відчувають. За розгубленістю йдуть спроби зорієнтуватися у нових умовах і пристосуватися до мінливого контексту життя. Інакше кажучи, включаються механізми кристалізації нових практик, які мають шанс стати маркерами нових буднів для людей. Тому будь-яка схожа перебудова або реконфігурація відносин вкотре підтверджує, що соціальний порядок є крихким і стійким водночас. Повсякденність, ще не встигнувши зламатися, вже починає відновлюватися, нехай і у видозмінених форматах. Відбулись суттєві соціальні зрушення як на макро- та мезорівні соціальної системи, так і рівні повсякденних практик українців: більшість активностей перемістилась в інтернет-простір: е-банкінг, е-лернінг, інтернет-споживання, інтернет-доставки, інтернет-комунікації тощо. У кожного українця з'явилась можливість отримати навіть е-документ у застосунку «Дія», який покликає згенерувати всі ідентифікаційні документи. Він став перепусткою у разі наявності ковід-сертифіката про вакцинацію до активностей «допандемічного періоду»: відвідування кафе та ресторанів, магазинів, публічних місць тощо. У мову повсякденності, яка вкрай чутлива до суспільних змін, інтегрувались нові слова, що отримали для всіх однаковий сенс та відображали формат соціального життя як цілого суспільства, так і окремих спільнот: коронакриза, локдаун, дистанційка, антивакцинатори та ін. У мові ситуації взаємодії та її учасники типізуються, тобто підводяться під звичні та зрозумілі категорії. Типізації надають сенс будь-яким навіть новим явищам і тим самим вбудовують їх у життєвий світ як знайомі за замовчуванням.

Нині мова повсякдення змінилась. Новий соціокультурний контекст провокує виникнення у живій мові неологізмів – новостворених слів, термінів чи фраз, що описують навколишню дійсність у певному часопросторі. Так, війна призвела, серед іншого, й до нового сплеску словотворення. Нещодавно в Україні представили словник неологізмів української мови, які виникли від 24 лютого 2022 року [1]. Серед інших наведені, наприклад, такі нові поняття, як: «байрактарити», «джавелініти», «стінгерити», «бандеромобіль», «рашизм», «чорнобаїти», «за поребриком» тощо. Серед індексичних висловів, тобто слів, що отримали нові значення, АрміяInform називає: бавовна

(вибух у росії); град (російська реактивна система залпового вогню); мордор (росія); орк (російські військові, нелюдська істота); приліт (влучання ворожої ракети чи снаряда у що-небудь); тривога (сигнал про необхідність прямувати до укриття); чисте небо (відбій повітряної тривоги) тощо.

Кожен такий термін – це втілення певної ситуації та емоцій, які люди переживали в той чи інший період війни. Навіть якщо не всі слова активно використовуватимуться надалі, коли хтось згадає той чи інший термін, одразу буде зрозуміло, які процеси відбувалися тоді, як суспільство чи певні групи ставилися до цього, які емоції відчували [6]. Мовна лексика є важливим маркером повсякденності, адже вона прив'язана до певного місця, часу та обставин. Повсякденність можна визначити як звичайне щоденне існування з усім, що оточує людину: її побутом, середовищем, культурним тлом та мовною лексикою.

Реаліями українського суспільства сьогодні є війна, руйнування міст і сіл російським агресором, загибель тисяч людей, насильство, масова вимушена міграція великої кількості громадян із зони активних бойових дій у безпечніші регіони країни та за кордон, втрата більшістю з них житла, роботи, засобів для існування тощо. Повсякденність українців однозначно стала іншою після 24 лютого 2022. За результатами дослідження Соціологічної групи «Рейтинг», у перший місяць війни 44% українців довелося тимчасово розділитися зі своєю сім'єю, 19% громадян покинули своє місто/село на час війни (найбільше виїхало зі Сходу), 53% українців, які мали роботу до війни, сьогодні не працюють, 22% працюють у звичному режимі, 21% – віддалено або частково, лише 2% – знайшли собі нову роботу [15]. Вже у серпні, за даними Gradus Research, кількість громадян, які були змушені покинути свої домівки, становила близько 40% [9]. Це показники не лише економічних проблем, але і соціально-психологічних.

Порівняння з квітнем 2020 року демонструє, наскільки війна відрізняється від пандемії за рівнем своєї небезпеки та тривоги – частка тих, хто постійно на зв'язку із рідними зросла з 27% до 72%. Це так само стосується спілкування з друзями: ріст з 15% до 48% [15]. Зараз те, чим людина має можливість займатися, чим наповнюватися, заспокоюватися – ці ресурси критично звужені, актуалізується потреба знати і відчувати, що близькі люди у безпеці. Комунікація з ними стала вагомим ресурсом зниження напруги у вкрай непевний та небезпечний час.

На жаль, за рік повномасштабної війни росії проти України для жителів територій, де ведуться активні бойові дії, звичними стали обстріли, «прильоти», облаштування

побуту в підвалах, пристосування до «графіків обстрілів» та відключень електроенергії тощо. Повсякденними стають ситуації, які часто повторюються в такій схожій формі, що вже не сприймається їх унікальність, яку вони можуть мати. Влучний, на наш погляд, приклад рутинізації неповсякденного наводить у своїй статті український соціолог О. Шульга, цитуючи оповідання Рея Бредбері «Сміттяр», написане у 1953 р. Так, головний герой працює водієм сміттєвоза й одного разу приходить додому з новиною, що скоро його машина використовуватиметься не за прямим призначенням, а для перевезення жертв ядерних ударів, які мають статися. У цьому короткому оповіданні письменник-фантаст описує гіперболізовано швидкий шлях героя від початкових шоку й нерозуміння, чому взагалі таке може бути, до виключно інструментального підходу – як краще вкласти трупи в один кузов і скільки тіл туди ввійде за раз [17]. Автор статті зазначає, що таких переходів від екзистенційного «чому?» до прагматичного «як?» в українському суспільстві за останні вісім років (від часу окупації Криму та захоплення росією частини Луганської і Донецької областей України в 2014 р.) було чимало. Насильство розгорталось по спіралі й поступово рутинізувалось: перші загиблі шокують, але вже наступні жертви не справляють такого ефекту ні на учасників, ні на решту суспільства, зведення про кількість загиблих та поранених, а також повернуті під контроль населені пункти стають невід'ємною частиною випусків новин та інформаційних стрічок. Тут ідеться не про вимушених переселенців, мільйони жителів міст і сіл обабіч лінії зіткнення і сотні тисяч військових та бійців добровольчих батальйонів, оскільки ці категорії громадян і їхнє сприйняття тих подій варто розглядати окремо. Як зазначає О. Шульга, *після рутинізації насильства на Євромайдані відбулася рутинізація бойових дій на Донбасі. Із нею відбулася й рутинізація відлуння бойових дій на решті території країни* [17]. Сьогодні ми маємо справу із «рутинізованою війною».

Українська сучасність характеризується не тільки множинністю, тобто одночасним існуванням кількох варіантів соціального світу в одному тимчасовому та просторовому континумі, а й постійною зміною цих варіантів у непередбачуваному напрямі та з невизначеним змістом. Так, різні регіони України по-різному переживають повномасштабне військове вторгнення росії: від травматичного досвіду життя в окупації, масованих обстрілів, руйнувань, загибелі мирних жителів та військових внаслідок повномасштабних бойових дій у північних, південних, східних, центральних регіонах країни, масової вимушеної внутрішньої міграції у західні регіони, які стали прихистком

для тисяч постраждалих від російської агресії та відносно безпечним місцем в умовах війни, до сирен, що сповіщають про «повітряну тривогу» в усіх областях країни, адаптацією громадян до нових «правил гри» у сфері освіти, професійної діяльності, дозвілля, організації побуту та щоденного життя, перегляду життєвих пріоритетів та ієрархії цінностей тощо.

У рамках сучасної соціології повсякденності спеціальному розгляду піддається найширший спектр явищ «виворітної сторони» життя суспільства: зонування місця проживання в побуті та на роботі; хронометраж часу буденного та вихідних днів, періоду праці та відпустки, а також форми дозвілля; рольові функції у різних контактних групах, тактики мовної поведінки та специфіка міжособистісної взаємодії у спеціальних установах; порядок соціалізації різних громадських груп; форми харчування, починаючи від складу продуктового кошика, закінчуючи специфікою спілкування та поведінки за столом; щоденні та святкові ритуали, модифікації етикету, уніформа та мода; статусні значення користування складною технікою, а також багато інших сторін різних сфер життя.

Усі ці активності, соціальні практики, їх атрибути та антураж ілюструють те, що ми можемо назвати стилем життя індивіда чи групи. Соціологи часто використовують як синоніми такі поняття, як «звичайне щоденне існування», «повсякденні практики» або «рід/спосіб життя», «стиль життя».

Слід зауважити, що поняття «стиль життя» та «спосіб життя» не є тотожними. Повсякденне життя у взаємозв'язку з поняттями «спосіб життя» та «стиль життя» можна розглядати з точки зору різних аспектів: 1) як тло формування повсякденної реальності, повсякденних практик, яке визначається поняттям «спосіб життя» (детермінується соціальними, культурними, економічними принципами організації життя, тобто об'єктивними факторами); 2) як сукупність сформованих повсякденних практик індивідів чи груп у ціннісно-поведінковому вимірі, які можна окреслити поняттям «стиль життя» (детермінується певною суб'єктивною реальністю, самою особистістю, містить як раціональні, так і ірраціональні компоненти); 3) як потік взаємодій між людьми, в яких реалізуються ці повсякденні практики.

Стиль життя трактується нами насамперед як сукупність стійко відтворюваних зразків поведінки у повсякденному житті, тобто повсякденних практик у певному соціокультурному контексті. Стиль життя можна розкрити через поняття повсякденних практик, які відтворюються в дискретних соціальних подіях як елементах життєвого світу, за П. Штомпокою [16], чи як систематичний продукт габітусу, тобто відрефлексована щоденна звичка, за

П. Бурдье [4]. Габітус – цілісна система диспозицій сприйняття, оцінювання, класифікації та дій, результат досвіду та інтеріоризації індивідом соціальних структур, що носить несвідомий характер. Габітус є результатом індивідуальної історії і соціального досвіду індивіда, формується середовищем, отже, схожі умови, тобто позиції індивіда, генерують подібні габітуси членів групи. Стиль життя складається із практик у різноманітних полях: споживання, дозвілля, праця, здоров'я, участь у політиці тощо. Виявити конкретний стиль життя у найбільш загальному вигляді означає розподілити людей на групи, які б відрізнялися низкою притаманних для них практик у кожному з полів, та описати ці практики [4].

Важливим у з'ясуванні сутності стилю життя є визначення його структурних елементів як критеріїв типізації. Тут варто згадати стилі життєвий підхід Ганса-Петера Мюллера, який визначає життєві стилі як структуровані в просторі й часі зразки «ведення власного життя». При цьому такі зразки залежать від: 1) матеріальних і культурних ресурсів індивіда, 2) форми родини, характеру влаштування домашнього та сімейного життя, 3) ціннісних настанов індивіда. Ресурси задають життєві шанси, визначають можливості вибору. Форма родини і характер улаштування дому вказують на єдність способу життя, житла і споживання. Ціннісні настанови визначають життєві цілі, формують менталітет. Стиль життя включає матеріальний субстрат (економічний полюс стилю життя) та ідеальний субстрат (культурний полюс). Матеріальний та ідеальний субстрати як полюси поняття життєвого стилю утворюють структурну рамку для чотирьох основних вимірів, у яких виявляються життєві стилі: експресивна, інтерактивна, ціннісна та когнітивна поведінка [10].

Використовуючи рамку структурування стилю життя, за Г.-П. Мюллером, на основі аналізу актуальних емпіричних розвідок вітчизняних соціологічних агенцій та дослідників, ми намагатимемось проілюструвати зміни повсякденних практик українців, їх стилю життя у ситуації війни як крайнього виміру ризику, непевності, невизначеності та мінливості соціального простору.

Оскільки війна проходить крізь стратифікаційні рамки, розмиває кордони соціальних класів та прошарків, територіальних меж, демографічних, культурних, професійних, майнових маркерів соціальних спільнот, зачіпаючи рівною мірою всіх, ми будемо ставити акцент на трансформаціях стилю життя українців загалом, не деталізуючи специфіку зміни стилю життя окремих соціальних груп до та в час війни. Хоч, звичайно, розуміємо, що різні типологічні спільноти можуть мати різний потенціал у контексті адаптації до умов війни.

Наприклад, заможніші громадяни, навіть за умов втрати житла чи переїзду, не зіткнуться з тими труднощами, що громадяни без засобів існування; молодь, порівняно зі старшим поколінням, гнучкіша до змін та мобільніша і у сенсі переїзду, і у сенсі перебудови своїх життєвих траєкторій тощо.

Перший вимір стилю життя за Мюллером – «експресивна поведінка» українців (дозвіллова та споживацька активність) характеризується зміною споживацьких практик у бік обмежень та мінімізації фінансових ризиків: українці більше купують речі першої необхідності та не ризикують витратити гроші на дорогі варіанти речі [19]. На це вплинули втрата частиною громадян роботи, виснаження заощаджень, вимушена потреба переїзду в безпечніші регіони, невизначене економічне майбутнє кожної сім'ї та країни. Щодо дозвілля, то українці схильні утримуватись від подорожей під час відпустки як країною, так і за кордон, від активного відпочинку на природі, відвідування ресторанів тощо. Переїзди під час війни – це більше, на жаль, про вимушену необхідність [11; 14].

Однак, наскільки це можливо, люди намагаються повернути собі хоча б невелику частку «нормального життя»: спорт, турботу про власне здоров'я та зовнішній вигляд, побудову планів на майбутнє (спостерігається бажання українців бути більш активними у подорожах, здобутті освіти, професійній реалізації після війни) [11; 14].

Другий вимір стилю життя – «інтерактивна поведінка», що безпосередньо виражається у формах спілкування, характеризується тим, що українці більше, ніж до війни, мають потребу у спілкуванні з рідними, близькими, друзями та сусідами, і намагаються її задовольняти. Цінність людського спілкування отримала більшу вагу, ніж до війни [11; 15].

Третій вимір – «ціннісна поведінка», пов'язана з різними ціннісними орієнтаціями й настановами (така поведінка виявляється, зокрема, в релігійній сфері у прихильності до тієї чи іншої церкви, а в політичній, насамперед у певній електоральній поведінці тощо), засвідчує, що кількість віруючих людей не змінилась порівняно з довоєнним періодом і становить близько 60%. На 3% зросла кількість українців, хто вірить, однак інколи сумнівається (з 14% у 2021 до 17% у 2022) [14]. Щодо політичних інтересів та електоральних уподобань, то українці впевнені у перемозі над росією (98%). Із початком бойових дій кардинально змінилося ставлення українців до Президента України В. Зеленського: якщо у грудні 2021 р. повну або часткову довіру йому (сума відповідей «скоріше, довіряю» і «повністю довіряю») висловлювали 27,2% опитаних, то 4–6 березня 2022 р. – 75,1% [2]; на червень 2022 р., за оцінками Соціологічною групою «Рейтинг»,

схвалює діяльність В. Зеленського 91% громадян. Більшість українців не готові поступитися частиною території країни, а підтримка членства в НАТО різко зросла (з 59% в квітні 2022 до 72% у червні 2022) [13].

Ціннісна шкала українців в умовах війни зазнала незначних змін. Загалом спостерігається динаміка у бік цінностей самовизначення та відкритості до змін. Традиційно домінують універсалізм та доброта. На високому рівні залишилися конформність і на протипагу їй самостійність. Також значимими є цінності безпеки і традиційності. Найменше, як і минулого року, українці цінують багатство. За рік дещо зросли значення цінності традиційності, гедонізму, стимуляції та особливо самостійності [12].

Також спостерігається зростання рівня альтруїзму та залученості українців до допомоги іншим. Про свою участь у благодійницькій чи волонтерській діяльності повідомили загалом 64% опитаних, у 2020 році таких було 47%. Більше людей почали ставити інтереси групи, колективу вище за власні інтереси – у серпні 2020 таку позицію вибирали 39% українців, а зараз – 44%. У словник мови повсякденності також ввійшло слово «задонати», тобто зробити пожертву. Найчастіше воно вживається у контексті збору коштів на потреби ЗСУ. На питання «Якщо б у Вас була можливість збільшити фінансування армії або освіти та культури, що б Ви підтримали?», варіант «Армія» вибрали 66% опитаних. Два роки тому цю альтернативу підтримували 29% респондентів [8].

Щодо четвертого виміру – «когнітивної поведінки», яка означає насамперед самоідентифікацію та сприйняття соціального світу, то абсолютна більшість опитаних ідентифікує себе як громадян України – 94% (87% у 2021 р.). Майже стільки ж – мешканцем свого регіону. Половина ідентифікують себе з європейцями проти 40% у 2021 р. Близько 30% – ні. «Радянською людиною» ототожнюють себе майже 10%, натомість більше 80% – ні (проти 76% у 2021 р.). Щодо громадянської ідентичності, то не фіксується відчутних відмінностей у регіональному та віковому розрізі. Окрім того, європейцями себе частіше вважає молодь, а «радянською людиною» – старші [12].

Щодо самоідентифікації та мови, то продовжує зростати кількість тих, хто частіше розмовляє українською вдома. Так, сьогодні 51% зазначили, що розмовляють вдома українською (у квітні 2022 – 48%), третина – двома мовами, 13% – російською. Більше половини мешканців Півдня і Сходу двомовні, близько чверті – російськомовні. Використання російської у побуті зменшилося приблизно вдвічі. 76% вказали українську мову як рідну, 19% – російську. При цьому 30% російсько-

мовних вважають своєю рідною українську [12]. Така ситуація з усвідомлення українцями потреби розмовляти державною мовою є зрозумілою, оскільки війна спровокувала різке посилення негативних настроїв щодо росії як країни-агресорки, росіян та, відповідно, російської мови.

Слід також зауважити, що в умовах війни люди визнають, що перестали контролювати своє життя, і не можуть взяти на себе відповідальність за те, що відбувається. На думку 54%, їхнє життя залежить від зовнішніх обставин більше, ніж від них самих. Два роки тому таких було 40%. Майже вдвічі збільшилась кількість громадян (з 28% до 48%), що не несуть жодної відповідальності за стан справ у своєму місті чи селі [8]. Драматичні та трагічні події на локальному, регіональному та національному рівнях втрутилися у долі людей, впали на їхні голови неочікувано та зненацька, суттєво змінили їхні плани та очікування від життя, трансформували звиклий стиль життя.

Але життя йде своєю чергою і в епохи лихоліття люди сплять, їдять, дарують один одному подарунки, одружуються, народжують дітей, відзначають свята, навіть коли за вікном війна. Соціальне життя відтворюється та трансформується у повсякденних практиках, зміст яких можемо зрозуміти, наклавши рамку стану суспільства в певний момент. На жаль, для України таким моментом нині є війна.

Висновки. Організована повсякденність завжди так чи інакше (у більш-менш модифікованому вигляді) вибудовувалася і в часи екстремальних подій. Ведучи мову про зміни повсякденного досвіду, ми говоримо не стільки про модифікацію формальних структур повсякденності як таких, скільки про їх змістове наповнення, яке завжди неминуче змінюється у перманентно плінному потоці соціальних інтеракцій внаслідок змін соціокультурного контексту.

В умовах постмодерного суспільства, насиченого ризиками та якістю якого є невлонима плінність, часто відбуваються події, що вибивають соціальне життя з рівноваги, і це змушує людей різко адаптувати свої повсякденні репертуари взаємодій до актуального часопростору. Для України такими подіями останніх років стали, як уже згадувалось неодноразово, пандемія коронавірусу, військові дії на Сході України, спровоковані агресією росії, а особливо повномасштабна війна країни-агресорки проти України. Досвід мирного життя цілих поколінь стає неактуальним. Соціалізація минулих десятиліть, що сформувала «габітус» (навички, патерни, знання...) людей, може не працювати як засіб соціальної адаптації актора сьогодні. Змінюються ціннісні профілі і життєві уклади, трансформуються як індивідуальні, так і групові життєві стилі, з'являються нові іден-

тифікації. Стиль життя стає одним зі значущих соціальних ресурсів формування ідентичності та самореалізації особистості.

Нова дійсність переступає наш «особистий простір», інтегруючись новим набором правил у щоденну рутину: спускатись в укриття під час повітряних тривог, не фотографувати/знімати відео «прильотів» та не скидати їх у мережу; не перебувати на вулиці в комендантську годину; донатити для потреб ЗСУ тощо. Неминуче відбувається рутинізація нового досвіду. Війна виконує роль потужного провокатора, що будить «режим небезпеки», який вимагає від українців адаптації та реставрації зруйнованих соціальних рутин (або генерування нових). Після шокowego перевантаження обов'язково слідує рутинізація, що означає неминучість виробництва соціального порядку, тобто упорядкування соціального життя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. АрміяInform представляє словник неологізмів української мови. 2022. URL: https://armyinform.com.ua/2022/07/20/armiyainform-predstavlyaye-slovnuk-neologizmiv-ukrayinskoji-movu/?fbclid=IwAR3dAgMt97PuBusFAtE6kFyqIQ_9F_gg1-I4P8Qg432SMS0PoStSlbTRT9I.
2. Балакірева О.М., Дмитрук Д.А. Війна в Україні: сприйняття населенням та її вплив на якість життя. *Український соціум*. 2022. № 1 (80). С. 116–122.
3. Бергер П., Лукман Т. Социальное конструирование реальности. Трактат по социологии знания. Москва : Медиум. 323 с.
4. Бурдые П. Структура, габитус, практика. *Журнал социологии и социальной антропологии*. 1998. Т. 1. № 2. С. 40–58.
5. Вахштайн В.С. Социология повседневности: от «практики» к «фрейму». И. Гофман. Анализ фреймов: эссе об организации повседневного опыта. Москва : Институт социологии РАН. 2003. *Социологическое обозрение*. 2006. Том 5. № 1. С. 69–75.
6. Війна змінила не лише життя, але й мову: з'явилися неологізми і багато лайки. 2022, липень. URL: <https://tsn.ua/ato/viyna-zminila-ne-lishe-zhittya-ale-y-movu-z-yavilis-neologizmi-i-bagato-layki-2107099.html>.
7. Гарфинкель Г. Исследования по этнометодологии. Санкт-Петербург : Питер. 2007. 335 с.
8. Ліберальні цінності українців на тлі війни – дані дослідження. 2022, червень. URL: https://gradus.app/documents/276/Liberal_Values_UKR.pdf.
9. Міграція та соціально-політичні настрої під час повномасштабної війни росії проти України – восьма хвиля дослідження. 2022, серпень. URL: https://gradus.app/documents/290/Gradus_EU_wave_UA.pdf.
10. Міняйло І. Поняття стилю життя: можливості операціоналізації в рамках досліджень соціальної стратифікації. *Наукові записки. Соціологічні науки*. 2006. Том 58. С. 80–84.
11. Планувати чи робити? 2022, червень. URL: https://gradus.app/documents/280/Plan_or_do_Shopping_and_leisure_of_Ukrainians_during_the_war_UKR.pdf.
12. Сімнадцяте загальнонаціональне опитування: Ідентичність. Патріотизм. Цінності. 2022, серпень. URL: https://ratinggroup.ua/files/ratinggroup/reg_files/rg_ua_1000_independence_082022_xvii_press.pdf.
13. Суспільно-політичні погляди в Україні. 2022, червень. URL: https://ratinggroup.ua/files/ratinggroup/reg_files/2022_june_survey_ua.pdf.
14. Чотирнадцяте загальнонаціональне опитування: Психологічні маркери війни. 2022, червень. URL: https://ratinggroup.ua/files/ratinggroup/reg_files/rg_1200_ua_psychoMarkers_062022_%D1%85_v_press.pdf.
15. Шосте загальнонаціональне опитування: адаптація українців до умов війни. 2022, березень. URL: https://ratinggroup.ua/files/ratinggroup/reg_files/rg_ua_1000_ua_032022_v_press.pdf.
16. Штомпка П. В фокусе внимания повседневная жизнь. Новый поворот в социологии. *Социологические исследования*, 2009. № 8. С. 3–14.
17. Шульга О. Рутинізація небезпеки по-українському: від епідемії до війни. 2022, лютий, 12. URL: <https://zn.ua/ukr/internal/rutinizatsija-nebezpeki-po-ukrajinskomu-vid-epidemij-do-vijni.html>.
18. Шюц А. О множественности реальностей. *Социологическое обозрение*. 2003. Т. 3. № 2. С. 3–34.
19. Як змінились життя і поведінка українців – інсайти із досліджень воєнного часу. 2022, травень. URL: https://gradus.app/documents/216/Gradus_Dentsu_05052022.pdf.

СЕКЦІЯ 3 СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ

РАШИЗМ ЯК ІДЕОЛОГІЯ: СПРОБА СОЦІОЛОГІЧНОЇ ІНТЕРПРЕТАЦІЇ RASHISM AS AN IDEOLOGY: AN ATTEMPT AT SOCIOLOGICAL INTERPRETATION

Після повномасштабного вторгнення росії в Україну поняття «рашизм» набуло широкого поширення в українському суспільстві і вийшло за його межі. Термін «рашизм» походить з двох слів, які накладаються одне на одне – фашизм та Russia. Тобто рашизм – це скорочення від російський фашизм, очевидна також його співзвучність з расизмом, який є одним з ключових складників фашизму. Метою статті є спроба розгляду рашизму як сучасної політичної ідеології та соціальної практики владного режиму росії кінця XX – початку XXI століття, що базується на ідеях «особливої цивілізаційної місії» росіян, «старшості братнього народу», нетерпимості до елементів культури інших народів; на тоталітаризмі й імперіалізмі радянського типу, використанні російського православ'я як моральної доктрини та на геополітичних інструментах впливу. До формування рашизму як ідеології слід віднести більшу частину війн на теренах суверенних держав, що входили до складу СРСР. Відмінною рисою свідомості рашистів є надія на силу. Важливою ознакою рашистів є розуміння історії росії як набору культових дат, яким рашисти поклоняються і в які вірять. У результаті нашого дослідження пропонується таке визначення рашизму – це уособлення расистської, ксенофобської, шовіністичної, популістської ідеології, що підтримується більшістю російського населення і реалізується в агресивній та злочинній зовнішньополітичній діяльності росії. Рашизм XXI ст. – це логічне продовження росіянізму XIX ст. та сталінізму й постсталінізму XX ст. Рашизм є варіантом синтезу таких понять, як «фашизм», «нацизм», «комунізм», і має бути засуджений як людина-незалежна ідеологія та практика. Руйнація такої ідеології можлива виключно як наслідок руйнації рф не тільки як імперії, а як держави загалом. Поняття рашизму має бути зафіксоване у міжнародно-правових документах як сучасний російський еквівалент фашизму.

Ключові слова: політична ідеологія, рашизм, фашизм, нацизм, російсько-українська війна.

After the full-scale Russian invasion of Ukraine, the concept of rashism became widespread in Ukrainian society and went beyond it. The term rashism comes from two words that are superimposed on each other – fascism and Russia. That is, rashism is an abbreviation of Russian fascism, and its consonance with racism, which is one of the key components of fascism, is also obvious. The purpose of the article is an attempt to consider rashism as a modern political ideology and social practice of the Russian regime of the late 20th – early 21st century, based on the ideas of the “special civilizational mission” of Russians, “the seniority of a brotherly people”, intolerance to elements of the culture of other nations; on totalitarianism and imperialism of the Soviet type, the use of Russian Orthodoxy as a moral doctrine, and on geopolitical instruments of influence. The formation of rashism as an ideology should be attributed to the majority of wars on the territory of sovereign states that were part of the USSR. A distinctive feature of the rashist consciousness is hope for strength. An important feature of the rashists is the understanding of the history of Russia as a set of cult dates, which the rashists worship and believe in. As a result of our research, the following definition of rashism is proposed – it is the personification of racist, xenophobic, chauvinistic, populist ideology, which is supported by the majority of the Russian population and is implemented in Russia's aggressive and criminal foreign policy activities. Rashism of the 21st century is a logical continuation of Russianism of the 19th century and Stalinism and post-Stalinism of the 20th century. Rashism is a variant of the synthesis of such concepts as fascism, Nazism, communism and must be condemned as a misanthropic ideology and practice. The destruction of this ideology is possible only as a result of the destruction of the Russian Federation not only as an empire, but as a state in general. The concept of rashism should be recorded in international legal documents as the modern Russian equivalent of fascism.

Key words: political ideology, rashism, fascism, nazism, russian-ukrainian war.

УДК 316.75:323.13(=161.1):355.01(470+571:477)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.7>

Безрукова О.А.

д.соц.н., доцент,
завідувач кафедри галузевої соціології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Постановка проблеми. Після повномасштабного вторгнення росії в Україну поняття «рашизм» набуло широкого поширення в українському суспільстві і вийшло за його межі. Так, у статті для The New York Times американський історик Тімоті Снайдер характеризує сучасний російський режим як фашистський, але для розрізнення його з подібними політичними ідеями XX ст. пропонує власний тер-

мін – «шизофашизм», зазначаючи, що в Україні прийнято послуговуватися назвою «рашизм» [12]. Термін набув значного поширення під час російсько-грузинської війни 2008 року. Більш широке поширення цього терміна припало на період початку російсько-української війни в 2014 році, а саме анексії АР Крим російською федерацією, збиття літака Boeing 777 біля Донецька 17 липня 2014 та війни на Сході

України. Міжнародне використання цього терміна відбулось після початку російського вторгнення в Україну 2022 року.

Припускаємо, що однією з причин поширення саме цього слова для позначення політичного устрою країни-агресора була зрозумілість сенсів, які вкладалися в нього. Так, термін «рашизм» складається з двох слів, які накладаються одне на одне – фашизм та Russia. Тобто рашизм – це скорочення від російський фашизм, до того ж очевидна співзвучність з расизмом, який є одним з ключових складників фашизму.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Італійський філософ У. Еко, аналізуючи фашизм та практики нацизму, зазначав, що, попри безліч відмінностей між різними тоталітарними системами з різними назвами, вони мають дещо спільні характеристики. Еко звертає увагу, що досить бодай однієї з них, щоб навколо неї «почав згущуватися фашизм». У своїх публічних коментарях результатів соціологічних досліджень періоду війни, ставлення українців до росіян і росіян до українців питання визначення російської політичної ідеології висвітлювали Є. Головаха [2], В. Паніото [10]. Ознаки російського фашизму та його геноцидні практики досліджують українські вчені О. Кривдик, Л. Якубова, С. Дацюк, А. Дробович, О. Гринів, О. Костенко, П. Олещук, О. Романчук.

Постановка завдання. Метою є спроба розгляду рашизму як сучасної політичної ідеології та соціальної практики владного режиму росії кінця ХХ – початку ХХІ століття, що базується на ідеях «особливої цивілізаційної місії» росіян, «старшості братнього народу», нетерпимості до елементів культури інших народів; на тоталітаризмі й імперіалізмі радянського типу, використанні російського православ'я як моральної доктрини та на геополітичних інструментах впливу, насамперед енергоносій для європейських країн, військовій силі, стосовно країн, що входять до кола впливу російської федерації.

Виклад основного матеріалу дослідження. Рашизм є різновидом нацизму, фашизму і синонімом терміна «російський нацизм». Термін «рашизм» штучно утворений шляхом поєднання англійської назви Russia (тобто росія, вимовляється: раша) із терміном «фашизм». Рашизм є різновидом тоталітарної, фашистської ідеології, це поєднання основних засад фашизму і сталінізму. Він є обґрунтуванням геополітики Росії, спрямованої на окупацію та анексію територій інших держав під девізом «збирання земель російських».

Уперше термін введений російським письменником та публіцистом Олександром Герценом у романі «Минуле і думи» (1868) у формі «росіянізм» для позначення екстремістського

напрямку в москвофільстві. Серед численних радикальних націоналістичних рухів 1990-х у росії ультраправа фашистська «Народна Національна Партія» росії (ННП), що заснована в 1994 році, натхненна фашизмом італійського типу, як захисниця російського православ'я і козацьких рухів, поширювала ідеологію, яку називала «росіянізм». Ця ідеологія була комбінацією популізму, расового та антисемітського містицизму, національного екологізму, православ'я та ностальгії за царем. Партія налічувала кілька тисяч членів, однак історично впливала через відомі газети «Я русский», «Наследие предков» та «Эра России». Партія незабаром зазнала проблем із законом, газета «Я русский» була заборонена у 1999 році й Іванов-Сухаревський, її засновник, засуджений до кількох місяців тюремного ув'язнення, однак після звільнення він тривалий час залишався важливою фігурою в колах, близьких до Спілки письменників росії, і проводив далі свою діяльність [11].

До формування рашизму як ідеології слід віднести більшу частину війн на теренах суверенних держав, що входили у склад СРСР, а саме: Придністровський конфлікт; Перша російсько-чеченська війна 1994–1996 рр.; Друга російсько-чеченська війна 1999–2009 рр.; Російсько-грузинська війна 2008 р.; Російсько-українська війна з 2014 р.

Вважається, що термін «рашизм» привертає увагу науковців пострадянського простору починаючи з 90-их років ХХ ст. У той період його використовували для позначення мілітаристської політики росії, яка в офіційному дискурсі вмотивовувалася національними інтересами новоутвореної держави. Перша ж хвиля не локального, а масового поширення слова рашизм пов'язана з подіями 2008 року, коли росія окупувала Абхазію та Цхинвальський регіон Грузії. У словниковий запас українців це поняття входить після окупації півострову Крим та початку війни на Сході України у 2014 році, але найбільша поширеність як у медіапросторі, так і в повсякденному спілкуванні термін «рашизм» набуває після 24 лютого 2022 р., коли спроба повністю захопити суверенну державу і неприкрите ігнорування міжнародного гуманітарного права створило чітку асоціацію між сучасною росією і гітлерівською Німеччиною як в українців, так і у всьому цивілізованому світі [5].

Про рашизм ЗМІ зазвичай говорять як про ідеологію (іноді як про квазі-ідеологію), подаючи це як аксіому, але для правомірності використання такого позначення потрібно навести обґрунтування, яке проілюструє, що рашизм підпадає під це визначення. Тому спробуємо навести характеристики ідеологічної суті рашизму:

1) наявна чітка (не завжди вербально висловлена або десь зафіксована, але виражена в діях) система переконань щодо політичного, економічного і соціального устрою росії (пряма вертикальна ієрархічна модель; великі фінансові вливання у військовий сектор; розподіл на центр і периферію за якого з республік, де більшість населення – національні меншини, викачуються ресурси, але при цьому не вкладаються кошти у розвиток, що перетворює їх на так звані «депресивні регіони» [4]);

2) зазначене у першому пункті відображає інтереси конкретної групи населення, а саме верхівки росії, яка не змінювалася протягом 20 років;

3) за допомогою пропаганди політична еліта росії на ціннісному рівні закріпила імперські ідеї, які і до того існували у російському соціумі (за «розширеною» теорією Т. Парсонса відображенням ідеології виступає система суспільних цінностей) [3, с. 319–320];

4) поширення російськими державними каналами думки про західного ворога, якому можна протистояти лише за умови агресивної політики й залякування. Тобто створена ілюзія безальтернативності режиму у росії, якщо за ціль ставиться збереження суверенності. Таким чином, ідеологія виступає виправданням і апологією (захистом) наявного ладу, що підпадає під визначення К. Мангайма;

5) за останні 8 років стало помітно, що громадяни країн, які росія вважала сферою свого впливу, хочуть позбутися впливу північного сусіда. В Україні відбувся «Майдан» наприкінці 2013 – початку 2014 років; у Білорусії акції протесту проти режиму Лукашенка у 2020–21 роках; у січні 2022 року виступи у Казахстані. Ці факти говорять про очевидну кризу впливу росії в регіоні. Тому у цей період рашизм починає активно поширюватися як обґрунтування «права» втручатися у внутрішні справи незалежних держав за рахунок спільного минулого, викликаного окупацією й надуманою загрозою, яка згадувалася вище. Ідеї, які актуалізуються у кризовий період, – це ідеологія (У. Матц) [7].

В основі рашизму, який уже цілком сформувався в офіційну ідеологію, лежать заперечення сили права й утвердження права сили, неповага до суверенітету сусідів і самотвердження через свавілля і насильство. Першочерговими ознаками рашизму є агресивна ненависть до інших людей, думка яких відрізняється від типової пропаганди російської федерації. Однією з основ рашизму є ідеологія духовної теорії Російської православної церкви про «богообраність» росіян. Таким чином, ми бачимо, що використання терміна «ідеологія» стосовно рашизму цілком виправдане.

Необхідно також розглянути основні ознаки рашизму, щоб наочно продемонструвати їх

співпадіння з фашистськими ідеями гітлерівської Німеччини. Поруч з цим буде надаватися порівняння рашизму зі сталінізмом, оскільки ключові засади російського національного міфу – це перемога в Другій світовій і позиціонування СРСР і теперішньої росії як головних борців з фашизмом/нацизмом у всіх його проявах.

1. Реваншизм і соціальна травма. Німеччина програла у Першій світовій війні і як наслідок підписала Версальський мирний договір, який сприймався німцями як ганебний, що призвело до колективної образи на всіх причетних до встановлення нової системи міжнародних відносин і бажання відновити «історичну справедливість». У випадку СРСР поразок, які викликали невдоволення, було дві. Перша 1905 року, коли ще існувала Російська імперія. Деякі можуть не погодитися щодо колективної травми на основі саме цього програшу, але заява Й. Сталіна як голови держави після капітуляції Японії говорить про інше: «Ми, люди старшого покоління, чекали на це 40 років». Ці слова вказують на те, що особи, які станом на 1905 рік були свідомого віку, не забули ганебної поразки значно меншій і, як вважалося, слабшій країні. Друга соціальна травма, на наш погляд, була викликана невдалим для росії закінченням Першої світової. Російська імперія несла величезні втрати і програвала на полях битви, тому коли більшовики прийшли до влади було підписано Брест-Литовський мирний договір з Німеччиною. У результаті Антанта, у складі якої була росія, виграла і отримувала від цього різні преференції, а комуністична росія знаходилася у стороні з величезними втратами через підписаний незадовго до перемоги сепаратний мир. Більшість населення могла сприйняти такий підсумок як змову інших країн і велику несправедливість.

Щодо росії, то вона визнала себе правонаступницею СРСР, який розпався, поклавши кінець Холодній війні і, очевидно, програвши в ній. У людей, які виховувалися у парадигмі величчю Союзу, ця подія мала викликати когнітивний дисонанс між тим, що чув усе життя і реальністю. Пройшовши через кризу ідентичності і прийнявши нові реалії, громадяни тепер уже росії, за допомогою ЗМІ, яким їх вчили довіряти, і нового лідера, який з'явився наприкінці 90-х з розповідями про «величне минуле», і не менш величне майбутнє, ідею про конкурентоспроможність росії із США й віру у перемогу над старим ворогом, якому «пощастило», що СРСР розпався.

2. Культ особи. Кожна із зазначених ідеологій уособлювалася фігурою харизматичного лідера (у розумінні М. Вебера), чий імідж ретельно вибудовувався за допомогою медіа. Їх образи виокремлюються схожим акцентом на маскулітності за допомогою привертання

постійної уваги до військового чи пов'язаного зі спецслужбами минулого. Цікавим також є намагання показати цих людей з протилежних сторін. Вони виступають «вождями народу», яким заготовлено «особливу місію» і водночас розповідається про їхній шлях до посади, тобто підкреслюється, що вони люди з народу. На наш погляд, амбівалентна за своєю суттю трансляція образу, спрямована на формування зв'язку між громадянами й очільником, з одного боку, і зрощенні непохитного авторитету – з іншого. Тобто це гра на архетипі батька, якого в традиційній культурі було прийнято однаковою мірою боятися і любити, і, звісно, не задумуючись коритися його волі.

3. *Знищення опозиції.* Подібні ідеології не можуть повноцінно функціонувати у демократичних суспільствах, тому тяжіють до встановлення тоталітарного/авторитарного режимів. Своєю чергою подібний порядок не допускає існування опозиції, яка може підірвати вплив влади, тому її знищували. У Німеччині 1934 р. відбулася «Ніч довгих ножів». Під час неї було вбито більше 150 людей. Основна частина – представники Штурмового управління (СА), тобто колишні союзники Гітлера, які стали висловлювати невдоволення його діями. У ті ж 30-ті у СРСР проводився «Великий терор», націлений на знищення усіх незгодних. Жертвами цієї політики стали мільйони. Рашизм як сучасна ідеологія послуговується одиничними актами залякування. У 2006 р. було вбито активістку і правозахисницю Анну Політковську, у 2015 р. – лідера опозиції Бориса Немцова. Відповідальність за ці вчинки, очевидно, влада росії не визнала, але на питання, кому були вигідні ці смерті, відповідь очевидна [8].

4. *Шовінізм.* Усі три ідеології виникли на територіях, які нещодавно були імперіями. СРСР можна розглядати в такому ж ключі. Недарма цей союз країн дослідники називають останньою імперією. Політика, яку проводили століттями різні імперії, вибудовувалася на вищості одного народу, який захопив інші й розглядав їх як такі, що поступаються йому за різними ознаками. Розглядані нами ідеології успадкували імперський погляд на інші народи. У основі нацизму знаходилася ціла ієрархічна модель, яка визначала не лише те, чим мають займатися представники різних народів, а й те, чи мають вони право на існування. Сталінізм декларував бажання об'єднати всіх людей світу в один народ, але чомусь за різними ознаками цей народ мав бути російським: скрізь мали знати російську мову, інтелігенція інших народів мала бути знищена, щоб не конкурувати з російською, російська культура називалася великою, а інші за замовчуванням – ні, цілі народи визнавалися зрадниками і депортувалися, і однією з причин цього було їх бажання уникнути русифікації, зберігши власну іден-

тичність. В основі рашизму лежать ідеї російської вищості, закладені імперією і закріплені СРСР. Тому, розпочавши повномасштабне вторгнення в Україну, путін зайнявся перекручуванням історичних фактів у спробі скасувати український народ. Ця позиція про українців, які насправді росіяни, але сплутані західними цінностями, явно вказує на російський шовінізм, який перекликається з ідеями сталінізму і німецького фашизму.

5. *П'ята колона й псевдореферендуми.* Ставлячи за ціль розширення територій і прагнути не мати при цьому супротиву зі сторони місцевого населення, відбувалося формування пронімецької/комуністичної/російської політичної сили, яка займалася би агітацією і створювала ілюзію волі народу увійти до складу іншої держави. Саме таким чином «Австрійська фашистська партія» допомогла Німеччині здійснити аншлюс Австрії за допомогою того, що деякі науковці називають «волевиявленням під дулом автоматів». Сучасна росія використала ці самі технології з анексованими територіями України у 2014 і 2022 роках. При цьому на території України протягом всього періоду незалежності існували партії, які не лише відкрито заявляли про свою проросійську позицію, але й у своїй риторичі висловлювали позитивне ставлення до захоплення росією суверенної території іншої держави. Так, у Криму до 2014 року існувала партія «Русское единство», яка хотіла, щоб український півострів увійшов до складу росії.

Радянський Союз у цьому контексті дещо відмінний від попередніх держав-агресорів. На території країн, які мали потрапити під окупацію, звісно, створювалися місцеві комуністичні партії, які були об'єднані і у разі входження радянських військ всіляко допомагали червоним, але референдуми не проводилися. СРСР мав власну модель приєднання територій, за допомогою якої можна було продемонструвати «волю народу», – Всенародні збори, які ухвалювали рішення про приєднання до складу Союзу. Формуванням цих зборів займалися керівники окупаційної влади, які утворювали ядро нового місцевого політикуму з місцевих комуністів і симпатизуючих їм [8].

Таким чином, ми бачимо не лише схожість трьох розглянутих ідеологій, але і подібність методів, які ними використовувалися для досягнення цілей. Рашизм яскраво характеризується зневагою до особистості та намаганням розчинити особистість у «більшості» і при цьому придушити «меншість». Це і антиінтелектуалізм, який на практиці визначається критикою, обмеженням та репресіями до інтелектуалів як агентів Заходу та носіїв західних цінностей. А путінізм є персоналізованою реалізацією рашизму, яка має безліч прикметних якостей і рис. Путінізм зокрема широко

використовує маскування під «антифашизм», вибірково називаючи всіх, хто не підтримує імперіалізм росії, «нацистами». Так, з точки зору рашизму, в Україні є «нацизм», а наприклад, в Угорщині його нема.

Серцевиною цієї ідеології стала концепція «руського мира». А її головні тези полягають у такому:

- окремішність «російської цивілізації» від решти світу: «мы, русские, люди особенные, иностранцам нас не понять»;

- зверхність «російської цивілізації» над рештою світу: «мы, русские, более духовны, чем все остальные, нам чужд примитивный меркантилизм»;

- «русский мир» є всюди: де є хоча б одна «русская душа», там є й «русский мир», «границы России нигде не заканчиваются»;

- «есть великий и единый русский народ»: ніяких українців та білорусів не існує, це – вигадки іноземців. Таким чином заперечується право українців та білорусів на існування. Це мало чим відрізняється від нацистського заперечення права євреїв на існування;

- «Россия – страна победителей»: 9-травневе «победобесіє» перетворено на важливу об'єднуючу «скрепу». Одночасно відбувається милітаризація свідомості населення, починаючи з дитячого віку («юнармія» як новий «гітлерюгенд»);

- Росія оточена ворогами, тому країні потрібна «сильна рука» для забезпечення порядку та протидії їхнім «підступним діям»;

- свої зовнішньополітичні цілі росія може вирішувати різними методами, включно з військовими [5].

Навряд чи цей перелік можна вважати повним, але й він дає певне розуміння того, як сучасна росія бачить світ і себе у ньому.

Наступне питання, яке варто дослідити, полягає у тому, як ідеологія «рашизму» реалізується на практиці. Тут маємо два виміри: внутрішньо- і зовнішньополітичний.

Головними характерними ознаками «практичного рашизму» у внутрішній політиці росії, на думку дослідників, є:

- придушення всіх демократичних прав і свобод громадян, імітація демократичного процесу. Має місце типова підміна понять, бо насправді можна говорити про очевидну формальність демократичних інститутів у росії;

- формування культу «вождя», створення атмосфери його винятковості, «єдиноправильності» прийнятих ним рішень, уособлення ним всієї країни: «есть Путин – есть Россия, нет Путина – нет России»;

- створення такого типу державного управління, яке характеризується корпоративізмом, розстановкою виключно «своїх» кадрів на провідні позиції у державному апараті та крупному бізнесі;

- опертя на силовий блок та його використання для переслідування опозиції та «інакшедумачих», створення у суспільстві атмосфери підозрливості та страху;

- запровадження системи державної пропаганди та цензури для формування у населення потрібного для панівного режиму сприйняття ситуації в країні і «картинки світу» [9].

У зовнішній політиці для «рашизму» характерними ознаками, як свідчить практика, є зокрема такі:

- тотальне порушення, зловживання і маніпулювання нормами міжнародного права;

- вчинення актів збройної агресії, тероризму, геноциду та інших злочинів проти людяності;

- пряме втручання у внутрішні справи інших країн через організацію кампаній з дезінформації, ведення активної пропаганди за допомогою державних ЗМІ, підкуп політиків, громадських діячів, журналістів та формування з них проросійської опозиції;

- використання нових методів ведення війни, зокрема, кібернападів, ІПСО тощо;

- захист авторитарних режимів у світі;

- ядерний тероризм тощо [9].

Отже, як називалися режими з такими чи схожими характеристиками? Якщо згадати відомі 14 ознак фашизму італійського філософа У. Еко та практики нацизму, можна впевнено стверджувати, що йдеться про сучасний фашизм.

Росія сьогодні – це такий собі «колективний Путін». Адже за 20 років росіяни так і не спромоглися на зміну влади та курсу розвитку своєї країни. В росії немає незалежної соціології і ми не можемо чітко визначити рівень підтримки населенням війни в Україні. Але серед тих, хто підтримує, – представники різних регіонів, різного соціального статусу та регіону проживання. Росіяни масово використовують нову свастику «Z» на автомобілях, у побуті, на громадських будівлях і навіть у дитячих садочках. Після оприлюднення подій у Бучі в російських інтернет-магазинах з'явилися у продажу футболки з написом «Різня в Бучі. Можемо повторити». Росіяни перебувають під впливом масованої пропаганди, освіта ідеологізована, а за інакшість думки за російським законодавством їм загрожує кримінальна відповідальність. Ми не бачимо протестів, соціального невдоволення. А це означає, що в більшості вони підтримують дії влади або готові з ними миритися. А громадські діячі, актори і співаки відкрито називають себе рашистами, адептами цієї ідеології. Один з найвідоміших рашистів – російський актор Іван Охлобистін – вважає, що «рашизм – це вибір мудрого», і доводить правильність своїм переконанням татуванням на руці, яке він називає «тавро рашиста» [11].

Прихильників ідеології рашизму зазвичай називають «рашистами». Їхня психологія – це психологія ворожості людей, глибоко ображених вигаданими приниженнями, яким їх піддавав «Захід». Але за часів, «коли Росія сильна», рашисти нібито мають можливість помститися. Відмітною рисою їхньої свідомості є надія на силу. Важливою ознакою рашистів є розуміння історії росії як набір культових дат, яким рашисти поклоняються і в які вірять, такими, як наприклад, 9 травня – День перемоги. До речі, офіційним лозунгом святкування 2022 року є лозунг «1941–1945. Можемо повторити», а в Україні День перемоги над нацизмом проходить під лозунгом «Ніколи знову». Відзначимо, що у свідомості українців «переможний» символізм цього дня змінився на «меморіальний». З 2012 року фіксувалася поступова динаміка переосмислення цієї дати. Але війна з росією різко змінила погляди українців і сьогодні для 80% опитаних – це День пам'яті, і лише для 15% – День перемоги (у 2018 таких було 58%) [1].

Диктатура (41%) та фашизм (37%) – це основні характеристики, якими описують українці сучасний політичний режим у росії. Ще 10% характеризують російський режим як нацизм [1]. Це яскраво відображає сприйняття українцями політики й ідеології росії. Щодо позначення росіян, українці вживають визначення, зневажливі, на їхню думку. Цікавим, на нашу думку, є дослідження українського філолога та письменника Остапа Українця [6]. Але все ж таки найчастіше в побуті українці називають росіян не рашистами а:

«*Орками*» – проводячи паралель з книгами Толкіна та його персонажів. В Толкіна орки колись були ельфами, але потім їх захопили та катували сили зла, аж доки вони не втратили будь-якої людської подобі. Орки водночас ненавидять і бояться темну силу, котра зробила їх такими, – Саурана. Але також вони не знають жодних інших емоцій, тому їхня агресія сублімується у злість на все живе і нормальне.

«*Свинособаками*» слово із німецької мови від терміна «Schweinhunden», давня образа, асоціація одразу з двома тваринами, нечистими істотами. В багатьох культурах свиня є брудною твариною, як і собака – істота, яка їсть власні екскременти.

«*Москаль*» в українській мові історично означає солдата російської армії. В книгах українського письменника І. Котляревського бувають моменти, коли він вживає слово «москаль» у значенні «груба невихована людина».

«*Кацап*» – тюркське слово, яке означає «м'ясник» або «різник» у дуже негативному сенсі. Це значення для українців давно затерлося і слово «кацап» означає просто росіянина, але ця семантика, на жаль, знову стала нам надзвичайно близька. Це характерис-

тика людини, яка здатна робити те, що росіяни роблять на тимчасово окупованих територіях [6].

Термін «*рашист*» присутній більшою мірою в інформаційному просторі України, аніж у побутовому спілкуванні українців.

Повномасштабне вторгнення росії на територію України вплинуло на ставлення українців до росії, друзів, родичів, колег, що проживають на території сусідньої країни. Але ці зміни зараз лише загострилися, адже розпочалися в 2014 році із вторгнення росії на Донбас та в Крим. До символів рашизму належать безліч знаків і форм. Під час історії рашизм часто змінював свої символи.

У перші дні російської військової інтервенції в Україну у соцмережі потрапили знімки і відео російської військової техніки, поміченої білими латинськими літерами Z і V. Літера Z, яка трапляється найчастіше, стала знаком підтримки росіянами війни проти України, війни, яку, як і Гітлер окупацію Польщі у 1939-му, російське політичне керівництво і пропаганда називають «спецоперацією».

Висновки. Сучасна політика та ідеологія росії – фашистська і за змістом, і за формою. Рашизм можна визначити як квазі-ідеологію, яка є поєднанням імперства, великодержавного шовінізму, релігійного традиціоналізму, що ґрунтується переважно на ностальгії за радянським/російсько-імперським минулим. Ця ідеологія протиставляє себе західним, ліберально-демократичним цінностям та інститутам, зокрема вільним виборам, народовладддю та іншим громадянським правам і свободам. У центрі цієї ідеології – культ національного лідера (вождя), який повернув росії «велич».

14 квітня 2022 року Верховна Рада України визнала російську федерацію державою-терористом із тоталітарним неонацистським режимом та заборонила його пропаганду, а також пропаганду акту агресії росії проти України. 23 квітня 2022 року Президент України Володимир Зеленський заявив, що «те, що робить росія, – це не просто нацизм, а «рашизм», це поняття буде в підручниках з історії».

Сучасний рашизм – це нова форма нацизму середини ХХ ст. І навіть історичні факти свідчать про це: Аншлюс Австрії та Анексія Криму. Мюнхенський договір та Мінська угода – Судети та Донбас як намагання «замирення» диктатора. І врешті-решт напад на суверенну європейську країну як початок кривавої континентальної війни.

Отже, виходячи навіть з такого, дещо схематичного аналізу, можна дати таке визначення: рашизм – це уособлення расистської, ксенофобської, шовіністичної, популістської ідеології, що, попри свій очевидний антидемократизм, підтримується більшістю російського населення і реалізується в агресивній

та злочинній зовнішньополітичній діяльності росії. Рашизм ХХІ ст. – це логічне продовження росіянізму ХІХ ст. та сталінізму й пост-сталінізму ХХ ст. Те, що змінюється фронтмени цієї ідеології, але не змінюється її підтримка в російському суспільстві, свідчить про її архетипічне вкорінення. Актуалізація такої ідеології посилюється внаслідок геополітичних травм (поразка росії в війнах, у тому числі в холодній війні), але ці травми виступають як новий катализатор старої хронічної хвороби. Існування такої ідеології, як мінімум, з ХІХ ст. та її підтримка в росії ХХІ ст., вказують на її спроможність мобілізувати російське суспільство, підтримувати наявні форми реалізації політичної влади в державі, що фактично є імперію з титульним етносом та етнічними меншинами.

Рашизм є варіантом синтезу таких понять, як «фашизм», «нацизм», «комунізм» і має бути засуджений як людиноненависницька ідеологія та практика. Руйнація такої ідеології можлива виключно як наслідок руйнації рф не тільки як імперії, а як держави загалом. Поняття рашизму має бути зафіксоване у міжнародно-правових документах як сучасний російський еквівалент фашизму, а також стати предметом подальших наукових розвідок. Зокрема, на нашу думку, актуальним було б висвітлення суспільних потреб, які ця ідеологія намагається задовольнити протягом періоду свого існування, та практичного втілення, обґрунтовуючи тим самим своє право на існування. Які саме джерела стали визначальними для формування рашизму як ідеології, на якій ідентичності базується. Феномен «практиків» впровадження рашизму з числа представників етнічних груп (чеченців-кадірівців, дагестанців, бурятів) також потребуватиме додаткового осмислення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Восьме загальнонаціональне опитування: Україна в умовах війни. *Соціологічна група «Рейтинг»*. URL: https://ratinggroup.ua/research/ukraine/vosmoy_obschenacionalnyu_opros_ukraina_v_usloviyah_voynu_6_aprelya_2022.html (дата звернення: 21.04.2022).
2. Головаха Є. Якщо ми не здамося – вийдемо з цієї війни абсолютно інтегрованою європейською країною. *Новинарня*. 30.03.2022. URL: <https://povynarnia.com/2022/03/30/yegolovaha/> (дата звернення: 21.04.2022).
3. Головатий М.Ф. Політологічний словник. Київ: МАУП, 2005. 792 с.
4. Губашов Д. «Спецоперація» для депресивних регіонів Росії. Як Путін через війну в Україні позбавляється проблемної молоді. *Texty.org.ua*. 02.05.2022. URL: <https://texty.org.ua/articles/106552/spetsoperatsija-dlja-depresyvnykh-rehioniv-rosiyi-jak-putin-cherez-vijnu-v-ukrayini-pozbavljayetsja-problemnoyi-molodi/> (дата звернення: 15.06.2022).
5. Дацюк С. Що таке рашизм? *Українська правда*. 2022. URL: <https://blogs.pravda.com.ua/authors/datsuk/624fc6e87bb92/> (дата звернення: 26.04.2022).
6. Капустинська Т. Свинособаки, рашисти, кацапи: звідки взялися зневажливі прізвиська для ворога. *Платформа*. 28.04.22. URL: https://platfor.ma/topic/svynosobaky-rashysty-katsapy-zvidky-vzylasya-znevazhlyvi-prizvyska-dlya-voroga/?fbclid=IwAR3nw7k8GR0mF4qpeOI3foQ6srG1H5jW9PYDpZ7K_SRhKQJXvMeH7g4ZVi4 (дата звернення: 24.04.2022).
7. Маєвська С.В. Політика та ідеологія. *На урок*. 2020. URL: <https://naurok.com.ua/lekciya-politichna-ideologiya-208102.html> (дата звернення: 06.06.2022).
8. Мараєв В. Нацизм – фашизм – сталінізм – рашизм: 20 подібностей. *Історія без міфів*. 2022. URL: https://www.youtube.com/watch?v=jW3nQrg_Cuk&ab_channel=%D0%86%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D1%96%D1%8F%D0%91%D0%B5%D0%B7%D0%9C%D1%96%D1%84%D1%96%D0%B2 (дата звернення: 06.06.2022).
9. Огризко В. Дещо про «рашизм». *Українформ*. 2022. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-politics/3560964-ogrizko-deso-pro-rasizm.html> (дата звернення: 03.09.22).
10. Паниотто В. Россияне считают украинцев предателями, разрушившими «великую страну». *РБК-Україна*. URL: <https://www.rbc.ua/rus/news/vladimir-paniotto-rossiyane-schitayut-ukraintsev-1644225261.html> (дата звернення: 09.03.2022).
11. Bezrukova Olha. Venäjän hyökkäys–sota Ukrainassa vie sanakirjoihin aivan uuden sanan, joka tiivistää venäläisen fasismin. Interview for Pekka Torvinen. *Helsingin Sanomat*. URL: <https://www.hs.fi/kulttuuri/art-2000008806706.html> (дата звернення: 02.05.2022).
12. Snyder T. We Should Say It. Russia Is Fascist. *The New York Times*. 2022. URL: <https://www.nytimes.com/2022/05/19/opinion/russia-fascism-ukraine-putin.html> (дата звернення: 02.04.2022).

СЕКЦІЯ 4

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

ДІАГНОСТИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНОГО БАЗИСУ ПСИХІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

DIAGNOSTIC TOOLKIT OF THE NEUROPSYCHOLOGICAL BASIS OF PERSONAL MENTAL ACTIVITY

У статті розглянуто теоретичний аспект проблеми нейропсихологічної діагностики функціональних блоків мозку (за О. Лурія). Розкрито питання анатомічної структури функціональних блоків, зроблено акцент на нормативних параметрах дозрівання відповідних мозкових структур та їхніх безпосередніх функцій. Наголошено на тому, що кожен блок має ієрархічну будову і складається з надбудованих одна над одною кіркових зон трьох типів: первинних, вторинних та третинних. Звернено увагу на те, що діяльність кожного функціонального блоку мозку може порушуватися, проте найбільш складними є дисфункції структур I та III блоків. На основі цього детально проаналізовано прояви порушеної роботи функціональних блоків мозку та представлено нейропсихологічний інструментарій для діагностики осіб починаючи з трирічного віку (за В. Князевим, К. Мілютіною, Н. Дубашидзе та Н. Рубель). Діагностична карта колективу українських спеціалістів-практиків передбачає завдання, які націлені на оцінку функції переробки кінестетичної інформації, просторової організації рухів, тактильного сприйняття, сформованості схеми тіла, стеріогнозу, акустичного гнозису та фонематичного слуху, здатності до розпізнавання предметних зображень, номінативної функції, емоційного гнозису, гнозису обличчя, гнозису літери, здатності здійснювати переказ, складати розповіді за малюнком, запам'ятовувати серії зображень та слів, квазіпросторових уявлень та динамічного праксису, реципрокної взаємодії та довільності організації діяльності. Для кожного діагностичного завдання визначено мету та віковий параметр його виконання. Також визначено варіанти виконання деяких проб із погляду ускладнення виконання завдання залежно від віку. Звернено увагу й на те, що в діагностичній карті представлено завдання для безпосередньої оцінки II та III функціональних блоків мозку, проте цілеспрямоване кваліфіковане спостереження за ходом виконання завдань особою дає можливість спеціалісту зробити висновки щодо роботи I блоку мозку. А результати діагностики за даною нейропсихологічною схемою дають у подальшому можливість удало визначати корекційний маршрут для кожної окремої особи.

Ключові слова: функціональні блоки мозку, дисфункція функціональних систем, онтоге-

нез мозкових структур, нейропсихологічна діагностика діяльності мозкових структур.

The article deals with the theoretical aspect of the issue of neuropsychological diagnosis of functional brain blocks (according to O. Lurii). The questions of the anatomical structure of the functional blocks are expounded upon, the focus is placed on the normative parameters of the maturation of the corresponding brain structures and their immediate functions. It is emphasized that each block has a hierarchical structure and consists of superimposed mantle zones of three types: primary, secondary and tertiary. The article also highlights the fact that the activity of each functional brain block can be disturbed, but the most complex problems occur in case of dysfunctions of the structures of the 1st and 3rd blocks. On this basis, the manifestations of disturbed work of the functional brain blocks were analyzed in detail, and a neuropsychological toolkit for the diagnosis of individuals from the age of 3 was presented (according to V. Kniaziev, K. Miliutina, N. Dubashidze, and N. Rubel). The diagnostic map elaborated by the team of Ukrainian specialists-practitioners includes tasks aimed at evaluating the function of processing kinesthetic information, spatial organization of movements, tactile perception, the formation of the body scheme, stereognosis, acoustic gnosis and phonemic hearing, the ability to recognize object images, the nominative function, emotional gnosis, face gnosis, letter gnosis, the abilities to retell, compose stories based on a picture, remember a series of images and words, quasi-spatial representations and dynamic praxis, reciprocal interaction and arbitrariness of the organization of activities. For each diagnostic task, the purpose and age parameters of its completion were defined. The article also defines options for performing some tests from the point of view of the difficulty of completing the task depending on age. Attention is also drawn to the fact that the diagnostic map presents tasks for the direct assessment of 2nd and 3rd functional brain blocks, but purposeful qualified observation of the progress of tasks by a person allows a specialist to draw conclusions about the work of the 1st brain block. And the results of diagnosis according to this neuropsychological scheme provide an opportunity to successfully determine the remedial strategy for each individual.

Key words: functional brain blocks, dysfunction of functional systems, ontogenesis of brain structures, neuropsychological diagnosis of the activity of brain structures.

УДК 159.95
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.8>

Кірілова А.О.

асистент кафедри спеціальної освіти та психології
Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія

Постановка проблеми. Психічні процеси людини – складні функціональні системи, які реалізуються за участю комплексів спільно

працюючих мозкових апаратів. О. Лурія виділяв три основні функціональні блоки мозку (рис. 1) [3, с. 89], які беруть участь у будь-яких



Рис. 1. Структурно-функціональні блоки мозку [1, с. 78]

видах психічної діяльності.

Як свідчить огляд наукових джерел, сьогодні у психологічній літературі широко представлені дослідження аспектів нейропсихологічної діагностики та корекції в роботах таких українських учених: О. Бербеги, О. Бризгунової, В. Вербенко, М. Гуменюк, Т. Дегтяренко, Н. Дубашидзе, О. Ільїної, В. Князева, К. Мілютіної, Н. Рубель, Ю. Тубичко, О. Чабан, А. Шевцова та ін.

Мета статті – теоретичне обґрунтування методів діагностики функціональних блоків мозку та опис їх дисфункцій.

Для поставленої мети було проаналізовано структурні компоненти кожного блоку мозку, вікові параметри дозрівання мозкових структур; визначено діагностичні проби з погляду сучасної української нейропсихології та визначено вікові критерії застосування кожного окремого діагностичного завдання.

Результати дослідження.

Опишемо більш детально анатомічний склад кожного блоку мозку та вікові параметри дозрівання їхніх структур.

Перший функціональний блок мозку – енергетичний / регуляції тону та бадьорості.

Анатомічна будова: гіпоталамус, зоровий бугор та його ядра, система сітківидних волокон (ретикулярна формація), гіпокамп, перегородки, мамілярні тіла, лімбічна кора. Система структурних компонентів першого блоку отримала назву гіпокампове коло/коло Пейпеца [6, с. 60; 10, с. 49].

Функція: керування процесами активації; забезпечення процесів інтелектуальної діяльності; підтримка нормального емоційного стану [7, с. 54].

Виділяють два типи процесів активації:

- генералізовані, що лежать в основі різних функціональних станів, відповідають за загальний рівень активності організму;

- локальні вибіркові процеси, які необхідні для реалізації вищих психічних функцій.

Також структури цього блоку відповідають за передачу аферентних нервових імпульсів від спинного мозку (далі – СМ) до кори головного мозку (далі – КГМ) та еферентних імпульсів від КГМ до СМ [2, с. 56–57].

Період дозрівання: до моменту народження 75–80% структур досягають готовності [6, с. 196].

Другий функціональний блок мозку – гностичний/прийому, переробки та зберігання інформації

Анатомічна будова: задні відділи КГМ (скронева, потилична та тім'яна долі мозку), що пов'язані з функціонуванням сенсорних систем (зорової, слухової та кінестетичної) [10, с. 49].

Функція: «зв'язування» різномодальної інформації у цілісний образ, що лежить в основі інтелектуальної діяльності [2, с. 57].

Період дозрівання: орієнтовно 7–9 років [5, с. 196].

Третій функціональний блок мозку – програмування/програмування, регуляції та контролю психічної діяльності.

Анатомічна будова: фронтальна ділянка КГМ [10, с. 49].

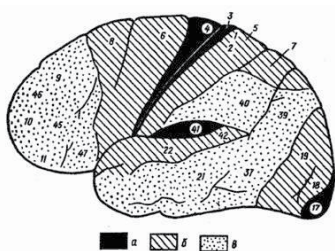
Функція: керування процесами довільної регуляції, що базуються на переробці та засвоєнні різних видів інформації, формування та реалізація алгоритму діяльності [2, с. 57].

Період дозрівання: орієнтовно 12–15 років.

Г. Семенович умовно зазначає, що функціональні блоки починають «включатися» в діяльність за таким алгоритмом: знизу вгору, справа наліво та ззаду наперед. Тому із цього робимо висновок, що спочатку починає функціонувати перший функціональний блок, далі – другий, а після того – третій [5, с. 196].

Кожен із зазначених блоків має ієрархічну будову і складається з надбудованих одна над одну кіркових зон трьох типів: первинних, вторинних та третинних (рис. 2) [3, с. 89].

В основі кожної системи ГМ лежать первинні зони кори, які сприймають імпульси, що отримують від рецепторів, та з яких рухові імпульси рухаються до периферії. Далі надбудовуються вторинні поля, які відповідають за аналіз та синтез інформації, кодування та її зберігання, підготовку до складних рухових програм. Після цього відбувається надбудова третинних полів, які розміщуються на стику вторинних відділів зорового, слухового та загальночутливого аналізаторів або у передніх відділах великого



*а – первинні поля; б – вторинні поля; в – третинні поля

Рис. 2. Карта цитоархітектонічних полів кори головного мозку

мозку, та зберігає зв'язок з іншими відділами КГМ [8, с. 10].

Розглянемо будову та функції функціональних блоків більш детально.

Перший функціональний блок мозку.

Для забезпечення протікання психічних процесів людина повинна знаходитися у стані бадьорості, бо лише за оптимальних умов бадьорості особа може сприймати та перероблювати інформацію, викликати в пам'яті необхідні вибіркові системи зв'язків, програмувати власну діяльність і здійснювати контроль за протіканням психічних процесів, корегувати помилки та зберігати спрямованість власної діяльності [3, с. 89]. Саме ретикулярна формація відповідає за регуляцію тону, вона активізує імпульси, які надходять угору та вниз. Ретикулярна система висхідного характеру виконує розширюючу роль регуляції активності КГМ, а низхідна – контролює та регулює такі структури, як середній мозок, гіпоталамус, стовбур мозку (рис. 3). Також ретикулярна формація, поєднуючи стовбур мозку та середній мозок, забезпечує гемостаз. Проте активувати КГМ може й низка подразнень, які надходять від органів чуття (за І. Павловим – орієнтовний рефлекс) [10, с. 50]. Лімбічна система (таламус, гіпоталамус, міндалевидне тіло, гіпокамп, базальні ганглії) також регулює статеві рефлексії, рефлексії агресії, обробку емоційної та пізнавальної інформації та ін., що є особливо важливим при розладах аутистичного спектра, адже в нормі примітивні емоції (лють, жах, агресія) повинні з'явитися приблизно у віці чотирьох років, поступово проявляються складні емоційні реакції (злість, смуток, радість, сум – соціальний компонент), а потім і тонкі почуття (любов, альтруїзм, співчуття, щастя), що допомагає встановлювати соціальні зв'язки [6, с. 61–62].

Отже, ретикулярна формація відповідає за такі функції: підсилення зв'язків підкірки для реалізації мнестичних процесів; підсилення процесів видобування інформації, яка буде зберігатися клітинами; забезпечення неусвідомленого протікання інтелектуальної діяль-

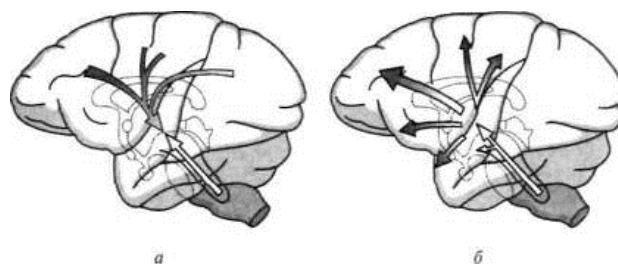


Рис. 3. Схема співвідношення кіркових апаратів з утвореннями стовбура через ретикулярну формацію [3, с. 101]

ності. Натомість лімбічна система відповідає за: опрацювання чуттєвих вражень; неусвідомлене введення даних та їх миттєве опрацювання; швидкий цикл зворотного зв'язку; виживання організму за допомогою будь-яких засобів; здатність викликати кидок раціонального інтелекту, не звертаючись до КГМ [6, с. 64].

Активація даного рівня може забезпечитися лише завдяки формуванню сенсомоторного контролю, що забезпечуватиме систему зворотного зв'язку. Для даного рівня характерний низький рівень мимовільної регуляції з боку емоцій, потреб, сенсомоторного контролю тощо [5, с. 200].

Другий функціональний блок мозку.

Структурні компоненти даного блоку пристосовані до прийому екстероцептивних подразників, які надходять до ГМ від периферичних рецепторів, до подрібнення їх на велику кількість компонентів і комбінування їх у необхідні динамічні функціональні структури. Блок забезпечує швидкий доступ до інформації, що надходить від модально-специфічних видів подразників (зорового, слухового та тактильного) [6, с. 58], та забезпечує збереження її у пам'яті. У найбільш складних відділах КГМ окремі ознаки сенсорної інформації об'єднуються та синтезуються у складніші структури. Об'єднання півкуль мозку забезпечується мозолистим тілом, яке відповідає за їх злагоджену роботу.

До складу другого блоку мозку входять первинні зони КГМ, куди надходить інформація від аналізаторних систем; вторинні поля, які несуть узагальнені імпульси; третинні поля («зони перекриття»), які об'єднують усю інформацію, яка надходить до КГМ. Порушення в роботі зон перекриття не призводить до випадіння чутливості певної модальності [7, с. 29]. Своєю чергою, третинні утворення пов'язані з просторовою організацією збуджень і з перетворенням сигналів, які поступово надходять (сукцесивні) в одномоментно діючі групи (симультанні), саме переробка отриманої інформації, яка полягає в об'єднанні

сукцесивних подразнень в симультанні схеми і буде порушуватися. Діяльність третинних зон необхідна для переходу від рівня безпосереднього наочного синтезу до рівня символічних процесів, для оперування значеннями слів, складними граматичними та логічними структурами, системами чисел і абстрактними співвідношеннями [3].

Приєм, переробка та зберігання інформації на цьому рівні відбувається на чотирьох рівнях та у різний спосіб: 1) сенсорний рівень – відчуття різних модальностей; 2) перцептивний – модально-специфічні предметні образи; 3) мовленнєво-мисленнєвий – поняття й образи; 4) інтуїтивний – форми парадигматичної та ейдетичної інтуїції, які співвідносимо з фреймовим і гештальтним способами організації і представлення знань [4, с. 242].

Другий блок є операціональним рівнем усталених автоматизмів та навичок, які закладені та набуті протягом життя в різних сферах людського буття. Даний блок реалізує поведінку в усіх її проявах [5, с. 200].

Третій функціональний блок.

Даний блок пов'язаний із формуванням планів та програм дій, регуляцією поведінки відповідно до умов та вимог, контролем за свідою діяльністю.

Із первинного моторного поля починається пірамідний шлях, який несе нервові імпульси до ядер черепно-мозкових нервів стовбуру мозку до рухових клітин СМ. Проте підготовка рухових імпульсів не може забезпечуватися лише пірамідними клітинами. Функцію вторинних полів виконує премоторний відділ, який відповідає за перетворення організованих за соматичною ознакою процесів у функціонально організовані системи. Третинні зони КГМ розташовуються в префронтальних відділах та мають багату систему зв'язків з усіма відділами кори, особливо ретикулярною формацією. На ретикулярну формацію регулюючий вплив має кора, яка надає їй диференційованого характеру. Тому префронтальні відділи КГМ відіграють важливу роль у процесі регуляції стану активності, приводячи їх у відповідність із намірами та задумами, які формуються на основі мовлення [9, с. 52].

Третій блок забезпечує вибір способів та умов реалізації планів, цілей та завдань; упорядковує етапи діяльності; забезпечує контроль протікання діяльності, зіставлення результату з метою [5, с. 200].

В онтогенезі може порушуватися діяльність функціональних блоків мозку. Найбільш складні порушення виникають при ураженні структур I та III блоків, що тягне за собою низку вторинних дизонтогеній та ускладнює клінічну картину [2, с. 57].

Порушення першого функціонального блоку.

Можуть спостерігатися прояви неадекватності емоційних реакцій, різного характеру синкінезії, рухова незграбність різного ступеня вираженості, м'язові затиски, гіпер-/гіпотонус, вираженість вегетативних реакцій, швидка виснажуваність, псевдопрояви ліворукості, порушення сну та дихання, мозаїчність сприймання, соматичні та лицьові агнозії, колірна агнозія, дезорієнтація у схемі тіла [2, с. 68; 7, с. 55].

Порушення другого функціонального блоку.

Характерні порушення в дрібній моториці, мовленнєві порушення (порушення артикуляції, які можуть мати відображення на письмі; порушення письма також може бути пов'язане з труднощами засвоєння графічного образу букв та цифр), порушення почерку (дзеркальне письмо; висота, ширина та нахил можуть коливатися), порушення орієнтування в просторі та на аркуші паперу, зниження рівня слухо-мовленнєвої пам'яті, порушення інтонування, навчальна чи поведінкова дезадаптація [2, с. 68; 7, с. 55].

Порушення третього функціонального блоку.

Характерні труднощі входження у завдання різної складності, недостатній аналіз умов завдання, труднощі/неможливість побудови програми дії або навіть повторення програми чи її частини, яскраво виражена імпульсивність, значне відволікання в ході виконання завдань, зниження рівня критичності, порушення здатності перемикатися з одного виду діяльності на інший, скандована промова, ехोलалії різного характеру [2, с. 67–68].

Для успішної діагностики дисфункції того чи іншого блоку мозку нейропсихологами В. Князевим, К. Мілютіною, Н. Дубашидзе та Н. Рубель пропонується низка діагностичних проб [2, с. 69–71]:

II функціональний блок:

– праксис пози пальців (із 4-х років), рис. 4.

Мета: діагностика функції переробки кінестетичної інформації;



Рис. 4. Праксис пози пальців

– оральний праксис (із 4-х років)

Мета: діагностика функції переробки кінестетичної інформації.

Завдання: пропонуємо зімітувати рухи (надування щік, надування однієї щоки, цокання язиком, упирання язика в щоку);

– проба Хеда (із 5-ти років), рис. 5.

Мета: діагностика просторової організації рухів;

– локалізація дотику (із 6-ти років)

Мета: діагностика тактильного сприйняття.

Завдання: дитина закриває очі, а спеціаліст олівцем торкається тильного боку долоні. Іншою долонею дитина показує локалізацію дотику (спочатку діагностується ведуча рука);

– схема тіла (із 3-х років)

Мета: діагностика сформованості схеми тіла.

Завдання:

із 3-х років – називання частин тіла, до яких доторкається спеціаліст;

із 6–7 років – показати частини тіла за інструкцією, додаючи латеральні характеристики;

– впізнавання предметів на дотик (із 6-ти років)

Мета: діагностика стеріогнозу;

– відтворення ритмів (із 5-ти років)

Мета: діагностика акустичного гнозису;

– оцінка ритмів (із 4-х років)

Мета: діагностика акустичного гнозису.

Завдання: спеціаліст пропонує прослухати ритмічні групи та визначити кількість ударів;

– впізнавання близьких за звучанням слів (із 5-ти років)

Мета: діагностика фонематичного слуху;

– проби на зоровий гнозис (із 3-х років)

Мета: діагностика здатності до розпізнавання предметних зображень, номінативної функції.

Завдання:

із 3-х років – розпізнавання і називання реалістичних зображень;

із 4-х років – розпізнавання і називання реалістичних зображень, перекреслених та накладених зображень;

із 5–6 років – розпізнавання і називання реалістичних, перекреслених та накладених зображень; називання елементів реалістичних зображень;

– емоційний гнозис (із 5-ти років), рис. 6;

– гнозис обличчя (із 9-ти років), гнозис літери (із 7-ми років);

– переказ (із 6-ти років), складання розповіді за малюнком (із 4-х років);

– запам'ятовування серії зображень (із 3-х років), запам'ятовування 10 слів (із 4-х років);

– копіювання (із 3-х років);

Мета: діагностика зорово-просторового гнозису.

Завдання:

3 роки – коло і квадрат;

4 роки – коло, трикутник і квадрат;

5–6 років – коло, трикутник, квадрат і ромб, фігури методики Денманна;

7–8 років – тривимірний малюнок будинку;

9 років і далі – фігури Тейлора;

– самостійний малюнок (із 7–8 років, із 9-ти років – куб), рис. 7.

Мета: діагностика зорово-просторового гнозису;

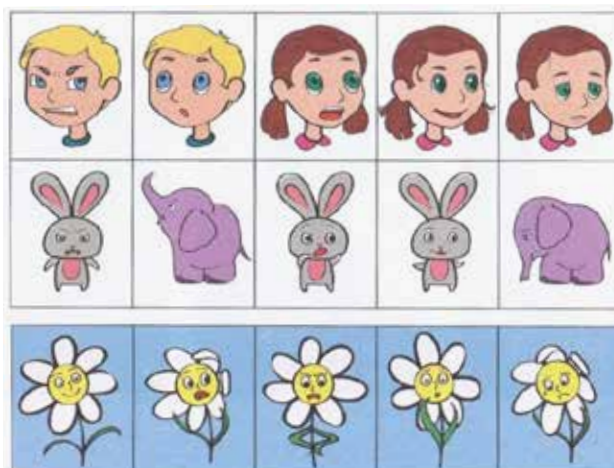


Рис. 6. Емоційний гнозис

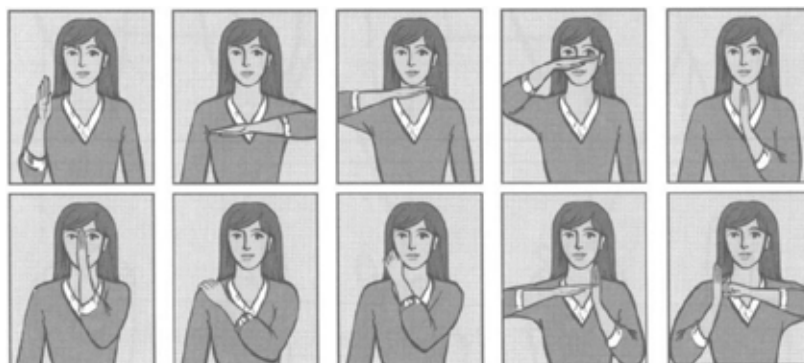


Рис. 5. Проба Хеда



Рис. 7. Самостійний малюнок

– розуміння просторового орієнтованих фігур (модифікація тесту Бентона, із 4-х років)

Завдання: спеціаліст пропонує дитині з'єднати олівцем однакові фігури;

– розуміння логіко-граматичних конструкцій (із 4-х років)

Мета: діагностика квазіпросторових уявлень;

– розуміння конструкцій із просторовими прийменниками (із 6-ти років) [2, с. 71–74].

III функціональний блок:

– «долоня – кулак – ребро» (із 5-ти років), рис. 8.

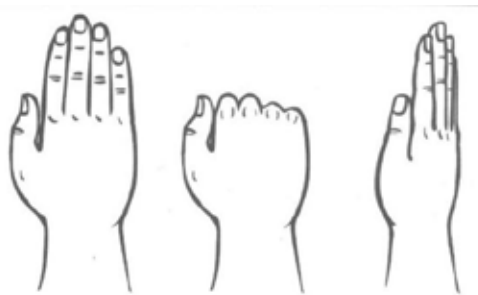


Рис. 8. Долоня – кулак – ребро

Мета: діагностика динамічного праксису;

– проба на реципрокну координацію (із 6-ти років; із 8-ми років дитина здатна не змінювати положення рук на столі), рис. 9.

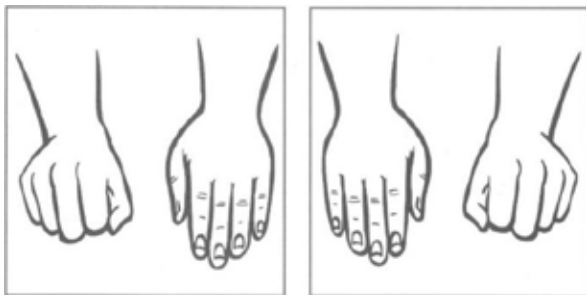


Рис. 9. Проба на реципрокну координацію

Мета: діагностика здатності виконувати серійні рухи, дослідження реципрокної взаємодії;

– графічна проба «Парканчик» (із 6-ти років), рис. 10.

Мета: діагностика просторових функцій та серійної організації рухів;

– конфліктна проба (із 5-ти років)



Рис. 10. Графічна проба «Парканчик»

Мета: діагностика довільності організації діяльності.

Завдання: реакція на піднятий кулак – піднятий палець, на піднятий палець – кулак:

– проба «Рахунок» (із 3-х років)

Мета: діагностика довільності організації діяльності.

Завдання:

3 роки – порядковий рахунок 1–5 (можливий перерахунок пальців);

4–5 років – порядковий рахунок 1–10;

6 років – прямий та зворотний рахунок 1–10;

7 років – прямий та зворотний рахунок 1–10 та 1–20;

8 років – серійний рахунок (віднімай від 20 по 2);

9 років та далі – рахунок 100–7.

Специфічної діагностики I функціонального блоку мозку колективом авторів не передбачено, адже дисфункцію можна безпосередньо помітити під час проведення діагностичних проб II–III блоків.

Висновки. Отже, функціональні блоки мозку забезпечують оптимальну роботу всіх видів психічної діяльності. А система нейропсихологічного впливу спрямована в першу чергу на діагностику темпових характеристик психічних процесів, мовленнєвої та зорово-просторової функцій, модально-специфічного типу пам'яті, регуляції та самоконтролю діяльності. На основі результатів діагностики та спостереження за діяльністю особи спеціаліст може стверджувати про дисфункцію тих чи інших мозкових структур, які входять до відповідного функціонального блоку, та вдало організувати корекційний вплив. Саме розгляд більш детальної схеми корекції дисфункцій кожного функціонального блоку мозку і потребує подальшого більш детального розгляду.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Визель Т.Г. Основы нейропсихологии. Теория и практика. 2-е изд., перераб., расшир. Москва, 2021. 544 с.
2. Князев В., Мілютіна К., Дубашидже Н., Рубель Н. Робоча книга корекційного психолога. Київ, 2019. 308 с.
3. Лурия А.Р. Основы нейропсихологии : учебное пособие. Москва, 2003. 384 с.
4. Мякушко О.І. Модель структури навчально-пізнавальних компетентностей (у рамках інформаційного і структурно-функціонального підходів

до психічної діяльності). *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови*. 2019. Вип. 1 (№ 15). С. 234–251.

5. Родненко М.Є. Науково-теоретичне обґрунтування методики нейропсихологічної корекції порушень пізнавальної діяльності дошкільників з дитячим церебральним паралічем засобами Монтессорі-терапії. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 19: Корекційна педагогіка та спеціальна психологія*. 2014. Вип. 28. С. 193–203.

6. Тарасун В.В. Аутологія: теорія і практика : підручник. Київ, 2018. 590 с.

7. Тарасун В.В. Нейробиологія розвитку і навчання дитини. *Теорія і практика аутології. Основи*

психосоматики / мультимедійний супровід навчальних дисциплін : навчально-методичний посібник. Київ, 2017. 304 с.

8. Чабан О.С., Гуменюк М.М., Вербенко В.А. Нейропсихологія (лекції та додатковий матеріал курсу). Тернопіль, 2008. 92 с.

9. Шевцов А.Г., Ільїна О.В. Нейропсихологічний підхід у корекції розвитку дітей із психофізичними порушеннями. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського університету імені Івана Огієнка. Серія «Актуальні питання корекційної освіти»*. 2015. Вип. V. Ч. 2. С. 68–78.

10. Шеремет М.К. Неврологічні основи логопедії : навчальний посібник. Суми, 2016. 252 с.

СЕКЦІЯ 5 ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ЕМПІРИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ КОГНІТИВНО-ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ОБІЗНАНОСТІ МАЙБУТНІХ МЕНЕДЖЕРІВ У РОЗРІЗІ РОЗВИТКУ ЇХНЬОЇ ПРОФЕСІЙНО-МОВЛЕННЕВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ

EMPIRICAL STUDIES OF COGNITIVE AND FUNCTIONAL AWARENESS OF FUTURE MANAGERS IN TERMS OF THE DEVELOPMENT OF THEIR PROFESSIONAL AND SPEECH COMPETENCE

У статті розглядається важливість когнітивно-функціональної обізнаності абітурієнта для надбання професійно-мовленнєвої компетентності. Підкреслено, що основою професійно-мовленнєвої компетентності майбутнього менеджера є когнітивно-функціональні знання, що отримані під час навчання за відповідним фахом.

Визначено, що когнітивно-функціональна професійна система знань менеджерів – система переробки інформації, що відбувається у внутрішньому мовленні, шляхом співставлення наявних у свідомості професійних мовних одиниць когнітивних понять з отриманою ззовні інформацією та відповідності їх використання цільовому задуму професійного повідомлення.

Проведене автором емпіричне дослідження респондентів, що навчаються на IV курсі бакалаврату та на I курсі магістратури за спеціальністю 073 «Менеджмент», висвітлює їх когнітивно-функціональну обізнаність, тобто рівень когнітивно-функціонального критерію. Дослідження було проведене за двома показниками: професійно-мовної обізнаності, професійно-категорійної обізнаності.

Проведений аналіз засвідчив, що респонденти мають достатній рівень знань лексики професійної мови, синтаксису професійних висловлювань, значень професійних понять. Рівень професійно-мовної обізнаності вище професійно-категорійної обізнаності як у бакалаврів, так і у магістрів. Загальний середньоарифметичний рівень когнітивно-функціональної обізнаності вище у бакалаврів, аніж у магістрів. Ця відмінність спричинена різним рівнем професійної підготовки респондентів. За три роки бакалаври опанували значну кількість дисциплін фундаментального циклу зі спеціальності «Менеджмент», а магістри могли вивчати повний цикл освітньої програми з будь-якої спеціальності.

Загальний рівень когнітивно-функціональної обізнаності респондентів є достатнім для подальшого опанування професійно-мовленнєвої компетентності.

Ключові слова: когнітивно-функціональна обізнаність, менеджер, професійно-мовленнєва компетентність, професійно-мовна

обізнаність, професійно-категорійна обізнаність.

The article examines the importance of the applicant's cognitive and functional awareness to acquire professional speech competence. It is emphasized that the basis of the professional speech competence of the future manager is the cognitive and functional knowledge obtained during training in the relevant specialty.

It is determined that the cognitive and functional professional knowledge system of managers is a system of information processing that takes place in internal speech by comparing cognitive concepts of professional language units in the mind with the information received from the outside and the correspondence of their use to the purpose of the professional message.

The author's empirical study of respondents studying in the 4th year of the Bachelor's degree and the 1st year of the Master's degree in the 073 Management specialty highlighted their cognitive and functional awareness, namely the level of the cognitive and functional criterion. The study was conducted according to two indicators: professional language awareness and professional categorical awareness.

The conducted analysis proved that the respondents have a sufficient level of knowledge of the professional language vocabulary, the syntax of professional expressions, and the meaning of professional concepts. The level of professional language awareness is higher than the professional categorical awareness of both Bachelors and Masters. The general arithmetic mean level of cognitive and functional awareness is higher among Bachelors than among Masters. This difference is caused by the different level of professional training of the respondents. In three years, Bachelors learned a significant number of fundamental disciplines in the Management specialty, and Masters could study the full cycle of the educational program in any specialty.

The general level of cognitive and functional awareness of the respondents is sufficient for the further mastery of professional speech competence.

Key words: cognitive and functional awareness, manager, professional speech competence, professional language awareness, professional categorical awareness.

УДК 159.953

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.9>

Власенко О.О.

к.економ.н., доцент,
докторант

Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Когнітивно-функціональна обізнаність абітурієнта є основним підґрунтям для отримання будь-якої компетентності. Основою професійно-мовленнєвої компетентності є когнітив-

но-функціональні знання, що отримані за спеціальністю «Менеджмент».

Набуття знань за фахом становить мету освітньої програми з менеджменту. Для опа-

нування професійно-мовленнєвої компетентності необхідно виокремити та дослідити рівень когнітивно-функціональних знань, що необхідні для формування саме цієї компетентності.

Актуальність дослідження когнітивно-функціональної обізнаності у абітурієнтів з позиції набуття професійно-мовленнєвої компетентності майбутніми менеджерами полягає у можливості визначення його рівня та впливу цього чинника на рівень вище означеної компетентності.

Вивченням питань професійного мовлення займалися М. Брус, Г. Білак, І. Гайдаєнко, М. Заверющенко, О. Зарічна, О. Кримець, А. Лизанець, О. Малець, О. Марченко, І. Маруніч, В. Мусаткіна, М. Пентиліук, В. Проскура, Т. Товт, К. Хаустова, С. Чернявська, О. Шокурова та ін.

Аналізом когнітивного-функціонального підходу до професійного мовлення займалися І. Дирда, О. Глазова, В. Заніздра, Н. Заніздра, С. Каламбет, А. Коні, В. Макаренко, І. Палько, М. Пентиліук, В. Староста, С. Стеблюк, В. Тимкова, О. Томенюк та ін.

Однак у їхніх працях не проведено емпіричне дослідження когнітивно-функціональної обізнаності майбутніх менеджерів у розрізі розвитку їхньої професійно-мовленнєвої компетентності.

Уважаємо за необхідне проаналізувати наявну когнітивно-функціональну обізнаність абітурієнтів, яка є підґрунтям для формування когнітивно-функціональної професійної системи знань, що надає можливість оцінити певний показник професійно-мовленнєвої компетентності майбутніх менеджерів.

Метою статті є емпіричне дослідження та визначення рівня когнітивно-функціональної обізнаності майбутніх менеджерів із позиції розвитку їхньої професійно-мовленнєвої компетентності.

Під когнітивно-функціональною професійною системою знань менеджерів розуміємо систему переробки інформації, що відбувається у внутрішньому мовленні, шляхом співставлення наявних у свідомості професійних мовних одиниць когнітивних понять з отриманою ззовні інформацією та відповідності їх використання цільовому задуму професійного повідомлення.

Ураховуючи, що респонденти повинні вже мати певний рівень сформованих професійно-мовних знань для надбання професійно-мовленнєвої компетентності, у дослідженні брали участь абітурієнти, що навчаються на IV курсі бакалаврату (перший, бакалаврський, рівень ЗВО IV рівня акредитації) та на I курсі магістратури (другий, магістерський, рівень ЗВО IV рівня акредитації) за спеціальністю 073 «Менеджмент». Емпіричне дослідження

рівня професійно-мовної обізнаності майбутніх менеджерів проводилося за допомогою письмових опитувань за розробленими автором анкетами. Загальна кількість респондентів становила 252 абітурієнта ВНЗ України, із них 126 магістрів та 126 бакалаврів.

Для аналізу когнітивно-функціонального критерію виокремлюємо певну сукупність професійно-мовних знань, що необхідна для формування професійно-мовленнєвої компетентності.

Як зазначала М. Пентиліук, «мова визначається як своєрідна знакова система, що забезпечує мислення людини, спілкування з іншими людьми, тобто служить засобом формування думок, сприймання навколишньої дійсності, обміну інформацією» [6, с. 228].

Особливості професійного мовлення підкреслили Н. Заніздра та В. Заніздра, які вважали, що абітурієнти «повинні мати чималий активний лексичний запас фахової термінології» [3, с. 159].

Як зазначала І. Кочан, «для текстів офіційно-ділового стилю характерні висока стандартизація вислову, застосування особливої термінології та синтаксичних конструкцій, стандартних формул і кліше» [5, с. 383].

Аналіз когнітивно-функціональної обізнаності професійного мовлення за фахом «менеджмент» проводимо за двома показниками:

- показник професійно-мовної обізнаності, що відображає рівень знань лексики професійної мови і синтаксис професійних висловлювань із менеджменту;
- показник професійно-категорійної обізнаності, що засвідчує рівень знань сутності і значення професійних мовних термінів, категорій і показників зі спеціальності «менеджмент».

Для аналізу професійно-мовної обізнаності респондентів була використана авторська анкета, розроблена на основі тестів із ділової української мови М. Брус, М. Пентиліук, І. Маруніч, І. Гайдаєнко, М. Заверющенко, О. Кримець, С. Чернявської, О. Шокурова [1; 2]. Питання цієї анкети відображали знання лексики за фаховими дисциплінами ОП із менеджменту та синтаксису ділової української мови. Анкета налічувала 20 питань закритої форми, де на кожне питання містилася одна відповідь. Метою анкети була оцінка знання лексики професійної мови з менеджменту та її синтаксису.

У процесі обробки відповідей застосовувався такий підхід до оцінювання: за кожну правильну відповідь респондент отримував 5 балів, за неправильну – 0 балів. Виходячи із цього, максимально можливий результат тесту – 100 балів. Результатом тесту стала сума балів, що була набрана респондентом. Інтерпретація даних відбувалася на основі

побудованої порядкової шкали та виходячи з таких даних:

- від 95 до 100 балів – дуже високий рівень професійно-мовної обізнаності (5 оціночних балів);
- від 85 до 94 балів – високий рівень професійно-мовної обізнаності (4 оціночних бали);
- від 65 до 84 балів – середній рівень професійно-мовної обізнаності (3 оціночних бали);
- від 45 до 64 – низький рівень професійно-мовної обізнаності (2 оціночних бали);
- менше 45 балів – дуже низький рівень професійно-мовної обізнаності (1 оціночний бал).

За результатами проведеного анкетування виявили, що більшість респондентів (51%, $n=129$) має високий рівень професійно-мовної обізнаності та 10% ($n=24$) – дуже високий рівень цього показника. Лише 39% ($n=99$) респондентів отримали середній рівень професійно-мовної обізнаності. Респонденти, які мають низький та дуже низький рівень професійно-мовної обізнаності, відсутні. Це свідчить про достатній рівень професійно-мовної обізнаності у абітурієнтів.

Аналіз рівнів показників за досліджуваними групами респондентів (бакалаври та магістри) засвідчив, що тенденція майже однакова (рис. 1).

Середньоарифметичне відхилення показників становило 4,7%. Найбільш значне відхилення – у групі з високим рівнем професійно-мовної обізнаності. Так, у бакалаврів до високого рівня означеного показника відносяться 55% ($n=79$), а у магістрів – 48% ($n=58$) опитаних.

Для підтвердження цих емпіричних даних розраховуємо коефіцієнти Фішера та Стьюдента. Коефіцієнт Фішера становить 1,06, що менше, ніж f - критичне за кількості ступенів

свободи $p < 0,05$; $p < 0,01$. Це підтверджує H_0 – нульову гіпотезу, відповідно якої групи бакалаврів та магістрів є однорідними вибірками в межах своєї групи.

Коефіцієнт Стьюдента дорівнює 0,28, що є значно меншим, аніж t -критичне за кількості ступенів свободи $p < 0,05$; $p < 0,01$. Це підтверджує H_0 – нульову гіпотезу та наші спостереження про рівність дисперсій цих двох вибірок, тобто відмінності порівнюваних величин статистично є незначимими. Отже, професійно-мовна обізнаність у цих двох групах однакова.

Таким чином, можна зробити висновок, що рівень обізнаності професійної мови, її лексики, термінів та синтаксису у респондентів на достатньому рівні, що є достатнім підґрунтям для подальшого надбання професійно-мовленнєвої компетентності.

Для оцінки когнітивно-функціональної обізнаності абітурієнта обов'язкове знання сутності професійних категорій із менеджменту.

Як зазначала М. Пентилюк, для засвоєння мови як знакової системи абітурієнти «повинні навчитися співвідносити звукові одиниці мови (звуки) зі смисловими одиницями: морфемою, словом, словосполученням, реченням, які, своєю чергою, співвідносяться з реальністю (конкретними предметами, явищами тощо)» [6, с. 228].

У зв'язку з відсутністю комплексного опитувальника визначення професійно-категорійної обізнаності менеджерів для дослідження обізнаності професійних категорійних понять із менеджменту використовуємо авторську анкету. Вона розроблена на основі фахових тестів із менеджменту таких науковців, як В. Проскура, А. Лизанець, Г. Білак, О. Зарічна, О. Малець, В. Мусаткіна, Т. Товт, К. Хаустова, О. Марченко. [4] Анкета налічувала 20 питань

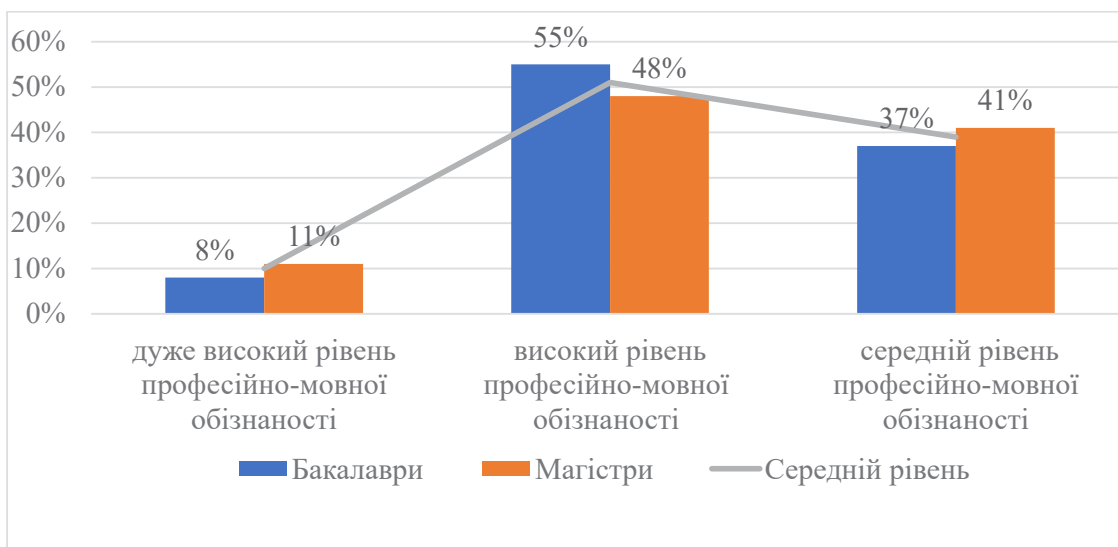


Рис. 1. Рівні професійно-мовної обізнаності

закритої форми, де на кожне питання містилася одна відповідь. Метою анкети була оцінка знання сутності професійних термінів, категорій та показників із менеджменту. Питання орієнтовані на визначення обізнаності респондентів сутності і значення професійних мовних категорій зі спеціальності «Менеджмент».

У процесі обробки відповідей застосовувався такий підхід до оцінювання: за кожну правильну відповідь респондент отримував 5 балів, за неправильну – 0 балів. Виходячи із цього, максимально можливий результат тесту – 100 балів. Результатом тесту стала сума балів, що була набрана респондентом. Інтерпретація даних відбувалася на основі побудованої порядкової шкали та виходячи з таких даних:

- від 95 до 100 балів – дуже високий рівень професійно-категорійної обізнаності (5 оціночних балів);
- від 85 до 94 балів – високий рівень професійно-категорійної обізнаності (4 оціночних бали);
- від 65 до 84 балів – середній рівень професійно-категорійної обізнаності (3 оціночних бали);
- від 45 до 64 – низький рівень професійно-категорійної обізнаності (2 оціночних бали);
- менше 45 балів – дуже низький рівень професійно-категорійної обізнаності (1 оціночний бал).

Більшість респондентів (54%, n=135) має середній рівень професійно-категорійної обізнаності та 40% (n=100) – високий рівень цього показника. При цьому граничні показники, а саме дуже високий рівень професійно-категорійної обізнаності, має лише 2% (n=6) та низький рівень – лише 4% (n=11). Це свідчить про достатній рівень абітурієнтів щодо обізнаності сутності професійних категорій.

Однак під час порівняння двох груп: бакалаврів та магістрів спостерігається різна тенденція (рис. 2). У бакалаврів високий рівень має більшість респондентів – 62% (n=89), а у магістрів – 69% (n=84) мають середній рівень професійно-категорійної обізнаності. При цьому 5% (n=6) магістрів мають високий рівень цього показника та 9% (n=11) – низький рівень. У бакалаврів лише два види рівня професійно-категорійної успішності: високий та середній. До останнього відносяться 38% (n=54) респондентів.

Для підтвердження цих емпіричних даних розраховуємо коефіцієнти Фішера та Стьюдента. Коефіцієнт Фішера становить 1,23, що менше, ніж *f*-критичне за кількості ступенів свободи $p < 0,05$; $p < 0,01$. Це підтверджує *N0* – нульову гіпотезу, відповідно якої групи бакалаврів та магістрів є однорідними вибірками в межах своєї групи.

Коефіцієнт Стьюдента дорівнює 6,44, що є значно більшим, ніж *t*-критичне за кількості ступенів свободи $p < 0,05$; $p < 0,01$. Відповідно до цього ми не приймаємо *N0* – нульову гіпотезу, що говорить про нерівність дисперсій цих двох вибірок, тобто відмінності порівнюваних величин статистично є значимими. Отже, професійно-категорійна обізнаність у цих двох групах респондентів різна.

Таким чином, у цих двох груп респондентів однаково достатній рівень знань лексики професійної мови та синтаксису професійних висловлювань, однак різний рівень здатності усвідомлювати значення професійних категорій. Ця відмінність спричинена різним рівнем професійної підготовки респондентів. При цьому у магістрів порівняно з бакалаврами були респонденти, які мали дуже високий рівень професійно-категорійної обізнаності. Це свідчить про певну кількість абітурієнтів, що

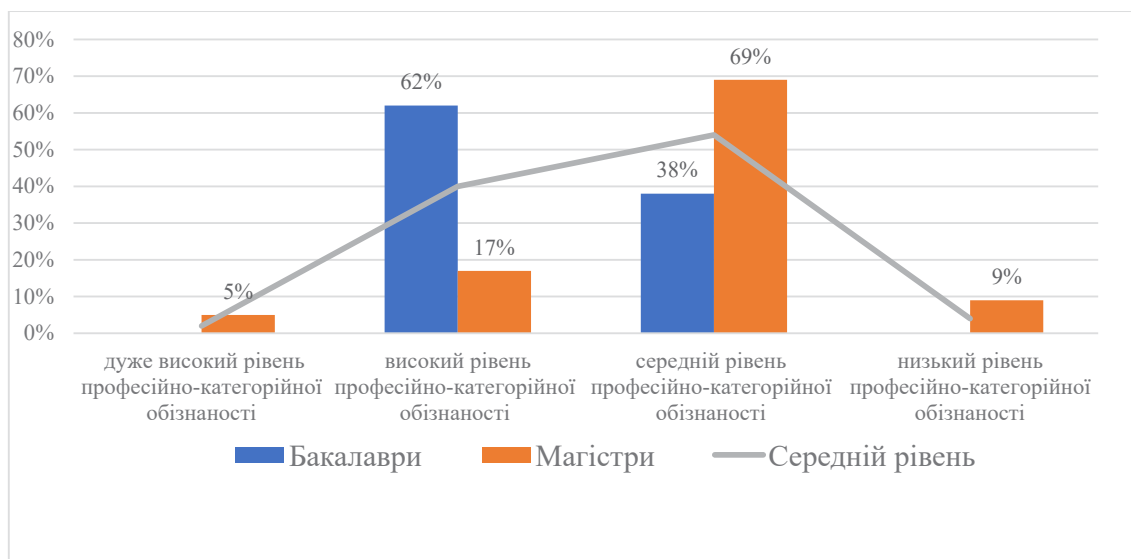


Рис. 2. Рівні професійно-категорійної обізнаності

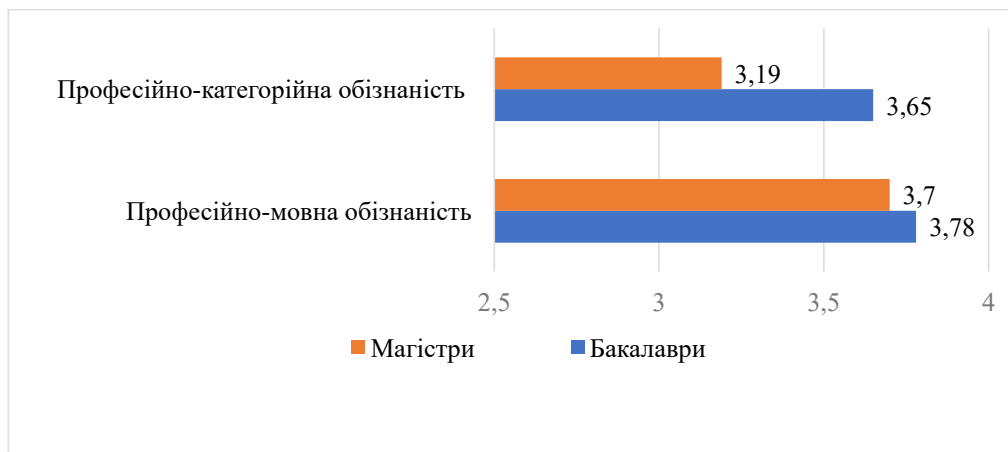


Рис. 3. Рівні показників когнітивно-функціонального критерію

є високообізнаними з фундаментальних категорій із вибраного фаху.

Однак у цілому 96% (n=241) респондентів мають середній, високий та дуже високий рівні професійно-категорійної обізнаності.

Для визначення загального рівня когнітивно-функціонального критерію професійно-мовленнєвої компетентності всі отримані бали переводимо у стени згідно з отриманими рівнями показників. За кожною групою (бакалаври, магістри) підсумовуємо та знаходимо арифметичне середнє (рис. 3).

Як свідчать дані аналізу, рівень професійно-мовної обізнаності є вищим, ніж рівень професійно-категорійної обізнаності, на 16% у магістрів та на 3,6% у бакалаврів. Це свідчить про те, що у респондентів вище рівень знань лексики професійної мови і синтаксису професійних висловлювань, ніж знань сутності і значення професійних мовних термінів, категорій і показників зі спеціалізації «Менеджмент».

Рівень когнітивно-функціонального критерію вище у бакалаврів на 7,8%, ніж у магістрів. Ця відмінність спричинена різним рівнем професійної підготовки респондентів. Бакалаври три роки вивчали значну кількість дисциплін фундаментального циклу зі спеціальності «Менеджмент», а магістри – повний цикл освітньої програми з будь-якої спеціальності, а не лише з менеджменту. Абітурієнт, вступаючи до магістратури за спеціальністю «Менеджмент», здає вступні іспити, однак, як показало дослідження, у середньому рівень фундаментальних знань у нього з фаху є нижчим, ніж у випускників бакалаврату зі спеціальності «Менеджмент».

Підсумовуючи дослідження рівня когнітивно-функціонального критерію професійно-мовленнєвої компетентності майбутніх менеджерів, можна зазначити, що більшість респондентів має високий рівень мовних знань, на яких ґрунтується специфіка професійного мовлення менеджера.

Висновки з проведеного дослідження. Когнітивно-функціональна обізнаність абітурієнта є основним підґрунтям для отримання професійно-мовленнєвої компетентності. Під когнітивно-функціональною професійною системою знань менеджерів розуміємо систему переробки інформації, що відбувається у внутрішньому мовленні, шляхом співставлення наявних у свідомості професійних мовних одиниць когнітивних понять з отриманою ззовні інформацією та відповідності їх використання цільовому задуму професійного повідомлення.

Для виявлення можливості її функціонування досліджуємо показники професійно-мовної та професійно-категорійної обізнаності респондентів.

На основі цього підходу проведений аналіз засвідчив, що рівень професійно-мовної та професійно-категорійної обізнаності вище у бакалаврів. У бакалаврів та магістрів рівень професійно-мовної обізнаності вище за рівень професійно-категорійної обізнаності.

Респонденти мають достатній рівень знань лексики професійної мови, синтаксису професійних висловлювань, значень професійних понять. Загальний рівень когнітивно-функціональної обізнаності респондентів задовольняє можливість майбутнього отримання професійно-мовленнєвої компетентності.

Розвиток та впровадження методів підвищення когнітивно-функціональної обізнаності дають можливість здобути майбутньому менеджеру високий рівень професійно-мовленнєвої компетентності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Брус М.П. Українське ділове мовлення : навчальний посібник. Івано-Франківськ : Тіповіт, 2004. 230 с.
2. Заверющенко М.П., Кримець О.М., Чернявська С.М., Шокуров О.В. Офіційно-діловий стиль: правила укладання документів різних видів : навчальний посібник. Харків : НТУ «ХПІ», 2019. 140 с.

3. Заніздра Н.О., Заніздра В.В. Формування професійного мовлення студентів технічних спеціальностей у вищому навчальному закладі. *Вісник КДПУ*. 2006. Вип. 2/2006(37). Ч. 2. С. 157–159.

4. Збірник тестових завдань для самостійної підготовки до комплексного кваліфікаційного державного екзамену студентів, що навчаються за

напрямом «Менеджмент» освітнього ступеня «бакалавр» / уклад. В.Ф. Проскура та ін. Мукачево : МДУ, 2016. 166 с.

5. Кочан І.М. Лінгвістичний аналіз тексту. Київ : Знання, 2008. 423 с.

6. Пентиліук М.І., Маруніч І.І., Гайдаєнко І.В. Ділове спілкування та культура мовлення. Київ : Центр учбової літератури, 2011. 224 с.

ТЕХНОЛОГІЯ КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИВАЛЬНОЇ РОБОТИ ЩОДО РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ

TECHNOLOGY OF CORRECTIONAL-DEVELOPMENTAL WORK FOR ENHANCING EMOTIONAL STABILITY IN ADOLESCENTS

У статті представлено огляд авторської програми соціально-психологічного тренінгу з розвитку емоційної стійкості підлітків і проаналізовано результати її апробації, що проводилась впродовж 2015–2016 років за участю підлітків Західного регіону України. Програма соціально-психологічного тренінгу з розвитку емоційної стійкості підлітків базується на особистісно орієнтованому підході, у якому моделюється положення про особистісне зростання як процес поєднання у свідомості людини універсальної й індивідуальної систем цінностей, остання з яких створюється сукупністю дій особистості. Модель розвитку емоційної стійкості підлітків передбачає роботу на різних рівнях взаємодії: у тренінговому форматі з підлітками та в інформаційно-просвітницькому – з педагогічним колективом і батьками учасників. Програма розвитку емоційної стійкості підлітків має дуальну стратегію, що включає оптимізацію рівня емоційної стійкості шляхом розвитку сприятливих емоційних реакцій на нестандартні життєві ситуації (формування в підлітків навичок опанування власних емоцій, засвоєння патернів поведінки в ситуаціях, які викликають негативні емоційні стани, відмінних від тих, які зазвичай використовує підліток) і оптимізацію рівня прояву емоційної стійкості підлітків шляхом якісного впливу на взаємопов'язані з нею особистісні якості (формування, розвиток і укріплення окремих особистісних характеристик особистості підлітка: емоційних, мотиваційних, адаптивних, ціннісних, вольових, регуляторних тощо, розвиток підґрунтя для оптимізації несприятливих показників емоційної стійкості підлітків). Авторами розкривається суть п'яти основних блоків соціально-психологічного тренінгу, що відображають практичну корекційну роботу психолога за вказаними вище стратегіями реалізації програми. Проведене авторами дослідження висвітлює кількісні та якісні зміни показників емоційної стійкості підлітків після апробації запропонованої програми, що, у свою чергу, дозволило запропонувати стратегію інформування педагогів і значущих дорослих щодо специфіки їх взаємодії з емоційно нестійкими підлітками. Означено шляхи подальших розвідок щодо психолого-педагогічних проблем емоційної стійкості сучасних підлітків.

Ключові слова: підлітковий вік, афективна сфера, емоції, емоційна нестійкість, емоційна стійкість, чинники емоційної стійкості, розвиток емоційної стійкості підлітка.

The article provides an overview of an author's program of social-psychological training for developing emotional resilience in adolescents and analyzes the results of its implementation, which was carried out from 2015 to 2016 with the participation of teenagers from the Western region of Ukraine. The social-psychological training program for developing emotional stability in adolescents is based on a person-centered approach that models personal growth as a process of integrating universal and individual value systems in a person's consciousness, the latter of which is created by the totality of the individual's actions. The model for developing emotional stability in adolescents involves working on different levels of interaction: in a training format with adolescents and in an informational and educational format with the pedagogical staff and parents of participants. The program for developing emotional stability in adolescents has a dual strategy that includes optimizing the level of emotional stability by developing favorable emotional reactions to non-standard life situations (developing skills in adolescents to manage their own emotions, adopting patterns of behavior in situations that trigger negative emotional states that are different from those usually used by adolescents) and optimizing the level of manifestation of emotional stability in adolescents by qualitatively influencing the related personal qualities (forming, developing, and strengthening individual characteristics of the adolescent's personality: emotional, motivational, adaptive, value-based, volitional, regulatory, etc., developing a basis for optimizing unfavorable indicators of emotional stability in adolescents). The authors reveal the essence of the five main blocks of social-psychological training that reflect the practical corrective work of a psychologist based on the implementation strategies outlined above. The research conducted by the authors highlighted quantitative and qualitative changes in indicators of emotional stability in adolescents after the implementation of the proposed program, which in turn allowed for the development of a strategy to inform educators and significant adults about the specifics of their interactions with emotionally unstable adolescents. Ways of further research on psychological and pedagogical problems of emotional stability in modern adolescents are identified.

Key words: adolescence, affective sphere, emotions, emotional instability, emotional stability, emotional resistance, factors of emotional stability, development of adolescent emotional stability.

УДК 159.942.2: 159.922.736.4
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.10>

Гурак Г.М.

аспірант кафедри соціальної психології
Український державний університет
імені Михайла Драгоманова

Долинська Л.В.

к.психол.н., професор,
завідувач кафедри соціальної психології
Український державний університет
імені Михайла Драгоманова

Постановка проблеми. Розвиток емоційної стійкості сучасних тінейджерів є актуальною психолого-педагогічною проблемою. Особливої значущості ця проблема набуває у старшому підлітковому віці, коли активних метаморфоз зазнає не лише фізіологія підлітка, а і його афективна сфера. Акт опо-

середкованого впливу здійснює і соціальна ситуація розвитку підлітка: виникнення амбівалентних почуттів, коли прагнення до спілкування з ровесниками, пошуки нових авторитетів і патернів поведінки як вияву дорослості, з одного боку, та інфантильність і внутрішня неготовність розривати емоційні зв'язки,

сепаруючись від дорослих, із другого, стає причиною внутрішньоособистісних і міжособистісних конфліктів, невпевненості в собі, що можуть вилитися в неконтрольований потік емоцій і переживань та, вочевидь, провокувати виникнення емоційної нестійкості у старшому підлітковому віці. На тлі впливу різноманітних зовнішніх психологічних чинників у житті підлітка на його афективну сферу, зокрема й емоційну стійкість, ми робимо акцент на тему внутрішньоособистісного, психологічного потенціалу емоційної стійкості осіб даного віку.

Аналіз наукових досліджень. Методологічне та методичне обґрунтування концепції емоційної стійкості підлітків знайшло своє відображення у працях С. Алім, К. Бармоли, Н. Бейлен, Б. Бенард, М. Браун, Е. Веселева, Л. Гріна, П. Джордана, О. Дрокіна, А. Ешмана, Д. Іванова, І. Кона, Г. Куласа, Л. Мальгіної, В. Смітсона, Т. Тихомирова, Р. Томпсона, А. Троса, Я. Хейя й інших. Так, емоційна стійкість не тільки розглядається одним з ефективних патернів розвитку особистості підлітка, а й допомагає йому вибудовувати концепцію стабільної емоційної поведінки на будь-якому рівні відносин із навколишнім середовищем [6]. Корекція і розвиток емоційної стійкості особистості є актуальною проблемою, про що свідчать наукові доробки В. Антонця, О. Блінова, С. Гамової, Г. Коваленко, О. Коломієць, Ю. Кучеренко, К. Пилипенко, І. Любомського, О. Малхазова, А. Хромової, А. Черкашина, І. Якимчук. Емпіричне обґрунтування ефективності корекційного впливу на різноманітні психологічні особливості особистості (самооцінка, адаптивність, тривожність, комунікативні й організаторські здібності, емоційний інтелект, самоконтроль, стресостійкість тощо) через посередництво емоційної стійкості наведено в дослідженнях І. Бойко, І. Васильківського, А. Горлової, О. Долгополової, Л. Долинської, Т. Павленко, А. Поденко, І. Рашковської, А. Шамне. Незважаючи на інтерес наукової еліти до дефініції емоційної стійкості особистості, питанню корекції, розвитку даного психологічного утворення шляхом впливу на її психологічні чинники увага присвячується лише опосередковано. Водночас основним критерієм формування вибірки в дослідженнях емоційної стійкості особистості залишається кваліфікаційний аспект (підвищення емоційної стійкості у військових, спортсменів, педагогів, студентів тощо), тоді як генезисний аспект розвитку емоційної стійкості особистості, зокрема в підлітковому віці, малодосліджений.

Постановка завдання. Емпіричне дослідження емоційної нестійкості підлітків і встановлення її основних психологічних чинників дали можливість виявити рівневі прояви заявленої дефініції та виявити ключові чинники емоційної нестійкості підлітків, серед яких ек-

спресія, агресивність, лабільність (складові частини індивідуально-типологічних властивостей особистості), велика різниця між самооцінкою та рівнем домагань (складові частини самооцінки та рівня домагань особистості), низький рівень емоційного інтелекту особистості, особистісна неадаптивність, низькі показники складових частин вольової саморегуляції, стресостійкості. Застосування факторного аналізу дозволило нам структурувати та доповнили даний список чинників: дисбаланс самооцінки й особистісних можливостей, особистісна невпевненість, що компенсується самоконтролем, низька опірність до стресу, імпульсивність на тлі невпевненості, дисонанс в оцінці власного «Я», мотиваційна полярність, емоційна невизначеність, публічна невпевненість, невпевненість у власних силах, агресивно-впевнена поведінка [7].

Виклад основного матеріалу дослідження. З огляду на виявлені чинники емоційної нестійкості підлітків було розроблено й апробовано програму розвитку емоційної стійкості підлітків (старшої вікової групи, 13–15 років). Формувальний експеримент проводився за участю підлітків Західного регіону України (на базі Бережанського ліцею № 2 Тернопільської області). Для проведення експерименту було сформовано контрольну й експериментальну групи загальною кількістю 60 осіб віком від 13 до 15 років (30 осіб – контрольна група, 30 – експериментальна).

Теоретичним підґрунтям упровадження програми розвитку й оптимізації емоційної стійкості підлітків став особистісно орієнтований підхід, у якому моделюється положення про особистісне зростання як процес поєднання у свідомості людини універсальної й індивідуальної систем цінностей, остання з яких створюється сукупністю вчинків особистості [2; 3].

Програма розвитку емоційної стійкості підлітків включала дві стратегії роботи із зазначеною рисою: оптимізацію рівня емоційної стійкості шляхом розвитку сприятливих емоційних реакцій на нестандартні життєві ситуації (формування в підлітків навичок опанування власних емоцій, засвоєння патернів поведінки в ситуаціях, які викликають негативні емоційні стани, відмінних від тих, які зазвичай використовує підліток) і оптимізацію рівня прояву емоційної стійкості підлітків шляхом якісного впливу на взаємопов'язані з нею особистісні якості (формування, розвиток і укріплення окремих особистісних характеристик особистості підлітка: емоційних, мотиваційних, адаптивних, ціннісних, вольових, регулятивних тощо; розвиток підґрунтя для оптимізації несприятливих показників емоційної стійкості підлітків.

Організаційно запропонована модель розвитку емоційної стійкості підлітків передба-

чає роботу на різних рівнях взаємодії як із підлітками (у тренінговому форматі), так і зі значущими для них дорослими: педагогічним колективом, батьками (в інформаційному форматі) (рис. 1).

Практична реалізація особистісно орієнтованого підходу до роботи із групою підлітків ґрунтується на принципі розвитку та передбачає супровід особистості на її індивідуальній траєкторії саморозвитку. Отже, формою спрямованого психологічного впливу обрано соціально-психологічний тренінг. Соціально-психологічний тренінг визначається як метод активного навчання та психологічного впливу, що здійснюється у процесі інтенсивної групової взаємодії, у якому загальний принцип активності учасників доповнюється принципом рефлексії над власною поведінкою [1].

Тематичний план програми з розвитку й оптимізації емоційної стійкості підлітків формувався на основі роботи з виявленими психологічними чинниками емоційної нестійкості тінейджерів [7]. У запропонованій програмі передбачається застосування соціально-психологічного тренінгу, що містить п'ять структурних блоків:

I. Вступний блок, який передбачав знайомство підлітків із груповою роботою у взаємодії із психологом, створення безпечного простору для перебування підлітків в атмосфері довіри,

підтримки, згуртованості, а також формування навичок ефективної комунікації для сприятливої динаміки змін групи.

II. Блок «Розвиток навичок ефективної комунікації та організаційних здібностей підлітків», метою якого стала робота, що спрямована на розвиток і пізнання комунікативних і організаційних здібностей підлітків, подолання публічної й особистісної невпевненості підлітків.

III. Блок «Формування особистісної впевненості та реалістичних прагнень підлітків», який спрямований на актуалізацію особистісної впевненості підлітків, розвиток адекватної самооцінки й ауто-симпатії, формування адекватних реакцій підлітків на власні успіхи та невдачі (як частину життєвого шляху особистості), що дозволить оптимізувати емоційну стійкість підлітків.

IV. Блок «Формування стресостійкості та вміння керувати власними емоціями», відображає психотренінгову роботу з низькою опірністю підлітків до стресу, що є чинником їхньої емоційної нестійкості. У фокусі корекційного впливу буде вміння підлітків розрізняти власні емоційні реакції на стрес, вивчення внутрішніх стресозахисних потенціалів, формування навичок екологічного проживання та переживання стресових ситуацій.

V. Блок «Розвиток і формування навичок емоційної стійкості й ефективної саморегуляції підлітків», що призначений формувати

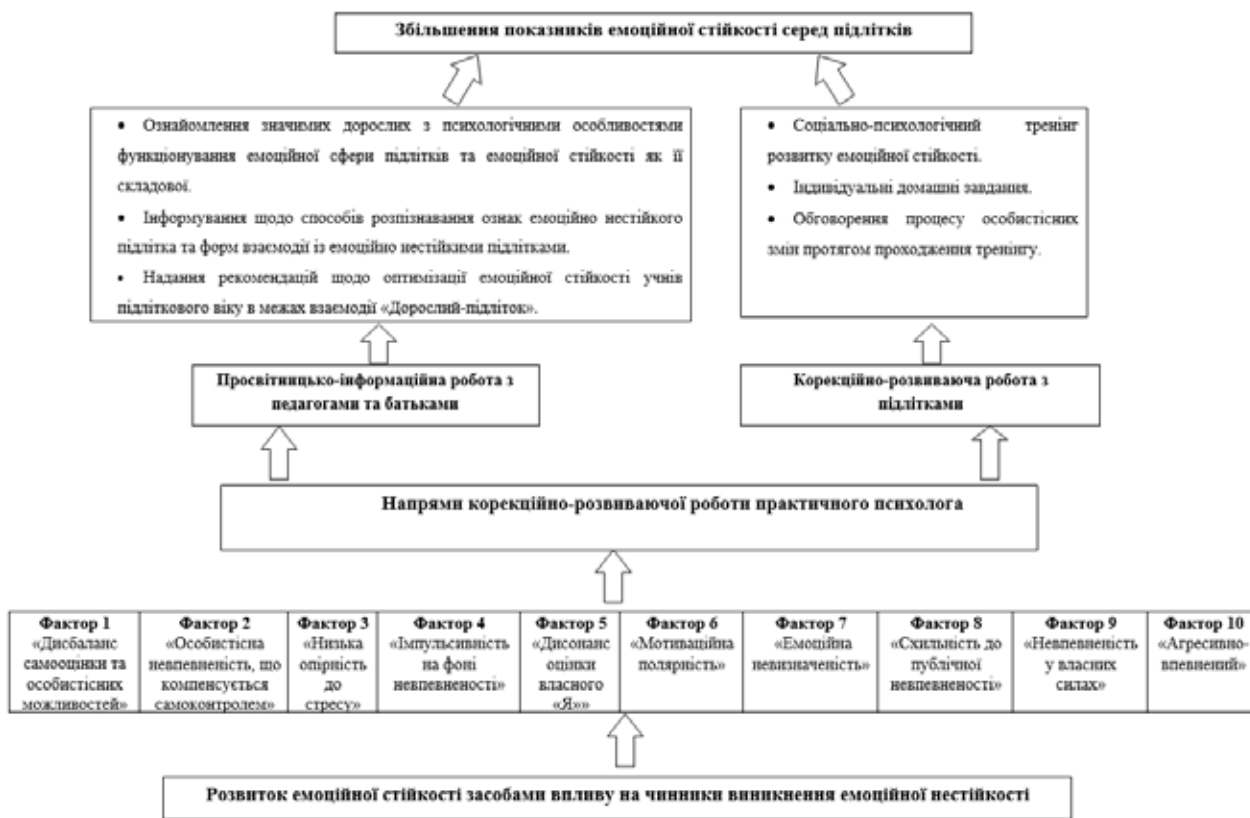


Рис. 1. Модель розвитку емоційної стійкості підлітків

навичку опису, ранжування та способів вираження підлітками власних емоцій, розвитку саморегулятивних потенціалів підлітків, знайомити з різнобарвністю прояву емоційної сфери особистості, актуалізації позитивного мислення як засобу підтримки позитивного образу «Я» підлітків, ознайомлення учасників з техніками подолання неприємних емоцій, самопідтримки, розслаблення.

VI. Інтегративний блок культивує визначення напрямів роботи із самовдосконалення підлітків та підготовку учасників до завершення роботи у групі. Кожен блок містить відповідно підібрані психологічні техніки, вправи, завдання, що спрямовані на практичне пропрацювання тематики тренінгу, ознайомитися з повним наповненням тренінгової програми можна за посиланням на документ Google-диску авторів [4].

Упровадження моделі оптимізації емоційної стійкості старших підлітків передбачає проведення з педагогами та батьками підлітків (або родичами, які виконують виховну функцію) спеціальних інформаційно-просвітницьких заходів, що втілені у вигляді інформативного лекторію та рекомендацій щодо взаємодії з підлітками, які в межах переживання вікової кризи схильні до прояву емоційної нестійкості. Інформаційно-просвітницька робота проводилася на основі отриманих даних щодо чинників розвитку емоційної стійкості підлітків, тобто особлива увага приділялася інформуванню педагогів і батьків про особливості взаємодії з підлітками, які проявляють невпевненість, складність комунікації з оточенням, акцентується увага на особливостях підліткової кризи, що супроводжується зниженою стресостійкістю, складністю опанування підлітками власних емоцій (підвищена тривожність, страх, імпульсивність, роздратування), негативним сприйняттям власного «Я» тощо. Інформування педагогів і батьків про особливості розвитку та поведінки їхніх учнів і дітей покликане зблизити дорослих з реальністю підлітків, подолати можливі бар'єри в комунікації, по-іншому сприймати труднощі пубертату, брати орієнтир на розуміння та прийняття учнів/дітей такими як є, а також виконує свою головну функцію: підкріплює корекційно-розвивальний

вплив запропонованої нами тренінгової програми.

Ефективність упровадженої програми розвитку й оптимізації рівня емоційної стійкості підлітків оцінювалась за результатами повторного експериментального зрізу даних. Перший зріз був проведений до початку впровадження програми корекційної роботи і дав можливість зафіксувати початкові показники в контрольній і експериментальній групах. Повторний психодіагностичний зріз, метою якого була фіксація динаміки змін рівнів емоційної стійкості та рівневих зрушень в індивідуально-типологічних складових частинах, що формують, виявлені нами попередньо, чинники емоційної стійкості підлітків [7], був проведений після апробації тренінгової програми.

Результати дослідження за методикою «Шкала емоційної стабільності/нестабільності» Г. Айзенка (запропонована Е. Ільїним) [5] показали, що в контрольній і експериментальній групах існують зміни в розподілі досліджуваних за рівнями прояву емоційної стійкості (табл. 1).

Згідно з даними таблиці 2, у контрольній групі суттєвих змін не фіксуємо. Натомість в експериментальній групі кількість досліджуваних із низьким рівнем емоційної стійкості зменшилась із 34 до 10%, відповідно на 14% зросла кількість досліджуваних із середнім рівнем емоційної стійкості й із 13 до 23% (на 10%) зросла кількість досліджуваних із високим рівнем емоційної стійкості. Нагадаємо, що в основу нашого дослідження покладене припущення, що саме завдяки комплексному корекційному-розвивальному впливу на особистість підлітка та виявлені чинники емоційної нестійкості [7] можна підвищити показники його емоційної стійкості. Отримані результати вказують на значне збільшення кількості підлітків, у яких фіксується середній рівень емоційної стійкості, що свідчить про ефективність застосованих нами комплексних корекційно-розвивальних заходів.

Окрім цього, здійснений порівняльний аналіз за t-критерієм Стьюдента засвідчив статистичну значущість отриманих даних. У контрольній групі статистично значущих відмінностей встановити не вдалось. В експериментальній

Таблиця 1

Кількісні зміни в рівнях емоційної стійкості підлітків до та після проведення формувального експерименту

Рівень емоційної стійкості	Контрольна група (N = 30)						Експериментальна група (N = 30)					
	До екс.		Після екс.		Різниця		До екс.		Після екс.		Різниця	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Високий	6	20	6	20	6	20	4	13	7	23	3	10
Середній	13	43	14	47	1	4	16	53	20	67	4	14
Низький	11	37	10	33	1	4	10	34	3	10	7	24

Емпіричні значення t-критерію Стьюдента після проведення корекційного впливу в експериментальній групі

Показник	Значення t-критерію Стьюдента	Рівень значущості (P)
Емоційна стійкість	2,45	0,01
Високий рівень емоційної стійкості	-0,90	0,37
Середній рівень емоційної стійкості	-0,87	0,38
Низький рівень емоційної стійкості	2,26	0,02
Складові частини чинників емоційної стійкості підлітків		
Екстраверсія	1,43	0,15
Спонтанність	0,61	0,54
Агресивність	1,25	0,21
Ригідність	-0,63	0,52
Інтроверсія	0,18	0,85
Сензитивність	2,45	0,01
Тривожність	2,99	0,01
Лабільність	2,01	0,04
Самооцінка	-0,51	0,60
Рівень домагань	2,68	0,01
Різниця між самооцінкою та рівнем домагань	2,00	0,05
Емоційна поінформованість	-3,12	0,01
Керування своїми емоціями	-4,71	0,01
Самотивація	-2,86	0,01
Емпатія	-3,22	0,01
Розпізнавання емоцій	-4,29	0,01
Загальний рівень емоційного інтелекту	-5,02	0,01
Адаптивність	-3,32	0,01
Вольова саморегуляція	-1,96	0,05
Наполегливість	-1,79	0,07
Самоконтроль	-1,61	0,11
Стресостійкість	3,05	0,01
Комунікативні здібності	-0,90	0,36
Організаторські здібності	-1,54	0,12

*Примітки: жирним курсивом виділено статистично значущі взаємозв'язки (0,01)

групі виявлено статистично значущі відмінності в рівнях прояву емоційної стійкості старших підлітків ($t = 2,45$, $p < 0,01$) і у складових частинах чинників емоційної стійкості підлітків (табл. 2).

Отже, аналіз показників емоційної стійкості старших підлітків та її чинників засвідчив низку позитивних змін після проведення формувального експерименту. Зміни спостерігаються у проявах окремих складових частин чинників емоційної нестійкості. Зокрема, у досліджуваних експериментальної групи суттєво знизився рівень емоційної нестійкості, тривожності, лабільності, сензитивності. Позитивна динаміка експериментальної групи простежується й у проявах елементів емоційного інтелекту: збільшилися показники загального рівня емоційного інтелекту, а також емоційної поінформованості, уміння керувати своїми емоціями, самотивації, емпатії, уміння розпізнавати емоції інших людей. Водночас нор-

малізувався рівень домагань, що, у свою чергу, зумовило зменшення різниці між зазначеним показником і рівнем самооцінки та збалансувало особистісне відчуття реальності у старших підлітків. Позитивні зрушення відбулися в показниках адаптивності, вольової саморегуляції, стресостійкості.

Висновки. Аналіз досліджень у процесі проведення експерименту, самозвітів учасників і статистичних даних, отриманих у результаті тестування підлітків, підтвердив ефективність і доцільність застосування програми розвитку емоційної стійкості підлітків. Результати експерименту підтверджують позитивну динаміку змін емоційної нестійкості підлітків за опосередкованого впливу на чинники, що її зумовлюють. Реалізація програми соціально-психологічного тренінгу з розвитку емоційної стійкості дала змогу пом'якшити проживання підлітками кризового (перехідного) періоду життя: розвинути інтроспективні навички, навички

розуміння власних емоційних станів, підвищити власні стресозахисні, саморегулятивні потенціали, налагодити ефективну комунікацію з однолітками та значущими дорослими. Також за результатами апробації запропонованої програми сформульовано методичні рекомендації для підлітків і їхнього найближчого оточення, що спрямовані на оптимізацію емоційної стійкості та є ефективними за умови їх комплексного використання всіма учасниками навчально-виховного процесу. Зважаючи на кризовість останніх років у нашій державі (довготривалі карантинні заходи, пов'язані з COVID-19, повномасштабне воєнне вторгнення РФ на територію України у 2022 р.), перспективними напрямками досліджень у заданій тематиці є дослідження емоційної стійкості сучасних підлітків з урахуванням пережитих подій (2020–2023 рр.), превентивне включення запропонованої тренінгової програми розвитку емоційної стійкості підлітків у закладах освіти та психологічних центрах роботи з підлітками, розроблення стратегії роботи з емоційно нестійкими підлітками, з урахуванням воєнного стану у країні, великою кількістю внутрішньо переміщених осіб тощо.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Афанасьєва Н., Перелигіна Л. Теоретико-методологічні основи соціально-психологічного тренінгу : навчальний посібник. Харків : ХНАДУ, 2015. 315 с.
2. Бех І. Виховання особистості. Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади: у 2 т. Київ : Либідь, 2003. Т. 1. 280 с.
3. Булах І. Психологія особистісного зростання підлітка : монографія. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2003. 340 с.
4. Гурак Г. Практичне наповнення соціально-психологічного тренінгу розвитку емоційної стійкості підлітків. URL: https://docs.google.com/document/d/1X6ulnyTR-CxIUihofmFyG1XtkQ1TOQ_K/edit (дата звернення: 27.02.2023).
5. Ильин Е. Эмоции и чувства. Санкт-Петербург : Питер, 2001. 752 с.
6. Aleem S., Jamia M.I. Emotional Stability among College Youth. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. 2005. Vol. 31. P. 1–2, 100–102.
7. Gurak H., Dolynska L. Psychological factors of emotional instability in adolescents. *International Journal of Innovative Technologies in Social Science*. 2021. № 4 (32). URL: <https://rsglobal.pl/index.php/ijitss/article/view/2183/1899> (date of application: 27.02.2023).

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК АГРЕСИВНОСТІ Й ОСОБИСТІСНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

THE RELATIONSHIP OF AGGRESSIVENESS AND PERSONAL CHARACTERISTICS IN HIGHER EDUCATION ACQUIRES

Проблема агресивності – одна із традиційних і актуальних проблем сучасної психології. Теорії агресії, що існують натепер, по-різному пояснюють причини та механізми агресивної поведінки людини. Найбільше експериментальне підтвердження отримали фрустраційна теорія агресії та теорія соціального навчання. Окрім руйнівної, агресія виконує ще й адаптивну функцію, вона сприяє підтримці життя та є реакцією на загрозу вітальним потребам.

Особистісні чинники, що зумовлюють підвищення рівня агресивності, це: підвищена ворожість і дратівливість, тривожність і депресивні стани, емоційна реактивність, негативна афективність, неадекватна самооцінка, особливості мотиваційної сфери, низький рівень розвитку інтелекту, антисоціальна спрямованість особистості, заздрисність, схильність приписувати оточенню агресивні наміри тощо. Серед чинників, які перешкоджають прояву агресивності, виділяють: можливість покарання, любов, дружні стосунки, а також такі особистісні якості: поміркованість, толерантність, завбачливість, безконфліктність, усвідомленість, самоконтроль.

Дослідження агресивності та ворожості здобувачів вищої освіти показало, що в них спостерігається підвищений рівень таких показників, як: фізична агресія, непряма агресія, негативізм, образа, підозрливість, вербальна агресія та відчуття провини. Дослідження особистісних особливостей здобувачів освіти показало, що рівень розвитку інтелектуальних здібностей відносно низький; показники емоційно-вольових факторів у досліджуваних не є вираженими, а отже – не досить розвинені; серед показників комунікативного блоку факторів вираженими є: товариськість, довірливість, труднощі з розпізнаванням прихованих мотивів інших людей, залежність від групової думки та поведінки.

За допомогою кореляційного аналізу встановлені взаємозв'язки між інтелектуальними, емоційними та комунікативними якостями та різними формами агресивності, ворожості. Усі особистісні риси, так чи інакше, впливають на конкретні форми агресивності та ворожості. Різниця – у ступені вираженості риси та її взаємозв'язку з певною формою агресивної поведінки.

Ключові слова: агресивність, ворожість, особистість, особистісні особливості, здобувач освіти, юнацький вік.

The problem of aggressiveness is one of the traditional and topical problems of modern psychology. Theories of aggression that exist today explain the causes and mechanisms of aggressive human behavior in different ways. The frustration theory of aggression and the theory of social learning received the most experimental confirmation. In addition to being destructive, aggression also performs an adaptive function, it contributes to the maintenance of life and is a reaction to a threat to vital needs.

Personal factors causing an increase in the level of aggressiveness are: increased hostility and irritability, anxiety and depressive states, emotional reactivity, negative affectivity, inadequate self-esteem, peculiarities of the motivational sphere, low level of intellectual development, antisocial personality orientation, envy, tendency to attribute aggressive intentions to others etc. Among the factors that prevent the manifestation of aggressiveness, the following are distinguished: the possibility of punishment, love, friendly relations, as well as such personal qualities as: moderation, tolerance, prudence, non-conflict, awareness, self-control.

The study of aggressiveness and hostility of students of higher education showed that they have an increased level of such indicators as: physical aggression, indirect aggression, negativism, resentment, suspicion, verbal aggression, and a sense of guilt. The study of the personal characteristics of the students of education showed that the level of development of intellectual abilities is relatively low; indicators of emotional and volitional factors in the subjects are not pronounced and, accordingly, insufficiently developed; Among the indicators of the communicative block of factors, the following are pronounced: sociability, trustworthiness, difficulty in recognizing the hidden motives of other people, dependence on group opinion and behavior.

With the help of correlation analysis, the relationship between intellectual, emotional and communicative qualities and various forms of aggressiveness and hostility was established. All personal traits, in one way or another, affect specific forms of aggressiveness and hostility. The difference is in the degree of expression of the trait and its relationship with a certain form of aggressive behavior.

Key words: aggressiveness, hostility, personality, personal characteristics, education seeker, youth.

УДК 159.922.8

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.11>

Дейниченко Л.М.

к.пед.н.,

доцент кафедри психології
ДВНЗ «Донбаський державний
педагогічний університет»

Маннапова К.Р.

к.психол.н.,

доцент кафедри соціології та психології
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Раджабова С.Ш.

к.психол.н.,

доцент кафедри педагогіки і психології
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького

Агресивність – це властивість особистості, яка відображає схильність вороже реагувати на виникнення ситуації, у якій людині щось загрожує [1; 9].

Тривалий час здобувачі освіти в Україні навчаються дистанційно, що зумовлено об'єктивними обставинами спочатку карантину, пов'язаного із загрозою коронавірус-

ної інфекції, а нині – з повномасштабною війною. У такому форматі навчання основний акцент робиться переважно на вирішення проблем організації навчального процесу, а питання виховання особистості здобувача освіти здебільшого залишаються поза увагою викладачів. Але вирішення виховних завдань у процесі професійної підготовки

юнаків є однією із пріоритетних цілей закладів вищої освіти [6].

Нестача спілкування з одногрупниками та викладачами призводить до підвищення агресивності та конфліктності, зниження комунікативної толерантності. Зміни особистісних характеристик, які є наслідком дистанційної форми навчання, є складним інтегральним явищем, яке виявляється на соціальному, психологічному, індивідуальному, педагогічному рівнях, як система ставлення особистості до різних сторін дійсності, що знаходить відображення в різних сферах особистості [3; 8].

Для деяких представників молоді агресія стає основним способом вирішення емоційно напружених питань, складних життєвих ситуацій. Окрім того, агресивна поведінка може мати неспрямований характер, виражатися у вигляді ритуальних поведінкових актів, дій, які не завжди конгруентні ситуації та соціальному статусу особистості [4].

Агресія, агресивність, особистість є традиційними об'єктами психологічних досліджень у всьому світі, але дотепер залишається чимало невирішених питань.

Психологічних досліджень, присвячених проблемі взаємозв'язку агресивності й особистісних особливостей у юнацькому віці, у сучасній вітчизняній психології обмежена кількість, хоча окремі питання вивчення агресії й агресивної поведінки юнаків знайшли відображення в низці робіт А. Басса, А. Дарки, О.В. Вознюк, Т.М. Єльчанінової, С.Л. Кравчука, В.В. Товт, І.С. Федух, Т.Й. Шугай та інших вчених.

Мета статті полягає у висвітленні результатів дослідження особливостей взаємозв'язку між агресивністю й особистісними особливостями здобувачів вищої освіти.

Для вирішення поставлених завдань було використано такі методи: теоретичний аналіз психологічної літератури; емпіричні методи дослідження: «16-факторний особистісний опитувальник» Р.Б. Кеттелла й «Опитувальник діагностики агресивних і ворожих реакцій людини» Басса – Дарки; методи математичної статистики – r -критерій Пірсона.

Під час планування дослідження виходили із припущення про те, що підвищена агресивність взаємопов'язана з особистісними якостями здобувачів вищої освіти. У дослідженні брали участь здобувачі освіти ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», Харківського національного університету внутрішніх справ і Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького, кількістю 44 особи, віком 18–20 років.

На першому етапі дослідження було визначено рівень агресивності та ворожості досліджуваних за допомогою опитувальника Басса – Дарки. Показник фізичної агресії

в досліджуваних дорівнює 70,4%, що значно перевищує норму. Фізична агресія, як використана фізичної сили проти іншої особистості, передусім – своєї статі, спостерігається на рівні гри-змагання або як засіб вирішення конфлікту, проблем з однолітками. Агресія може бути пов'язана з реакцією емансипації та мати схожі прояви: грубість, пряме ігнорування думок і розпоряджень старших за віком або за статусом осіб, упертість, активний протест, що включає різноманітні дії.

Показник непрямой агресії досліджуваних дорівнює 53,4%, що також перевищує норму. Непряма агресія в юнаків проявляється як вербальними, так і невербальними реакціями, що виявляються у криках, жартах, плітках та іншому спотворенні інформації про оточення. Непряма агресія може бути віднесена до ситуаційно-особистих реакцій лише умовно, вона безпосередньо пов'язана з реакцією групування з однолітками. Домінування непрямой агресії свідчить про те, що досліджувані намагаються приховати своє справжнє ставлення до негативних явищ навколишнього життя, контролюють ці прояви.

Показник роздратування в досліджуваних дорівнює 49,1%, тобто в межах норми.

Показник негативізму дорівнює 69,0%, що декілька перевищує норму. Негативізм – опозиційна манера поведінки юнаків, яка виявляється в діапазоні від пасивного опору до активної боротьби. Часто негативізм має демонстративний характер і свідчить про стресогенність ситуації, у якій опинилась особистість, або про фрустрацію.

Показник образи в досліджуваних дорівнює 57,5% та є вищим за норму. Образа розглядається як прояв заздрощів або ненависті до оточення за справжні або уявні страждання. Образа в юності є інструментальним агресивним проявом, зазвичай пов'язана з емоційними переживаннями – ворожістю, гнівом.

Показник підозрілості в досліджуваних дорівнює 67,1% та є істотно вищим за норму. Підозрілість – це схильність до недовіри й обережного ставлення до людей, яка базується на переконанні, що інші можуть або мають намір завдати шкоди.

Показник вербальної агресії в досліджуваних дорівнює 57,2%, що перевищує норму. Вербальна агресія – це вираз негативних почуттів через форму та через зміст словесних звернень до інших осіб, як однолітків, так і дорослих. Цей вид агресії часто пов'язують із реакцією прихованої емансипації та реакцією групування з однолітками [2]. Група однолітків для юнаків служить передусім головним джерелом інформації, яку вони не можуть отримати від дорослих, і, окрім того, новою формою міжособистісних стосунків, у якій молода людина пізнає саму себе й оточення. У групі

однолітків створюється свій сленг, завдяки якому вони розуміють один одного в межах юнацької субкультури та можуть виразити різний ступінь ставлення до того або іншого об'єкта, предмета, людини, вживаючи одне слово або термін із різною інтонацією або в різних обставинах.

Показник почуття провини в досліджуваних дорівнює 85,6%, що значно вище за норму. Відчуття провини в юнака виражає можливе переконання в тому, що він поступає неправильно або є поганою людиною. Такі високі показники цього типу агресії у здобувачів вищої освіти можуть бути пов'язані з тим, що вони схильні винити себе в тому, як склалася ситуація, у тому, що відбувається в їхньому житті.

Індекс ворожості, як інтегральний показник переживання негативних почуттів до світу й інших людей, у досліджуваних дорівнює 64,1%, що значно перевищує норму. Ми вважаємо, що це пов'язано з тією соціальною ситуацією, у якій зараз опинилися молоді люди. Індекс агресивності дорівнює 62,3%, що так само перевищує норму. Імовірно, підвищений рівень агресивності є характерною рисою цього етапу особистісного та соціального розвитку досліджуваних.

Наступним етапом дослідження було визначення особистісних особливостей у здобувачів вищої освіти. Аналіз отриманих результатів здійснювався за блоками факторів. Перший блок – інтелектуальний, у нього входять фактори В, М, Q1. За фактором В у досліджуваних низькі показники ($3,8 \pm 1,19$), що вказує на переважання практичного мислення над теоретичним, складнощі із засвоєнням нового, повільність навчання. За фактором М – середні показники ($6,5 \pm 1,48$), тобто рівень розвитку уяви, творчого мислення достатній. За фактором Q1 – середні показники ($6,9 \pm 1,25$), тобто рівень розвитку інтелектуальних здібностей у досліджуваних відносно низький. Цей рівень інтелектуального розвитку не сприяє успішному професійному навчанню та потребує психологічної корекції.

Другий блок – емоційно-вольовий, у нього входять фактори С, G, I, O, Q3, Q4. За фактором С у досліджуваних середні показники ($5,4 \pm 2,22$), тобто рівень сформованості емоційної стійкості перебуває в межах норми. За чинником G – середні показники ($4,8 \pm 2,21$), це означає, що досліджувані у власній поведінці керуються як суспільно прийнятими моральними нормами та правилами, так і власними цінностями. За фактором I – середні показники ($6,2 \pm 1,43$), що означає наявність належного рівня реалістичності та відповідальності в досліджуваних. За фактором O – низькі показники ($3,3 \pm 1,17$), що вказує на безпечність, самовпевненість, життєра-

дісність. За фактором Q3 – середні показники ($6,1 \pm 1,51$), тобто самоконтроль у досліджуваних на належному рівні, але вони можуть поводитися спонтанно. За фактором Q4 – середні показники ($6,5 \pm 1,47$), це вказує на наявність у досліджуваних внутрішньої напруги та брак умотивованості. Отже, аналіз показників емоційно-вольового блоку особистісних факторів указує на те, що у здобувачів вищої освіти більшість характеристик не є вираженими, а відповідно – не досить розвинені. Особливу увагу привертає те, що не досить розвинутою є емоційна стійкість, тобто у складних умовах молоді люди можуть втрачати рівновагу та самоконтроль над емоціями.

Третій блок – комунікативні властивості й особливості міжособистісної взаємодії: фактори А, Н, F, E, Q2, N, L. За фактором А в досліджуваних середні показники ($6,9 \pm 1,24$), що вказує на їхню товариськість і відвертість. За фактором Н виявлено високі показники ($8,2 \pm 1,34$), що свідчить про соціальну сміливість, активність досліджуваних. За фактором F виявлено високі показники ($7,5 \pm 1,24$), що вказує на безтурботність, безпечність, життєрадісність, динамічність у спілкуванні досліджуваних. За фактором E – середні показники ($6,1 \pm 1,48$), тобто досліджувані відчують себе залежними від інших людей, але впевненими в собі. За фактором Q2 – низькі показники ($3,6 \pm 1,15$), що вказує на високу залежність юнаків від групи, потребу в соціальному схваленні та підтримці. За фактором N – низькі показники, що свідчить про наївність, безпосередність, природність у поведінці. За фактором L – низькі показники ($3,7 \pm 1,22$), які вказують на довірливість, відчуття власної незначущості, терпимість, злагідність досліджуваних. Аналіз показників комунікативного блоку дозволяє стверджувати, що у здобувачів вищої освіти виражені: товариськість, довірливість, погане розпізнавання прихованих мотивів інших людей, залежність від групової думки та поведінки.

Наступним етапом роботи було визначення взаємозв'язку між агресивністю й особистісними особливостями здобувачів вищої освіти. Результати кореляційного аналізу показали, що є пряма кореляційна залежність різного рівня значущості між показниками фізичної агресії та такими особистісними факторами: E ($r = 0,34, p \leq 0,05$), F ($r = 0,36, p \leq 0,05$), H ($r = 0,35, p \leq 0,05$), L ($r = 0,54, p \leq 0,01$), Q1 ($r = 0,49, p \leq 0,01$), Q2 ($r = 0,51, p \leq 0,01$), Q4 ($r = 0,52, p \leq 0,01$). Тобто чим більше в людини виражені домінантність, експресивність, соціальна сміливість, підозрілість, вільнодумство, незалежність, висока зарозумілість і его-напруженість (або будь-який із цих показників), тим більшою мірою вона буде

схильна до застосування фізичної сили проти іншої людини.

Показники непрямої агресії виявляють прямий і зворотний кореляційний зв'язок із такими особистісними факторами: В ($r = 0,37, p \leq 0,05$), С ($r = -0,35, p \leq 0,05$), G ($r = 0,36, p \leq 0,05$), L ($r = 0,34, p \leq 0,05$), N ($r = 0,38, p \leq 0,05$), Q1 ($r = 0,38, p \leq 0,05$), Q4 ($r = 0,37, p \leq 0,05$). Тобто особистість схильна використовувати обхідним шляхом направлені проти інших плітки, жарти та проявляти неспрямовану лють, якщо в неї виражені такі особистісні якості (усі, декілька або одна): високий інтелект, емоційна стійкість, експресивність, високе супер-его, соціальна сміливість, підозрілість, багата уява, дипломатичність, високе відчуття провини, вільнодумство, незалежність, висока зарозумілість і его-напруженість.

Показники роздратування мають прямий та зворотний кореляційний зв'язок із такими особистісними факторами: В ($r = 0,34, p \leq 0,05$), С ($r = -0,35, p \leq 0,05$), G ($r = -0,34, p \leq 0,05$), L ($r = 0,34, p \leq 0,05$), N ($r = -0,35, p \leq 0,05$), Q1 ($r = 0,39, p \leq 0,05$), Q4 ($r = 0,34, p \leq 0,05$). Тобто схильність розлютитися до різкості та грубості за наявності щонайменшого приводу більшою мірою виражена в людей, що мають такі особистісні риси (усі разом, декілька або одну), як: високий інтелект, афектотимія, експресивність, соціальна сміливість, підозрілість, креативність, почуття провини, незалежність і его-напруженість.

Показники негативізму прямо корелюють із такими особистісними факторами: В ($r = 0,34, p \leq 0,05$), С ($r = 0,39, p \leq 0,05$), E ($r = 0,35, p \leq 0,05$), G ($r = 0,52, p \leq 0,01$), L ($r = 0,49, p \leq 0,01$), Q1 ($r = 0,49, p \leq 0,01$), Q2 ($r = 0,34, p \leq 0,05$). Тобто опозиційна форма поведінки більшою мірою властива людям, що мають такі особистісні риси (усі, декілька або одну), як: високий інтелект, емоційна стійкість, домінантність, підозрілість, багата уява, дипломатичність, відчуття провини, вільнодумство, незалежність і висока самооцінка.

Показники образи виявляють пряму та зворотну кореляційну залежність із такими особистісними факторами: А ($r = 0,34, p \leq 0,05$), E ($r = 0,35, p \leq 0,05$), F ($r = 0,37, p \leq 0,05$), G ($r = 0,33, p \leq 0,05$), L ($r = 0,35, p \leq 0,05$), O ($r = 0,37, p \leq 0,05$), Q2 ($r = -0,34, p \leq 0,05$), Q4 ($r = 0,38, p \leq 0,05$). Тобто прояви ненависті та заздрість до оточення зумовлені відчуттям гніву, незадоволеність кимось конкретно або всім світом за справжні або уявні страждання властиві людям із такими особистісними рисами, як: потреба у спілкуванні, домінантність, чутливість, моральність, підозрілість, підвищена тривожність.

Показники підозрілості корелюють із факторами: В ($r = 0,35, p \leq 0,05$), G ($r = 0,34, p \leq 0,05$),

I ($r = 0,34, p \leq 0,05$), L ($r = 0,47, p \leq 0,01$), N ($r = 0,51, p \leq 0,01$), O ($r = 0,39, p \leq 0,05$). Можна говорити про те, що схильність до недовіри, обережного ставлення до інших людей заснована на впевненості в тому, що інші мають намір завдати шкоди, властива людям, які мають такі особистісні риси: високий інтелект, високий рівень морально-етичного розвитку, чутливість, підозрілість, дипломатичність і підвищену тривожність.

Показники вербальної агресії корелюють із такими факторами: В ($r = 0,34, p \leq 0,05$), I ($r = -0,54, p \leq 0,01$), L ($r = 0,37, p \leq 0,05$), M ($r = 0,33, p \leq 0,05$), N ($r = -0,39, p \leq 0,05$), O ($r = 0,61, p \leq 0,01$). Тобто людина більшою мірою схильна виражати негативні відчуття через форму та зміст словесних звернень до інших людей, якщо в неї виражені такі особистісні якості (разом або окремо), як: афектотимія, високий інтелект, домінантність, експресивність, соціальна сміливість, підозрілість, багата уява, вільнодумство, незалежність, висока зарозумілість і его-напруженість.

Показники відчуття провини корелюють із факторами: В ($r = 0,34, p \leq 0,05$), I ($r = 0,55, p \leq 0,01$), M ($r = 0,35, p \leq 0,05$), N ($r = 0,34, p \leq 0,05$), O ($r = 0,48, p \leq 0,01$). Тобто схильність до самозвинувачення мають люди з високим інтелектом, чутливі, з розвинутою уявою, дипломатичні та високотривожні.

Отримані в дослідженні результати показали досить високий рівень агресивності та ворожості у здобувачів вищої освіти з різноманітними особистісними особливостями, що вказує на необхідність запровадження спеціальних психолого-педагогічних виховних заходів упродовж навчального процесу. На наш погляд, необхідними є: інформування студентів про негативну сутність агресивності, роз'яснення шляхів її уникнення, засвоєння правил саморегуляції та самоконтролю, формування основ культурної поведінки. За необхідності можна організувати індивідуальні консультації здобувачів із психологом для зниження рівнів агресивності та конфліктності; методичні курси для викладачів щодо формування в них толерантного ставлення до студентів, які демонструють негативні емоції та деструктивні стратегії поведінки; проведення групових тренінгів для опанування саморегуляції поведінки, розвитку рефлексії та конструктивного мислення.

Висновки із проведеного дослідження. Проведене дослідження показало, що є стійка пряма залежність між показниками агресивності та ворожості та деякими особистісними особливостями. Це дозволить, ураховуючи особистісний профіль, знизити неадекватну агресивність, трансформувати її в соціально прийнятні форми поведінки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вознюк О.В. Психолого-педагогічні та філософські аспекти агресивної поведінки: спроба міждисциплінарного аналізу. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка* 2017. Вип. 2 : Педагогічні науки. 88 с.
2. Демощук М. На словах. Вербальна агресія як форма психологічного насильства. *Психолог*. 2020. № 6. С. 8–19.
3. Єльчанінова Т.М. Аналіз взаємозв'язку гніву, агресивності та індивідуально-психологічних особливостей особистості студенток-психологинь. *Харківський осінній марафон психотехнологій : матеріали III Міжрегіональної науково-практичної конференції (каталог психотехнологій; тези доповідей), м. Харків, 26 жовтня 2019 р.* Харків : Діса плюс, 2019. С. 121–123.
4. Кравчук С.Л. Патологічні форми агресивної поведінки особистості. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія № 12 «Психологічні науки». Київ : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2011. № 34 (58). С. 59–66.
5. Кравчук С.Л. Специфіка соціалізації агресії особистості та напрямки психологічної допомоги. *Практична психологія в системі вищої школи : монографія*. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. С. 284–302.
6. Сидоренко І.В. Психолого-педагогічне вивчення особистості у навчально-виховному процесі. *Актуальні проблеми діяльності психологічної служби системи освіти : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції*. Суми : Нота Бене, 2015. С. 13–15.
7. Товт В.В. Психологічні особливості проявів агресивності в юнацькому віці. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія «Психологія». 2021. № 2. С. 28–32.
8. Федух І.С. Психологічні особливості проявів агресивності в ранньому юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2007. 21 с.
9. Шугай Т.Й. Агресія й агресивність. Розмежуємо поняття. *Соціальний педагог*. 2019. № 11. С. 4–13.
10. Buss A.H., Durkee A. An inventory for assessing different kinds of hostility. *Journal of Consulting Psychology*. 1957. № 21 (4). P. 343–349.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ЗМІЦНЕННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ: ПРО ОДИН ІЗ ПІДХОДІВ ДО НАБУТТЯ ОЗНАК КОНСТРУКТИВНОСТІ

PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR STRENGTHENING THE PSYCHO-EMOTIONAL HEALTH OF STUDENTS: ABOUT ONE OF THE APPROACHES TO THE ACQUISITION OF CONSTRUCTIVE ATTRIBUTES

Порушено деякі проблемні питання, пов'язані зі зміцненням психоемоційного здоров'я сучасної студентської молоді. Висвітлено результати психологічного дискурсу, що дають змогу деталізувати наукові підходи, котрі утворили теоретичне підґрунтя щодо концептуалізації психоемоційного здоров'я як особистісної властивості. Представлено авторський підхід до трактування базового поняття, розгляду його наукового статусу з-поміж близьких (психічне здоров'я, психологічне здоров'я, емоційне здоров'я). Висвітлено структурну своєрідність психоемоційного здоров'я особистості саме періоду зрілого юнацького віку, вияв якої пов'язується із взаємозв'язком, взаємозалежністю і взаємозумовленістю відповідних компонентів (аксіологічний, когнітивно-афективний, конативно-інструментальний, соціально-визначальний) та критеріїв (індивідуально-психологічний, духовно-смысловий, соціально-психологічний) і рівнів (індивідуальний, соціальний, особистісний, суб'єктивний). Обґрунтовується авторська позиція щодо правомірності трактувати психологічний супровід у контексті поняття «взаємодія» та конкретизується специфіка розробленої розвивальної системи.

Висвітлюючи позитивний вплив психологічного супроводу досліджуваного явища, деталізовано характер проведеного емпіричного дослідження. Доведено, зокрема, таку закономірність: чим вищим є рівень психоемоційного здоров'я сучасного студента, тим більш помітною стає його суб'єктивна активність у напрямі його зміцнення за рахунок функцій адаптації та стресозахисту. Констатовано, що дослідження процесу психологічного здоров'я особистості на подальших етапах життєвого шляху потребує спеціального вивчення.

Ключові слова: психоемоційне здоров'я, психологічний супровід психоемоційного здо-

ров'я особистості зрілого юнацького віку, розвивальна система.

The article raises some problematic issues related to strengthening the psycho-emotional health of modern students. The results of the psychological discourse are highlighted, which allow us to detail the scientific approaches that formed the theoretical basis for the conceptualization of psycho-emotional health as a personal property. The author's approach to the interpretation of the basic concept and consideration of its scientific status among related concepts (mental health, psychological health, emotional health) is presented. The structural peculiarity of psycho-emotional health of a personality in the period of mature adolescence is highlighted, the manifestation of which is associated with the interconnection, interdependence and interdependence of the relevant components (axiological, cognitive-affective, conative-instrumental, socially determining) and criteria (individual-psychological, spiritual-semantic, socio-psychological) and levels (individual, social, personal, subjective). The author's position on the legitimacy of interpreting psychological support in the context of the concept of "interaction" is substantiated and the specifics of the developed developmental system are specified.

Highlighting the positive impact of psychological support of the phenomenon under study, the nature of the empirical study is detailed. In particular, the following regularity has been proven: the higher the level of psycho-emotional health of a modern student, the more noticeable is his or her subjective activity in the direction of its strengthening through the functions of adaptation and stress protection. It is stated that the study of the process of psychological health of the individual at the subsequent stages of life requires special study.

Key words: psycho-emotional health, psychological support of psycho-emotional health of mature adolescents, developmental system.

УДК 159.0194.:613.86-057.87(043.3)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.12>

Кічук А.В.

Д.психол.н.с.,
доцент кафедри загальної
та практичної психології
Ізмаїльський державний гуманітарний
університет

Вступ. За сучасних умов значно актуалізується проблематика стресостійкості особистості, адже життєві реалії мають контентом глобалізаційні зміни екологічного, технологічного, соціального змісту, рефлексуючи на які особистість має стрімко змінюватися. А це посилює тиск на психічне поле суб'єкта, наявний його психологічний потенціал [6, с. 29].

Якщо до того ж ураховувати, що своєрідність мотивації, ціннісних орієнтацій, установок, самовідношень особистості у період зрілого юнацького віку ще й здебільшого збігається з етапом «входження в професію», то окреслена проблематика набуває суттєвого

загострення. Справа в тому, що, як перекоонує практика, з одного боку, у студентства збільшується частка невідреагованих емоцій, а з іншого – посилюється негативна тенденція, пов'язана з емоційно-інформаційним його перенавантаженням. При цьому йдеться не лише про здобувачів вищої освіти вітчизняних вишів [3, с. 33], а й про студентство зарубіжжя, зокрема Канади [5, с. 2].

Із-поміж неочіненних ще й досі ресурсів особистості залишається чинник її психоемоційного здоров'я. При цьому зберігають актуальність не лише прикладні аспекти збагачення психоемоційного здоров'я як особи-

стісного потенціалу, а й його концептуалізація. Про це засвідчують результати психологічного дискурсу. Так, певні аспекти наукового осмислення конструктів «психічне здоров'я» (А. Бефані, О. Даниленко, О. Сахно та ін.), «психологічне здоров'я» (О. Донцов, Г. Нікіфоров, О. Завгородня та ін.), «емоційне здоров'я» (Р. Ассаджіолі, Л. Журавльов, М. Савчин та ін.) становлять предмет посиленої уваги вчених. Натомість ще не склалось у психологічній науці ні чітких уявлень про змістове наповнення означених явищ, ні про їхній науковий статус.

Метою наукової розвідки є концептуалізація психоемоційного здоров'я особистості, зокрема доведення правомірності розглядати поняття «психоемоційне здоров'я особистості» як самостійне й самодостатнє, окреслення деяких аспектів психологічного супроводу процесу зміцнення психоемоційного здоров'я здобувачів вищої освіти з конкретизацією параметрів конструктивності означеного процесу. Задля досягнення мети виникла необхідність розв'язати такий комплекс дослідницьких завдань: схарактеризувати своєрідність авторської концепції щодо структурно-компонентного складу такої особистісної властивості, якою постає психоемоційне здоров'я особистості зрілого юнацького віку; описати деякі результати проведення у цьому плані емпіричного дослідження; конкретизувати психологічний супровід процесу набуття позитивної динаміки збагачення психоемоційного здоров'я студентів в умовах закладу вищої освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження з обґрунтуванням здобутих наукових результатів.

Поглиблення наукових уявлень про феноменологію психоемоційного здоров'я уможливорюється опорою на загальні принципи психології: детермінізму, цілісності, розвитку, єдності свідомості та діяльності, антропоцентризму. Концептуально важливими постають: принцип системної диференціації, який трактується вченими як «єдність інтеграції за домінування тенденції об'єднання» (В.О. Газен); цілісності особистості, де враховано науковий статус понять «система» і «цілісність» (Л.С. Виготський, Ф. Лерш); принцип розвитку суб'єктності (В.А. Роменець); принцип нормоцентричності та професійної детермінованості ціннісно-сміслового самовизначення – вимоги вивчення психологічних явищ на міждисциплінарному рівні для семантичної його наповненості.

Проведена аналітична робота засвідчила, що сучасне наукове знання про здоров'я характеризується, з одного боку, розширювальним його трактуванням під час аналізу ієрархічної організації психологічних властивостей людини в підсистемі «індивід – особистість – індивідуальність»; остання ж осмислю-

ється як унікальне поєднання всієї сукупності властивостей людини, причому як на рівні індивіда, так і особистості. З іншого боку – спроможністю по-новому оцінити самоцінність здоров'я сучасної людини в контексті тих реалій, які актуалізують значення досліджень дієтології, фармакології, біології, психофізіології, медичної фізіології та медичної антропології, психології здоров'я та інших наук. Виходячи з вищеозначеного та сучасної статистики (у розрізі маркерів «захворюваність», «смертність», «індивідуальність»), цілком очевидною є актуальність систематизації наукових уявлень, зокрема, про психічний і психологічний складники здоров'я людини у конкретний віковий період її життя [5].

Визначаючись у концептуальному підході, ми спиралися, насамперед, на неперевершеному значенні емоційного складника у цілісному утворенні «психологічне здоров'я», котре переконливо встановлене класичною психологічною наукою. Адже психологічне здоров'я потрактовано у психологічних довідкових джерелах як форма вияву психіки індивіда, де наявним є (разом із психічними процесами, психічними станами і психічними властивостями) статичний момент. Йдеться, як стверджує Т.С. Кириленко, про доведену доцільність убачати ще й «найсуттєвіший момент» – стан емоційної готовності, що розуміється як «відображення динаміки ставлення особистості до власних психічних явищ як закріплення цілісності» [4]. Спираючись на таку дослідницьку позицію, на нашу думку, маємо можливість визнавати психологічне здоров'я як утворення, що «стосується особистості у цілому», тобто охоплює психічні процеси і механізми, які визначають не лише її психічне здоров'я, а й духовність (Ю.В. Руть, Н.Ю. Руть).

Якщо виходити зі специфіки періоду зрілого юнацького віку, котра полягає у тому, що здатність до емоційної саморегуляції виступає регулятором як об'єктивного, так і суб'єктивного благополуччя, то актуалізується ще один уже окреслений дослідниками (О.І. Донцов, О.В. Перелигіна, О.М. Рикель) аспект. Йдеться про те, що суб'єктивне благополуччя навіть більшою мірою залежить від соціуму та від культурних аспектів, аніж від об'єктивних характеристик благополуччя суспільства.

До того ж, як відомо, у цей віковий період емоційну сферу психіки людини характеризують, по-перше, її здатність до самотворення емоцій; по-друге, набувається особистістю спроможності опанувати емоційні переживання, конкретика їх знаку, модальності, інтенсивності; по-третє, правомірно говорити вже про емоційну особистісну готовність; по-четверте, є підстави припускати, що особистість підготовлена до емоційного самопізнання;

по-п'яте, у період зрілого юнацького віку особистості властиві «духовні переживання» [1].

У ракурсі вищевикладеного правомірним видається все ж акцентувати на феноменології психоемоційного здоров'я як предмета наукового пізнання, життєвої цінності, а також факту і норми. Саме за таким виміром розглядаємо психоемоційне здоров'я. До того ж створюється можливість повноцінно врахувати переваги суб'єктно-діяльнісного підходу, адже йдеться про рівень властивості суб'єкта діяльності. Ба більше, йдеться про інтегративну особистісну властивість суб'єкта діяльності, який здатний «відчувати» свій емоційний стан, розуміти його, змінювати в напрямі поліпшення, осягати імператив позитивної динаміки.

Зазначене і становило передумови для окреслення змістового наповнення поняття «психоемоційне здоров'я особистості». Якщо ж розуміти, що йдеться про прижиттєве утворення, то ця обставина додасть маркерів не лише *структурно-динамічним*, а й *якісно-змістовим характеристикам* досліджуваного психологічного явища.

У нашому дослідженні психоемоційне здоров'я особистості, маючи три виміри, певним чином виявляється через відповідні *інтегральні показники*. Так, за *індивідуально-психологічним виміром* – це емоційна глибина та здатність до емоційної саморегуляції; за *духовно-смысловим* – здатність отримувати задоволення від життя; виявом же *соціально-психологічного виміру* слугують два показники – здатність до емпатії та альтруїзм.

Тобто психоемоційне здоров'я розуміється нами як видове по відношенню до психологічного здоров'я особистості, котре є родовим.

З'ясовано структурну своєрідність психоемоційного здоров'я саме студентів, котра полягає у взаємозв'язку, взаємозалежності й взаємозумовленості аксіологічного, когнітивно-афективного, конативно-інструментального та соціально-визначального компонентів. Аксіологічний компонент є визначальний, адже він указує на те, що особистість у зрілому юнацькому віці (через відчуття, почуття, емоції, афекти) «наближується до себе» чи «дистанціюється». Когнітивно-афективний компонент психоемоційного здоров'я «уніфікує» у ньому неусвідомлювані й усвідомлювані прагнення особистості в цілісне утворення. Конативно-інструментальний компонент психоемоційного здоров'я спрямовує процес розвитку готовності студента врегулювати вчинки в межах соціальної норми, беручи на себе відповідальність. Соціально-визначальний компонент детермінує рефлексивну спроможність особистості, що уможлиблює розвиток її рефлексивної компетентності в умовах емоційної комфортності.

Експериментальним шляхом доведено, що психологічними механізмами психоемо-

ційного здоров'я виступають: ідентифікація, емоційна саморегуляція, рефлексія, емпатія, наслідування, психічне зараження, які й забезпечують позитивну динаміку психоемоційного здоров'я особистості у період зрілого юнацтва.

Психологічне явище, що вивчалось, розуміється як інтегративна особистісна властивість студента, котра становить основу успішної життєдіяльності через розвиток його здатності не лише до суб'єктної активності у виробленні стилю емоційної саморегуляції, наближеного до гармонійного, а й здатності досягати психологічного благополуччя та життєстійкості, спроможності відрефлексовувати й контролювати власні емоції та ідентифікувати та адекватно оцінювати психоемоційний стан інших.

Не менш суттєвим аспектом проведення психодіагностувального обстеження розцінювалася визначеність у стратегії його організації. *Основними параметрами* вивчення рівневої характеристики психоемоційного здоров'я було вибрано *критерії*, котрі віддзеркалюють показники аксіологічного, когнітивно-афективного, конативно-інструментального та соціально-визначального компонентів.

Ми поділяємо позицію психологів-науковців (зокрема Л.К. Велитченка), які стверджують про доцільність розглядати педагогічну взаємодію як аналогову модель психологічного супроводу.

Учені, які досліджують найсуттєвіші аспекти (розвивальний, профілактичний, кризовий, лікувальний) супроводу, здебільшого єдині у визнанні важливості при цьому виваженого вибору підходу. Адже, як підкреслює вчений, сама суть поняття «підхід» – уже «апріорна думка про сутність явища, що вивчається, логічний суб'єкт і логічний предикат якого утворюють вихідну посилку в теоретико-емпіричному аналізі»; отож правомірним розглядати родовим поняттям до поняття «психологічний супровід» педагогічну взаємодію через розуміння основою саме інтерактивного підходу [2, с. 55].

Спираючись на зазначене, психологічний супровід досліджуваного нами процесу був спрямований здебільшого на систематизацію зовнішніх чинників, котрі врегульовують відповідну поведінку студентів (тобто цінностей), а також чинників, які визначають означений процес (тобто ціннісні орієнтації, система особистісних смислів, мотивація зміцнення особистістю психоемоційного здоров'я). Бралося також до уваги, що «одиницею» поведінки є вчинок, а його виявом – дії особистості (В.А. Романець).

У намаганні системно дослідити основи психоемоційного здоров'я студентів нами використано психодіагностичні методи, що спрямовані на діагностику досліджуваної інте-

гративної властивості (за індивідуально-психологічним критерієм – опитувальник психологічної ресурсності (О.С. Штепа), шкала самооцінки депресії (В. Вілліам, К. Занг; в адаптації Т.І. Балашової), тест життєстійкості (С. Мадді); за духовно-смісловим критерієм – шкала суб'єктивного благополуччя (Н.П. Фетискін), методика діагностики емоційної спрямованості (Б. І. Додонов), тест смислових орієнтацій особистості (Д. Крамбо, Л. Махолік; адаптація Д.О. Леонтьєва), тест-опитувальник задоволеністю навчальною діяльністю (Л.В. Міщенко); діагностика емоційного інтелекту (Н. Холл); за соціально-психологічним критерієм – методика діагностики емоційної зрілості (О.Я. Чебикін), соціально-психологічної адаптованості (К. Роджерс, Р. Даймонд; адаптація А.К. Осницького); «16-факторний особистісний опитувальник» (Р. Кеттелл)); вибірку становили 1 197 студентів віком 17–22 років, із яких вибрали 406 осіб професії типу «людина – людина», 214 осіб – «людина – знакова система», 327 осіб – «людина – техніка», 82 особи – «людина – художній образ», 168 осіб – «людина – природа»; у дослідженні взяли участь 358 чоловіків та 839 дівчат. Вибірку формувального етапу психологічного експерименту становили 154 студенти трьох закладів вищої освіти (Дунайський інститут Національного університету «Одеська морська академія», Ізмаїльський державний гуманітарний університет, ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»), 76 студентів – експериментальної і 78 студентів – контрольної груп.

Своєрідність змістового наповнення суто методичного концепту полягала в конкретизації визначеного критеріального підходу та презентації стратегій розгортання експериментальної частини дослідження в розрізі певної етапності – орієнтаційно-мотиваційний, виконавчий, рефлексивно-оцінний. Так, звертаючись до *наскрізної мети виконавчого етапу* розвивальної програми збагачення психоемоційного здоров'я, акцентувалося на *аспекті розвитку здатності до самозбереження та самовідновлювання* учасниками експериментального дослідження власного *психоемоційного здоров'я*. Наведемо як приклад одне із завдань, котре пропонувалося учасникам емпіричного дослідження.

Метою завдання дослідження було обґрунтування вибору найефективніших для себе прийомів управління емоціями та почуттями, спираючись на такий алгоритм:

1) уявіть себе в ситуації, де ви в жодному разі своїми діями не блокуєте адекватну оцінку реальних подій;

2) візьміть аркуш паперу і методом «мозкового штурму» уточніть та занотуйте свої уразливі моменти, пов'язані з утратою над собою

контролю та неспроможністю утримувати рівновагу. Як це розпізнати? Зовнішньо такий стан виявляється прискоренням серцебиття та дихання, потовиділенням, спазмами, м'язовим напруженням тощо;

3) проаналізуйте та систематизуйте занотовану інформацію;

4) візьміть до уваги важливість поважати вираження почуттів інших, емоційно заохочуйте тільки бажану для вас їхню поведінку, запобігаючи почуття образи, докорів, критики, поважаючи відчуття значимості як індивідуальності інших, так і духовної близькості;

5) зробіть для себе орієнтиром зміст, який містить така східна мудрість: «Всевишній, надай мені мужність змінити те, що я зможу змінити, додай мені сили, щоб змиритися з тим, що я не зможу змінити, і надай мені мудрість, щоб відрізнити одне від іншого»;

6) виберіть із наведених механізмів психологічного захисту найбільш прийнятний для себе:

- «а так навіть краще» (або «не було б щастя, так нещастя допомогло»);

- «не дуже й хотілося»;

- «іншим буває й гірше» (або «не таке переживали»);

- «це ще треба перевірити/довести»;

- «все проходить ... і це пройде».

До вище зазначеного експериментатором умотивовувалися розмисли такого змісту: «використавши вибраний вами механізм та переконавшись у його конструктивності щодо самоуправління емоціями і почуттями, візьміть за правило послуговуватися ним у процесі життєдіяльності. Поміркуйте над доцільністю скористатися ще й таким прийомом: зануртеся у цікаву для себе справу, адже це відволікатиме вас від неприємних відчуттів».

Зазначимо, що отримані в результаті формувального експерименту дані засвідчили позитивний вплив вибраного інструментарію на особливості прояву психоемоційного здоров'я, про що засвідчує дані, наведені в табл. 1.

Як засвідчують наведені у таблиці показники, найбільш суттєві позитивні зміни у досліджуваній особистісній властивості відбулися за соціальним рівнем у розрізі духовно-сміслового критерію, що вказує на результативність, зокрема, аксіологічного аспекту розробленої й апробованої розвивальної програми зміцнення психоемоційного здоров'я студентів. Окрім означеного, запропонована та апробована розвивальна програма засвідчила, що чим вищим є рівень психоемоційного здоров'я здобувача вищої освіти, тим більш помітною є суб'єктна активність у напрямі його зміцнення за рахунок функцій адаптації та стресозахисту.

Висновки з проведеного дослідження. Отримані дані засвідчили позитивний вплив

Таблиця 1

№	Критерії	Рівні психоемоційного здоров'я	До експерименту (n = 78)		Після експерименту (n = 78)	
			n	%	N	%
1	індивідуально-психологічний	індивідний	27	34,62	14	18,42
		соціальний	26	33,33	18	23,68
		особистісний	16	20,51	27	35,53
		суб'єктивний	9	11,54	17	22,37
2	духовно-смысловий	індивідний	20	25,64	12	15,79
		соціальний	23	29,48	17	22,37
		особистісний	21	26,92	30	39,47
		суб'єктивний	14	17,96	17	22,37
3	соціально-психологічний	індивідний	24	30,77	13	17,11
		соціальний	28	35,89	16	21,05
		особистісний	15	19,24	26	34,21
		суб'єктивний	11	14,10	21	27,63

розвивального інструментарію на особливості прояву психоемоційного здоров'я студентства: усвідомлення свого психоемоційного здоров'я сприяє наявності почуття власної гідності як потреби, котра спонукає до збагачення позитивних просоціальних емоцій – складника психологічного здоров'я; стійкий прояв у процесі навчально-професійної діяльності і спілкування ознак таких способів копіngu, як планомірне рішення, вплив на ситуацію за допомогою соціального оточення, позитивна переоцінка (зниження емоцій, зміна ставлення до ситуації і себе, контроль емоцій, прийняття відповідальності і провини); виявлення у зовнішній поведінці характеристик, котрі свідчать про меншу інтенсивність перебігу емоційних реакцій, домінування позитивних емоцій над негативними. Апробована програма довела, що чим вищим є рівень психоемоційного здоров'я здобувача вищої освіти, тим більш помітною є суб'єктна активність у напрямі його зміцнення за рахунок функцій адаптації та стресозахисту. А це може бути осмислено як один із параметрів, за яких правомірно говорити про конструктивність запропонованого психологічного супроводу процесу збагачення психоемоційного здоров'я здобувачів вищої освіти.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми психоемоційного здоров'я студентів. *Перспективи подальшого наукового пошуку* вбачаються у дослідженні психологічних основ професійної діяльності практичних психологів, спрямованої на надання системної

психологічної допомоги в аспекті зміцнення психоемоційного здоров'я особистості впродовж життєвого шляху.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Барко В.І. Збереження психологічного здоров'я поліцейських національної поліції України в умовах воєнного стану. *Забезпечення психологічної допомоги в секторі сил оборони України* : зб. тез Всеукр. психол. форуму 30.06.22 р. Київ, 2022. С. 15–18.
2. Велитченко Л.К. Педагогічна взаємодія як аналогова модель психологічного супроводу. *Теорія і практика сучасної психології*. 2012. Вип. 4. С. 55–59.
3. Ігумнова О.Б. Дослідження копінг-стратегій осіб у складних життєвих ситуаціях. *Теорія і практика сучасної психології*. 2020. № 1. Т. 2. С. 28–33.
4. Кириленко Т.С. Аналіз емоційного світу особистості: теоретичні положення, прояви та методичні прийоми. *Вісник Київського національного університету ім. Т. Шевченка*. 2018. № 1(8). С. 26–29.
5. Lessard, F.E. Enquete sur la Sante Psychologique ETUDIANTE. Monreal : Federation des Associations Etudiantes du Capus de L'Universite de Monreal, 2016. 129 p.
6. Чебикін О.Я., Кічук А.В. Дослідження взаємозв'язку особливостей психоемоційного здоров'я з даними життєдіяльності у молоді. *Наука і освіта*. 2022. № 1. С. 22–29. DOI: <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2022-1-3>.
7. Maria Shpak, Antonina Kichuk, Oleksii Sytnyk, Natalia Ishchuk, Danylo Filonenko, Olena Hrozna. Socio-psychological factors of user trust in information in electronic mass communication *Estudios de Economia Aplicada*. 2021. № 39(5). Scopus. DOI: <https://doi.org/10.25115/eea.v39i.5.5142>.

ОСНОВНІ АГЕНТИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ СІРИТ У СЕРЕДНІХ ТА ВИЩИХ ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ УКРАЇНИ

MAIN AGENTS OF SOCIALIZATION OF ORPHANS IN SECONDARY AND HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS OF UKRAINE

У статті розглянуто основні агенти соціалізації сирит у середніх та вищих закладах освіти України. Відзначено, що специфічна роль закладів середньої та вищої освіти полягає у тому, що в них відбувається остаточне засвоєння соціальних норм, які забезпечують процес соціальної інтеграції особистості, що містить визначення рівня соціальної девіантності сирит як носіїв соціальної ексклюзії, параметрів соціального середовища, зокрема провідних соціальних норм середовища; виявлення рівня активності сирит у засвоєнні наявних соціальних норм; розроблення індивідуальних заходів, що сприяють засвоєнню соціальних норм у навчанні, спілкуванні, позитивному ставленні до себе, до планів на майбутнє тощо. У процесі соціально-виховної взаємодії у закладах освіти у цілому відбувається залучення сирит у ці види діяльності на основі суб'єкт-суб'єктних відносин. Відповідно, моделі соціалізації сирит у межах освітнього закладу мають передбачати здобуття ними не просто середньої чи вищої освіти як такої, а інклюзивної освіти як важливого етапу їх соціалізації й інтеграції в суспільство.

Учні та студенти пільгових категорій були об'єктом дослідження порівняно невеликої кількості соціологів, при цьому основну увагу зосереджено на окремих аспектах соціалізації та соціальної адаптації студентів і дорослих осіб із вадами фізичного розвитку, як-от: соціологічна концептуалізація інклюзивної освіти (О. Дікова-Фаворська), соціологічні аспекти життєвих стратегій (Г. Бурова), вища освіта як чинник підвищення соціального статусу (О. Фудорова), соціально-психологічна адаптація інвалідів із вадами зору (Т. Гребенюк), соціальна адаптація осіб із розумовою відсталістю (А. Воробець), соціалізація підлітків та молоді з особливими потребами (Н. Гордієнко), вироблення моделей адаптації різних груп потерпілих (Н. Ходорівська) тощо.

Найбільш ґрунтовно досліджувала проблеми сирит як соціальної групи О. Коваленко, однак у своїй праці авторка здебільшого аналізувала чинники, що зумовлюють природу й масштаби поширення соціального сиритства та життєдіяльність сирит, які навчаються в різних інтернатних закладах.

Ключові слова: заклад освіти, сирота, соціалізація, суспільство.

The article examines the main agents of socialization of orphans in secondary and higher education institutions of Ukraine. The article notes that the specific role of secondary and higher education institutions is that they provide the final assimilation of social norms that ensure the process of social integration of the individual, which includes determining the level of social deviance of orphans as carriers of social exclusion, parameters of the social environment, in particular leading social norms of the environment; detection of the level of activity of orphans in the assimilation of existing social norms; development of individual measures that contribute to the assimilation of social norms in education, communication, positive attitude towards oneself, plans for the future, etc. In the process of social and educational interaction in educational institutions in general, orphans are involved in these types of activities on the basis of subject-subject relations. Accordingly, models of socialization of orphans within the educational institution should provide for their acquisition of not just secondary or higher education as such, but inclusive education as an important stage of their socialization and integration into society.

Pupils and students of privileged categories were the object of research by a relatively small number of sociologists, while the main attention was focused on certain aspects of socialization and social adaptation of students and adults with physical disabilities, such as: sociological conceptualization of inclusive education (O. Dikova-Favorska), sociological aspects of life strategies (H. Burova), higher education as a factor of increasing social status (O. Fudorova), social and psychological adaptation of the visually impaired (T. Grebenyuk), social adaptation of people with mental retardation (A. Vorobets), socialization of teenagers and youth with special needs (N. Gordienko), development of models of adaptation of different groups of victims (N. Khodorivska), etc.

O. Kovalenko most thoroughly researched the problems of orphans as a social group, however, in her work the author mostly analyzed the factors determining the nature and extent of the spread of social orphanhood and the life activities of orphans studying in various residential institutions.

Key words: educational institution, orphan, socialization, society.

УДК 364-43:37-058.862

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.13>

Кузьмін В.В.

к.соціол.н., доцент,
в.о. завідувача кафедри
«Соціальна робота та психологія»
Національний університет
«Запорізька політехніка»

Стадник А.Г.

к.соціол.н., доцент,
доцент кафедри філософії та соціології
Маріупольський державний університет

Іванов Є.Р.

студент I курсу магістратури
кафедри «Соціальна робота
та психологія»
Національний університет
«Запорізька політехніка»

Вступ із розкриттям актуальності проблеми дослідження. Гуманістичні засади сучасної соціальної політики в Україні реалізуються в багатьох заходах, спрямованих на реабілітацію та адаптацію тієї частини населення, що потребує соціального супроводу. Останніми роками відбувається оновлення підходів до здобуття освіти особами з різних специфічних соціальних груп, зокрема сирит. Держава сприяє цим студентам у соціаль-

ному становленні, гармонійному розвитку, забезпечуючи їм доступ до середньої та вищої освіти як засобу успішної адаптації до дорослого життя. Сьогодні спостерігається поширення біологічного та соціального сиритства, яке є одним із проявів демографічної кризи та соціокультурних дисфункцій, що негативно впливає на потенціал розвитку всього суспільства, оскільки створює ризик зниження якості життя українців у майбутньому.

Досліджуючи соціальні наслідки сирітства в Україні, потрібно насамперед зазначити, що наявність сиріт у суспільстві збільшує кількість соціальних проблем. Зупинити поширення таких наслідків можна шляхом побудови та використання соціальних технологій і моделей соціального супроводу в контексті інклюзивного навчання в закладах середньої та вищої освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням здобутих наукових результатів. П. Бурдье вводить поняття агента, щоб протиставити його поняттю суб'єкта, яке використовувалося у працях структуралістського спрямування, та поняттю індивіда в працях феноменологічного напрямку. Своім дослідницьким завданням він ставив подолання недоліків методологічного та теоретичного характеру, що є, на його думку, у двох згаданих філософсько-соціологічних течіях [17]. Соціалізація як процес містить набір агентів і механізмів, завдяки яким забезпечуються соціальні погодження й норми моралі. Агенти соціалізації – це конкретні люди та інститути суспільства, які навчають людину культурних норм і допомагають засвоювати соціальні ролі.

Агенти первинної соціалізації – люди, які становлять найближче оточення особи (батьки, родичі, друзі). Вони виконують багато функцій (батько – вихователь, друг, опікун, учитель тощо), вони взаємозамінні (скажімо, батько за певних умов може взяти на себе виконання функцій матері щодо дитини). Водночас кожен агент дає індивіду в процесі соціалізації саме те, що він може дати. Наприклад, батьки можуть дитині замінити друзів, але вони не зможуть навчити її того, чого вона вчиться у своїх друзів: битися, хитрувати, порушувати певні соціальні норми, бути лідером у групі, поводитися з однолітками. Агенти вторинної соціалізації – представники адміністрацій, навчального закладу, армії, підприємства, партій, засобів масової інформації тощо. Контакти із цими агентами є коротшими, а їхній вплив зазвичай слабший, аніж в агентів первинної соціалізації. Кожен із них виконує не більш ніж одну-дві функції, які спеціалізовані, а тому не можуть бути взаємозамінними (наприклад, функції поліціанта та священника). Особливістю цих агентів є те, що вони здебільшого отримують грошову винагороду за виконання своїх функцій. Інститути соціалізації – установи, які впливають на процес соціалізації, спрямовують його. Вони розвивають особистість, розширюють її знання про світ, її розуміння того, якою є бажана й небажана соціальна поведінка.

Наукове визначення поняття «агенти соціалізації» таке: інститути, люди й соціальні групи, які сприяють соціалізації особисто-

сті [13, с. 341]. Тобто агенти соціалізації – це люди, соціальні групи та соціальні інститути (освіта, ЗМІ тощо), які створюють повний набір чинників. Вони тією чи іншою мірою впливають на процес соціалізації.

З усіх інститутів соціалізації найважливішою та найвпливовішою була і є сім'я, вплив якої дитина відчуває раніше за все. Закладені в ранньому дитинстві під час взаємодії з батьками цінності, норми, уявлення багато в чому визначають її життєвий шлях, формують соціальну позицію. Окрім свідомого, цілеспрямованого виховання батьками, на дитину впливає також внутрішньосімейна атмосфера, причому ефект цього впливу, накопичуючись із віком, виявляється в її особистості.

Деяка інша картина з неповними сім'ями, дітьми, які виховуються не в домашніх умовах – різних формах інтернатних закладів або, як у нашому випадку, закладах освіти, де навчаються неповнолітні учні середніх загальноосвітніх закладів освіти чи студенти-сироти ЗВО на денному відділенні. Залежно від індивідуальних особливостей вони мешкають або з родичами (у помешканнях опікунів, піклувальників), або в умовах соціальних чи студентських гуртожитків.

Виховання та освіта, які є механізмами процесу соціалізації, у таких умовах стають державною справою, що вимагає особливого планування, фінансування, управління й координації зусиль між усіма агентами соціалізаційних впливів на молодіжне середовище. Під час навчання у закладах освіти у студентів мають закладатися фундаментальні основи особистості, її здатність до адекватної оцінки соціальних процесів, уміння застосовувати набутий досвід на практиці для розгортання власної життєдіяльності.

Соціалізуючись, індивід не лише залучається до системи суспільних відносин шляхом оволодіння необхідними якостями, а й набуває неповторних, унікальних рис. Це дає змогу розглядати соціалізацію як процес індивідуалізації особистості. Труднощі в процесі соціального становлення та розвитку молоді зумовлені ускладненнями в діяльності провідних інститутів соціалізації: сім'ї, навчального закладу, ЗМІ, закладів культури, дозвілля тощо.

Процес соціалізації відбувається в багатьох соціальних інститутах, проте, окрім сім'ї, домінуючі позиції продовжують утримувати навчальні заклади всіх рівнів. Наприклад, Т. Парсонс звертав увагу на особливу значущість навчальних закладів у процесі соціалізації. Він уважав, що саме школа, за підтримки вчителів, може захочувати, стимулювати й готувати учнів до виконання в майбутньому певних соціальних ролей [1]. Аналогічну думку висловлював Е. Дюркгейм, вважаючи першочерговим завданням соціалізації дітей

у навчальних закладах залучення їх до груп та підпорядкування груповим правилам і нормам. У прийнятті та засвоєнні групових цінностей колективу він убачав передумову досягнення кінцевої мети соціалізації – входження в систему моральних і культурних цінностей, норм, форм поведінки [7].

До того ж важливу роль у процесі соціального становлення молоді відіграють різні форми громадських об'єднань (спортивні, туристичні та художні секції, гуртки за інтересами, музичні й художні школи тощо). За їх підтримки додатково надається можливість набуття відповідних соціальних функцій, якостей, що переходять у суспільно корисну діяльність студента. Дослідниця зі США Дж. Рут у праці «Важливість груп однолітків» зазначає: «...оскільки група однолітків сама по собі має величезне значення для дітей, таке саме значення вона має і для їх соціалізації. Завдяки наявності емпатії та спільного життєвого досвіду знання, набуті в групі однолітків, переважають над тими, яких дитина набуває за допомогою класичної освіти» [3].

Молодь не може існувати сама по собі, їй потрібне спілкування з однолітками. У молодіжному середовищі існують певні правила, норми, які реалізуються у специфічних атрибутах, наприклад уживання алкоголю в компаніях, на вечірках, паління цигарок, щоб позбавитися сором'язливості й отримати відчуття розкутості. Для підлітків та молоді група має багато привабливих рис, тому молода людина, яка бажає до неї приєднатися, намагається досконало виконувати нав'язані «правила гри» й дотримуватися певних норм цієї групи, тобто пити спиртне, палити, навіть якщо це їй гидко. Однолітки – члени такої групи – здебільшого не байдужі до того, чи, наприклад, палить новий член їхньої групи, чи ні, застосовують різні способи, щоб примусити його палити або вживати спиртне. Такими способами можуть бути глузування, підбадьорювання, колективний вплив, умовляння тощо. І якщо молода людина не може або не хоче чинити опір такому тиску, вона практично приречена на паління або вживання алкоголю [9, с. 151].

Середні та вищі навчальні заклади мобілізують студентів, а не просто забезпечують викладання, як раніше. Якщо стара парадигма передбачала, головню, розроблення нових програм і курсів, трансляцію їх від викладача до учнів чи студентів, то нова – спрямована на створення атмосфери відповідальності, формування оточення, що стимулює самопідготовку, оцінювання знань на початку, у середині та наприкінці навчального курсу (модульні заліки), роботу з кожним учнем (студентом) відповідно до його потреб та інтересів. Результатом буде одержання певного «кредиту», що засвідчує опанування ним необхідних знань,

умінь та навичок незалежно від того, де й як студент їх здобув. Саме тому він має бути активним агентом навчального процесу, пошуку й накопичення власних знань [4, с. 395].

Зазначені «кредити» та «модулі» є складником освіти, яка розвивається в контексті Болонського процесу. Навчальний процес побудований за кредитно-модульною системою, особливістю якої є те, що на відміну від традиційної організації навчального процесу, де центр ваги переноситься на студента, котрий активно будує свій навчальний процес, вибираючи певну траєкторію в розвинутому освітньому середовищі. Важливою функцією викладача стає підтримка якості та інтенсивності навчання студентів, сприяння успішному засвоєнню навчальної інформації. За кредитно-модульною системою організації навчального процесу значно збільшується обсяг самостійної роботи студента під керівництвом викладача, відбувається індивідуалізація процесу навчання [4, с. 172].

Самостійна робота студента в контексті кредитно-модульної системи має велике значення. Сучасному студенту необхідно працювати над саморозвитком і самовдосконаленням із підвищеною ретельністю та посидючістю. Останнім часом виходять друком цікаві посібники з організації менеджменту в середній чи вищій школі, самоменеджменту студентів. Так, становлять інтерес фундаментальні праці С. Резніка [12]: для студента закладу освіти – технології навчання та професійної кар'єри; для викладача закладу освіти – технології й організація діяльності. Автор детально описав особливості процесу підготовки та проведення навчального заняття; мотивацію членів академічних груп, конфлікти на заняттях; контроль якості знань, форми організації навчального процесу в закладах вищої освіти та сучасні методики навчання; віртуальне спілкування, інформаційні технології в навчальній діяльності; організацію позааудиторної роботи зі студентами; виховний вплив викладача на студента; тайм-менеджмент тощо [5].

Окремого вивчення потребує такий агент соціалізації, як соціальний чи студентський гуртожиток, у якому студенти перебувають у середньому більшу частину вільного від навчання часу. Як уважає Р. Нікіфоров, досить проблемним є процес адаптації студента до умов життя в незнайомому місті, гуртожитку, налагодження стосунків із товаришами по кімнаті, вирішення питань із самообслуговування, самовиховання тощо [14, с. 124]. Уміння студента адаптуватися до умов навчання та мешкання в новому середовищі закладають основи успішної інтеграції в навчальний процес закладу освіти. Додатково в студентському гуртожитку функцію сприяння та

виховання мають виконувати вихователь гуртожитку, завідувач, голова студентської ради гуртожитку (органу самоврядування), центри дозвілля тощо. Як передбачено в нормативно-правовій базі, викладачі закладів освіти додатково обходять гуртожитки, де мешкають їхні студенти, перевіряють дотримання правил проживання та санітарних норм, надають кваліфіковані консультації під час підготовки до навчання.

Особливу увагу слід приділяти навчанню сиріт із проблемами здоров'я, із вадами фізичного розвитку тощо. У цьому разі навчально-виховний процес має бути побудований за зразком інтегрованого навчання хоча б на рівні академічної групи, особливо коли сирота до того ж маркований хворобою (має явні ознаки хвороби), адже вихід зі стану соціальної ексклюзії потребує дієвих форм підтримки, виховання та створення інклюзивної форми освіти.

Суттєвий вплив на соціалізацію дітей та молоді справляють засоби масової інформації: газети, журнали, засоби телерадіомовлення, український та зарубіжний кінематограф тощо. Останнім часом набули значного поширення так звані соціальні мережі, які в близькому майбутньому полонять, захоплюють велику частину молоді. Якісний аспект цього виду діяльності досить сумнівний, соціальні мережі приховують у собі небезпеку поширення аудіовізуалізованої продукції, яка агітує на користь аморальної поведінки молоді в основних сферах суспільного життя. Згідно зі ст. 15 Конституції України, цензура в державі заборонена [6], а нормативно-правова документація у цій сфері перебуває на початковому етапі. Багато насильства на телебаченні, на думку шкільних психологів, призводить до того, що у значної частини підлітків суттєво знижується поріг чутливості, підвищується агресивність. Інша частина юного покоління, навпаки, стає надмірно чутливою, емоційно збудженою, знервованою. Телебачення, перш за все місцеве, разом з обласним і міським комітетами у справах сім'ї та молоді може вирішувати ще одну важливу проблему – професійну орієнтацію підлітків та їх працевлаштування. Із цією метою, на нашу думку, можна було б зробити чимало, зокрема підготувати цикл передач «Професія, яку ти вибираєш», створити телевізійну молодіжну біржу праці, яка б надавала підліткам необхідну інформацію про наявність місць для постійного та (головне, оскільки мова йде про учнівську молоддь) тимчасового працевлаштування тощо [11].

Значний вплив на поведінку людей також мають норми культури та моралі суспільства. Оскільки вони сформовані на основі багатьох цінностей, суспільство уникає загальної одноманітності.

Значну роль у сучасному суспільстві відіграє такий агент соціалізації, як субкультура та, відповідно, її складник – студентська субкультура. За допомогою цього агента соціалізації поліпшується адаптація до студентського (молодіжного) оточення. Субкультура допомагає особистості перейти на якісно новий рівень буття. Помічено, що відповідно до рівня акредитації ЗВО змінюється й субкультура. Вона передбачає, що в навчальних закладах студенти спілкуються своєю унормованою мовою – сленгом. На полицях книгарень можна придбати тлумачний словник молодіжного сленгу, у якому, наприклад, навіть у вступному слові автора надруковано синхронний переклад літературною мовою [8, с. 3].

Сучасна наука вважає, що однією з причин виникнення підліткової та молодіжної субкультури є криза соціалізації, яка виражається в руйнуванні культурних цінностей і норм, усього способу життя, що склався в доіндустріальний період. Українські науковці В. Огаренко та Ж. Малахова розглядають нові канали соціалізації: малий бізнес, комерційні структури, акціонерні товариства, товариства з обмеженою відповідальністю, малі й змішані підприємства, банківські комерційні установи, різноманітні напівлегальні утворення, різні види партій і суспільних рухів. За нових каналів соціалізації в особистості формуються інші ціннісні орієнтири. Замість прагнення до самовдосконалення, одержання нових знань, вироблення нових прогресивних навичок виховують такі цінності: прагнення до одержання максимального прибутку, надприбутку (навіть за рахунок прямого злочинства, шахрайства), уникання податків, приховування доходів, уміння обминати державні закони [10, с. 182].

Останні десятиліття процес соціалізації відбувається дещо деструктивно, повним ходом поширюються неформальні «утворення», які теж є потенційними агентами соціалізації:

- діти вулиці. Офіційна статистика свідчить про те, що обласні центри України подолали дитячу бездоглядність і звітують про невинний спад цієї статистики по регіонах;

- дрібні та кишенькові злочинці тощо. В умовах сьогодення, коли відбувається спад виробництва, надзвичайно велика кількість людей звільняється з обійманих раніше посад, дехто взагалі не міг і раніше працевлаштуватися, усі вони поповнюють кадровий резерв служб зайнятості. Для поліпшення рівня життя деякі особи здійснюють дрібні крадіжки чужого майна;

- особи, які перебувають у стані сп'яніння від різних речовин. Попри введення жорстких каральних дій загальнодержавного масштабу пияцтво поширюється з великою швидкістю;

- особи (дівчата), які здійснюють такий вид діяльності, як проституція. Це один із найбільш

Класифікація агентів соціалізації

Агенти соціалізації	Зразки
Макроагенти	Держава, суспільство, етнос
Мезоагенти	Групи людей, пов'язані національною ознакою; регіон, населений пункт, субкультура
Мікроагенти	Сім'я, групи однолітків, різні організації (виховні, добровільні, релігійні, контркультурні тощо)
Агенти індивідуальної дії	Кумири, ідеалізовані образи, піклувальники, куратори, викладачі тощо
Агенти групової дії	Інтернатні заклади, заклади середньої та вищої освіти, академічні групи, оточення друзів, гуртки, секції, студентські (соціальні) гуртожитки, органи самоврядування, інші об'єднання
Агенти інституційні	Освіта, економіка, релігія, сім'я тощо
Агенти неінституційні	Культура, мораль, молодіжна (учнівська, студентська) субкультура, Інтернет, соціальні мережі, ЗМІ
Агенти прямої дії	Сім'я, близьке оточення (піклувальники, вихователі, друзі), освіта, заклади культури, дозвілля тощо
Агенти непрямой дії	Політика, право, ЗМІ тощо

аморальних видів діяльності, дівчата не замислюються про невідповідальне ставлення до себе та майбутнього покоління, підставляючи під значний удар дітонороджувальну функцію й можливість створення сім'ї взагалі;

– представники різних організацій із підтримки різних особистостей та команд – фани, які мають себе за найзапекліших уболівальників різних спортивних команд, поціновувачі окремого акторського мистецтва, музичних виконавців та інші соціально небезпечні особи з боку ультрасервативних течій.

Багато науковців термінологічно зводять класифікацію агентів соціалізації до своєрідної їх рубрикації. Аналізуючи праці соціологів, соціальних психологів та соціальних педагогів Н. Голованової та А. Мудрика, пропонуємо своєрідну ієрархію агентів соціалізації [2, с. 152]. Для наочності та узагальнення цих агентів подаємо їх у вигляді табл. 1.

Для будь-якої людини критерієм соціалізації є наявність вищої або професійної освіти, можливість реалізувати себе в будь-якій сфері суспільного життя за власним бажанням. Відсутність такого рівня освіти перетворюється на бар'єр для повноцінної соціалізації [4, с. 435]. Проте говорити про ефективність соціалізації лише за умов отримання диплома про середню професійну чи вищу освіту було б неправильно, адже його наявність декларативно свідчить лише про факт навчання та його завершення представниками цієї категорії громадян. Підвищення якості навчання, усвідомлення мотиваційної необхідності, самореалізації, уміння користуватися новітніми освітніми технологіями можливі лише в процесі здобуття студентом-сиротою вищої освіти завдяки використанню засобів вищої освіти. Також варто встановити, що є освіта для сироти. Це один із можливих засобів самореалізації чи її передумова?

Це дає підстави констатувати значущість для сироти такого агента соціалізації, як заклади освіти (де агентами є викладачі, академічні групи, учнівські та студентські організації).

Учням та студентам-сиротам необхідно працювати над саморозвитком і самовдосконаленням із підвищеною ретельністю та посидливістю, однак здебільшого останнє є нерозвинутою нормою. Засобами впливу в цьому разі є віртуальне спілкування, поширення інформаційних технологій у навчальній діяльності; навчання тайм-менеджменту тощо. Установлено, що учнівський чи студентський гуртожиток є окремим агентом соціалізації, у якому студенти перебувають більшу частину вільного від навчання часу, а тому визначено необхідність приділення додаткової уваги вихователями та адміністрацією цих підрозділів питанню їх перебування в гуртожитку [16].

Висновки з проведеного дослідження.

Зроблено висновок, що за відсутності такого важливого агента соціалізації, як сім'я, сам процес соціалізації в учнів чи студентів-сиріт відбувається лише частково. Сім'я заміщується іншими агентами, як-от: інтернатні заклади, сім'ї опікунів (піклувальників), практики діяльності яких обумовлені в нормативно-правовій базі України.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Воронин В.В. Американская социология: перспективы, проблемы, методы. Москва : Прогресс, 1972. 392 с.
2. Голованова Н.Ф. Социализация и воспитание ребенка. Санкт-Петербург : Речь, 2004. 272 с.
3. Діба С. Цілісно-нормативна основа соціалізуючої діяльності у скаутській організації. *Рідна школа*. 2003. № 1. С. 25–27.
4. Дікова-Фаворська О.М. Специфічні групи осіб з обмеженими можливостями здоров'я у фокусі соціології : монографія. Житомир : Полісся, 2009. 488 с.

5. Кларк Б.Р. Система высшего образования: академическая организация в кросс-национальной перспективе. Москва : Высшая школа экономики, 2011. 360 с.
6. Конституція України. *Відомості Верховної Ради України*. 2011. № 10. Ст. 68.
7. Лавриненко Н.М. Педагогіка соціалізації: європейські абрисы. Київ : Віра ІНСАЙТ, 2000. 444 с.
8. Микитина Т.Г. Толковый словарь молодежного сленга: слова, непонятные взрослым. Москва : Астрель, 2003. 736 с.
9. Молодь України у дзеркалі соціології. Київ : УІСД, 2001. 210 с.
10. Огаренко В.М. Соціологія малих груп. Київ : Центр навчальної літератури, 2005. 292 с.
11. Підліток у великому місті: фактори та механізми соціалізації : колективна монографія. Харків : ХНУ ім. В.Н. Каразіна, 2000. 206 с.
12. Резник С.Д. Преподаватель вуза: технологии и организация деятельности. Москва : Инфра-М, 2009. 400 с.
13. Соціологія: терміни, поняття, персоналії. Київ : Каравела ; Львів : Новий світ-2000, 2002. 480 с.
14. Социология и высшая школа : II социологические исследования учебно-воспитательной работы в высшей школе: ученые записки. Горький : Горьк. гос. ун-т им. Н.И. Лобачевского, 1970. 224 с.
15. Танчин І.З. Соціологія. Київ : Знання, 2008. 351 с.
16. Кузьмін В.В. Соціальна взаємодія агентів соціалізації та сиріт у ВНЗ: встановлення перспективи. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2012. Вип. 54. С. 42–47.
17. Агенти соціальних змін у суспільстві нестійкої інституційності : колективна монографія / за ред. О. Злобіної. Київ : Інститут соціології НАН України, 2022. 330 с.

ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКІВ ПРОАКТИВНОСТІ Й ТИПІВ ОРІЄНТАЦІЙ У ВАЖКИХ СИТУАЦІЯХ У СТУДЕНТІВ

PECULIARITIES OF INTERRELATIONSHIPS OF PROACTIVITY AND TYPES OF ORIENTATIONS IN DIFFICULT SITUATIONS AMONG STUDENTS

У статті наведено результати емпіричного дослідження взаємозв'язків проактивності й типів орієнтацій у важких ситуаціях у непрацюючих студентів та студентів, які поєднують навчання та роботу. Надано теоретичний огляд проблеми проактивності та копіngu у психологічній науці. Підкреслено, що соціально-політичний стан країни, перебування багатьох громадян у стресових умовах та ситуації невизначеності, а отже, необхідність людини прогнозувати власну ситуацію існування й долати труднощі зумовили актуальність заявленої теми. Як психодіагностичні інструменти використано методу діагностики проактивності й опитувальник «Типи орієнтацій у важких ситуаціях». Вибірку становили 100 респондентів віком від 17 до 24 років. Перша група – непрацюючі студенти (50 досліджуваних), друга група – студенти, які поєднують навчання та роботу (50 досліджуваних). Установлено, що в обох групах визначено по дев'ять структурно подібних кореляційних зв'язків, із яких сім додатних свідчать про посилення складників проактивності разом із поглибленням орієнтації на зближення з проблемною ситуацією, тоді як дві від'ємні кореляції віддзеркалюють утрату вираженості складників проактивності, що супроводжується актуалізацією орієнтації на уникнення складних обставин. Своєрідним для першої групи виявилось вдосконалення здатності до прогнозу наслідків поведінки, пов'язане з посиленням прагнення до виконання складних завдань, а також зниження усвідомленості дій, котре поєднується із загостренням орієнтації на пасивне зберігання ресурсів. У другій групі проактивність більш активно взаємодіє з типами орієнтації у важких ситуаціях. Характерними для цієї групи є 36 кореляційних зв'язків, із яких 19 мають додатний характер, 17 – від'ємний, що відбиває тенденцію, виявлену у першій групі, а саме: посилення низки складників проактивності пов'язане з актуалізацією продуктивних типів орієнтації у важких ситуаціях та нейтралізацією непродуктивних. Окреслено перспективу подальших досліджень, спрямовану на деталізацію специфіки взаємодії досліджуваних психологічних феноменів.

Ключові слова: проактивність, копінг, орієнтація на зближення з проблемною ситу-

ацією, орієнтація на уникнення складних обставин, студенти.

The article presents the results of the empirical study of the relationships of proactivity and types of orientation in difficult situations in non-working students and students who combine learning and work. A theoretical review of the problem of proactivity and coping in psychological science is provided. It is emphasized that the socio-political state of the country, the stay of many citizens in stressful conditions and a situation of uncertainty, and therefore the need for a person to predict own situation of existence and overcome difficulties led to the relevance of the declared topic. As a psychodiagnostic tool, a method of diagnosis of proactivity and the questionnaire "Types of orientation in difficult situations" were used.

The sample was 100 respondents aged 17 to 24 years. The first group is non-working students (50 studied), the second group – students who combine training and work (50 studied). It is established that in both groups there are nine structurally similar correlation connections, of which seven positives indicate an increase in components of proactivity along with the deepening of rapprochement orientation with the problem situation, while two negative correlations reflect the loss of severity accompanied by the actualization of focus on avoiding difficult circumstances. The peculiar for the first group was to improve the ability to predict the consequences of behavior, associated with increasing the desire to accomplish complex tasks, as well as a decrease in awareness of actions, which is combined with exacerbation of orientation to the orientation to passive storage of resources. In the second group, proactivity interacts more actively with types of orientation in difficult situations. Characteristic of this group are thirty-six correlation relationships, of which nineteen are positive, seventeen are negative, reflecting the tendency identified in the first group, namely: the strengthening of a number of components of proactivity is related to the actualization of productive types Orientation in difficult situations and neutralization of unproductive ones. The prospects for further research aimed at detailing the specifics of the interaction of the studied psychological phenomena are outlined.

Key words: proactivity, coping, rapprochement orientation with a problem situation, orientation to avoid difficult circumstances, students.

УДК 159.9.072

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.14>

Милославська О.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри прикладної психології
Харківський національний університет
імені В.Н. Каразіна

Гуляєва О.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри прикладної психології
Харківський національний університет
імені В.Н. Каразіна

Богдановський С.О.

магістр факультету психології
Харківський національний університет
імені В.Н. Каразіна

Постановка проблеми. Подолання людиною складних, невизначених життєвих обставин завжди викликало інтерес у дослідників різних напрямів та підходів. Не втрачає актуальності ця тема і сьогодні, коли наша країна перебуває у стані війни, коли чимала кількість її громадян змушена долати наслідки ворожої агресії.

Наукові дослідження в галузі реактивної та проактивної поведінки набувають усе більшої актуальності за кордоном, тоді як в українській

психологічній науці ця проблема є недостатньо вивченою.

Сучасний соціально-політичний стан країни, перебування багатьох громадян у стресових умовах та в ситуації невизначеності, а отже, необхідність людині прогнозувати власну ситуацію існування й долати труднощі, а також слабка розробленість проблеми проактивності особистості зумовили актуальність заявленої теми.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Розгортання досліджень категорії «проактивність» у сучасній науці має два основні напрями.

Перший представлений у роботах Бейтмана і Кранта, які пропонують розглядати проактивність як особистісну рису, «предиспозицію діяти проактивно», стабільну характеристику, що визначає індивідуальні відмінності між людьми [11].

Інший напрям дослідження проактивності представлений роботами П. Фріз, Дж. Паркер, Є. Ган, С.Дж. Ешфорд та колег. Згідно з положеннями, відображеними у цьому напрямі, проактивність – це не просто риса особистості, а цілий комплекс поведінкових моделей, що поєднує такі особливості, як ініціативність, цілеспрямованість, передбачення результату ситуації, планування, активний вплив на обставини та завзятість у подоланні труднощів [10; 15; 16].

Теоретичний аналіз питання проактивності дає підстави припустити наявність схожості даного феномену та поняття адаптивності особистості. Проте традиційно більшістю авторів визнається, що проактивність (проактивна поведінка) протиставляється адаптивності (реактивній поведінці). Як і проактивність, адаптивність досліджується переважно у межах двох підходів. На думку авторів, адаптивність можна розглядати як особистісну рису, що задає різницю між людьми щодо здатності ефективно реагувати на навколишні зміни та вимоги середовища [12; 17].

Таким чином, проактивність являє собою стійку характеристику зрілої особистості, що виявляється в таких ознаках, як: самодетермінованість поведінки, ефективність протистояння проблемам, уміння прогнозувати настання певної життєвої події, здатність ставити довгострокові цілі та прагнути до їх досягнення, готовність активно впливати на умови середовища на протигагу пасивному пристосуванню.

Проактивність як спроможність до змін алгоритму поведінки, що стосуються дій, орієнтованих на майбутнє та спрямованих на активне випередження труднощів, надає можливість оптимізації умов життєдіяльності й здатна забезпечити досягнення суб'єктом значущих цілей. В умовах військової агресії Росії проти України ця психологічна характеристика стає дуже важливою для наших громадян, зокрема для студентів, котрі, як констатує І. Грузинська [3], є однією з уразливих груп населення під час війни. Науковці вважають проактивність одним із важливих чинників ефективного навчання [5] і ресурсом успішності студентів у подальшій професійній діяльності [4], виявом емоційного інтелекту та підґрунтям формування емоційної компетентності студентської молоді [9], одним

із чинників психологічного здоров'я студентів [7], стрижнем схильності до використання проактивних стратегій долаючої поведінки [19] і т. ін.

Проактивність у контексті розуміння її внеску у реалізацію долаючої поведінки досить часто обмежується вивченням проактивних копінг-стратегій, незважаючи на те що реалізація подолання стресу й важких ситуацій демонструє варіативність виявів [13].

Поняття coping behavior (долаюча поведінка, поведінка, спрямована на подолання) використовується для аналізу способів поведінки людини в різних ситуаціях. Р. Лазарус і С. Фолкман описують його у вигляді когнітивних і поведінкових зусиль, що постійно змінюються, докладаються людиною для того, щоб упоратися із зовнішніми та/або внутрішніми вимогами, які надмірно напружують або перевищують ресурси людини [14; 18].

Поняття «копінг» розглядається в основі теорії стресу і трактується як психологічне подолання стресових станів за допомогою комплексу способів та прийомів. Поняття «копінг» передбачає різноманітні форми активності людини за взаємодії з вимогами зовнішнього чи внутрішнього характеру з метою якнайкраще адаптуватися до труднощів. Також копінг-стратегіями називають прийоми та способи, за допомогою яких відбувається процес подолання [6].

Із часом поняття «копінг» стало включати в себе реакцію не тільки на надмірні щодо ресурсів людини вимоги, а й на щоденні стресові ситуації. Зміст копінгу при цьому залишився тим самим: копінг – це те, що робить людина, щоб упоратися зі стресом, він об'єднує когнітивні, емоційні та поведінкові стратегії, які використовуються, щоб упоратися із запитамми буденного життя.

Постановка завдання. Мета дослідження – встановити взаємозв'язки проактивності й типів орієнтацій у важких ситуаціях у непрацюючих студентів та студентів, які поєднують навчання та роботу.

Виклад основного матеріалу дослідження. Методики дослідження: 1) методика діагностики проактивності як метафеномену, що поєднує ауторефлексію, метамотивацію, здатність до прогнозування, інтернальний локус контролю та спонтанність [2]; 2) опитувальник «Типи орієнтацій у важких ситуаціях», який надає можливість діагностики двох форм орієнтацій у важких ситуаціях: *орієнтації на зближення з проблемною ситуацією та на його уникнення, що у цілому деталізується через вісім варіантів поведінки* [1]. Для математико-статистичної обробки результатів було використано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Виходячи з того, що у сучасній психології значущість п'ятивідсоткового кореля-

ційного зв'язку у дослідженні на вибірках невеликого обсягу є дискусійним питанням [8], ми вважали доцільним аналізувати кореляції, рівень значущості яких дорівнював чи був меншим за 0,01.

Як діагностичну вибірку нами були вибрано 100 респондентів віком від 17 до 24 років, котрі є студентам закладів вищої освіти міста Харкова. Перша група – 50 непрацюючих студентів, друга група – 50 студентів, які поєднують навчання та роботу.

Було встановлено, що як у першій, так і у другій групі шкала «Конструктивна проактивність» виявляє значущий додатний зв'язок із типом орієнтації у важких ситуаціях «Драйв» ($r = 0,466$, $p \leq 0,001$ та $r = 0,572$, $p \leq 0,001$) та від'ємний значущий – із типом орієнтації у важких ситуаціях «Бездіяльність» ($r = -0,494$, $p \leq 0,001$ та $r = -0,681$, $p \leq 0,001$). Окрім того, у другій групі шкала «Конструктивна проактивність» додатно корелює на значущому рівні з такими типами орієнтації у важких ситуаціях, як «Ретельність» ($r = 0,721$, $p \leq 0,001$) та «Можливості» ($r = 0,446$, $p \leq 0,01$), і від'ємно – із типами орієнтації у важких ситуаціях «Уникнення» ($r = -0,489$, $p \leq 0,001$) та «Безтурботність» ($r = -0,513$, $p \leq 0,001$). Складник проактивності «Усвідомленість дій» як у першій, так і у другій групі виявляє значущий додатний зв'язок із типом орієнтації у важких ситуаціях «Драйв» ($r = 0,427$, $p \leq 0,01$ та $r = 0,374$, $p \leq 0,01$). Водночас складник проактивності «Усвідомленість дій» у першій групі від'ємно корелює на значущому рівні з типом орієнтації у важких ситуаціях «Бездіяльність» ($r = -0,405$, $p \leq 0,01$), тоді як у другій групі означений складник проактивності виявляє додатний значущий взаємозв'язок із типом орієнтації у важких ситуаціях «Можливості» ($r = 0,435$, $p \leq 0,01$) і від'ємний значущий взаємозв'язок – із типом орієнтації у важких ситуаціях «Безтурботність» ($r = -0,399$, $p \leq 0,01$). У першій групі складник проактивності «Прогноз наслідків поведінки» виявляє значущий додатний зв'язок із типом орієнтації у важких ситуаціях «Драйв» ($r = 0,363$, $p \leq 0,01$). У другій групі складник проактивності «Прогноз наслідків поведінки» виявляє значущі додатні зв'язки з типами орієнтації у важких ситуаціях «Сигнали загрози» ($r = 0,535$, $p \leq 0,001$) та «Можливості» ($r = 0,542$, $p \leq 0,001$), а також значущий від'ємний зв'язок із типом орієнтації у важких ситуаціях «Безтурботність» ($r = -0,416$, $p \leq 0,01$). Складник проактивності «Внутрішній локус контролю» як у першій, так і у другій групі виявляє значущі додатні зв'язки з типами орієнтації у важких ситуаціях «Драйв» ($r = 0,437$, $p \leq 0,01$ та $r = 0,617$, $p \leq 0,001$) та «Можливості» ($r = 0,425$, $p \leq 0,01$ та $r = 0,596$, $p \leq 0,001$). У другій групі між складником проактивності «Внутрішній локус контролю» встановлені також значущі додатні кореляції з типами орієнтації у важких

ситуаціях «Ретельність» ($r = 0,733$, $p \leq 0,001$), «Сигнали загрози» ($r = 0,622$, $p \leq 0,001$) та «Можливості» ($r = 0,596$, $p \leq 0,001$) і значущі від'ємні – з типами орієнтації у важких ситуаціях «Уникнення» ($r = -0,361$, $p \leq 0,01$), «Бездіяльність» ($r = -0,447$, $p \leq 0,001$) та «Безтурботність» ($r = -0,369$, $p \leq 0,01$). У першій групі шкала «Спонтанність» не виявляє жодного значущого взаємозв'язку з типами орієнтації у важких ситуаціях, тоді як у другій групі ця шкала додатно корелює на значущому рівні з типами орієнтації у важких ситуаціях «Драйв» ($r = 0,517$, $p \leq 0,001$), «Ретельність» ($r = 0,468$, $p \leq 0,001$) та «Можливості» ($r = 0,468$, $p \leq 0,001$), та від'ємно – з типами орієнтації у важких ситуаціях «Уникнення» ($r = -0,483$, $p \leq 0,001$) та «Бездіяльність» ($r = -0,361$, $p \leq 0,01$). Складник проактивності «Автономність прийняття рішень» як у першій, так і у другій групі виявляє значущий додатний зв'язок із типом орієнтації у важких ситуаціях «Драйв» ($r = 0,376$, $p \leq 0,01$ та $r = 0,648$, $p \leq 0,001$). Окрім того, у другій групі між складником проактивності «Автономність прийняття рішень дій» було встановлено значущі взаємозв'язки з низкою типів орієнтації у важких ситуаціях, а саме: додатні – зі шкалами «Ретельність» ($r = 0,447$, $p \leq 0,001$), «Сигнали загрози» ($r = 0,445$, $p \leq 0,01$) та «Можливості» ($r = 0,542$, $p \leq 0,001$); від'ємні – зі шкалами «Уникнення» ($r = -0,688$, $p \leq 0,001$), «Бездіяльність» ($r = -0,520$, $p \leq 0,001$) та «Безтурботність» ($r = -0,383$, $p \leq 0,01$). В обох групах складник проактивності «Метамотивація» виявляє значущий додатний зв'язок із типом орієнтації у важких ситуаціях «Драйв» ($r = 0,568$, $p \leq 0,001$ та $r = 0,563$, $p \leq 0,001$) та від'ємний значущий – із типом орієнтації у важких ситуаціях «Бездіяльність» ($r = -0,501$, $p \leq 0,001$ та $r = -0,549$, $p \leq 0,001$). Складник проактивності «Внутрішня детермінованість поведінки» як у першій, так і у другій групі виявляє значущий додатний зв'язок із типом орієнтації у важких ситуаціях «Драйв» ($r = 0,543$, $p \leq 0,001$ та $r = 0,451$, $p \leq 0,001$). У другій групі означений складник проактивності більш активно взаємодіє з типами орієнтації у важких ситуаціях, що підтверджують значущі додатні кореляції зі шкалами «Ретельність» ($r = 0,733$, $p \leq 0,001$), «Сигнали загрози» ($r = 0,354$, $p \leq 0,01$) та «Можливості» ($r = 0,426$, $p \leq 0,01$) та від'ємні значущі кореляції, визначені зі шкалами «Уникнення» ($r = -0,518$, $p \leq 0,001$), «Бездіяльність» ($r = -0,436$, $p \leq 0,01$) та «Безтурботність» ($r = -0,403$, $p \leq 0,01$).

Отримані нами емпіричні дані дають змогу деталізувати особливості взаємодії складників проактивності та типів орієнтації у важких ситуаціях у непрацюючих студентів та студентів, які поєднують навчання та роботу. Зміст виявлених взаємозв'язків свідчить про те, що з поглибленням усвідомле-

ності дій у першій групі менш вираженою стає орієнтація на бездіяльність, у другій – орієнтація на безтурботність разом із нарощуванням здатності до аналізу можливостей продуктивного вирішення проблеми. Зі зростанням здатності до прогнозування наслідків поведінки у першій групі посилюється схильність переживати позитивні емоції в процесі розв'язання проблем, у другій – відбувається посилення чутливості до сигналів загрози та актуалізація схильності до пошуку можливостей продуктивного вирішення проблеми, а також послаблення орієнтації на безтурботність. У другій групі зі збільшенням автономності у прийнятті рішень, внутрішньої детермінованості поведінки та вираженості внутрішнього локусу контролю зростають ретельність, чутливість до сигналів загрози та спрямованість на пошук можливостей вирішення проблеми та водночас згладжується налаштованість на уникнення, бездіяльність та безтурботність. Окрім того, у другій групі позитивна забарвленість процесу вирішення проблем, ретельність та спрямованість на пошук можливостей посилюються, а орієнтація на уникнення зменшується разом зі зростанням спонтанності, що супроводжується також нейтралізацією бездіяльності та збільшенням конструктивної проактивності, разом із яким відбувається зменшення орієнтації на безтурботність. В обох групах позитивізація забарвленості процесу вирішення проблеми супроводжується посиленням внутрішньої детермінованості поведінки, автономності прийняття рішень, усвідомленості дій, внутрішнього локусу контролю, поглиблення якого прямо пов'язано з розвитком схильності до пошуку можливостей, а також метамотивації та конструктивної проактивності, при цьому зростання останніх двох супроводжується втраченою вираженості орієнтації на бездіяльність.

Висновки з проведеного дослідження.

Отже, в обох групах встановлено по дев'ять структурно подібних кореляційних зв'язків, із яких сім додатних свідчать про посилення складників проактивності разом із поглибленням орієнтації на зближення з проблемною ситуацією, тоді як дві від'ємні кореляції віддзеркалюють утрату вираженості складників проактивності, що супроводжується актуалізацією орієнтації на уникнення складних обставин. Своєрідним для першої групи виявилось вдосконалення здатності до прогнозу наслідків поведінки, пов'язане з посиленням прагнення до виконання складних завдань, а також зниження усвідомленості дій, котре поєднується із загостренням орієнтації на пасивне зберігання ресурсів. У другій групі проактивність більш активно взаємодіє з типами орієнтації у важких ситуаціях. Характерними для цієї групи є 36 кореляційних зв'язків, із яких 19 мають додатний характер, 17 – від'ємний, що

відбиває тенденцію, виявлену у першій групі та описану вище, а саме: посилення низки складників проактивності пов'язано з актуалізацією продуктивних типів орієнтації у важких ситуаціях та нейтралізацією непродуктивних.

Перспектива подальших досліджень, на нашу думку, полягає у продовженні роботи у вибраному напрямі із залученням досліджуваних груп, сформованих у більш широкому діапазоні критеріїв, що дасть змогу вдосконалити та генералізувати уявлення щодо взаємозв'язу проактивності та копінгів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бойко С.М., Філоненко В.М. Психологічні передумови реалізації копінг-поведінки поліцейських у контексті адаптивного перфекціонізму. *Право і безпека*. 2021. № 3(82). С. 38–48.
2. Волуйко О.М. Психологічні чинники готовності поліцейських до інновацій у діяльності Національної поліції України : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.06. Харків, 2019. 223 с.
3. Грузинська І. Проблема емоційного реагування на стресові ситуації в умовах воєнного стану. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія «Педагогіка, Психологія»*. 2022. № 21. С. 97–107.
4. Гуменникова Т. Активність та проактивність студентської молоді як ресурс успішності в майбутній професійній діяльності. *Психологічні ресурси особистості: соціально-психологічний зміст* : зб. наук. праць за матеріалами наук.-практ. конф. Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2019. С. 37–41.
5. Кузьминська О.Г. Перевернуте навчання: практичний аспект. *Інформаційні технології в освіті*. 2016. № 26. С. 86–98.
6. Лабезна Л.П. Соціально-психологічні чинники адаптивних копінг-стратегій поведінки молоді. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2015. № 3(38). Т. 3. С. 364–371.
7. Милославська О.В., Гуляєва О.В. Особливості проактивності у студентів із різним рівнем психологічного здоров'я. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2021. № 5. С. 34–38.
8. Олефір В., Боснюк В. Розрахунок обсягу вибірки як наріжний камінь планування наукового дослідження. *Вісник Львівського університету. Серія «Психологічні науки»*. 2021. Вип. 9. С. 186–195.
9. Харченко І.І. Розвиток емоційного інтелекту майбутніх юристів *Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія «Педагогічні науки»*. 2021. № 1. С. 151–156.
10. Ashford S.J., Cummings L.L. Proactive feedback seeking: The instrumental use of the information environment. *Journal of Occupational Psychology*. 1985. Vol. 58. P. 67–79.
11. Beutler L.E., Harwood T.M., Kimpara S., Verdirame D., Blau K. Coping style. *Journal of clinical psychology*. 2011. Vol. 67. № 2. P. 176–183.
12. Carver C.S., Scheier M.F., Weintraub J.K. Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989. Vol. 56. P. 267–283.

13. Chen Y., Luo X.R., Li H. Beyond adaptive security coping behaviors: Theory and empirical evidence. *Information & Management*. 2022. Vol. 59, iss. 2.
14. Folkman S., Lazarus R.S., Dunkel-Schetter C., DeLongis A., Gruen R. The dynamics of a stressful encounter: Cognitive appraisal, coping and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1986. № 50. P. 992–1003.
15. Gan Y., Hu Y., Zhang Y. Proactive and preventive coping in adjustment to college. *Psychological Record*. 2010. № 60(4). P. 556–571.
16. Gan Y., Yang M., Zhou E., Zhang Y. The two-factor structure of future-oriented coping and its mediating role in student engagement. *Personality and Individual Differences*. 2007. № 43. P. 851–863.
17. Kahana E., Kelley-Moore J., Kahana B. Proactive aging: A longitudinal study of stress, resources, agency, and well-being in late life. *Aging & Mental Health*. 2012. Vol. 16. № 4. P. 438–451.
18. Lazarus R.S. Coping Theory and Research: Past, Present, and Future. *Psychosomatic Medicine*. 1993. № 55. P. 234–247.
19. Rosalska M., Wierzbicki J. Proactivity of students—between diagnostic assumptions and methodical solutions. *Dyskursy Młodych Andragogów*. 2021. Vol. 22. S. 217–227.

ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ВІЙНИ НА СТАН ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ: ДО ПИТАННЯ ВИБОРУ ДІАГНОСТИЧНОГО ІНСТРУМЕНТАРІЮ (УКРАЇНСЬКИЙ КЕЙС)

FEATURES OF WAR IMPACT ON THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF HIGHER EDUCATION STUDENTS: ON THE ISSUE OF CHOOSING DIAGNOSTIC TOOLS (UKRAINIAN CASE)

Статтю присвячено дослідженню ефективних діагностичних інструментів для аналізу психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти, зокрема в контексті впливу війни в Україні. Дослідження зосереджене на використанні діагностичних інструментів для оцінювання психічного здоров'я студентів в умовах травматичного стресу. Розглянуто такі інструменти, як клінічна бесіда, клінічне інтерв'ю, PTSD Checklist-Civilian Version (PCL-C) та State-Trait Anxiety Inventory (STAI). Висвітлено сутність клінічної бесіди та клінічного інтерв'ю, етапи та принципи їх проведення. Особливу увагу приділено питанням формулювання психологічного діагнозу на основі результатів клінічної бесіди. Розглянуто типи варіантів клінічного інтерв'ю: неструктуроване, напівструктуроване та структуроване. Описано PCL-C як інструмент для діагностування посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Проаналізовано його сильні та слабкі боки, а також описано процедуру його застосування й інтерпретації результатів у контексті роботи зі здобувачами вищої освіти в Україні в умовах широкомасштабного воєнного вторгнення. Докладно розглянуто STAI як інструмент для діагностування тривожності. Проаналізовано структуру тесту, його теоретичну основу, а також указано на можливість використання його для діагностування як стану, так і рівня тривожності.

Загальні висновки дослідження полягають у тому, що для комплексного діагностування психічного здоров'я здобувачів вищої освіти в Україні в умовах широкомасштабного воєнного вторгнення можна використовувати різноманітні інструменти, такі як клінічна бесіда, клінічне інтерв'ю, PCL-C та STAI. Різні інструменти можуть доповнювати один одного та забезпечувати більш точну та повну картину психічного стану клієнтів. Результати цього дослідження можуть бути корисні для психологічної практики та психологічних досліджень в Україні, зокрема для студентів, які потребують підтримки

та допомоги для збереження свого психічного здоров'я в умовах війни.

Ключові слова: ментальне здоров'я, екстремальна психологія, ПТСР, психологічна допомога, студенти.

The article is devoted to the study of effective diagnostic tools for analyzing the psychological health of university students, in particular amidst the impact of the war in Ukraine. The research focuses on the use of diagnostic tools for assessing the mental health of students under traumatic stress. It was considered such tools as clinical conversation, clinical interview, PTSD Checklist-Civilian Version (PCL-C), and State-Trait Anxiety Inventory (STAI). The author elucidates the essence of clinical conversation and clinical interview, stages and principles of their conduct. Special attention is paid to the formulation of psychological diagnosis based on the results of a clinical interview. Types of clinical interview options are considered: unstructured, semi-structured, and structured. PCL-C is described as a diagnostic tool for post-traumatic stress disorder (PTSD). Its strengths and weaknesses are analyzed, and the procedure for its application and result interpretation in the context of working with university students in Ukraine amidst a large-scale military invasion is described. STAI as a tool for diagnosing anxiety is discussed in detail. It is analyzed the test structure and its theoretical basis, and applicability to diagnose both the state and the level of anxiety is indicated.

General research conclusions prove that one can use a variety of tools (e.g., clinical interview, clinical conversation, PCL-C, and STAI) for the comprehensive diagnosis of the mental health of university students amidst a large-scale military invasion. Different tools can complement each other and guarantee a more accurate and complete picture of the mental state of clients. The results of the present study can be useful for psychological practice and psychological research in Ukraine, in particular for students who need support and help to maintain their mental health in the wartime.

Key words: mental health, extreme psychology, PTSD, psychological aid, students.

УДК 159.952.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.15>

Мотозюк Л.М.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Хмельницька гуманітарно-педагогічна
академія

Блохіна І.О.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології та педагогіки
Національний технічний університет
України «Київський політехнічний
інститут імені Ігоря Сікорського»

Москаленко О.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології та педагогіки
Національний технічний університет
України «Київський політехнічний
інститут імені Ігоря Сікорського»

Постановка проблеми. Мета статті – аналіз методів діагностування психологічного стану здобувачів вищої освіти, які перебувають в умовах широкомасштабного воєнного вторгнення, в умовах дистанційної освіти. Бойові дії можуть суттєво вплинути на психологічне здоров'я студента ЗВО, зокрема на його емоційний стан, ставлення до себе та світу, життєстійкість і віру в майбутнє. Водночас процес здобуття вищої освіти може бути джерелом додаткового стресу, що впливає на психіку. Таким чином, слід вивчити ефективність існуючих інстру-

ментів моніторингу психологічного здоров'я в умовах дистанційної освіти. Це дасть змогу вчасно допомогти студентам, які зіткнулися з тяжкими психологічними наслідками воєнної агресії.

Існує безліч методик та інструментів для діагностування психологічного стану людини, однак не всі з них підходять для студентів. У статті розглянуто ті з них, які зарекомендували свою ефективність та дають можливість адаптувати їх до умов дистанційної освіти. Нині на території України йде війна, тому для моніторингу ментального здоров'я здобува-

чів вищої освіти виникає необхідність розроблення та впровадження відповідних діагностичних інструментів.

Однією з основних проблем, на думку авторів, є вибір оптимального діагностичного інструментарію для діагностики психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти в умовах дистанційної освіти, що перебувають на території України під час повномасштабного вторгнення. Нині в Україні наявних досліджень цього питання недостатньо, і не існує єдиного стандарту для визначення психічного стану цієї групи населення. Це може призвести до недооцінювання серйозності проблеми та недостатнього рівня допомоги і підтримки.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Нині дослідження в галузі психології впливу війни на стан психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти та пошуку ефективних діагностичних інструментів для визначення стану їхнього ментального здоров'я набули особливо актуальним через повномасштабне військове вторгнення, яке суттєво вплинуло на психологічний стан населення. Одним із головних питань, яке висвітлюється через вплив бойових дій на стан психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти, є вибір діагностичного інструментарію. Зокрема, досліджуються діагностичні методи, які найкраще використовувати для визначення стану ментального здоров'я.

У статті Н. Москаленко та ін. предметом дослідження був вплив війни на стан психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти в Україні. Результати показали, що більшість респондентів, які пережили війну, мала симптоми ПТСР та депресії, а також знижену якість життя. У дослідженні О. Лазорко, Т. Шевцової висвітлено застосування двох різних інструментів діагностики ПТСР у здобувачів вищої освіти, які пережили війну, – CAPS-5 та PTSD-I. Обидва інструменти мали високу ефективність. Також цікавою є робота О. Жук, О. Іващенко, М. Шульги, у якій досліджувалося питання коморбідності ПТСР та інших розладів у здобувачів вищої освіти, які пережили війну на Сході України. Результати показали, що більшість респондентів мала не лише симптоми ПТСР, а й інші психічні розлади, такі як депресія та тривожність. Дослідження також виявило респондентів зі значним рівнем тривожності та зневіри в майбутньому. Останні дослідження вказують на те, що одним із найкращих інструментів для діагностування ПТСР є Клінічна шкала посттравматичного стресового розладу (CAPS-5). CAPS-5 є структурованим інтерв'ю, яке дає змогу оцінити наявність і важкість симптомів ПТСР. Проте питання пошуку ефективних інструментів діагностики потребує додаткового уточнення.

Постановка завдання. Метою статті є дослідження доступних діагностичних інструментів для визначення психологічних наслідків війни серед здобувачів вищої освіти в Україні під час війни в умовах дистанційної освіти. Для досягнення цієї мети використано загальнонаукові методи аналізу й узагальнення. Результати цього дослідження сприятимуть більш повному розумінню психологічних наслідків війни серед здобувачів вищої освіти в Україні, а також допоможуть вибрати найефективніший діагностичний інструментарій для визначення цих наслідків. Робота сприятиме розвитку психологічної підтримки здобувачів вищої освіти, які мають проблеми з ментальним здоров'ям через повномасштабне воєнне вторгнення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Війна є складним соціальним явищем, що супроводжується численними проблемами. Не лише фізичне, а й психологічне здоров'я населення стає предметом наукових досліджень. Зокрема, психологами активно досліджується вплив війни на стан психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти в Україні.

Для діагностування психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти необхідно використовувати ефективні інструменти та методики. Вони дають змогу оцінювати різні показники психологічного здоров'я. У роботі розглядаються деякі із цих інструментів і методів та особливості їх застосування для діагностування стану психологічного здоров'я здобувачів вищої освіти, які перебувають на території України.

Одним із найефективніших діагностичних інструментів для дослідження психологічних проблем дорослих осіб є клінічна бесіда. Цей метод дає змогу досліднику встановити контакт із клієнтом та оцінити його психологічний стан, з'ясувати характер симптомів та їх зв'язок із життєвими ситуаціями, у яких він опинився. У процесі клінічної бесіди клієнт розповідає про свої переживання, думки, поведінку й інші емоційні стани, які можуть свідчити про наявність психологічних проблем.

Клінічна бесіда є одним із найпоширеніших методів діагностики та лікування психічних розладів. Цей метод полягає у розмові між психологом і клієнтом із метою виявити психічні симптоми та зрозуміти причини їх виникнення. Однією з переваг клінічної бесіди є можливість дістати детальну інформацію про психологічний стан безпосередньо від клієнта. Під час бесіди психолог може поставити запитання, що дадуть змогу виявити наявність симптомів таких психічних розладів, як тривога, депресія, шизофренія, афективні розлади та ін. Окрім того, психолог може дізнатися про історію життя клієнта, його особистісні риси, соці-

альне середовище й інші чинники, які можуть впливати на його психологічний стан.

Клінічна бесіда може бути структурованою та неструктурованою. У структурованій бесіді психолог використовує певні запитання та протокол, що дає змогу оцінити наявність різних психічних розладів. У неструктурованій бесіді психолог вільно спілкується з клієнтом, який може розповісти про все, що вважає важливими. Такий підхід дає змогу отримати більш детальну та реалістичну картину психічного стану клієнта.

Однак клінічна бесіда має деякі недоліки. По-перше, психолог може бути під впливом особистих уявлень, переконань і стереотипів, що може призвести до неточності дослідження. По-друге, клієнт не завжди може говорити щиро, що також може вплинути на загальні результати дослідження психічного стану здобувачів вищої освіти в Україні під час бойових дій.

Разом із клінічною бесідою український кейс діагностування стану ментального здоров'я здобувачів вищої освіти під час війни в Україні довів ефективність такого методу дослідження, як клінічне інтерв'ю. Для діагностування психічних розладів воно є одним із найефективніших інструментів, підтверджених клінічним досвідом. Цей метод забезпечує можливість детального аналізу симптоматики, яка супроводжує психічні розлади, а також дає змогу з'ясувати причини і чинники, які можуть бути пов'язані з психічним здоров'ям клієнта [1].

Основні принципи проведення інтерв'ю полягають у створенні сприятливої атмосфери для клієнта, встановленні довіри та дотриманні етичних норм і правил. Важливою частиною інтерв'ю є збір анамнезу, що включає детальний опис симптомів, їх тривалість, інтенсивність і взаємозв'язок із різними життєвими ситуаціями.

Психолог може використовувати різні типи інтерв'ю для діагностування психічних розладів, зокрема:

1) неструктуроване інтерв'ю, яке забезпечує можливість глибокої розмови з клієнтом і дає змогу зібрати докладну інформацію про його психічний стан, а також виявити його особистість та особливості;

2) напівструктуроване інтерв'ю, яке використовується для діагностування конкретного психічного розладу, дає змогу зібрати більш об'єктивну інформацію та встановити діагноз;

3) структуроване інтерв'ю, яке базується на запитаннях, що мають фіксований формат і послідовність, що дає змогу якнайточніше визначити психічний стан клієнта і встановити діагноз.

Інтерв'ю для діагностування психічних розладів може проводитися як індивідуально, так і у груповій формі. У груповій формі інтерв'ю

кількість учасників обмежується зазвичай 6–8 особами, що дає змогу психологу зібрати велику кількість інформації про симптоматику розладу та його взаємозв'язок із життєвим досвідом.

Важливим складником роботи в парадигмі цієї методики є розроблення плану і проведення пробного інтерв'ю для попереднього оцінювання його ефективності та встановлення співпраці з клієнтом. Це дає змогу психологу якнайточніше підібрати техніки та підходи для подальшого діагностування і терапії. Окрім того, інтерв'ю може поєднуватися з використанням інших методів діагностики, таких як тестування та спостереження, що дає змогу якнайточніше визначити психічний стан клієнта та встановити діагноз.

Важливо під час інтерв'ю ураховувати культурні та соціальні особливості клієнта, адже вони можуть впливати на його сприйняття роботи з психологом та психологічне тестування. Наприклад, психолог повинен бути обізнаний із релігійними, етнічними й іншими особливостями клієнта, що можуть впливати на його сприйняття діагностування та лікування [2].

Інтерв'ю для діагностування психічних розладів може забезпечити не лише точне визначення психологічної проблеми, а й допомогти клієнтові зрозуміти та прийняти власний стан та ефективні методи терапії. Важливим складником інтерв'ю є розроблення індивідуального підходу до кожного клієнта з урахуванням його потреб та особливостей. Окрім того, інтерв'ю може бути використане не лише для діагностування психічних розладів, а й для встановлення причин виникнення життєвих проблем та способів їх вирішення.

Однак для успішного проведення клінічного інтерв'ю потрібно мати певний досвід та знання саме для роботи в умовах війни серед здобувачів вищої освіти, оскільки запитання, які ставляться клієнтові, мають бути правильно сформульовані та спрямовані на виявлення симптомів психічних розладів. Окрім того, клінічне інтерв'ю може вимагати значних зусиль із боку психолога або психіатра.

Окрім клінічного інтерв'ю, існують інші методи для діагностування психічних розладів, наприклад структуровані інтерв'ю, які містять певну послідовність запитань, які дають змогу виявити симптоми різних психічних розладів. Такі інтерв'ю можуть бути менш стандартизованими, що робить їх більш доступними й ефективними для використання у клінічній практиці.

Найпоширенішими структурованими інтерв'ю для діагностування психічних розладів в Україні є Міжнародна клінічна опитувальна програма (Structured Clinical Interview for DSM-5; SCID-5), Інтерв'ю для діагностування

розладів настрою (Mood Disorder Interview; MDI) та Інтерв'ю для діагностування шизофренії та споріднених розладів (Structured Clinical Interview for Schizophrenia Spectrum Disorders; SCID-SSD). SCID-5 є стандартизованою методикою для діагностування психічних розладів згідно з Діагностичним і статистичним посібником із психічних розладів (5-е видання) (DSM-5). Усі перелічені методики адаптовані для проведення в режимі онлайн за допомогою телекомунікаційних засобів. Інтерв'ю складається зі стандартизованих запитань, які допомагають виявити наявність симптомів різних психічних розладів. За допомогою SCID-5 можна виявити такі психічні розлади, як депресія, тривожність, шизофренія, афективні розлади та ін. [3].

Слід також згадати ще одну ефективну методику, яка використовується спеціалістами у діагностуванні посттравматичного стресового розладу у здобувачів вищої освіти під час війни. PTSD Checklist-Civilian Version (PCL-C) є одним із інструментів діагностики посттравматичного стресового розладу. Цей інструмент може бути корисним для психологів, які працюють зі здобувачами вищої освіти, які були жертвами військового конфлікту або інших типів травматичного досвіду.

ПТСР є тяжким психічним розладом, який розвивається внаслідок досвіду травматичної події, такої як військовий конфлікт, злочин, аварія, насильство або природні катастрофи. Симптоми ПТСР можуть включати нічні кошмари, гостру тривогу, нав'язливі спогади та ізолюваність від соціального життя. Ці симптоми можуть впливати на роботу, стосунки та здоров'я загалом.

PCL-C є опитувальником, який дає змогу оцінити наявність симптомів ПТСР. Цей інструмент містить 17 запитань, які відображають тривожні симптоми, наприклад: «Чи маєте ви нічні кошмари?», «Чи відчуваєте ви тривогу після чогось, що нагадує вам подію, що спричинила травму?» та ін. Оцінювання відбувається за п'ятибальною шкалою, де 1 – це відсутність симптомів, а 5 – найбільша кількість симптомів. Загальна оцінка PCL-C варіюється від 17 до 85 балів, де вищі бали свідчать про більш серйозний ступінь ПТСР.

Для використання PCL-C у роботі зі здобувачами вищої освіти психолог повинен мати необхідні знання і навички. Передусім він має знати, що PCL-C є інструментом для оцінювання тяжкості посттравматичного стресового розладу. Для проведення процедури необхідно мати стандартизований опитувальник і спеціальні методики оцінювання результатів. Психолог повинен бути ознайомлений із принципами заповнення опитувальника і правилами визначення й інтерпретації результатів [4].

Під час роботи зі здобувачами вищої освіти, які можуть мати симптоми посттравматичного стресового розладу, психолог повинен урахувати особливості цієї групи людей. Вони можуть бути більш чутливими до тем, пов'язаних із травмою, оскільки можуть бути свідками війни. Тому психолог має бути дуже обережним у питаннях, пов'язаних з історією життя та досвідом здобувача вищої освіти.

Фахівець повинен дотримуватися етичних стандартів. Важливо забезпечити конфіденційність, добровільність і згоду на участь у процедурі діагностування, а також пояснити, що тестування не є обов'язковим і не впливає на їхній статус студента. Психолог має бути готовий відповісти на всі запитання здобувачів вищої освіти та надати додаткову підтримку в разі потреби.

У роботі зі здобувачами вищої освіти слід звертати особливу увагу на рівень тривожності клієнтів. У цьому допоможе State-Trait Anxiety Inventory (STAI). Це психологічний тест, який використовується для вимірювання стану та рівня тривожності людини. У роботі зі здобувачами вищої освіти STAI може бути корисним інструментом для діагностування та моніторингу тривожності під час навчання та інших життєвих подій.

STAI розроблений у 1968 р. Чарльзом Спілбергером та складається з двох шкал: шкали стану тривожності та шкали трейту тривожності. Шкала стану тривожності відображає тимчасовий стан, який виникає у відповідь на конкретну подію, ситуацію або дистрес. Шкала трейту тривожності відображає загальний рівень тривожності людини, який може бути відносно стійким протягом тривалого періоду.

STAI складається із 40 запитань, які мають чотирибальну шкалу – від «повної безтурботності» до «дуже високого рівня тривожності». Шкала складається з двох частин: А і Б. Частина А складається із 20 запитань, які вимірюють стан тривожності, а частина Б містить 20 запитань, які вимірюють трейт тривожності. Для застосування STAI у роботі зі здобувачами вищої освіти може бути корисно зібрати базові дані про рівень тривожності учасників перед початком навчання та періодично моніторити цей рівень протягом курсу. Це може допомогти вчасно виявити можливі проблеми та вжити заходів для їх вирішення. STAI відображає рівень тривоги саме в конкретний період. Цей тест відображає складник особистості людини, який характеризує її як більш чи менш тривожну в різних ситуаціях і в різні періоди життя.

STAI використовується у психологічній діагностиці та дослідженнях, а також у клінічній практиці для вимірювання рівня тривожності у клієнтів із тривожними розладами. Через високий рівень стресу й емоційної напруги, яку

відчувають здобувачі вищої освіти, STAI може бути корисним інструментом під час роботи із цією категорією пацієнтів [5].

Дослідження підтверджують, що STAI має високу надійність та валідність. Особливо він корисний для визначення рівня тривоги в середовищах із високим рівнем стресу, таких як війна або конфлікти. Щодо до клінічної практики, то психолог може провести інтерв'ю та застосувати методи проектування, щоб визначити рівень тривоги.

Отже, використання PTSD CheckList-Civilian Version (PCL-C) та State-Trait Anxiety Inventory (STAI) може бути ефективним для діагностування й оцінювання рівня посттравматичного стресового розладу та тривожності у здобувачів вищої освіти. Ці інструменти дають змогу отримати достовірну й об'єктивну інформацію про психічний стан людини, що допоможе психологу ефективніше працювати з пацієнтом і визначити належні методи лікування та підтримки. Важливо використовувати їх з урахуванням особливостей вищої освіти та контексту воєнного конфлікту, умов дистанційного навчання, що дасть змогу якнайточніше виявити ризикові групи та спрямувати зусилля на надання підтримки тим, хто цього потребує.

Висновки з проведеного дослідження.

У статті висвітлено різні діагностичні інструменти, які можна використовувати для виявлення психічних розладів у здобувачів вищої освіти, які постраждали від військових конфліктів або інших подібних травматичних подій. Основний акцент було зроблено на методиках, які неодноразово демонстрували клінічну ефективність, верифікованість і надійність отриманих у процесі дослідження даних. Головним критерієм вибору ефективних інструментів була їх адаптованість до проведення в режимі онлайн із використанням

телекомунікаційних засобів, таких як месенджери, соціальні мережі, телефонний зв'язок тощо. Отже, діагностика та лікування розладів, пов'язаних із воєнним конфліктом, є важливим завданням для психологів, які працюють зі здобувачами вищої освіти. Використання належних інструментів для діагностування й оцінювання стану клієнтів, таких як PTSD CheckList-Civilian Version та State-Trait Anxiety Inventory, клінічна бесіда та клінічне інтерв'ю, дає змогу отримати повну картину психологічного стану здобувачів вищої освіти.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ali, S. The effective ness of immersive technologies for future professional education. *FuturityEducation*. 2022. Vol. 2. № 2. P. 13–21. URL: <https://doi.org/10.57125/FED/2022.10.11.25> (date of access: 23.02.2023).
2. Features of the influence of motor psychophysical activities status of higher education acquisitions / N. Moskalenko et al. *Sports bulletin of the dneper*. 2022. № 2. P. 045–056. URL: <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2022-2-045> (date of access: 23.02.2023).
3. Namestiuk, S. On the issue of teaching psychological and pedagogical discipline sat universities using immersive technologies. *FuturityEducation*. 2022. Vol. 2. № 2. P. 33–42. URL: <https://doi.org/10.57125/FED/2022.10.11.27> (date of access: 23.02.2023).
4. Курова А. Технологічний підхід в дослідженні психологічного здоров'я молоді в умовах невизначеності. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2022. № 2. С. 46–50.
5. Лазорко О., Шевцова Т. Дослідження психоемоційних станів підлітків із різним рівнем резильєнтності під час війни. *Psychological Prospects Journal*. 2022. № 40. URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-40-laz> (дата звернення: 23.02.2023).

ФОРМУВАННЯ ПРОСОЦІАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ FORMATION OF PROSOCIAL BEHAVIOR OF ADOLESCENTS

Розглянуто зміст, умови розвитку, мотиви просоціальної поведінки та шляхи її формування у підлітків. Просоціальна поведінка розглядається сучасними дослідниками як сукупність соціально бажаних якостей особистості у поєднанні із ситуативними чинниками, що впливають на їх вияви. В основі такої поведінки лежать характеристики: емпатійність, спрямованість на співробітництво, інтернальний локус контролю, включеність у соціальні ситуації, сформованість морально-етичних цінностей. До ситуативних чинників, що впливають на вияви такої поведінки, належать емоційний стан людини, присутність інших у ситуації допомоги, оцінка потреби іншої людини у наданні допомоги. Теоретичний аналіз підходів до розуміння природи просоціальної поведінки дав змогу визначити її вияви як механізм взаємодопомоги, що дає можливість ефективніше адаптуватись у соціумі, задовольнити особистісні потреби у самоповазі, позитивному ставленні до себе, схваленні з боку інших.

Визначено, що несприятливими умовами, які гальмують вияви просоціальної поведінки у підлітків, є відсутність позитивно орієнтованих життєвих планів, утрата глибини і різноманітності інтересів, зниження здатності до самоаналізу, співчуття, несформованість морально-етичних цінностей, переживання інтенсивних негативних емоцій.

Психологічними умовами формування просоціальної поведінки є інтеріоризація учнями соціально значущих норм і цінностей, розвиток відповідних рис особистості, формування прагнення й уміння конструктивно вирішувати міжособистісні та групові суперечності; стимулювання участі дітей у соціально значущій діяльності. Ефективними методами розвитку просоціальних якостей підлітків є шкільні служби порозуміння, соціальна практика, театральні вистави, залучення учнів до соціальних проєктів у громадських організаціях. Водночас важливо навчати педагогів технологіям розвитку комунікативних якостей у школярів, формування життєвих цінностей, усвідомленості наслідків своїх учинків, прагнення до успішної реалізації значущих життєвих цілей, умінню протистояти негативному зовнішньому впливу.

Ключові слова: просоціальна поведінка, альтруїзм, емпатійність, морально-етичні норми, соціально-психологічна адаптація, підлітковий вік.

The content, conditions of formation, motives of prosocial behavior and ways of its formation in teenagers are considered. Prosocial behavior is considered by modern researchers as a set of socially desirable qualities in combination with situational factors affecting their manifestations. Such behavior is based on personal characteristics such as empathy, focus on cooperation, internal locus of control, inclusion in social situations, and the formation of moral and ethical values. The situational factors that influence the manifestations of such behavior include the emotional state of a person, the presence of others in a situation of help, the assessment of the need of another person for assistance, to satisfy personal needs for self-respect, positive attitude towards oneself, approval from others.

It was determined that the unfavorable conditions that inhibit the manifestation of prosocial behavior in adolescents are the lack of positively oriented life plans, loss of depth and diversity of interests, reduced ability to self-analysis, compassion, lack of formation of moral and ethical values, experiencing intense negative emotions.

The psychological conditions for the formation of prosocial behavior are the internalization by students of socially significant norms and values, the development of relevant personality traits, the formation of aspirations and the ability to constructively resolve interpersonal and group conflicts; stimulating children's participation in socially significant activities. Effective methods of developing prosocial qualities of teenagers are school understanding services, social practice, theatrical performances, involvement of students in social projects in public organizations. At the same time, it is important to teach teachers the techniques of developing communication skills in schoolchildren, the formation of life values, awareness of the consequences of one's actions, striving for the successful realization of significant life goals, and the ability to resist negative external influences.

Key words: about social behavior, altruism, empathy, moral and ethical norms, social and psychological adaptation, adolescence.

УДК 373.5.035:316.623
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.16>

Хомчук О.П.

к.психол.н.,
старший викладач кафедри психології
Білоцерківський національний аграрний
університет

Значна частина українських підлітків пережила потрясіння у зв'язку з необхідністю пристосовуватися до нових життєвих обставин або ж тривалий час зазнає впливу негативних новин, що створює умови постійного стресу та невизначеності, породжує психологічну напругу, тривожність, ризик психологічної дезадаптації та порушення поведінки. У несприятливих умовах підлітки схильні виявляти агресивність, відстороненість, занурення у соціальні мережі, комп'ютерні ігри, асоціальну поведінку. Науковці лабораторії фізичного розвитку та здорового способу життя Інституту проблем виховання НАПН

України визначили «уразливу категорію підлітків» – учнів 11–15 років, що характеризуються конфліктністю, агресивністю, підвищеною тривожністю, навіюваністю, нестабільною самооцінкою та несформованістю ціннісних орієнтацій [5]. Дослідники зазначають, що формування просоціальних якостей у школярів попереджає негативні поведінкові вияви особистості цього віку.

Зміст поняття «просоціальна поведінка» пов'язаний із такими явищами, як альтруїзм, дружба, допомога оточуючим людям, співробітництво, афіліація [7]. Дослідники розділяють поняття альтруїстичної та просоціальної

поведінки. Просоціальна поведінка може мати вигоду, зокрема «поведінка-кооперація», тоді як альтруїзмом вважаються лише ті дії, які спрямовані на інтереси іншого без очікування власної вигоди [18].

В основі такої поведінки лежить взаємодія особистісних характеристик індивіда і ситуаційних чинників. Особистісними чинниками є емпатія, ціннісна орієнтація на кооперацію, соціальна відповідальність, внутрішній локус контролю і низький рівень егоцентризму. Ступінь готовності людини прийти на допомогу також залежить від її позитивного чи негативного емоційного стану. До ситуаційних чинників належать: наявність інших людей, фактор «дифузії відповідальності» в людних місцях, фізичні умови оточуючого середовища, наявність вільного часу та особливості спільноти, у якій людина проживає, моделі поведінки батьків, засвоєні у дитинстві, ступінь соціальної включеності у ситуацію [10]. Люди, що живуть у невеликих містах, більш схильні надавати допомогу іншим, аніж люди у великих населених пунктах. Іншим чинником, який стимулює надати допомогу, може бути подібність людини чи ситуації до тих, які переживав сама особа, що допомагає. Отже, чим більше соціальних ролей реалізує людина у своєму житті, тим більше спонукає вона має до надання різних видів допомоги.

Виокремлюють соціобіологічний, індивідуалістський та міжособистісний підходи до розуміння природи просоціальної поведінки. Представники соціобіологічного підходу поєднують поняття допомагаючої і просоціальної поведінки єдиним терміном – альтруїзм. Альтруїстична поведінка пояснюється ними у поняттях уроджених чи генетичних тенденцій. Альтруїзм – наслідок природного відбору, оскільки підвищує можливість індивіда чи його родичів до відтворення потомства. Альтруїстична поведінка зберігається лише внаслідок її користі для виживання біологічного виду. В іншому разі вона була б атавістичною і її не було б у видовому поведінковому наборі реакцій [16].

Індивідуалістський, чи особистісний, підхід розглядає просоціальну поведінку з погляду схильності індивіда до надання допомоги. При цьому прагнення людини надавати допомогу іншим може бути або генетично зумовленою функцією, або наслідком соціального навчання. У рамках цього напрямку виділяють дві групи особистісних теорій альтруїзму: одні пояснюють альтруїстичну поведінку в термінах настроїв чи емоційних станів (добрий настрій сприяє, а поганий – перешкоджає), а інші стверджують, що альтруїзм визначається стійкими характеристиками особистості. Настрій не запускає безпосередньо просоціальну поведінку, а виконує проміжну функцію, змінюючи оцінку (небезпечне – без-

печне) сприйняття світу людиною. У ситуації небезпеки людина в першу чергу думає про себе, безпечно сприйняття світу – крок до просоціальних учинків. Окрім того, у ситуаціях, що оцінюються людиною як небезпечні, зростає особиста центрованість учинків та дій, яка в окремих випадках може провокувати асоціальну поведінку. Прагнення допомагати при негативному емоційному стані у дітей зменшується та збільшується у дорослих.

Прихильники міжособистісного підходу особливу увагу надають взаємозалежності людей, припускаючи, що просоціальні вияви є механізмом взаємокорисних стосунків. Особистісними детермінантами просоціальної поведінки прихильники міжособистісного підходу називають соціальну відповідальність (внутрішній локус контролю) та емпатію. Соціальна відповідальність та внутрішній локус контролю сприяють виникненню почуття необхідності надати допомогу, висока емпатія допомагає краще зрозуміти потреби інших людей. Ще однією властивістю, притаманною просоціальної особистості, є віра у справедливість світоустрою, що відповідає уявленням про те, що загалом люди отримують те, на що вони заслужують [16].

Психологічні мотиви просоціальної поведінки можуть бути пов'язані з почуттям відповідальності, моральними обов'язками, повагою до соціальних цінностей, бажанням отримати подяку, завоювати довіру, повагу серед оточуючих. Також слідування суспільним цінностям, самопожертва можуть опосередковуватися залежністю від оцінок іншими, почуттям провини, прагненням зберегти моральний баланс. Певну роль у просоціальних поведінкових виявах мають настанови на дотримання справедливості у чоловіків і настанова на турботу у жінок [14].

Х. Бірхоф, Д. Фетченауер пояснюють природу просоціальної поведінки в межах теорії реципрокного альтруїзму. Реципрокність створює нормативну основу для соціальної кон'юнкції, структурує соціальні стосунки, несе в собі функцію стабілізації [8]. Просоціально орієнтовані люди схильні до співробітництва та досягають більш високих результатів. Ідея реципрокного альтруїзму полягає у припущенні, що індивід схильний допомагати іншим, сподівається на відповідну винагороду або ж допомогу від них у майбутньому.

Відомі три групи механізмів активації просоціальної поведінки: навчання (набуття навичок допомоги та формування установок про надання допомоги); соціальні та персональні стандарти (різного роду норми, у тому числі норми реципрокності та соціальної відповідальності; окрім того, підтримання позитивної ідентичності, реалізація потреб), а також збудження (тривога, емпатія, що виникає

як результат роботи дзеркальних нейронів). Наприклад, маніпуляція з ідентичністю, зокрема індукування «загальної групи повної ідентичності», дає змогу збільшити ймовірність просоціальних учинків [11]; той самий ефект досягається за посилення емпатії [9] або інших емоцій, у тому числі й неприємних: гніву, страху, провини [19, с. 53–97]. Просоціальна поведінка включає емоційний, інструментальний та матеріальний типи допомоги, пов'язані з різними диспозиціями особистості. Л. Пеннер виокремлює три рівні аналізу просоціальної поведінки: мікрорівень, мезорівень і макрорівень. На мікрорівні нейропсихологи та еволюціоністи аналізують походження просоціальної поведінки та її варіацій. Фокус уваги на мезорівні спрямований на діаду «об'єкт – суб'єкт допомоги» і конкретну ситуацію їх взаємодії, вивчаються умови та мотиви надання особистої допомоги, у тому числі й неусвідомлювані. І макрорівень, на якому просоціальна поведінка розглядається в контексті груп, а основним предметом стає внутрішньо- і міжгрупова кооперація, доброзичливість і подібні феномени. Макрорівень аналізу просоціальної поведінки, що включає ситуації, у яких особистий інтерес та групова вигода взаємопов'язані (наприклад, добровольність або волонтерство, а також кооперація), вимагає більш докладного опису [17].

Найбільш істотною відмінністю, наприклад, волонтерства від міжособистісної допомоги є те, що просоціальні вчинки на цьому рівні з меншою ймовірністю будуть результатом особистого зобов'язання, взаємності, як, наприклад, у випадку з друзями та родичами. Рішення бути волонтером визначається впливом соціальних інститутів (сім'я, релігійні організації), широтою соціальних зв'язків, рівнем освіти і матеріального забезпечення [17; 15].

Формування просоціальної поведінки в процесі розвитку дитини досліджували Н. Айзенберг і Р. Фебс [13]. Вияви емпатії та інтересу стосовно почуттів інших людей виявлені у дітей першого року життя, а спроби дітей надати допомогу і заспокоїти проявляються на другому році, коли розвивається здатність розуміти почуття інших людей. У період раннього дитинства розширюються просоціальні форми поведінки. Надалі продовжують розвиватися емпатія і прагнення допомогти іншим. Важливу роль у цьому відіграє розвиток у дітей уміння розуміти емоційні вияви оточуючих та складні соціальні ситуації. Зміни мотивації до просоціальної поведінки характеризуються на початку прагненням заохочення та уникнення покарання, потім через засвоєння соціальних вимог формування альтруїзму.

Айзенберг запропонувала періодизацію розвитку просоціального мислення (prosocial reasoning), що включає п'ять стадій:

I стадія. Гедоністична орієнтація. Суб'єкт орієнтується свої інтереси, а не на моральні норми. Умовами прийняття рішення про допомогу є: прямий вииграш для себе, очікування реципрокності в майбутньому, емоційне ставлення до того, хто потребує допомоги.

II стадія. Орієнтація на потреби інших людей. Суб'єкт ураховує фізичні, матеріальні та психологічні потреби інших, навіть якщо вони вступають у конфлікт із його власними. Урахування потреб іншої людини відбувається без рефлексивної постановки себе у позицію нужденного, вербальних виразів симпатії, переживання почуття провини. Перші дві стадії характерні для дошкільнят та молодших школярів.

III стадія. Орієнтація на схвалення та думка інших. Вибір просоціальної або еґо-орієнтованої поведінки залежить від стереотипів «хороша/погана людина», «правильна/неправильна» поведінка. Характерна для деяких молодших школярів, підлітків та юнаків.

IV стадія. а) Рефлексивна емпатична орієнтація. Моральне рішення ґрунтується на емпатичній рефлексивній постановці себе на позицію нужденного, на почутті провини або позитивному емоційному ставленні до своєї просоціальної поведінки. Характерна для більшості юнаків та підлітків, іноді зустрічається у молодших школярів.

б) Перехідна стадія. Урахування інтеріоризованих цінностей. Прийняття рішення засноване на обліку інтеріоризованих цінностей, норм, уявлень про обов'язки та відповідальність, відчутті необхідності захисту прав та гідності інших членів суспільства. Інтеріоризовані структури можуть не усвідомлюватися. Стадія характерна для меншої частини підлітків, юнаків та дорослих.

V стадія. Стадія свідомого врахування інтеріоризованих цінностей [12].

Вибір альтруїстичної поведінки пов'язаний зі сприйняттям суб'єктом просоціальної поведінки інших людей як «хорошої», а самого себе як «доброго»; усвідомленням альтруїстичних мотивів та сутності своєї поведінки як турботи заради користі та блага інших; адекватною оцінкою потреби іншої людини у наданні допомоги та її об'єктивної необхідності. Існують також гендерні відмінності виявів просоціальної поведінки. Жінки відрізняються більшим співпереживанням, емпатією і прагненням допомогти, потурбуватися про інших. Кроскультуральні дослідження показують, що дівчата частіше, ніж хлопці, надають допомогу і підтримку, співчують, виявляють доброту та бажання поділитися, вони мають менший рівень агресії та ворожості [13].

Просоціальна поведінка є виявом успішної соціально-психологічної адаптації особистості, тоді як у стані дезадаптації підлітки можуть виявляти асоціальні форми поведінки. Це може

бути зумовлено відсутністю позитивно орієнтованих життєвих планів, утратою різноманітних інтересів, зниженням здатності до самоаналізу, співчуття, байдужим ставленням до інших, несформованістю морально-етичних цінностей, переживанням інтенсивних негативних емоцій (страх, приниження, злість), зниженням самооцінки, здатності до саморегуляції, наслідують поведінку референтних осіб. Агресивні вияви в таких підлітків можуть виступати як спосіб психічної розрядки, заміщення фрустрованих потреб, самоствердження. Значну роль також відіграють соціально-психологічне відчуження, невключеність в емоційні контакти та високий рівень особистісної тривожності, відчуття безпорадності, невпевненість у собі, втрата переживання безпеки [2].

Сучасні українські дослідники розглядають формування просоціальної поведінки як «... цілісний процес, спрямований на забезпечення необхідних організаційно-педагогічних умов для свідомої інтеріоризації учнями соціально значущих норм і цінностей, розвиток відповідних рис, якими має володіти просоціальною особистістю, формування прагнення й уміння конструктивно вирішувати міжособистісні і групові суперечності; стимулювання участі дітей у соціально значущій діяльності та спонукання до внутрішнього діалогу для прийняття особистісно значимого для учнів вибору моделей поведінки» [4, с. 91].

В. Кириченко та В. Нечерда серед умов формування просоціальної поведінки школярів указують на високу ефективність таких форм, методів і технологій, як шкільні служби порозуміння, соціальна практика, театральні вистави, фото- та відеотехнології. Шкільні служби порозуміння покликані створити у закладах освіти безпечне і доброзичливе освітнє середовище, основою якого є панування гуманістичних цінностей. Серед основних завдань таких служб – конструктивне вирішення конфліктів, залучення школярів до взаємодопомоги та взаємопідтримки, поширення знань про медіацію та налагодження позитивної комунікації між учасниками освітнього процесу. Соціальна практика включає такі види діяльності, як волонтерство, залучення учнів до соціальних проектів у громадських організаціях; сприяє формуванню у підлітків позитивного досвіду допомоги іншим, співпереживанню, засвоєнню просоціальних форм поведінки. Театральні вистави, фото- і відеотехнології забезпечують усвідомлення значущості турботи про інших, взаємодопомоги, актуалізують необхідність розвивати в собі моральні якості, слідувати суспільно прийнятним нормам поведінки, виявляти співчуття та бажання допомогти іншим [1; 5].

Серед якостей просоціальної особистості Т. Федорченко визначає такі, як емпатійність, доброзичливість, турботливість, рефлексив-

ність, чуйність, довірливість, толерантність, альтруїстичність. Дослідниця вказує на ефективність використання тренінгових технологій для формування цих якостей, які передбачають їх актуалізацію у підлітків, а також розвиток комунікативних якостей, формування життєвих цінностей, усвідомленості наслідків своїх учинків, прагнення до успішної реалізації значущих життєвих цілей, уміння протистояти негативному зовнішньому впливу. Водночас, на думку Т. Федорченко, необхідно навчати педагогів ефективних методів формування просоціальної поведінки у підлітків, що передбачає оволодіння спеціальними знаннями і навичками та психологічними рисами: емпатійністю, високим соціальним інтересом, рольовою гнучкістю, врівноваженістю, фрустраційною толерантністю, упевненістю у собі, позитивним самостваренням [6].

Висновки. Просоціальна поведінка визначається як особливостями психологічних якостей людини, так і ситуативними чинниками. Психолого-педагогічними умовами її формування у підлітків є розвиток просоціальних якостей (емпатійність, відповідальність, альтруїзм, інтернальний локус контролю), а також навчання педагогів ефективним технологіям формування просоціальної поведінки у школярів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бовдуй С., Семененко Л., Лихо В. Від «кімнати примирення» до культури міжособистісного спілкування. *Методист*. 2018. № 12(84). С. 61–67.
2. Гошовський Я. Ресоціалізація депривованої особистості : монографія. Дрогобич : Коло, 2008. 480 с.
3. Денисов І.Г. Схильність до асоціальної поведінки в структурі самосвідомості підлітка. *Наука і освіта. Спецвипуск 8. Проект «Психологія особистості: теорія, досвід, практика»*. Одеса, 2009. С. 189–193.
4. Формування просоціальної поведінки учнів в умовах превентивного виховного середовища загальноосвітнього навчального закладу : монографія / В.І. Кириченко та ін. Тернопіль : Терно-Граф, 2016. 244 с.
5. Кириченко В., Нечерда В. Практики формування просоціальної поведінки підлітків уразливих категорій. *Рідна школа*. 2019. № 1. С. 38–44.
6. Федорченко Т. Формування просоціальної поведінки підлітків уразливих категорій у процесі впровадження тренінгової технології. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2019. № 23. Кн. 2. С. 166–178.
7. Baron R.A., Byrne D., Branscombe N.R. *Social Psychology*. Boston, MA : Pearson Education, 2006.
8. Bierhoff H.-W., Fetchenhauer D. How to Explain Prosocial and Solidary Behavior: A Comparison of Framing Theory with Related Meta-Theoretical Paradigms, in: *Solidarity and Prosocial Behavior. An Integration of Sociological and Psychological Perspectives* / ed. by

D. Fetschenhauer, A. Flache, B. Buunk, S. Lindenberg. New York : Springer, 2006. P. 225–242.

9. Davis M.H., Mitchell K.V., Hall J.A., Lothert J., Snapp T., Meyer M. Empathy, expectations, and situational preferences: personality influences on the decision to volunteer helping behaviors. *Journal of Personality*. 1999. Vol. 67. Issue 3. P. 469–50.

10. Deaux K., Dane F.C., Wrighsman L.W. Social Psychology in the 90s. Pacific Grove, CA : Brooks/Cole Publishing Company, 1993. 499 p.

11. Dovidio J.F., Piliavin J.A., Schroeder D.A., Penner L.A. The social psychology of prosocial behavior. Psychology Press, 2017. Sep. 25. 408 p.

12. Eisenberg N. Emotion, regulation and moral development. *Annual Reviews Psychological*. 2000. № 51. P. 665–697.

13. Eisenberg, N., & Fabes, R.A. (1998). Prosocial development. In W. Damon & N. Eisenberg (Ed.), *Handbook of child psychology: Social, emotional, and personality development* (pp. 701–778). John Wiley & Sons.

14. Gilligan C. In a Different Voice: Psychological Theory and Women Development [text]. Cambridge : Harvard University Press, 1982. 324 p.

15. Hart D., Atkins R., Donnelly T. Psychological and social-structural influences on involvement in volunteering. *Journal of Research in Personality*. 2007. № 41(4). P. 889–907.

16. Montada, L. Justice and prosocial commitments / L. Montada and H.W. Bierhoff (eds), *Altruism in social systems*. Lewiston, N. Y. : Hogrfe, 1991.

17. Penner L.A., Dovidio J.F., Piliavin J.A., Schroeder D.A. Prosocial behavior: Multilevel perspectives. *Annu. Rev. Psychol.* 2005. Feb 4. P. 365–392.

18. Underwood B., Moore B.S. The Generality of Altruism in Children. *The development of Prosocial behavior*. N.Y. etc., 1982.

19. Vollhardt J.R. Altruism born of suffering and prosocial behavior following adverse life events: A review and conceptualization. *Social Justice Research*. 2009. № 22(1). P. 53–97.

ОСОБЛИВОСТІ КРЕАТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗВО ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ

CHARACTERISTICS OF CREATIVITY OF UNIVERSITY STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF CRITICAL THINKING

У статті представлено результати теоретико-емпіричного дослідження креативності студентів ЗВО із різним рівнем розвитку критичного мислення. Мета дослідження полягає у вивченні індивідуально-типових відмінностей за креативністю студентів ЗВО із різним рівнем критичного мислення. Вибірку досліджуваних становили 54 студенти денного та заочного відділень різних факультетів Університету Ушинського. Вік досліджуваних становив від 18 до 47 років.

Результати дослідження показали, що студенти з розвиненим критичним мисленням демонструють значно вищу вербальну креативність, легше знаходять яскраві, нестандартні, іноді унікальні мовні асоціації; виходять за межі візуальних стереотипів, створюють нестандартні образи, перекомбінують складники різних ситуацій; частіше цікавляться новітніми речами та ідеями, вивчають їх, навіть якщо це пов'язано з певними незручностями; намагаються використовувати різні способи мислення у вирішенні завдань; здійснюють постійний пошук нової інформації, знайомі з великою кількістю інформаційних джерел; полюбляють вивчати складні речі та ідеї, ставити перед собою складні завдання, вивчати щось самостійно, пропонують складні але ефективні шляхи вирішення проблем, знаходять декілька варіантів вирішення, бачать на картинах та малюнках те, чого не помічають інші, відчують подив із приводу подій, які інші сприймають нейтрально; схильні до нестандартних учинків, можуть вигадувати нові способи використання для різних предметів, полюбляють розмірковувати над природою речей, думають про явища, з якими не стикалися, можуть спираючись на дрібні деталі, відтворювати цілісний результат, приймати рішення у нестандартних ситуаціях, правильно враховувати їхні наслідки, із віком не втрачають інтерес до життя; мають розвинуте почуття гумору.

Ключові слова: креативність, дивергентні здібності, критичне мислення, рівень критичного мислення, студенти.

The article presents the results of a theoretical-empirical study of the creativity of university students with different levels of critical thinking development. The purpose of it was to study individual-typical differences in creativity of university students with different levels of critical thinking. The research sample consisted of 54 full-time and part-time students of various faculties of Ushinsky University. The age of the subjects ranged from 18 to 47 years.

The results of the study showed that students with advanced critical thinking demonstrate significantly higher verbal creativity, more easily find bright, non-standard, sometimes unique language associations; go beyond visual stereotypes, create non-standard images, recombine components of different situations; are more often interested in the latest things and ideas, study them, even if it is associated with certain inconveniences, try to use different ways of thinking in solving problems, carry out a constant search for new information, are familiar with a large number of information sources; like to study complex things and ideas, set difficult tasks for themselves, learn something independently, offer complex but effective ways to solve problems, find several solution options, see in pictures and drawings what others do not notice, feel wonder about events that others perceived neutrally; prone to non-standard actions, can invent new ways of use for various objects, like to reflect on the nature of things, think about phenomena that they have not encountered, can, based on small details, reproduce a complete result, make decisions in non-standard situations, correctly consider their consequences, do not lose interest in life with age; have a developed sense of humor.

Key words: creativity, divergent abilities, critical thinking, level of critical thinking, students.

УДК 373.3

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.17>

Черножук Ю.Г.

к.психол.н.,

доцент кафедри загальної

та диференціальної психології

ДЗ «Південноукраїнський національний

педагогічний університет

імені К.Д. Ушинського»

Постановка проблеми. Реформа вищої освіти в Україні передбачає підготовку фахівців, що вміють ставити і вирішувати складні, нестандартні проблеми як у професійній діяльності, так і в повсякденному житті, тому обов'язковою умовою її успішності є розвиток креативності студентів. Креативність являє собою найважливіший складник творчого потенціалу особистості і спонукає людину відхилитися від існуючих схем мислення, створювати оригінальні підходи до вирішення різноманітних завдань, способи одержання матеріальних та/або ідеальних креативних продуктів, породжувати нові незвичайні ідеї тощо.

Згідно із сучасними уявленнями, креативність належить до так званих гнучких навичок (soft skills). Цей термін означає широкий пере-

лік властивостей особистості, які поряд із hard skills (професійними навичками) допомагають людині бути успішною в професії та особистому житті. Найбільш важливі з них отримали назву «навички XXI століття», або «4К» (креативність, комунікативність, кооперативність (співпраця), критичне мислення). Уважається, що взаємодія різних компонентів «четвірки» посилює можливості кожного, допомагає у вирішенні складних когнітивних завдань, підвищує академічну успішність. У цьому контексті актуальності набуває, зокрема, вивчення співвідношень між креативністю та критичним мисленням.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Більшість дослідників розглядає креативність (термін з'явився у 1922 р.) як загальну здіб-

ність до творчості, яка виявляє себе через низку складників. До останніх, зокрема, належать здатність привносити щось нове у досвід, породжувати оригінальні ідеї в умовах розв'язання або постановки нових проблем, відмовлятися від стереотипних способів мислення, мати схильність до нестандартного мислення [4]. Цей підхід представляють, зокрема, праці Дж. Гілфорда, Е. Торренса, С. Тейлора, М.О. Холодної та інших дослідників.

Гілфорд вважає, що основа творчості – «дивергентне мислення». Саме воно зумовлює здатність створювати нове. На відміну від конвергентного мислення, яке дає змогу отримати єдиний варіант розв'язання завдання, дивергентне мислення передбачає пошук «віяла» рішень відносно конкретної проблеми. Таке мислення менш зумовлене наявними чинниками, допускає зміну шляхів розв'язання завдання і призводить до неочікуваних висновків та результатів [14].

За Гілфордом дивергентне мислення включає низку окремих здібностей. Серед них: уміння знаходити та ставити проблеми, швидкість, оригінальність та гнучкість думки, уміння вдосконалювати об'єкти, додаючи деталі, здатність до аналізу й синтезу [цит. за 4]. Дослідник пропонує «задачний» підхід до вивчення креативності і розробляє тести, подібні до тих, що використовуються для вимірювання інтелекту (тести на IQ).

М. Холодна включає до структури креативності оригінальність ідей і швидкість їх продукування, гнучкість переходу від однієї до іншої, а також чутливість до незвичайного та готовність працювати у фантастичному контексті, використання для висловлювання думок певних символів та асоціації, уміння у простому бачити складне, а у складному – просте тощо [9].

С. Тейлор також розглядає креативність як здібність, що включає низку парціальних компонентів. Це, зокрема, здатність до загостреного сприйняття недоліків, прогалин у знаннях, усвідомлення проблем, пошук рішень, формування гіпотез, їх перевірка й повторне формулювання, коректне повідомлення отриманих результатів тощо [цит. за 2].

Відповідно до концепції С. Медника, креативність – це перекоструювання елементів у нові комбінації згідно з поставленим завданням і вимогами ситуації. Дослідник показує взаємодію дивергентного і конвергентного мислення. Перше, на його думку, організує інтелектуальний пошук у різних напрямках, а друге – працює з отриманими у такий спосіб результатами, об'єднує їх і знаходить «єдино правильну» комбінацію [17].

Вивчаючи креативність, Е. Торренс виокремлює такі її ознаки, як здатність усвідомлювати прогалини та протиріччя, чутли-

вість до проблем, до дефіциту та суперечливості знань; уміння висувати, перевіряти та змінювати гіпотези, шукати їх розв'язання на підставі отриманого результату роботи тощо [21]. Він створює популярний тест креативності, який дає змогу вимірювати такі параметри креативності, як швидкість, гнучкість, оригінальність та розробленість.

Окрім вищезгаданих дослідників, різні аспекти креативності також вивчали О. Алієва, О.Артемчук, Т.Амабайл, Ф.Баррон, В.Бочелюк, Д.Богоявленська, В.Вишнякова, П.Горностаєва, О.Григоренко, В.Дружинін, М.Єгорова, В.Зарицька, О.Лобода, В.Маляко, А.Маслоу, Л.Петрова, К.Роджерс, Л.Сиренко, Р.Стернберг, О.Тунік, Д.Харрінгтон, Н.Чепелева, Н.Шумакова та ін. Вони виокремили ще низку параметрів креативності, це: легкість генерування, широта та глибина ідеї, пильність у пошуку проблем, здатність до інтуїції, перетворення, прогнозування, створення асоціацій, зближення понять, імпровізація, почуття комічного, інстинктивне бачення головного, здатність бачити результат майбутнього перетворення, спонтанність і свобода сприйняття та ін. [4]. Підбиваючи підсумки багаторічних досліджень креативності, які було здійснено в різних країнах, Х. Ву і І. Чен констатують, що основні її складники – це уява, відкритість досвіду, допитливість, інтуїція, пошук ідей, толерантність до неоднозначності, незалежність, новаторство, проникливість, внутрішня/зовнішня відкритість, просвітлення (інсайт), пошук проблем і образність [27].

Тепер розглянемо феномен критичного мислення, або «мислення вищого порядку» [1]. За В. Болотовим цей вид мислення означає не негативність суджень або критику, а раціональний розгляд розмаїття підходів із метою висловлювання обґрунтованих суджень [цит. за 6].

Зазначене явище досліджували Дж. Баррел, У. Бідл, Д. Брукфілд, Е. Воропай, Е. Глассер, Дж. Дьюї, Р. Енніс, А. Кларк, Д. Клустер, В. Козира, А. Кроуфорд, Дж. Курфіс, М. Ліпман, Д. Макінстер, С. Метьюз, В. Мисан, С. Мірошник, Д. Мур, Е. Норріс, М. Паркер, Р. Пол, О. Пометун, С. Тимоха, Т. Самаренко, В. Саул, Ч. Темпл, С. Терно, О. Тягло, Д. Халперн та ін.

Термін має багато трактувань. Один із першовідкривачів «критичного мислення», Дж. Дьюї, розглядає його як активний, непохитний та ретельний розгляд будь-якого переконання чи інформації у світлі аргументів та подальших висновків. Розвиток критичного мислення, на його думку, допомагає вирішувати головне завдання освіти – навчати людину мислити [3]. М. Ліпман, видатний організатор досліджень критичного мислення, засновник Інституту критичного мислення у США, розуміє критичне мислення як таке, що виносить

правильні судження, тому що має стійкі критерії, корегує себе, ураховує контекст [16]. Д. Халперн уважає, що критичне мислення – це інструмент пізнання, який у підсумку орієнтовано на отримання найкращого результату [8]. Р. Пол бачить у критичному мисленні можливість контролювати хід власних міркувань [19], а С. Норріс – використовувати логіку для контролю за процесом мислення [18].

Ч. Темпл називає критичне мислення метамисленням, воно надає можливість обміркувати власні думки, пояснювати власну точку зору, розуміти, як людина вирішила певну проблему. За Ф. Кроуфордом критичне мислення – це мислення, що оцінює припущення і факти шляхом аналізу доцільних чинників, обґрунтування логічних процесів. За Д. Муром воно передбачає зважене рішення стосовно певного судження [цит. за 6].

Р. Джонсон і Б. Хамбі розуміють критичне мислення як судження щодо інтелектуального продукту, отриманого на основі спостережень [15]. Ф. Станкато зазначає, що завдання критичного мислення – виробляти судження відносно варіантів розв'язання проблеми, оцінювати їх правдивість та реальність [22]. Р. Еніс зауважує, що критичне мислення базується на скептичному вивченні людей та здатності до суджень [12].

Для А. Бібла та Д. Кларка критичне мислення передбачає обробку інформації з метою розуміння існуючих та/або нових ідей, вирішення проблем [цит. за 8]; для С. Байліна та М. Бетерсбі – ретельне вивчення й аналіз зазначених проблеми заради побудови правильного судження [10]; для М. Скрівена – інтерпретацію та оцінювання спостережень, зв'язків, інформації, висунування аргументів, які впливають на подальші думки і дії [23].

Узагальнений перелік властивостей критичного мислення наводить С. Терно. Дослідник включає до нього асоціативність, усвідомленість, самостійність, аналітичність, рефлексивність (самоаналіз), логічність, цілеспрямованість, обґрунтованість, самоорганізованість, контрольованість, системність [7].

Психологами побудовано низку теоретичних моделей критичного мислення. Серед них – модель Американської філософської асоціації (APA Delphi). У ній, зокрема, наведено перелік характеристик особистості з розвиненим критичним мисленням. До психологічних якостей, якими володіє «ідеальний критичний мислитель», належать розсудливість, неупередженість до інших, чесність в оцінці особистісних упереджень, допитливість, гнучкість, справедливість в оцінках, обізнаність, ретельність у пошуку потрібної інформації, розумність у виборі критеріїв судження, наполегливість у досягненні результатів, бажання прояснювати проблеми і складні питання тощо [13].

Свій варіант зазначеного переліку пропонує О. Луценко. До нього, зокрема, належать логіка, індукція, дедукція, рефлексія, контроль над емоціями, аналіз інформації на достовірність, здатність розпізнавати свої ілюзії, маніпуляції з боку оточуючих, реклами, пропаганди, здатність відокремлювати оцінки та припущення від фактів, виявляти причинно-наслідкові зв'язки та їх відсутність, визнавати обмеженість власних розумових процесів, виробляти найбільш оптимальні рішення в умовах невизначеності та ризику, уміння ставити реалістичні цілі та знаходити адекватні шляхи їх досягнення [5].

Розгляд різних підходів до розуміння креативності та критичного мислення показує, що всі вони становлять безперечний інтерес, а також не є взаємовиключними. При цьому автори виходять із якої-небудь однієї або кількох ознак, уважаючи їх найбільш істотними. Тому жодне визначення не є вичерпним, не характеризує повною мірою психологічну сутність обох вищезгаданих явищ. Окрім того, слід зауважити, що поява нових «розумінь», з одного боку, виявляє нові аспекти креативності та критичного мислення, з іншого – сприяє термінологічному розмиванню зазначених понять.

У подібній ситуації постає завдання відбору «робочого» визначення креативності та критичного мислення, які можна використати в емпіричному дослідженні. На нашу думку, психологічну сутність першого з феноменів якнайкраще виражає визначення В. Дружиніна – здатність до породження оригінальних ідей та використання нестандартних способів інтелектуальної діяльності (у широкому сенсі); дивергентні здібності (у вузькому сенсі) [2]. Друге з понять, як ми вважаємо, найбільш повно і точно визначено у вищезгаданій моделі APA Delphi – процес отримання цілеспрямованого, саморегулюючого судження, яке завершується інтерпретацією, аналізом, оцінкою та інтерактивністю, також як поясненням очевидних, концептуальних, методологічних або контекстних міркувань, на яких ґрунтується це судження [цит. за 1].

Результати існуючих досліджень доводять, що «шляхи» креативності та критичного мислення «перетинаються» під час вирішення «нерутинних» завдань [цит. за 24]; показники креативності та критичного мислення мають позитивні та статистично значущі кореляції, і кожна із зазначених властивостей особистості у свій спосіб позитивно впливає на академічні досягнення студентів [25] тощо. Однак загалом, як зазначає М. Ранко, хоча питання про зв'язки між креативністю і критичним мисленням є доволі актуальним, досліджено воно недостатньо [20]. Зокрема, це стосується особливостей креативності у людей із різним

рівнем розвитку критичного мислення. Наше дослідження може певною мірою заповнити цю прогалину.

Постановка завдання. Мета роботи полягає у вивченні індивідуально-психологічних особливостей креативності студентів ВНЗ із різним рівнем критичного мислення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Вибірку досліджуваних становили 54 студенти денного та заочного відділень різних факультетів Університету Ушинського. Вік досліджуваних – від 18 до 47 років. У дослідженні було застосовано методи спостереження, опитування (бесіди) аналізу результатів діяльності, тестування. Дані, що отримані в результаті використання перших трьох методів, було використано як додатковий матеріал під час інтерпретації результатів використання схарактеризованих нижче психодіагностичних методик. До них належать: Тест вербальної креативності (RAT) Медніка (адапт. Вороніна); Тест креативного мислення Торренса (Torrance Test of Creative Thinking, адапт. Холодної); опитувальник «Діагностика особистісної креативності» О. Тунік; Тест-опитувальник «Креативність» Н. Вишнякової; Тест критичного мислення Старки (адапт. Луценко).

Останню з методик було запроваджено у професійний ужиток порівняно недавно, тому коротко схарактеризуємо її відповідно до відомостей, що надані авторкою адаптації. Тест Старкі – це тест здібностей, він може проводитися індивідуально й у групі. Тест є вербальним і складається із 27 тверджень. У кожному випадку передбачено чотири варіанти вибору відповіді, лише один може бути правильним. У результаті обробки обчислюється загальний показник критичного мислення, який може мати значення від 0 до 27 балів. Дуже високі результати тесту свідчать про розвиненість практично всіх операцій критичного мислення [5].

Користуючись даними зазначеного тесту, було сформовано дві групи досліджуваних. До першої, РКМ (розвинене критичне мислення), увійшли 10 студентів, які найбільш успішно виконали завдання тесту. Другу, НКМ (нерозвинене критичне мислення), становили 10 студентів, які отримали найменшу кількість балів. Результати дослідження подано в табл. 1. Статистична значущість відмінностей у середніх показниках представників обох груп визначена за t-критерієм Стьюдента. Психологічна інтерпретація отриманих даних побудована на матеріалі, що був наданий авторами вико-

Таблиця 1

Порівняння середніх показників креативності досліджуваних із різним рівнем критичного мислення (n= 20)

Показники	Група	М	Група	М	t-крит	
1	Юм	ВКМ	0.84	НКМ	0.33	2.21*
2	Іум	ВКМ	5.8	НКМ	1.9	2.45*
3	ВІтр	ВКМ	0.61	НКМ	0.94	-1.96
4	КАтр	ВКМ	1.74	НКМ	1.68	0.51
5	ВОтр	ВКМ	2.98	НКМ	1.43	2,28*
6	Рту	ВКМ	16.2	НКМ	18.4	-1,44
7	Дту	ВКМ	16.2	НКМ	12.1	2,12*
8	Сту	ВКМ	22.5	НКМ	13.5	2,16*
9	Уту	ВКМ	19.7	НКМ	11.3	2,55*
10	Ов	ВКМ	7.5	НКМ	3.1	2,68*
11	Дв	ВКМ	5.2	НКМ	4.7	1,04
12	Ув	ВКМ	7.0	НКМ	4.4	1,11
13	Ів	ВКМ	7.5	НКМ	5.6	2,12*
14	Мв	ВКМ	8.1	НКМ	3.3	2,48*
15	Ев	ВКМ	6.4	НКМ	5.4	1, 17
16	Гв	ВКМ	5.9	НКМ	3.1	2,08*
17	Пв	ВКМ	8.2	НКМ	6.9	0,69

Примітка. Тут і далі: 1) * – статистична значущість відмінностей ($p < 0.05$); 2) РКМ – розвинене критичне мислення; НКМ – нерозвинене критичне мислення; 3) показники за тестом Медніка: індекс оригінальності (Юм) – середнє оригінальності усіх відповідей; індекс унікальності (Іум) – кількість унікальних відповідей; показники за тестом Торренса: продуктивність висунення візуальних ідей (ВІтр) – кількість закінчених зображень; конструктивна активність (КАтр) – складність конструктивних перетворень у закінчених зображеннях; візуальна оригінальність (ВОтр) – частотність появи певного зображення; показники за методикою Тунік: схильність до ризику (Рту); допитливість (Дту); складність (Сту); уява (Уту); показники за методикою Вишнякової: оригінальність (Ов); допитливість (Дв); уява (Ув), інтуїція (Ів); творче мислення (Мв); емоційність, емпатія (Ев); почуття гумору (Гв); творче ставлення до професії (Пв)

ристаних у дослідженні психодіагностичних методик.

Дані таблиці показують, що за більшістю параметрів креативності досліджувані з високим рівнем критичного мислення переважають тих, у кого воно розвинене недостатньо. Особливу цікавість являють випадки, коли різниця у значеннях середніх показників досліджуваних групи ВКМ і групи НКМ є статистично значущою (параметри Юм, Юм, ВОтр, Дту, Сту, Уту, Ов, Ів, Мв, Гв). Це дає можливість показати ключові відмінності за креативністю залежно від рівня критичного мислення студентів.

Дані таблиці свідчать про те, що студенти з високим рівнем критичного мислення:

- демонструють значно вищу вербальну креативність, легше знаходять яскраві, нестандартні, іноді унікальні мовні асоціації;

- виходять за межі візуальних стереотипів, створюють нестандартні образи, перекомбінують складники різних ситуацій;

- частіше цікавляться новітніми речами та ідеями, вивчають їх, навіть якщо це пов'язано з певними незручностями, намагаються використовувати різні способи мислення у вирішенні завдань, здійснюють постійний пошук нової інформації, знайомі з великою кількістю інформаційних джерел;

- люблять вивчати складні речі та ідеї, ставити перед собою складні завдання, вивчати щось самостійно, пропонують складні, але ефективні шляхи вирішення проблем, знаходять декілька варіантів вирішення, бачать на картинах та малюнках те, чого не помічають інші, відчувають подив із приводу подій, які інші сприймають нейтрально;

- схильні до нестандартних учинків, можуть вигадувати нові способи використання для різних предметів, люблять розмірковувати над природою речей, думають про явища, із якими не стикалися, можуть, спираючись на дрібні деталі, відтворювати цілісний результат, приймати рішення у нестандартних ситуаціях, правильно враховувати їхні наслідки, із віком не втрачають інтерес до життя;

- мають розвинуте почуття гумору.

Результати нашого дослідження підтверджують думку про те, що креативність і критичне мислення тісно пов'язані між собою [11], показують, що критично мислячі студенти можуть водночас мати розвинені риси креативності. Це, на нашу думку, пояснюється тим, що критичне мислення сприяє продуктивній творчості. Вирішуючи «нерутинні» завдання, креативна особистість створює нові ідеї та образи. Критичне мислення дає змогу аналізувати та коригувати їх [26]. Саме взаємодія креативності і критичного мислення забезпечує, з одного боку, оригінальність або навіть унікальність отриманого продукту, а з іншого – його суспільну користь.

Висновки з проведеного дослідження.

1. Креативність студентів, що відрізняються за рівнем критичного мислення, має певні індивідуально-психологічні особливості.

2. Студенти з розвиненим критичним мисленням суттєво переважають студентів, у яких воно розвинене недостатньо, за параметрами «оригінальність», «вербальна оригінальність», «вербальна унікальність», «візуальна оригінальність», «допитливість», «складність», «уява», «інтуїція», «творче мислення», «почуття гумору».

3. Дослідження буде продовжене, по-перше, на інших популяціях, по-друге, його можливим напрямом може стати подальше вивчення співвідношення креативності та критичного мислення, а також взаємодія креативності з комунікативністю та кооперативністю, особливо з огляду на вплив зазначених психологічних феноменів на академічну успішність студентів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волков Е.Н. Тесты критического мышления: вводный обзор. *Психологическая диагностика*. 2015. № 3. С. 5–23.
2. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. Санкт-Петербург : Питер, 1999. 368 с.
3. Дьюи Дж. Психология и педагогика мышления. Москва : Совершенство, 1997. 208 с.
4. Ильин Е.П. Психология творчества, креативности, одаренности. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 448 с.
5. Луценко Е.Л. Адаптация теста критического мышления. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2014. № 1110. Вип. 55. С. 65–70.
6. Основи критичного мислення : навчальний посібник / О. Пометун та ін. Київ : Освіта, 2016. 192 с.
7. Терно С.О. Теорія розвитку критичного мислення (на прикладі навчання історії) : посібник для вчителя. Запоріжжя : Запорізьк. нац. ун-т, 2011. 105 с.
8. Халперн Д. Психология критического мышления. Санкт-Петербург : Питер, 2000. 512 с.
9. Холодная М.А. Психология интеллекта: Парадоксы исследования. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 272 с.
10. Bailin S., Battersby M. Reason in the Balance: An Inquiry Approach to Critical Thinking. Whitby : McGraw-Hill Ryerson, 2010. 380 p.
11. Chang, Y., Bei-DiLi, Chen, H.-C., & Chiu, F.-C. Investigating the synergy of critical thinking and creative thinking in the course of integrated activity in Taiwan. *Educ. Psych.: An Intern. Journ. of Experiment. Educ. Psych.* 2015 № 35:3. P. 341–360.
12. Ennis, R.H. Critical Thinking Across the Curriculum. *Virtues of Argumentation: Proceedings of the 10th International Conference of the Ontario Society for the Study of Argumentation (OSSA)*. Windsor, 2013. P. 47–52.
13. Facione, P.A. Critical Thinking: A Statement of Expert Consensus for Purposes of Educational Assessment and Instruction (The Delphi Report). 1990. 19 p.

14. Guilford, J.P. Is some critical thinking irrational? *Journ. of Creative Behaviour*. 1982. V. 16(3). P. 151–154.
15. Johnson R.H., Hamby B.A. Meta-Level Approach to the Problem of Defining 'Critical Thinking'. *Argumentation*. 2015. V. 29(4). P. 417–430.
16. Lipman, M. Reflective model of educational practice. *Thinking in Education*. Cambridge, 1991. P. 7–25.
17. Mednich, S.A. The associative basis of the creative process. *Psychol. Rev.* 1969. № 2. P. 220–232.
18. Norris, S.P. Synthesis of research on critical thinking. *Educational leadership*. 1985. № 42(8). P. 40–45.
19. Paul, R.W. Critical thinking: What, why, and how? *New Directions for Community Colleges*. V. 1992(77). P. 3–24.
20. Runco, M.A. Creativity. (2nd Ed.) USA : Elsevier, 2014. URL: <http://sciencedirect.com/science/book/>.
21. Torrance, E.P. Guiding creative talent. Englewood Cliffs. N.Y., 1962. 278 p.
22. Stancato F., Tenure, A. Academic Freedom and the Teaching of Critical Thinking. *College Stud. Journ.* 2000. V. 34(3). URL: http://findarticles.com/p/articles/mi_m0FCR/is_3_34/ai_66760558/.
- 23 Scriven, M. The methodology of evaluation. In Stake, R.E. *Curriculum evaluation*. Chicago : Rand McNally. American Educational Research Association, 1997. P. 39–83.
24. Uğur A., Critical, Reflective, Creative Thinking and Their Reflections on Academic Achievement. *Thinking Skills and Creativity*. 2020. V. 37. URL: <http://doi.org/j.tsc.2020.100683>.
25. Ülger K., The Relationship between Creative Thinking and Critical Thinking Skills of Students. *Hacettepe Univ. Jour. of Educ.* October 2016. DOI: 10.16986/huje.2016018493.
26. University of people. URL: www.Uopeople.
27. Wu, H.-Y., Wu, H.-S., Chen, I.-S., & Chen, H.-C. Exploring the critical influential factors of creativity for college students: A multiple criteria decision-making approach. *Thinking Skills and Creativity*. 2014. V. 11. P. 1–21.

СЕКЦІЯ 6 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

КОНЦЕПЦІЯ «ПОСТПРАВДИ» ТА ОСОБИСТІТЬ

THE CONCEPT OF "POST-TRUTH" AND ITS INFLUENCE ON PERSONALITY

У статті розглядається концепція «постправди» та як «постправда» впливає на особистість. Концепція «постправди» має велику актуальність, оскільки її вплив на політичні процеси у світі стає все більш помітним. Переповнення інформації та соціальних медіа створює унікальне середовище, у якому факти та істини можна ігнорувати на користь спотворених або помилкових тверджень. Концепція «постправди» є актуальною темою для наукових досліджень, оскільки вона описує ситуацію, коли емоції та особисті думки важливіші, ніж факти та об'єктивні дані, під час прийняття рішень та формування громадської думки. «Постправда» проявляється у сучасній політиці шляхом розповсюдження помилкових тверджень та маніпуляцій із громадською думкою.

Психологічні механізми, що лежать в основі «постправди», включають тенденцію, коли люди підтверджують свої ідеї та спотворюють факти, а також схильні до впливу емоцій та суб'єктивних оцінок на прийняття рішень. Вплив «постправди» на громадську думку та політичні рішення може бути важливим, особливо в ситуаціях, коли низька грамотність чи політична пасивність сприяють вірі людей у помилкові новини.

Для боротьби з маніпуляцією та помилковими твердженнями в політиці необхідне формування критичного мислення громадян, а також забезпечення доступу до надійної та об'єктивної інформації. Важливо також вести відкритий діалог із різними соціальними групами, щоб зменшити вплив групових забобів на формування громадської думки. Подальші дослідження в галузі політичної психології та концепції «постправди» повинні зосередитися на вивченні механізмів, що лежать в основі формування «постправди», а також на пошуку ефективних стратегій боротьби з помилковими заявами в політиці; необхідно також вивчити, як різні форми маніпуляцій

впливають на різні соціальні групи та їх довіру до політичних інститутів.

Ключові слова: «постправда», концепція, особистість, громадська думка, маніпуляції.

The article examines the concept of «post-truth» and how «post-truth» affects a person. The concept of «post-truth» is very relevant, as its influence on political processes in the world is becoming more and more visible. Information overload and social media create a unique environment in which facts and truths can be ignored in favor of distorted or false claims. The concept of «post-truth» is a relevant topic for scientific research, as it describes a situation where emotions and personal opinions are more important than facts and objective data when making decisions and forming public opinion. «Post-truth» manifests itself in modern politics by spreading false statements and manipulating public opinion.

The psychological mechanisms underlying «post-truth» include the tendency for people to confirm their ideas and distort facts, and to be influenced by emotions and subjective evaluations in decision-making. The influence of «post-truth» on public opinion and policy decisions can be important, especially in situations where low literacy or political passivity predispose people to believe false news.

To fight manipulation and false statements in politics, it is necessary to form and critical thinking of citizens, as well as to ensure access to reliable and objective information. It is also important to have an open dialogue between different social groups in order to reduce the influence of group prejudices on the formation of public opinion. Further research in the field of political psychology and the concept of «post-truth» should focus on studying the mechanisms underlying the formation of «post-truth», as well as on finding effective strategies to combat false statements in politics, it is also necessary to study how different forms of manipulation affect different social groups and their trust in political institutions.

Key words: «post-truth», concept, personality, public opinion, manipulation.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.18>

Агарков О.А.

д.політ.н., професор,
професор кафедри психології
Дніпровський гуманітарний університет

Актуальність теми дослідження. Останніми роками концепція «постправди» набуває більш широкого поширення у зв'язку з низкою подій у світовій політиці, таких як українсько-російська війна, вибори США у 2016 р., Brexit. Це показує, що думки та емоції людей можуть впливати на рішення, навіть коли вони не ґрунтуються на фактах. Таким чином, розуміння впливу «постправди» на психологію є надзвичайно важливим. Концепція «постправди» має велику актуальність, оскільки її вплив на політичні процеси у світі стає усе більш помітним. Переповнення інформації та соціальних

медіа створює унікальне середовище, у якому факти та істини можна ігнорувати на користь спотворених або помилкових тверджень. Це може призвести до збільшення соціальної напруги та недовіри до політичних інститутів, що, своєю чергою, може загрожувати демократичним цінностям та правовій державі.

Отже, вивчення концепції «постправди» має не лише наукове, а й практичне значення для суспільства та держави. Розуміння механізмів, що лежать в основі «постправди», може допомогти розробити ефективні стратегії боротьби з маніпуляціями та помилковими твердженнями.

нями у політиці, а також посилити критичне мислення та усвідомлення у суспільстві. Окрім того, концепція «постправди» також має значну динаміку наукового розвитку, оскільки це є результатом багатьох років роботи вчених у галузі соціальної психології, політології та комунікацій. Дослідження у цій галузі показують, що «постправда» може бути ефективним інструментом для маніпулювання громадською думкою та формування політичних рішень і що розуміння цієї концепції може допомогти суспільству більш свідомо сприймати інформацію, яку вона отримує. Таким чином, вивчення концепції «постправди» має високу актуальність та наукове значення у сучасному світі й може допомогти подолати проблеми, пов'язані з поширенням спотвореної та помилкової інформації в політиці.

Проблемна ситуація. Сьогодні майже неможливо уникнути політичних дискусій та суперечностей, особливо у соціальних мережах, де публікації, засновані на постправді, можуть набути популярності та впливати на громадську думку. Це призводить до того, що політичні процеси стають усе більш нестабільними та непередбачуваними. Розуміння психологічних механізмів, що лежать в основі «постправди», може допомогти розробити ефективні стратегії боротьби з маніпуляцією та помилковими заявами в політиці.

Ступінь наукового розроблення. Концепція «постправди» була введена в науковий обіг у 2010-х роках і відтоді стала широко розповсюдженою в академічних колах. Провідні дослідники в галузі психології, такі як Ш. Бедер [2], М. Хорн [10, с. 703–712], Дж. Гайдт [6] та ін., провели низку досліджень щодо розуміння впливу «постправди» на політичні процеси та громадські думки.

Ш. Бедер вивчає вплив «постправди» на рішення виборців у контексті президентських виборів США у 2016 р. Дослідження показало, що деякі виборці схильні вірити у помилкові заяви та подробиці, навіть якщо вони надаються фактами, які виявляються протилежними [2]. М. Хорн також виявив, що люди, як правило, вибирають факти, які відповідають власним переконанням, а не тим, що базуються на наукових даних [10, с. 703–712].

Дж. Гайдт аналізує, чому люди, які раціонально мислять та вірять у певні моральні цінності, можуть мати різні погляди на політику та релігію. Науковець досліджує роль емоцій та моральної психології у формуванні наших переконань і стверджує, що вони грають набагато важливішу роль, аніж логіка та розуміння фактів. Він розглядає поняття «постправди», тобто ситуацію, коли люди формують свої погляди на основі емоцій та переконань, а не на основі фактів. Дослідник вважає, що це явище може призвести до віддалення від об'єктив-

ності та зниження якості дискусій у громадському просторі [6].

Концепція «постправди» є відносно новою концепцією у галузі психології і в останні роки здобула широке визнання в науковій спільноті. Кілька досліджень, присвячених розумінню цієї концепції, описані нижче. М. Генстков ураховує роль емоцій та досвіду у формуванні думок людей. Дослідник указує, що емоції можуть мати суттєвий вплив на те, як люди сприймають факти, і що це може призвести до припущень, заснованих на рішеннях на основі рішень [5, с. 75–99].

Х. Фаулер вивчає роль соціальних медіа у формуванні громадської думки та впливу цих платформ на поширення «постправди». Автор указує на необхідність глибшого розуміння того, як соціальні медіа впливають на наше розуміння фактів та думок [3, с. 1015–1025]. С. Левітський розглядає різні аспекти концепції «постправди», включаючи причини її виникнення, механізми розповсюдження та які дії можуть сприяти боротьбі з постправдою [11].

Е. Хендерсон аналізує, як «постправда» може впливати на результати виборів. Вона вказує, що помилкові новини та неправильна інформація можуть призвести до того, що виборці голосуватимуть не за тих кандидатів, які найкраще відповідають їхнім інтересам, а за тих, хто обіцяє те, що вони хочуть почути [9, с. 460–473].

Незважаючи на те що дослідження на тему постправди все ще є відносно новим явищем, воно демонструє важливість розуміння цього феномену для психології та соціального життя взагалі. Наприклад, у своєму дослідженні А. Хана показала, що люди можуть приймати політичні рішення на основі своїх емоцій, а не фактів [7, с. 176–191]. Ще одне дослідження, проведене Б. Мойерс та ін. [14, с. 362–372], показало, що люди, які мають сильні емоційні реакції на певні політичні події, як правило, уважають свої погляди правильними, незважаючи на протилежні докази. Таким чином, розуміння поняття «постправди» та її впливу на психологію може допомогти політикам та населенню у цілому приймати більш обґрунтовані рішення та уникнути помилкових переконань. Однак, незважаючи на велику кількість досліджень щодо цієї концепції, вона все ще є новою і вимагає подальших досліджень.

Мета статті – проаналізувати концепцію «постправди» на особистість та виявити психологічні механізми, що лежать в основі «постправди».

Виходячи з мети дослідження, поставлено такі завдання:

1. провести аналіз теорій та досліджень, пов'язаних із концепцією «постправди»;
2. проаналізувати психологічні механізми, що лежать в основі «постправди»;

3. розглянути вплив «постправди» на громадську думку та політичні рішення;

4. описати можливі стратегії боротьби з маніпуляцією та помилковими твердженнями в політиці, які засновані на розумінні концепції «постправди».

Концепція «постправди» була введена в науковий обіг у 2010 р. у статті Д. Робертса в журналі «Економіст» [17]. Він описує ситуацію, коли емоції та особисті думки важливіші, ніж факти та об'єктивні дані щодо прийняття рішень та формування громадської думки. Термін «постправда» був вибраний терміном року в 2016 р. Оксфордським словником, який підтверджує важливість цієї концепції в сучасному суспільстві [16].

Було проведено багато досліджень у галузі психології, соціології та комунікацій, щоб зрозуміти механізми, що лежать в основі «постправди» та її впливу на громадську думку та політичні рішення. Наприклад, А. Ханна з колегами провели велике масштабне дослідження у США, Великобританії та Німеччині, щоб визначити чинники, що впливають на віру у помилкові новини. Вони виявили, що люди, схильні до політичної пасивності та низької громадської діяльності, найчастіше вірять у помилкові новини [7, с. 175–196].

Інші дослідження також звертають увагу на роль емоцій у формуванні «постправди». Деякі науковці у своїх працях довели, що емоційний стан людини може вплинути на те, як вона сприймає інформацію та які висновки вона робить із неї. Люди, які відчувають сильніші емоції, скоріше вірять в інформацію, яка відповідає їхньому емоційному стану [8, с. 1544–1563].

Також важливу роль у формуванні «постправди» відіграють соціальні чинники. Це може бути, наприклад, соціальна відповідність – схильність людей приймати поведінку та думки своєї соціальної групи. Окрім того, багато досліджень показують, що люди мають тенденцію до когнітивного економізму, тобто вони вважають за краще приймати рішення на основі меншої кількості інформації та використовувати стереотипи, а не проводити більш ретельний аналіз даних [12, с. 353–369].

Розуміння механізмів, що лежать в основі «постправди», може бути корисним для розроблення стратегій боротьби з маніпуляцією та помилковими твердженнями в політиці. Деякі із цих стратегій можуть включати підвищення інформаційної грамотності та критичного мислення серед населення, розвиток системи моніторингу інформації, а також збільшення прозорості соціальних медіа [13, с. 9–19].

Прояви «постправди» у сучасній політиці можна спостерігати на багатьох рівнях – від кампаній до формування міжнародних відносин. Типовим прикладом «постправди» у полі-

тиці є російсько-українська війна, коли в тому числі під впливом «постправди» Путіним було прийняте політичне рішення про початок повномасштабної війни проти України у 2014 р., яка продовжується і зараз, у 2023 р.

Одним із прикладів «постправди» є президентські вибори 2016 р. у США, де дезінформація та помилкові новини були широко поширеними. Дослідження показали, що більшість помилкових новин була пов'язана з кандидатом Дональдом Трампом і використовувалася для підвищення його популярності [8, с. 1544–1563].

Ще одним прикладом прояву «постправди» є Brexit. Під час кампанії за вихід Великобританії з Європейського Союзу було багато заяв та прогнозів, які згодом виявилися помилковими чи такими, які перебільшують певні факти. Наприклад, британський міністр фінансів Джордж Осборн попередив, що Brexit призведе до економічної кризи та втрати 500 тис робочих місць [1].

Інший приклад – вибори у США в 2020 р. Під час кампанії та після неї було багато заяв про шахрайство з голосуванням, незважаючи на те що не було виявлено суттєвих порушень закону [15]. Такі твердження можуть впливати на громадську думку та викликати невиправдані сумніви щодо законності виборів. Результатом цього став факт захоплення Капітолію у США в 2021 р. прихильниками Трампа. У всіх випадках можна спостерігати, як «постправда» може впливати на політичні процеси та рішення, засновані на емоціях та думках, а не на фактах та доказах. Це підкреслює важливість вивчення цієї концепції для розуміння сучасної політики.

Однією з головних причин появи «постправди» є сильний вплив емоцій на сприйняття інформації. Люди часто схильні вірити в те, що підтверджує їхні переконання та ідеї, а не в те, що може суперечити їм [12, с. 364]. Окрім того, наслідки соціальної відповідності та групового мислення відіграють важливу роль, що може призвести до прийняття помилкових тверджень як істинних, якщо вони повторюються у соціальному середовищі.

Це може статися через ефект когнітивного дисонансу, який виникає, коли нова інформація не відповідає існуючим переконанням. Щоб уникнути цього дисонансу, люди можуть відкинути нову інформацію та дотримуватися своїх старих переконань.

Окрім того, соціальна відповідність та групове мислення можуть призвести до прийняття помилкових тверджень як істинних, якщо вони повторюються у соціальному середовищі. Люди можуть підтримувати помилкові переконання, щоб відповідати очікуванням своєї соціальної групи, уникати конфліктів або просто отримати схвалення інших.

Ще одним чинником, який сприяє появі «постправди», є наявність когнітивних спотворень у мисленні людей. Наприклад, ефект упередженості, який передбачає, що люди, як правило, шукають та інтерпретують інформацію так, щоб вона підтверджувала їхні переконання, а не спростовувала їх. Це може призвести до того, що люди ігнорують факти, які суперечать їхнім переконанням, і вірять у помилкові заяви.

Таким чином, психологічні механізми, що лежать в основі «постправди», включають:

- вплив емоцій на сприйняття інформації. Емоційний стан може вплинути на те, як людина сприймає інформацію, стимулюючи її до того, що вона підтверджує свої існуючі переконання та ідеї, а не те, що може суперечити їм;

- вплив соціальної відповідності та групового мислення. Люди можуть сприймати помилкові твердження як правдиві, якщо вони повторюються в соціальному середовищі, де ці твердження стають частиною загальноприйнятої «істини»;

- вплив стереотипів та забобонів. Люди можуть включати прийняття інформації, яка відповідає їхнім стереотипам та забобонам, ігноруючи факти та дані, що суперечать цим переконанням;

- психологічну оборону. Люди можуть приймати помилкові твердження, щоб зберегти свою самооцінку або уникати незручних поглядів інших, що може призвести до зміцнення помилкових переконань;

- спотворення пам'яті. Люди можуть спотворити свою пам'ять, щоб підтвердити існуючі переконання, що може призвести до прийняття помилкових тверджень як справжніх.

Загалом психологічні механізми, що лежать в основі «постправди», пов'язані з тим, як люди сприймають, інтерпретують та пам'ятають інформацію на основі своїх уподобань, переконань та ідей, а не на фактах та даних. Розуміння цих механізмів може допомогти у боротьбі з маніпуляцією та помилковими твердженнями в політиці. Вплив «постправди» на громадську думку може бути суттєвим. Люди частіше вірять у помилкові твердження, які підтверджують їхні існуючі ідеї, ніж у правдиві дані, що суперечать цим ідеям. Це може призвести до формування негативного ставлення до певних груп людей або прийняття неправильних рішень у соціальній сфері, таких як політичні рішення. Це головний механізм впливу «постправди» на громадську думку та політичні рішення. Таким чином, «постправда» може мати суттєвий вплив на громадську думку та політичні рішення. Необхідно провести додаткові та глибші дослідження у цій галузі, щоб більш точно зрозуміти, як саме «постправда» впливає на людей та суспільство у цілому.

Проблема впливу «постправди» на громадську думку та політичні рішення є дуже актуальною і вимагає серйозного вивчення. У зв'язку з поширенням соціальних мереж та засобів масової інформації інформаційний потік став незрівнянно більшим, і багато людей стикаються з великою кількістю інформації, часто неточною та суперечливою. Один із головних впливів «постправди» на громадську думку – формування негативного ставлення до певних груп людей. Неправдиві твердження можуть створювати стереотипи, забобони та дискримінацію, які впливають на думку людей щодо цілих соціальних груп. Наприклад, поширення помилкової інформації про мігрантів може призвести до появи негативних стереотипів і до їх дискримінації в суспільстві.

Окрім того, «постправда» може вплинути на прийняття неправильних рішень у публічній сфері. Коли помилкова інформація дуже популярна, вона може стати ключовим аргументом у дебатах, міркуваннях та прийнятті рішень. Це може призвести до неправильних рішень, які не відповідатимуть реальності. Наприклад, якщо помилкова інформація про причини хвороби людей стане більш популярною, це може призвести до того, що уряд буде інвестувати в дослідження, які не мають наукової основи, тоді як фактичні причини будуть проігноровані.

Одним із можливих способів боротьби із впливом «постправди» може бути збільшення критичного мислення та інформування громадян, які зможуть проаналізувати інформацію та відокремити факти від помилкових тверджень. Важливо також підвищити рівень медіа та боротися з поширенням помилкових новин та маніпулятивної інформації.

Для політиків та державних органів також важливо усвідомлювати проблему «постправди» та розробити стратегії боротьби з маніпулятивними методами в політичній сфері. Це може включати підготовку політиків до критичного мислення та інформаційної грамотності, використання перевірених та надійних джерел інформації та проведення інформаційних кампаній, щоб запобігти поширенню помилкових тверджень. Загалом проблему «постправди» не слід ігнорувати, і необхідно розробити ефективні стратегії боротьби з нею. Це дасть змогу суспільству приймати більш розумні та свідомі рішення, а також захищати від маніпуляцій від тих, хто прагне використовувати неправдиву інформацію для досягнення своїх цілей.

Однією зі стратегій боротьби з маніпуляцією та помилковими твердженнями може бути підвищення інформаційної грамотності та критичного мислення серед населення. Цього можна досягти через освіту, підвищуючи усвідомлення громадськості про методи маніпулювання та підтвердження правдивості

інформації. Також може бути корисно створювати організації, які контролюватимуть інформацію та її прозорість. Наприклад, люди можуть навчитися розпізнавати помилкові новини, аналізувати джерела інформації та перевіряти факти.

Також може бути корисно створювати організації, які будуть контролювати та перевіряти інформацію. Ці організації можуть перевірити надійність заяв, що надходять від політиків та ЗМІ, та опублікувати результати свого дослідження для широкої громадськості. Це може допомогти людям сформуванню більш об'єктивну думку та приймати розумні рішення на основі фактів.

Також важливо створити прозорість у публічній сфері, наприклад відкрити доступ до інформації про фінансування політичних партій та кампаній, про ділові комунікації політиків та чиновників. Це може допомогти людям краще зрозуміти, хто фінансує політичні кампанії та як це може вплинути на політичні рішення.

Загалом боротьба з маніпуляцією та помилковими твердженнями в політиці вимагає інтегрованого підходу. Ключовим елементом є підвищення інформаційної грамотності та критичного мислення серед населення, а також створення організацій, які будуть контролювати прозорість фактів та прозорість у соціальній сфері.

Необхідність подальших досліджень у галузі психології та концепції «постправди» очевидна, оскільки це дасть змогу краще зрозуміти процеси, що лежать в основі формування громадської думки та прийняття політичних рішень. Деякі з можливих напрямів подальших досліджень у цій галузі можуть включати: вивчення соціальних та культурних чинників, що впливають на прийняття рішень та формування громадської думки, аналіз емоційних та когнітивних механізмів, що лежать в основі прийняття рішень та формування громадської думки, вивчення ефективності різних стратегій боротьби з маніпуляцією і помилковими заявами в політиці, вивчення зв'язку між психологією та реальними політичними рішеннями, аналіз ролі освіти та культури у формуванні критичного мислення та здатність відрізнити правдиву інформацію від помилкової.

Висновки. Концепція «постправди» є актуальною темою наукових досліджень, оскільки вона описує ситуацію, коли емоції та особисті думки важливіші, ніж факти та об'єктивні дані, під час прийняття рішень та формування громадської думки. «Постправда» проявляється у сучасній політиці шляхом розповсюдження помилкових тверджень та маніпуляцій із громадською думкою, що може призвести до непередбачуваних наслідків, включаючи загрози демократії та верховенству закону.

Психологічні механізми, що лежать в основі «постправди», включають тенденцію, коли люди підтверджують свої ідеї та спотворюють факти, а також схильні до впливу емоцій та суб'єктивних оцінок на прийняття рішень. Вплив «постправди» на громадську думку та політичні рішення може бути важливим, особливо в ситуаціях, коли низька грамотність чи політична пасивність сприяють вірі людей у помилкові новини.

Для боротьби з маніпуляцією та помилковими твердженнями в політиці необхідне формування критичного мислення громадян, а також забезпечення доступу до надійної та об'єктивної інформації. Важливо також вести відкритий діалог із різними соціальними групами, щоб зменшити вплив групових забобів на формування громадської думки. Подальші дослідження в галузі політичної психології та концепції «постправди» повинні зосередитися на вивченні механізмів, що лежать в основі формування «постправди», а також на пошуку ефективних стратегій боротьби з помилковими заявами в політиці; необхідно також вивчити, як різні форми маніпуляцій впливають на різні соціальні групи та їх довіру до політичних інститутів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. BBC News. Brexit could cost UK 500,000 jobs and £50bn by 2030, says George Osborne. URL: <https://www.bbc.com/news/business-36223570>.
2. Beder S. *Global Spin: The Corporate Assault on Environmentalism*. Scribe Publications, 2002. 287 p.
3. Fowler H. Post-Truth: A New Form of (Dis)information? *Journalism Practice*. 2018. Vol. 12. Issue 8. P. 1015–1025.
4. Gentzkow, M., & Shapiro, J.M. Ideological segregation online and offline. *The Quarterly Journal of Economics*. 2011. № 126(4). P. 1799–1839.
5. Gentzkow M. Strong Feelings, Weak Facts: The Psychological Politics of Post-Truth. *Political Psychology*. 2017. Vol. 38. Issue S1. P. 75–99.
6. Haidt J. *The Righteous Mind: Why Good People Are Divided by Politics and Religion*. Vintage Books, 2012. 448 p.
7. Hanna, A., Newman, B.J., Schwarz, N., & Presser, S. Divergent Consequences of Success and Failure in Public Opinion Polls. *Political Behavior*. 2019. № 41(1). P. 175–196. DOI: 10.1007/s11109-018-9477-2.
8. Han, H., Johnson, B.K., & Jang, J. Understanding the cognitive and motivational underpinnings of political fake news sharing on social media. *New Media & Society*. 2019. № 21(7). P. 1544–1563.
9. Henderson A. Post-Truth and Its Impact on Elections. *Journal of Elections, Public Opinion and Parties*. 2018. Vol. 28. Issue 4. P. 460–473.
10. Horne M. and Rosenthal A.J. Post-Truth Politics and the Social Sciences. *European Journal of Political Research*. 2017. Vol. 56. № 3. P. 703–712.
11. Levitsky S. *Post-Truth: How Bullshit Conquered the World*. Biteback Publishing, 2017. 160 p.

12. Lewandowsky, S., Ecker, U.K.H., & Cook, J. Beyond misinformation: Understanding and coping with the «post-truth» era. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*. 2017. № 6(4). P. 353–369.
13. McIntyre, L. The Scientific Attitude in the Post-Truth Age. *Journal of Microbiology & Biology Education*. 2019. № 20(2). P. 9–19.
14. Moyers, B., Han, H., & Knoll, M.A.Z. Beliefs about the news and knowledge of current events: A test of the «epistemic elite» hypothesis. *Journalism*. 2019. № 20(3). P. 362–372. DOI: 10.1177/1464884918767252.
15. New York Times. The Times Called Officials in Every State: No Evidence of Voter Fraud. <https://www.nytimes.com/2020/11/10/us/politics/voting-fraud.html>.
16. Oxford Dictionaries. 2016. Word of the Year 2016 is... post-truth. URL: <https://languages.oup.com/word-of-the-year/2016-post-truth/>.
17. Roberts, D. The truth is losing. *The Economist*. 2010. № 395(8681). P. 19–22.

САМООСВІТНЯ КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧИННИК ГОТОВНОСТІ ДО ІННОВАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КУРСАНТІВ-ПРАВООХОРОНЦІВ

SELF-EDUCATION COMPETENCE AS A PSYCHOLOGICAL FACTOR OF READINESS FOR INNOVATIVE ACTIVITIES OF LAW ENFORCEMENT CADETS

Метою статті є дослідження самоосвітньої компетентності як чинника готовності до інноваційної діяльності курсантів-правоохоронців. На підставі проведеного аналізу психолого-педагогічних досліджень щодо змісту самоосвітньої компетентності майбутніх поліцейських визначено самоосвітню компетентність як цілісний діючий стан особистості курсанта-правоохоронця, який базується на свідомому сприйнятті та вираженому інтересі до майбутньої професії поліцейського і характеризується наявністю потреби, вміннями та навичками самостійно здобувати знання, управляти самостійною діяльністю із застосуванням інноваційних та інформаційних технологій на підставі інтеграції когнітивних, організаційних здібностей та вольових якостей майбутнього правоохоронця.

Визначено структуру самоосвітньої компетентності майбутніх офіцерів поліції, що містить такі компоненти: мотиваційний, когнітивний, рефлексивний та операційний. У світлі наведеної вимоги в навчанні майбутніх поліцейських зростає роль однієї з форм інноваційного навчання – методу кейс-стаді, або методу ситуаційного навчання. Здобувачі вищої освіти на основі аналізу судової практики та результатів власної практичної діяльності самостійно формують проблеми правозастосування та створюють кейси. Зазначені пропозиції, на нашу думку, сприятимуть більш ефективному застосуванню технології інноваційного навчання і в кінцевому підсумку формуванню професійних компетенцій майбутніх правоохоронців.

У цілому ж використання методу кейсів сприяє розвитку у здобувачів вищої освіти умінь і навичок:

- формулювати проблему й аналізувати її;
- розробляти алгоритм вирішення практичної ситуації;
- формулювати та обґрунтовувати власну позицію;
- приймати рішення і процесуально оформляти їх з урахуванням особливостей конкретної ситуації, фактичних обставин і вимог законодавства.

На основі вищенаведеного можна зробити висновок, що самоосвітня компетентність майбутніх офіцерів поліції має свої особливості, які викликані специфікою їхньої професійної діяльності. Беззаперечним фактом є сприйняття професійної діяльності як відповідного чинника становлення особистості майбутнього фахівця та одночасно є показником успішності її професійно-особистісного розвитку.

Ключові слова: самоосвітня компетентність, інноваційна діяльність, метод кейс-стаді, компетентнісний підхід.

The purpose of the article is the study of self-educational competence as a factor of readiness for innovative activities of law enforcement cadets. On the basis of the analysis of psychological and pedagogical research on the content of self-educational competence of future police officers, self-educational competence is defined as a holistic active state of the personality of a law enforcement officer cadet, which is based on conscious perception and expressed interest in the future profession of a police officer and is characterized by the presence of the need, abilities and skills to independently acquire knowledge, manage independent activity with the use of innovative and information technologies based on the integration of cognitive, organizational abilities and strong-willed qualities of the future law enforcement officer.

The structure of self-educational competence of future police officers is defined, which includes the following components: motivational, cognitive, reflective and operational.

In the light of the above requirement, the role of one of the forms of innovative training – the case study method, or the method of situational training – is growing in the training of future police officers. Graduates of higher education independently formulate law enforcement problems and create cases based on the analysis of judicial practice and the results of their own practical activities. In our opinion, these proposals will contribute to more effective application of innovative training technology and, ultimately, to the formation of professional competencies of future law enforcement officers.

In general, the use of the case method contributes to the development of abilities and skills of students of higher education:

- formulate the problem and analyze it;
- to develop an algorithm for solving a practical situation;
- formulate and justify one's own position;
- to make decisions and procedurally formalize them taking into account the specifics of a specific situation, actual circumstances and legislative requirements.

Based on the above, it can be concluded that the self-educational competence of future police officers has its own characteristics, which are caused by the specifics of their professional activity. It is an indisputable fact that professional activity is perceived as a leading factor in the formation of the personality of a future specialist, and is an integral part of professional and at the same time an indicator of the success of its professional and personal development.

Key words: self-education competence, innovative activity, case study method, competence approach.

УДК 378.6.:351.741 (477)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.19>

Волюйко О.М.

к.психол.н.,
старший викладач кафедри юридичної психології
Національна академія внутрішніх справ

Постановка проблеми та її актуальність. Основним джерелом сучасного прогресу виступає внутрішній розвиток особистості, можливість її самовдосконалення, продукування знань, здатних змінити не лише навколишній світ, а й, що набагато важливіше, оточуючих людей і себе самого. Керівні документи освітньої системи України відображають положення, у змісті яких необхідним є: безперервне підвищення якості освіти, оновлення її змісту та форм організації освітнього процесу; запровадження освітніх інновацій, що зумовили і сформуvalи стратегію компетентнісного підходу до освіти, визначили проблеми і перспективи його реалізації. Даний підхід дає змогу з'єднати цілі освіти та професійну діяльність, перейти від відтворення знання до його застосування та організації професійної діяльності, зорієнтуватися на нескінченну різноманітність професійних ситуацій; створення науково-методичного забезпечення; інтеграції вітчизняної освіти до європейського та світового просторів.

Проблеми формування здатності і готовності до безперервної освіти майбутнього офіцера поліції набувають особливого значення як психологічного чинника готовності до інноваційної діяльності. Тому самоосвіта майбутнього правоохоронця – це цілеспрямована діяльність з удосконалення вже набутих знань і набуття нових психолого-педагогічних, загальнокультурних, методичних та спеціальних знань із метою самовдосконалення в професійному плані. Розвиток здатності до самоосвіти в сучасному суспільстві набуває особливої актуальності.

Особливості професійної підготовки майбутніх офіцерів поліції актуалізують такі вимоги, як:

- високий рівень правових знань і спеціальної підготовки;
- здатність до комунікативності;
- особиста дисциплінованість і почуття підвищеної відповідальності за виконання поставлених завдань;
- високий рівень сформованості ключових, професійних та спеціальних компетентностей.

Важливість самоосвітніх умінь і навичок для офіцера поліції зумовлена завданнями та специфікою його професійної діяльності, тому вагомим значення для виконання професійних функцій майбутніми офіцерами поліції набуває самоосвітня компетентність як психологічний чинник готовності до інноваційної діяльності.

Стан розробленості проблеми. Інтерес до проблеми самоосвіти суб'єктів педагогічного процесу у науковій думці представлено численними дослідженнями. Окремі аспекти соціально-професійного становлення працівників правоохоронних органів розглядалися

в роботах О. Скакун, С. Сливки, М. Ковалю, О. Шмоткіна та ін.

Психолого-педагогічному аналізу різних аспектів підготовки працівників поліції до правоохоронної діяльності присвячено праці О. Діденка, В. Зеленого, Д. Кобзіна, М. Козяра, М. Костицького, О. Назарова, В. Медведєва, І. Платонова, В. Примака, О. Тімченка, О. Тогочинського, В. Толубка, Г. Юхновця, Г. Яворської, С. Яковенка та ін.

Мета статті полягає у визначенні сутності і структури самоосвітньої компетентності як психологічного чинника готовності до інноваційної діяльності курсантів-правоохоронців.

Виклад основного матеріалу. Спираючись на акмеологічну концепцію Е. Зеєра, можна стверджувати, що формування компетентності майбутнього фахівця є невіддільним етапом процесу професіоналізації. Науковець називає процес формування самоосвітньої компетентності «життєвим шляхом» фахівця і виокремлює у ньому певні стадії:

- перша стадія – вибір майбутньої професії з урахуванням особистісних індивідуальних прагнень, нахилів, мотивів;
- друга стадія – формування системи знань, умінь та навичок професійного характеру;
- третя стадія пов'язана з первинним входженням у професію, першим засвоєнням соціальної ролі майбутньої професії, початковим самовизначенням у ній, первинним формуванням професійного досвіду;
- четверта стадія полягає у формуванні професійної позиції фахівця, інтеграції особистісних та професійних якостей у єдине ціле, готовності до виконання професійних обов'язків;
- п'ята стадія – формування самоосвітньої компетентності, реалізація особистості в професійній діяльності [10, с. 81].

Основними шляхами, реалізація яких в освітньому процесі сприятиме результативній та ефективній підготовці майбутніх офіцерів поліції, варто визначити такі:

- побудову освітнього процесу на засадах компетентнісного підходу;
- посилення професійної спрямованості підготовки здобувачів вищої освіти на основі проектного моделювання предметного і соціального змісту майбутньої професійної діяльності;
- підготовку майбутніх офіцерів на основі принципів діалогічності, вибору конкретних ситуацій; використання сучасної системи моніторингу процесу професійного становлення майбутніх фахівців [5].

Сучасний ринок праці свідчить про те, що лише компетентні, самоорганізовані й ініціативні фахівці, здатні самовдосконалюватися як у професійному, так і в особистісному плані, є конкурентоспроможними.

Набуття компетентності можливе як під керівництвом досвідчених фахівців, так і під час самостійного пошуку знань у процесі самоосвітньої діяльності. Цьому сприяє впровадження та дотримання положень компетентнісного підходу в освітню систему, одним з основних завдань якої є формування здатності до самоосвіти (тобто навчитись учитися, самостійно вирішувати проблеми в різних сферах і видах діяльності), а організаційним боком освітнього процесу є навчальна самостійна діяльність (створення умов для формування досвіду самостійного розв'язання особистісних та професійних проблем).

За умови безпосереднього зв'язку освітнього процесу із самостійною діяльністю результат такого процесу матиме свою специфіку. Тому що існує діалектична залежність між суспільною потребою у належній професійній підготовці висококваліфікованих фахівців поліції та недостатнім рівнем розробленості педагогічних і методичних засад її забезпечення.

Ретельний аналіз стану практики підготовки майбутніх офіцерів поліції свідчить про наявність певних проблем. Так, опитування серед випускників вищих навчальних закладів [4] дають змогу зробити висновок, що у діяльності молодих офіцерів найбільш суттєвими перешкодами були:

- недостатньо сформовані практичні вміння з управління підрозділом у повсякденній діяльності;
- нерішучість у кваліфікованому застосуванні професійних знань із різних галузей у службово-бойовій діяльності;
- недостатньо сформовані професійні вміння щодо організації службово-бойової діяльності підрозділу, цілепокладання, планування, оцінки результатів;
- слабкі вміння організувати й проводити бойову та спеціальну підготовку підрозділу;
- недостатньо сформовані практичні вміння керувати діями підрозділу з виконання службових завдань;
- недостатньо сформовані практичні вміння організувати дії підрозділу за надзвичайних обставин;
- недостатні психолого-педагогічні вміння організації та проведення виховної роботи з підлеглими.

Ураховуючи вище подане, можна виокремити такі ключові аспекти професійної діяльності майбутніх офіцерів поліції:

- соціальний (профілактично-виховний) – відображає політичний аспект діяльності працівника правоохоронних органів та містить профілактичні заходи (правову пропаганду, участь у перевихованні злочинця для повернення його до соціальної норми поведінки);
- пошуковий (пізнавальний) – передбачає збирання вихідної інформації, необхідної для

виконання професійних завдань (діяльність є найбільш характерною для слідчих і працівників оперативних підрозділів);

- реконструктивний – вимагає здійснення поточного та завершального аналізу всієї зібраної інформації щодо справи і визрівання на базі її синтезу, аналізу та спеціальних знань робочих версій; планування роботи;
- комунікативний – полягає в отриманні необхідної інформації у процесі спілкування (особливий вияв має під час проведення допитів або опитування свідків, а також у діяльності оперативних працівників);
- організаційний – забезпечує вияв вольових дій щодо реалізації і перевірки робочих версій та планів (характеризується самоорганізованістю та організацією людей у групах) [11, с. 225].

У світлі наведеної вимоги в навчанні майбутніх поліцейських зростає роль однієї з форм інноваційного навчання – методу кейс-стаді, або методу ситуаційного навчання. Подібний висновок впливає вже із самого визначення поняття «кейс», яке в одному зі своїх значень трактується як «реальний випадок, за якого розбираються теоретичні ідеї» (від англ. case – обставини, випадок, справа) [6].

Класичне, найбільш детальне визначення методу кейс-стаді було дано представниками Гарвардського університету, де, власне, названий метод і був уперше застосований для навчання юристів.

Метод конкретних ситуацій, таким чином, включає спеціально підготовлені навчальні матеріали та спеціальні технології використання цих матеріалів у навчальному процесі. Таким чином, метод кейсів – інноваційна форма проведення занять, за допомогою яких використовуються реальні (або наближені до реальних) ситуації з метою аналізу їх здобувачами вищої освіти та вибору найбільш правильного і (або) оптимального рішення.

Передусім, використання методу кейс-стаді сприяє формуванню у здобувачів вищої освіти практичних навичок за рішенням ситуацій, які постійно виникають у ході їхньої професійної діяльності. Використання цього методу сприяє розвитку аналітичних, практичних, комунікативних, творчих навичок, навичок самоаналізу та ін. При цьому навчання з використанням методу кейсів позитивно сприймається самими здобувачами вищої освіти, які розглядають рішення кейса, з одного боку, як гру, з іншого – як можливість застосувати отримані знання на практиці, оскільки ситуації, аналізовані в рамках кейса, беруться з реального життя, судової практики або власної практичної діяльності здобувача вищої освіти або викладача.

Кейси розподіляються за обсягом, форматом, глибиною необхідного рішення. Так, із

метою використання в навчальному процесі традиційно виділяються три типи кейсів: практичні, навчальні та науково-дослідні.

Практичні кейси відображають абсолютно реальні життєві ситуації й аналіз якого-небудь документа або сукупності документів (позовної заяви, клопотань, судових актів і т. п.). Як зазначає Б.Є. Андюсев, метою практичного кейсу «є відпрацювання навичок заломлення навчальних, предметних знань і вмінь у професійно-діяльній простір реального життя» [6].

Навчальні кейси відображають типові ситуації, які найчастіше зустрічаються в житті і з якими може зіткнутися майбутній поліцейський у процесі професійної діяльності, їм властива «сукупність із найбільш важливих і правдивих життєвих деталей». Такі кейси застосовуються з метою навчання здобувачів вищої освіти узагальнень, переносу приватних знань і вмінь вирішувати конкретні справи та типові ситуації, які виникають у повсякденній практичній діяльності правоохоронця.

Нарешті, кейси науково-дослідні виступають «моделлю» для отримання нового знання про ситуації і поведінку в ній. Такі кейси орієнтовані на здійснення наукового дослідження та оформлення його результатів. Науково-дослідні кейси доцільно застосовувати для підготовки проектів окремими здобувачами вищої освіти або групою майбутніх правоохоронців. При цьому інформацію, отриману в ході виконання науково-дослідного кейса, у подальшому можна буде використовувати для підготовки інших кейсів.

Ілюстративні ситуації (бліц-ситуації) орієнтовані на вироблення вміння виявляти проблему кейса, задавати питання по суті, розробляти алгоритм вирішення запропонованої ситуації. Такі ситуації можуть використовуватися як приклади як на лекційному занятті для закріплення вивченого теоретичного матеріалу, так і для перевірки ступеня засвоєння відповідного матеріалу здобувачами вищої освіти.

Нормативні ситуації мають певні параметри, «нормативи», що дають змогу провести аналіз, застосувати відповідну норму права і сформулювати однозначну відповідь.

Оскільки нормативна ситуація призначена, передусім, для контролю знань, вона може стримати деяку надмірність інформації, відсутність чіткого формулювання проблеми і конкретного питання (наприклад: «проаналізуйте ситуацію», «вирішите справу» замість чіткої постановки питання). Окрім того, у такому типі завдань можлива неочевидність алгоритму, необхідного для вирішення ситуації.

Функціональні ситуації характеризуються суперечливістю інформації, необхідністю детального аналізу як обставин справи, так

і застосовуваних норм права, можливістю формулювання альтернативних рішень. Особлива увага тут приділяється аргументації і ступеню доказового вибраного рішення.

Нарешті, стратегічні ситуації, як правило, не мають однозначного рішення через безліч суперечливих фактів і недостатність інформації, необхідної для вирішення кейса. Це найбільш складні ситуації, що вимагають не лише теоретичних знань, а й аналітичних навичок, творчого підходу і, можливо, нестандартного мислення.

Складні для вирішення стратегічні кейси найбільш ефективно дають змогу формувати професійні компетенції майбутніх правоохоронців. Однак слід пам'ятати, що використання подібних кейсів можливо після завершення кількох тем або блоків (модулів) дисципліни, коли здобувачі вищої освіти вже мають достатній рівень знань і навичок, які дають змогу зібрати, систематизувати необхідну інформацію, здійснити правовий аналіз ситуації і сформулювати висновки. Окрім того, саме стратегічні ситуації можуть бути покладені в основу ділових ігор.

Здобувачі вищої освіти самостійно або в ході обговорення у малій групі повинні самі визначити, яка проблема описана в кейсі, і сформулювати питання, які потребують відповіді під час аналізу конкретної ситуації. У разі необхідності викладач може скорегувати запропоновані курсантами питання і допомогти у формулюванні алгоритму аналізу кейса. Окрім того, здобувачі вищої освіти на основі аналізу судової практики та результатів власної практичної діяльності самостійно формулюють проблеми правозастосування та створюють кейси. Зазначені пропозиції, на нашу думку, сприятимуть більш ефективному застосуванню технології інноваційного навчання і в кінцевому підсумку формуванню професійних компетенцій майбутніх правоохоронців.

У цілому ж використання методу кейсів сприяє розвитку у здобувачів вищої освіти вмінь і навичок:

- формулювати проблему та аналізувати її;
- розробляти алгоритм вирішення практичної ситуації;
- формулювати й обґрунтовувати власну позицію;
- приймати рішення і процесуально оформляти їх з урахуванням особливостей конкретної ситуації, фактичних обставин і вимог законодавства.

На основі вищенаведеного можна зробити висновок, що самоосвітня компетентність майбутніх офіцерів поліції має свої особливості, які викликані специфікою їхньої професійної діяльності. Беззаперечним фактом є сприйняття професійної діяльності як провідного чинника становлення особистості майбутнього

фахівця та водночас є показником успішності її професійно-особистісного розвитку.

Структуру самоосвітньої компетентності майбутніх офіцерів поліції можна представити як цілісний інтегративний конструкт, що містить такі компоненти: мотиваційний, когнітивний, рефлексивний та операційний:

- мотиваційний – характеризує відношення майбутніх фахівців до професійної діяльності;
- когнітивний – передбачає оволодіння знаннями щодо самоосвіти, а також готовність до безперервної самоосвіти протягом життя;
- операційний – характеризує оволодіння вміннями та навичками щодо організації та управління самоосвітою, застосування результатів самоосвітньої діяльності у ситуаціях, подібних до професійної діяльності;
- рефлексивний – включає здійснення оцінки та самооцінки дієвості курсантів на всіх етапах самоосвітнього процесу [8, с. 117].

У дослідженні проблеми формування самоосвітньої компетентності майбутніх офіцерів поліції важлива роль належить обґрунтуванню її компонентів.

Для обґрунтування мотиваційного компонента важливо визначити специфіку мотиваційного супроводу процесу формування самоосвітньої компетентності майбутніх офіцерів, а також особистісного підходу до професійної спрямованості, функціональності, ситуативності. Мотиваційний компонент являє собою психологічну основу сформованості самоосвітньої компетентності майбутніх офіцерів поліції. Його зміст передбачає усвідомлення курсантом соціальної та особистісної значущості безперервної професійної освіти та самоосвіти, позитивне відношення до самоосвітньої діяльності, наявність мотивів та потреб для її здійснення, прийняття особистісного та професійного самовдосконалення [7, с. 98].

Багатьма дослідниками мотиваційний компонент розглядається як важливий елемент компетентності, оскільки самоосвіта має характер добровільної та особистісно значущої діяльності. Основні функції цього компонента – спонукальна, мотивуюча та ціннісно-орієнтуюча.

Аналізуючи самоосвітню компетентність майбутніх офіцерів поліції, нами виділено когнітивний компонент, що становить сукупність знань курсанта правоохоронця про сутність та зміст безперервної освіти та самоосвітньої діяльності, особливостей її організації (норм діяльності), а також уявлень про себе та свої індивідуальні особливості як суб'єкта пізнавальної та професійно-педагогічної діяльності. Із когнітивним компонентом самоосвітньої компетентності тісно пов'язані операційний та рефлексивний. Вони забезпечують здатність до комплексного застосування знань та вмінь під час розв'язання завдань професійної

самоосвіти, включаючи рефлексивну оцінку своєї діяльності.

Операційний компонент передбачає управління процесом самоосвіти від усвідомлення потреби, формулювання мети до здійснення самоконтролю отриманих результатів [3, с. 86].

Процес формування самоосвітньої компетентності майбутніх офіцерів поліції доцільно представити у вигляді окремих етапів: адаптаційного; накопичення досвіду; власне самоосвіти. Реалізація процесу формування самоосвітньої компетентності майбутніх офіцерів поліції передбачає поступовий рух майбутніх фахівців від спроб і досягнень епізодичного характеру до вироблення відповідної їх системи.

Основною метою першого етапу (адаптації) є актуалізація мотивів і пошук необхідності та смислу у самоосвіті, поява інтересу до самоосвіти як до нового ресурсу розвитку та конкурентоспроможності, пошук та побудова власної системи. Формування такого досвіду розпочинається з елементарних спроб самостійного формулювання мети своїх намірів та дій, які в подальшому перетворюються на цільову систему фахівця. Основними та поширеними засобами актуалізації мотивів є життєві та професійні проблеми, суб'єктивні відчуття в результаті певних життєвих колізій, реалізація вільного вибору завдань, оцінки своєї готовності до вибору такого завдання [2, с. 184].

Наступний етап (накопичення досвіду) полягає у вдосконаленні досвіду самоосвіти за рахунок ускладнення завдань, їх диференціації, різнопланового моделювання ситуацій [9, с. 32].

Третій етап – власне самоосвіта – передбачає становлення значущості самоосвіти. Самоосвітня діяльність стає домінуючою, а також невід'ємним атрибутом способу життя. Так, самоосвітня компетентність є одним із виявів соціальної та професійної зрілості особистості, що має особливе значення в умовах переходу до інформаційного суспільства.

Висновки. Отже, самоосвітня компетентність майбутнього офіцера поліції – це його інтегративна особистісна властивість, яка забезпечується емоційно-ціннісним ставленням до саморозвитку та самоосвітньої діяльності, системою знань про її планування та реалізацію, про способи самовиховання; суб'єктно-особистісним досвідом продуктивного розв'язання проблем розвитку, розроблення і реалізації моделей підготовки курсантів до самоосвітньої діяльності; готовністю до безперервного саморозвитку якостей професіонала, самовдосконалення, самоосвіти у сфері майбутньої професії офіцера. Сьогодні можна спостерігати яскраве протиріччя між зростанням інформаційних потоків, швидкі-

стю розповсюдження інформації та обмеженими можливостями засвоювати та обробляти її лише у межах навчального процесу. Тому самоосвітня компетентність як психологічний чинник готовності до інноваційної діяльності майбутніх офіцерів поліції ґрунтується на досвіді самоосвітньої діяльності, на прагненні збільшити особистий освітній потенціал, підвищити конкурентоздатність, реалізувати індивідуальні захоплення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Про затвердження Положення про патрульну службу МВС : Наказ МВС України від 02.07.2015 № 796. URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/z0777-15> (дата звернення: 23.12.2022).
2. Андрушко Я. Психологічні аспекти формування особистості майбутнього працівника органів внутрішніх справ. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2014. № 4. С. 179–188.
3. Бондаренко В.В. Компоненти професійної компетентності працівників підрозділів патрульної служби Національної поліції України. *Юридична психологія*. 2016. № 2(19). С. 81–88.
4. Гарасимів Т.З. Шляхи формування компетентного працівника ОВС у контексті розвитку громадянського суспільства. URL: http://textbook.news/ekonomika-predpriyatiya_826/podgotovka-kadrov (дата звернення: 25.12.2022).
5. Заблоцька О.С. Компетентнісний підхід як освітня інновація: порівняльний аналіз. *Вісник Житомирського державного університету. Педагогічні науки*. 2008. Вип. 40. С. 63–68.
6. Сурмін Ю.П. Кейс-метод: становлення та розвиток в Україні. *Вісник Національної академії державного управління при Президентові України*. 2015. № 2. С. 19–28. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadu_2015_2_5. (дата звернення: 25.12.2022).
7. Івашкевич І.В. Психодіагностичний інструментарій дослідження мотиваційно-цільового та когнітивного компонентів професійної компетентності юриста. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2015. Т. 3. Вип. 2(37). С. 97–106.
8. Лінник А.О. Психологічні детермінанти криз професійного становлення працівників патрульної поліції. *Психологічні засади забезпечення службової діяльності працівників правоохоронних органів* : матеріали круглого столу. Кривий Ріг, 2017. С. 144–148.
9. Наливайко Л.П. Трансформація державної освітньої політики в Україні в умовах євроінтеграції. *Право і суспільство*. 2015. № 3. Ч. 3. С. 31–36.
10. Підгірний О.В. Зміст і структура самоосвітньої компетентності вчителя фізичної культури. *Інноваційна педагогіка*. 2020. Вип. 23. Т. 2. С. 81–85.
11. Топчій О.В. Гуманістичні аспекти професійної освіти як основа моделювання процесу підготовки слідчих у вищих навчальних закладах Міністерства внутрішніх справ України. *Наукові записки Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка*. 2011. № 99. С. 223–230.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ У ЗОНІ ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF MILITARY PERSONNEL IN A COMBAT AREA

У статті розглянуто питання психологічного супроводу військовослужбовців у зоні ведення бойових дій. Актуальність даної теми неможливо оцінити, тому що мільйони українців стали на захист своєї Батьківщини, проходячи виснажні та тяжкі бої, і психологічний супровід стає однією з основ підтримки військових. Досліджено важливість психологічного супроводу для збереження фізичного та психічного здоров'я військовослужбовців та ефективності їхньої бойової діяльності.

Описано психологічні ризики, з якими стикаються військовослужбовці під час бойових дій, такі як стрес, травматичні події, втрата товаришів по зброї, емоційна виснаженість та депресія. Розглянуто можливі наслідки невідповідного психологічного супроводу, такі як збільшення відсотку психічних захворювань та суїцидів серед військовослужбовців.

Розглянуто методи та підходи до психологічного супроводу військовослужбовців. Це включає психологічне навчання, консультування, психотерапію, групову підтримку та інші форми допомоги. Наголошено на важливості індивідуального підходу до кожного військовослужбовця, оскільки кожна ситуація є унікальною, а потреби та проблеми військовослужбовців можуть відрізнятися.

Описано роль психологічного супроводу у профілактиці психологічних проблем серед військовослужбовців та після повернення з бойових дій. Наголошено на важливості психологічної підготовки до військової служби та допомоги у зворотній адаптації до мирного життя. Це допоможе зберегти їхнє фізичне та психічне здоров'я, підвищити ефективність та знизити ризик розвитку психічних проблем. Важливою є не лише психологічна допомога, а й попередження психологічних проблем шляхом психологічної підготовки та профілактичної роботи. Отже, психологічний супровід є важливим елементом військової служби, який потребує належної уваги та фінансування з боку військової влади.

Ключові слова: психологічний супровід, бойовий стрес, морально-психологічний стан, військовослужбовці, бойові дії, війна, екстремальні ситуації.

In the article, we consider the issue of psychological support of military personnel in the combat zone. The relevance of this topic cannot be overestimated, because millions of Ukrainians stood up for the defense of their Motherland, going through exhausting and difficult battles, psychological support becomes one of the bases of military support. We will investigate the importance of psychological support for maintaining the physical and mental health of servicemen and the effectiveness of their combat activities.

The article describes the psychological risks that military personnel face during combat, such as stress, traumatic events, loss of comrades-in-arms, emotional exhaustion, and depression. It also examines the possible consequences of inadequate psychological support, such as an increase in the percentage of mental illness and suicide among military personnel.

The article also examines methods and approaches to the psychological support of military personnel. This includes psychological training, counselling, psychotherapy, group support and other forms of assistance. The article emphasizes the importance of an individual approach to each service member, as each situation is unique, and the needs and problems of service members may differ.

In addition, the article describes the role of psychological support in the prevention of psychological problems among military personnel and after returning from combat operations. She emphasizes the importance of psychological preparation for military service and assistance in re-adaptation to peaceful life. This will help preserve their physical and mental health, increase their efficiency and reduce the risk of developing mental problems. It is important not only to provide psychological help, but also to prevent psychological problems through psychological training and preventive work. Therefore, psychological support is an important element of military service that needs proper attention and funding from the military authorities.

Key words: psychological support, combat stress, moral and psychological state, military personnel, combat operations, war, extreme situations.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.20>

Гачак-Величко Л.А.

к.юрид.н., доцент,
доцент кафедри поведінкових наук
та військового лідерства
Національна академія сухопутних
військ імені Петра Сагайдачного

Вступ. Сьогодні в умовах війни та конфліктів різного рівня на протязі довгих періодів часу військовослужбовці перебувають в особливих психологічних умовах, які можуть призвести до розвитку посттравматичного стресового розладу, депресії, тривожних станів та інших психічних порушень. Отже, актуальність проблеми психологічного супроводу військовослужбовців у зоні ведення бойових дій є надзвичайно важливою, оскільки від їхнього психічного здоров'я залежить як їхнє особисте благополуччя, так і ефективність виконання покладених на них завдань. Дослі-

дження психологічного супроводу військовослужбовців є необхідним для розуміння особливостей формування психологічного стану військовослужбовців в умовах війни та конфліктів, а також розроблення та впровадження ефективних методів психологічної підтримки військовослужбовців.

Виклад основного матеріалу. Кожна війна таїть загрозу не лише очевидних і миттєвих наслідків. Страшне її відлуння. У неї важко входити, але ще важче виходити. Особливо для тих, хто пройшов крізь пекло боїв, обстрілів, смерть товаришів...

Замість героїчних спогадів у чималій кількості учасників війни виникають соціально-психологічні розлади – від фізичних травм та ушкоджень до спершу непомітних, але вкрай небезпечних патологій, що виявлять себе лише згодом, у цивільному житті.

Зміна психічного статусу військовослужбовців у бойових діях включає бойовий стрес (перший прояв дезадаптації), бойову втому та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), а також реактивні стани – найважчу форму бойової психопатії.

Аналіз наукової літератури стосовно розвитку у ветеранів війн та локальних збройних конфліктів посттравматичних стресових порушень свідчить, що ПТСР становлять від 10% до 50% усіх медичних наслідків бойових дій. Ними сьогодні страждають 29–45% ветеранів Другої світової війни, 25–30% американських ветеранів в'єтнамської війни. Серед осіб, які отримали поранення, ПТСР досягають 42%. На превеликий жаль, дослідники прогнозують, що після закінчення російсько-української війни ПТСР може перевищувати норму через швидку інтенсивність боїв та жорсткість нашого ворога [5].

Бойовий стрес і бойова втома є основними нормальними реакціями на аномальний стрес під час бойових дій. У воєнний час люди перебувають у постійному фізичному стресі (наприклад, недоїдання, перепади температур, відсутність належної особистої гігієни тощо) та психологічному стресі (наприклад, постійна небезпека, пильність щодо можливих саморобних вибухових пристроїв чи снайперів або жертв чи смертей). І зрозуміло, що більшість із них так чи інакше відреагує. Ці реакції зазвичай проявляються як сильний страх (наприклад, інтенсивна реакція на гучні звуки), підвищена пильність (боксер завжди напоготові та готовий до дії), кошмари/жах, дратівливість, труднощі зі сном тощо. Хоча все це звучить негативно, деякі із цих реакцій вважаються адаптивними, включаючи надмірний страх і підвищену пильність, а також інші реакції на бойовий стрес, такі як зростання фізичної сили, збільшення витривалості, відчуття власної компетентності тощо (тобто не всі стресові реакції є негативними).

«Бойова і оперативна стресова реакція» (БСР) – це загальний термін, що охоплює всі можливі реакції військового персоналу на бойові умови. Термін «бойова втома» (БВ) використовується для опису будь-якої реакції на стрес, пов'язаної з бойовими діями, яка потребує лікування. Більшість, що демонструє емоційні або ознаки та симптоми психологічних розладів, не є психічно хворими, а скоріше вони намагаються подолати незвичний стрес військових дій [7].

Важливу роль відіграє здатність самого військовослужбовця та його найближчого

оточення (переважно командирів, лікарів, психологів) адекватно оцінити стан людини, розпізнати симптоми, що свідчать про розвиток стресу. БСР спочатку проявляється як нездатність особи виконувати свої безпосередні службові обов'язки. Серед найхарактерніших ознак слід звернути увагу на залишення поля бою, прогули без пояснень тощо. Учасники бойових дій, у яких розвивається бойова втома, мають високий ризик рецидиву, тому чим швидше буде надана допомога, тим більше шансів на одужання. У таких випадках психологічні чинники (особистісні особливості людини) можуть затримати або ускладнити одужання. Будь-яка поведінка солдата, яка протягом тривалого часу відрізняється від його попередніх звичок, може бути першою ознакою та симптомом бойового стресу. Не обов'язково запам'ятовувати всі можливі ознаки і симптоми БСР для своєчасної діагностики, корисніше запам'ятати просте правило: знайте своїх хлопців і будьте готовими помітити будь-які раптові, тривалі чи прогресуючі зміни в їхній поведінці, які несуть якусь загрозу безпеці та функціонуванню вашого підрозділу.

Бойова втома може бути класифікована як легка або важка. Допомога залежатиме від вираженості симптомів і тактичної ситуації. Незначна БВ – мінімальна, незначна функціональна недостатність, симптоми наявні, але істотно не впливають на виконання безпосередніх обов'язків, скарги більш суб'єктивні, ніж об'єктивні, а тактична обстановка дає змогу залишити бійця. Важка БВ – явні порушення або тактичні ситуації, що впливають на виконання прямих обов'язків, не дають змоги залишатися в підрозділі [5].

В умовах сучасної війни рашисти, не отримавши перемогу військовим шляхом, активно шукають лазівки для знищення українського духу, створення сварок та роз'єднання єдності, щоб ослабити наше суспільство й особливо військових, що спричинить слабкість на фронті. Для проведення заходів інформаційно-психологічного впливу щодо підризу морально-психологічного стану (МПС) наших військ Російська Федерація використовує широкий арсенал форм, де наявні два нерозривно зв'язані між собою напрями: інформаційний і психологічний.

Основні форми інформаційного впливу на підрозділи Збройних сил України:

1. Друкована пропаганда – форма інформаційного впливу на опонента шляхом розповсюдження друкованої продукції у вигляді листівок, газет, малюнків, листів, пов'язок із гаслами, ворожою символікою тощо з метою зниження МПС.

2. Усна пропаганда – форма інформаційного впливу на іншу сторону через:

– спосіб запису різних повідомлень і процедур, що передаються за допомогою гучномовного обладнання (труба, мегафон);

– встановлення зв'язків та проведення індивідуальних (групових) обговорень щодо зниження бойової активності, відмови від виконання бойових завдань, дезертирства та схильності до капітуляції.

3. Радіопропаганда – форма інформаційного впливу на війська противника шляхом трансляції спеціальних радіопрограм через військові та цивільні радіопередавачі, а також засобами військового радіозв'язку в мережі оперативного управління і канали зв'язку.

4. Телевізійна пропаганда. У ході бойових дій в Україні важливим засобом інформаційного впливу росіян на військовослужбовців та цивільне населення виступає телебачення. Із цією метою бойовикам удалося мобілізувати під свої прапори російських та іноземних телевізійних кореспондентів, створити фейк про боротьбу з неонацистами, бандерівцями, увести в оману весь російський народ, підживлюючи це щоденною брехнею.

5. Інтернет-пропаганда. Російська Федерація активно використовує Інтернет для підготовки терористичної діяльності, передачі інформації тощо. Основні способи використання Інтернету з метою сприяння РФ [2]:

– збирати детальну інформацію про цілі для ураження або захоплення, включно із зображеннями цільових місць і характеристик;

– дискредитація військових та всього українського народу;

– збір різних груп людей на основі різних характеристик. Інтернет можна використовувати для надання інструкцій щодо часу та місця зустрічей, форм протесту або навчальних питань;

– нападати на окремих осіб, групи людей або компанії та безпосередньо лобіювати політиків. Рекетири використовують Інтернет, щоб вимагати гроші;

Іншим напрямом впливу Росії на військовослужбовців є психологічний, основні способи якого:

– обстріли (вогневі нальоти), що виснажують, і здійснення нападів;

– снайперська і мінна війна;

– улаштування засідок, диверсійні та терористичні акти;

– жорстокість і жорстоке поводження з полоненими, з тілами загиблих військових;

– розвиток ненависті, мстивості та ворожості місцевого населення до військових;

– захоплення та насильницьке утримання заручників, як військових, так і цивільних.

Основною метою морально-психологічного забезпечення дій військових сил визначено забезпечення необхідного морально-психологічного стану особового складу, який дає

зможу ефективно виконувати завдання за призначенням [1].

Основними завданнями морально-психологічного забезпечення у веденні бойових дій є:

- формування в особового складу готовності до виконання завдань в умовах бойової обстановки, яка швидко змінюється та потребує миттєвих оперативних рішень, відповідальності за відданий наказ, життя і здоров'я особового складу, його безпеку та здатність до виконання завдань;

- забезпечення дисциплінованості та пильності особового складу, правопорядку у військових частинах (підрозділах) у місцях виконання завдань, недопущення проявів паніки, нерішучості, невпевненості, некерованості;

- інформаційно-пропагандистське забезпечення дій особового складу на підставі аналізу, оцінки та прогнозування суспільно-політичної обстановки у районах виконання визначених завдань та оперативне реагування на їх зміни;

- формування в особового складу свідомого розуміння воєнної політики держави, патріотизму, відданості військовій присязі.

Основні зусилля морально-психологічного забезпечення дій військ (сил) у ході бойових дій спрямовуються на:

– підготовку свідомості та психіки особового складу вести бойові дії в умовах правового поля мирного часу на своїй території;

– роз'яснення їм важливості і необхідності ліквідації вогнища збройного конфлікту;

– підтримку постійної бойової пильності щодо недопущення можливих диверсійних дій із боку іррегулярних збройних формувань;

– недопущення негативного інформаційно-психологічного впливу іррегулярних збройних формувань на свої війська і населення регіону [8].

Під час проведення підготовки особового складу, направленою для участі в бойових діях, слід урахувати, що контингенти своїх військ (сил) і противника сформовані як із найбільш навчених у бойовому відношенні військовослужбовців, так і бійців із достатньо слабкою військовою підготовкою. Досвід боїв сам по собі ще не гарантує морально-психологічної переваги над противником. Він корисний тоді, коли цей досвід поєднується з бойовими, природно-кліматичними, національними особливостями.

Як показує практика, без оцінки МПС військовослужбовців не уявляється можливим успішно управляти процесами, що відбуваються у військових колективах, правильно і грамотно приймати рішення, особливо керувати підлеглими в умовах ведення бойових дій.

Під час оцінки суспільно-політичної обстановки в регіоні, де проходять БД, ураху-

ються: національний і соціальний склад населення, його віросповідання, відношення до військ, наявність політичних партій та громадських організацій, їх військово-політичні орієнтації і ступінь можливого впливу на місцеве населення; особливості національної психології, звичаї та устої населення; рівень схильності населення до пропаганди і психологічного впливу супротивника.

Для мобілізації підлеглих на активні бойові дії важливо сформувати психологічну установку на рішучі дії і не допустити пасивності в плані егоїстичного прагнення за будь-яку ціну врятувати себе.

Підготовка військовослужбовців до діяльності у складних та екстремальних умовах включає інформаційний, бойовий, фізичний та психологічний складники.

Інформаційний складник:

- обґрунтування цілей та завдань, що виникають перед підрозділом під час виконання бойових завдань;
- вивчення нормативно-правових актів, що регламентують діяльність підрозділу;
- ознайомлення з етнографічними особливостями регіону, де передбачається виконання бойових завдань, національними традиціями, особливостями спілкування між представниками інших етносів [4].

Бойовий та фізичний складники включають:

- удосконалення навичок володіння усіма видами спеціальних засобів та зброї, які можуть бути використані під час виконання бойового завдання, водіння автотранспортних засобів;
- удосконалення навичок ведення вогню з різних положень, володіння спеціальними засобами захисту й активної оборони, використання технічних засобів зв'язку;
- оволодіння навичками ведення активного та захисного рукопашного бою як індивідуально, так і в складі підрозділу; обеззброєння, захоплення, конвоювання противника.

Психологічний складник:

- взаємовідносини в колективі. Проблема формування і зміцнення міжособистісних взаємовідносин у військових колективах є надзвичайно важливою. Їх стиль багато в чому визначає соціально-психологічний клімат у підрозділі. Процес налагодження взаємин потребує зміни деяких звичок, стосунків з оточуючими, підходів до оцінювання людей.

Організаційні заходи. Після прибуття в зону виконання бойових завдань варто організувати компактне розміщення й охорону місць розташування особового складу так, щоб максимально знизити почуття небезпеки у військовослужбовців, приділивши особливу увагу забезпеченню їх повноцінного відпочинку. Необхідно комплектувати пости, наряди і розміщувати особовий склад, ура-

ховуючи складний характер взаємовідносин, що складаються між представниками різних служб і соціальних груп.

Підвищену увагу потрібно звертати на формування відносин взаєморозуміння і співробітництва з особовим складом інших підрозділів, а також із військовослужбовцями взаємодіючих підрозділів. Це можливо здійснювати за допомогою проведення загальних розвідів і постановки завдань, чіткого інструктування про взаємини підпорядкованості залежно від ситуації, проведення спільних операцій тощо [6].

Особливості організації роботи щодо зміцнення військової дисципліни в бойовій обстановці:

- інформаційно-виховну роботу спрямувати на роз'яснення відповідальності військовослужбовців за самовільне залишення військової частини, розкрадання (втрату) зброї, боєприпасів, вибухових речовин, непокору командирам, здійснення протиправних дій відносно населення;

- вивчити і перекрити можливі канали надходження в підрозділ спиртних напоїв, наркотичних речовин, виключити самому і вжити всіх заходів щодо недопущення їх уживання підлеглими;

- контакти військовослужбовців із місцевим населенням, не пов'язані з виконанням посадових обов'язків, звести до мінімуму;

- підсумки стану військової дисципліни у відділеннях підводити щодня, у взводі – щотижнево; повною мірою використовувати можливості заохочення особового складу, представлення до державних нагород військовослужбовців, хто виявив мужність і героїзм під час виконання військового обов'язку;

- чітко планувати службово-бойову діяльність, визначити завдання кожному військовослужбовцю, спланувати і щодня проводити тренування особового складу за бойовим розрахунком за різних варіантів ускладнення обстановки;

- створити підлеглим нормальні побутові умови (тепло в наметах, вода для особистої гігієни, гаряча їжа тощо), особисто контролювати розподіл продуктів, намагатися обладнати в опорному пункті місце для миття особового складу.

Тривале напруження біологічних, фізіологічних, психологічних функцій спричинює виснаження захисних сил організму. Психологічні чинники, такі як мотивація, установка, можуть за рахунок тимчасової високої мобілізації резервів організму компенсувати несприятливі прояви стану людини, підтримувати достатньо високу працездатність. Якщо людина знаходиться у стані високої мобілізації тривалий час, це може призвести до заго-

стрення наявних у неї захворювань і викликати інші небажані наслідки.

Окрім того, в екстремальних умовах відбувається різка перебудова мотиваційної сфери військовослужбовця. Чим більш незвичайними будуть умови, тим більші зрушення відбудуться у психіці людини. Вплив екстремальних чинників на людину може призвести до виникнення у неї різних розладів психогенного характеру.

Негативний вплив екстремальних умов експлуатації на психіку солдата не обмежується тим, що він може страждати психічними розладами. Складні умови бойових дій у першу чергу позначаються на їх ефективності [3].

Висновок. У статті ми розглянули питання психологічного супроводу військовослужбовців у зоні ведення бойових дій. Розглянули основні проблеми, з якими стикаються військовослужбовці у зоні бойових дій, такі як стрес, тривога та депресія, обговорили методи психологічної підтримки, такі як індивідуальні консультації та групові сесії, котрі можуть допомогти військовослужбовцям зберегти психічне здоров'я та поліпшити їхню дієвість у бойових умовах.

Надмірне психічне напруження військовослужбовців під час виконання бойових завдань уповільнює їхню реакцію, погіршує концентрацію уваги та пам'ять, призводить до надмірної обережності, що зумовлює збільшення кількості оперативних та оперативних помилок, а інколи повністю дезорганізує діяльність, порушуючи її психологічну структуру. Військовослужбовець «випадає» із загально погодженого режиму дій. Особливо згубні наслідки це має, коли бойові дії носять груповий характер. Зовні перерви в діяльності можуть виглядати як надто нудні рухи, часто необережні, і лавина

помилоч. Під час виконання бойових завдань переривання діяльності завжди є передумовою для виникнення паніки та інших негативних психологічних явищ.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Морально-психологічне забезпечення у Збройних силах України / Н.А. Агаєв та ін. ; за заг. ред. В.В. Стасюка. 2020. 208 с.
2. Белікова Т.В. Методи виявлення деструктивного інформаційно-психологічного впливу для інформаційних технологій забезпечення безпеки підлітків : кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису. 2019. 233 с.
3. Джигун Л.М., Берегова Н.П., Главацька Н.Д. Особливості і сучасний стан психологічної реабілітації військовослужбовців після проходження служби в умовах бойових дій. *Психологічні тривавелогі.* 2021. № 2. С. 57–73.
4. Кокун О.М., Мороз В.М., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження : методичний посібник. Київ : 7БЦ, 2021. 170 с.
5. Костян В.І. Бойовий стрес і бойова втома. URL: <https://vseosvita.ua/library/bojovij-stres-i-bojovavtoma-137861.html>.
6. Липова С.В. Особливості формування комунікативної культури у військовому колективі. *Кваліфікаційні магістерські роботи.* 2023. С. 16–20.
7. Медсанбат: Бойовий стрес. URL: <http://www.medsanbat.info/medsanbat-boyoviy-stres/>.
8. Профілактика відхильної поведінки у військовослужбовців / А.М. Романишин та ін. Львів : НАСВ, 2017. 322 с.
9. Тімченко О.В. Синдром посттравматичних стресових порушень: концептуалізація, діагностика, корекція та прогнозування : монографія. Харків : Ун-т внутр. справ. 268 с.

КОГНІТИВНІ СТИЛІ, ТВОРЧІ ЗДІБНОСТІ ТА ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ У СТРУКТУРІ ІНДИВІДУАЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ

COGNITIVE STYLES, CREATIVE ABILITIES AND RESILIENCE IN THE STRUCTURE OF HUMAN INDIVIDUALITY

У статті розглянуто особливості та структуру життєстійкості особистості в теорії С. Мадді, здійснено порівняльний аналіз життєстійкості й адаптації, окреслено життєстійкість як інтегральну здібність, яка включає в себе загальні та спеціальні здібності, та розкрито взаємозв'язок між творчими здібностями та життєстійкістю. Показано, що творчий потенціал як ресурс творчих можливостей людини та творчості загалом (за В.О. Моляко) і умови розвитку творчих здібностей зумовлюють стратегічні тенденції організації творчого процесу та пов'язані з індивідуальним стилем творчої діяльності суб'єкта, проявляються як готовність до творчої діяльності. Рівень спеціальних здібностей, що забезпечує реалізацію життєстійкості в конкретній життєвій ситуації, можна розглядати як стиль діяльності подолання або індивідуальний стиль як індивідуально-своєрідний спосіб вивчення та пізнання реальності.

Розглянуто теорію Д. Уорделла та Дж. Ройса, які здійснили спробу застосувати феноменологію когнітивних стилів як основу теорії індивідуальності. Згідно з їхньою теорією, когнітивні стилі є високоорганізованими рисами, що визначають спосіб, який в індивідуальній поведінці пов'язує одне з одним пізнавальні здібності й емоційні властивості особистості. Проаналізовані три «загальні стилі» індивідуальності, раціональний, емпіричний і метафоричний. Стильова система, таким чином, постає інтегратором когнітивної й афективної сфер, впливає на такі властивості індивідуальності: Образ світу, Образ-«Я» і стиль життя, включно із життєстійкістю.

Своєчасне виявлення креативності з метою стимулювання розвитку творчих здібностей і умінь – важливий аспект у реалізації творчого потенціалу кожної людини. Когнітивні стилі як метакогнітивні здібності визначають потенціал об'єктивізації в позиціях і вчинках людини та пов'язані з широким спектром особистісних якостей і особливостей соціальної поведінки. Життєстійкість є потенціалом подолання, притаманним кожній людині. Знання про наявність у людини ресурсів подолання підвищує її впевненість у можливості опанування ситуації, її суб'єктивну готовність прийняття виклику долі, цим проявом своєї індивідуальності людина здійснює свій індивідуальний вибір, ухвалює індивідуальні рішення, вибудовує своє індивідуальне життя.

Ключові слова: індивідуальність людини, життєстійкість, когнітивні стилі, творчі здібності, творчий потенціал за В.О. Моляко, креативність, концепція "Hardiness" С. Мадді, теорія індивідуальності

Д. Уорделла і Дж. Ройса, стилі індивідуальності – раціональний, емпіричний, метафоричний.

Having researched the features and structure of resilience of the individual in the theory of S. Maddi and having carried out a comparative analysis of adaptation and resilience, the latter is outlined in this article as an integral ability, which includes general and special skills, and the relationship between creative competence and resilience has been disclosed. It is illustrated that creative potential as a resource of creative possibilities of a person and creativity in general (according to V. Molyako) as well as the conditions for the creative abilities development determine the strategic tendencies of the creative process management and are related to the subject's creative activity style, manifesting as readiness for it. The level of special abilities that ensures the comprehension of resilience in a specific life situation can be considered either as a coping or an individual style of activity, or a cognitive style as an individually peculiar way of studying and reality cognition.

The theory of D. Wardell and J. Royce, who attempted to apply the phenomenology of cognitive styles as the basis of the theory of individuality, has been investigated. According to their study, cognitive styles are highly organised features that determine the approach which connects cognitive abilities and emotional properties in individual behaviour. Three general styles of individuality have been analysed, namely, rational, empirical and metaphorical. Thus, the style system appears as an integrator of cognitive and affective spheres, exerting an influence on the following properties of individuality – the Image of the world, the Image of "I" and the style of life, including resilience.

Timely detection of creativity to stimulate the development of creative abilities and skills is an essential aspect of comprehending the creative potential of each person. Cognitive styles as metacognitive abilities determine the capability of objectification in human positions and actions and are associated with a wide range of personal qualities and features of social behaviour. Resilience is the coping potential inherent in every human being. Knowing that a person has coping resources increases the confidence in the possibility of handling the situation and personal readiness to accept the challenge of fate, thereby demonstrating their individuality one makes the individual choices and decisions and builds their life.

Key words: human individuality, resilience, cognitive styles, creative abilities, creative potential according to V.O. Molyako, creativity, concept of "Hardiness" by S. Maddi, theory of individuality by D. Wardell and J. Royce, styles of individuality – rational, empirical, metaphorical.

УДК 159.92

DOI [https://doi.org/10.32782/2663-5208.](https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.21)

2023.46.21

Заболотна Н.М.

старший викладач кафедри психології ДВНЗ «Ужгородський національний університет»

Омелянська В.І.

старший викладач кафедри психології ДВНЗ «Ужгородський національний університет»

Постановка проблеми. Видатний фізик М. Планк уважав, що важливою метою науки та наукової громадськості є цілковите звіль-

нення «фізичної картини світу» від індивідуальності творчої думки. Чим менше індивідуальність представлена в актах пізнання, тим вище

шанси одержати об'єктивні знання про світ. Інший погляд має М. Полані, фахівець у сфері фізичної хімії та філософії. На його думку, наукове знання неможливе без опертя на глибоко індивідуалізовані особистісні смисли. Адже у структурі наукової пізнавальної діяльності завжди представлені два типи знань – явні та неявні. Явні знання присутні у вигляді понять і теорій, неявні – як «особистісні знання», які поступово накопичуються завдяки особистому досвіду вченого, зумовлені його смаками та переконаннями, не можуть виражатися в загальноприйнятих формах комунікації (у вигляді усної та писемної мови) [7]. Роль «особистісного знання» збільшується на тих етапах наукової творчості, коли народжуються нові ідеї як результат руйнування традиційної системи наукових уявлень. Вивчення когнітивних стилів сприяє вирішенню цього дивного ефекту в роботі інтелекту: на вищих рівнях інтелектуальної продуктивності виникає дивне поєднання, з одного боку, зростання здібності до все більш об'єктивної форми відображення дійсності, з іншого – посилення індивідуалізація інтелектуальної діяльності.

В історії психології стильовий підхід сформувався як деяка альтернатива тестологічному підходу, як прагнення знайти інші форми аналізу інтелектуальних можливостей людини. І зародилось поняття когнітивного стилю на межі психології особистості та психології пізнання. І якщо у психології особистості переважала ідея про стиль як прояв вищих рівнів індивідуальності, то у психології пізнання принципово підкреслювався формальний характер стильових властивостей інтелектуальної діяльності, що жодним чином не свідчать про високий або низький рівень психологічного розвитку. Отже, психологія пізнання з науки про загальні закономірності пізнавальної психічної діяльності перетворювалась на науку про механізми індивідуальних відмінностей між людьми у способах пізнання навколишнього світу [8].

Виклад основного матеріалу. У психології буття людини водночас реалізуються, доповнюючи і збагачуючи одна одну, когнітивна й екзистенційна дослідницька парадигми. Це проявляється в тому, що ті самі життєво важливі для людини екзистенційні проблеми можуть вивчатися під різними кутами зору. Когнітивний план вивчення психічної реальності характеризується акцентом на пізнанні та поведінці людини, прагненням учених виявити загальні закономірності психічного розвитку, їхнім інтересом радше до фактів і правил, аніж до винятків. Когнітивні дослідження орієнтовані переважно на вивчення того, як суб'єкт відображає дійсність і свій внутрішній світ. В екзистенційній площині аналізу психічної діяльності акцент здійснюється на переживання та споглядання.

Відомо, що людське буття не вичерпується пізнавальним ставленням до світу. Щодо переживання недоречно звертатися до відображення або даності в переживанні предметного світу. Переживання страждання, захоплення, любові набувають у свідомості суб'єкта оціночного ціннісного характеру, утілюють екзистенційну наповненість людського буття, забезпечують людину від так званого «екзистенційного вакууму», відчуття спустошеності та беззмістовності життя. Дослідження спрямовуються переважно не стільки на пошук фактів, подій, явищ, як на те, який зміст вони мають для суб'єкта [1; 3; 7].

Загальні тенденції розвитку суспільства зумовлюють необхідність виходу на соціальну арену нової людини, здатної творчо вирішувати різноманітні проблеми: від перегляду «досягнень» науково-технічного прогресу до повноцінної реалізації кожної людини. За А. Маслоу, кожна людина від природи наділена багатьма різноманітними здібностями, творчі здібності, як і будь-які інші, можна та необхідно розвивати. До загальних умов розвитку цих здібностей варто віднести такі: 1) відсутність взірця регламентованої поведінки; 2) наявність позитивної моделі творчої поведінки; 3) створення умов для творчості; 4) соціальне підкріплення.

Однак до того, як розвивати здібності до творчості, необхідно виявити загальний рівень прояву творчих здібностей із метою прогнозування індивідуального підходу до кожної особистості. Творчі здібності відрізняються від загальних і спеціальних, оскільки зорієнтовані насамперед на зміни, перетворення, створення чогось нового, тобто виконання людиною її найважливішого призначення – творче перетворення світу. Саме тому кожній людині притаманний творчий потенціал – ресурс творчих можливостей, здатність до здійснення творчих дій, творчої діяльності загалом [6]. У структурі творчого потенціалу, розробленій В.А. Моляко, здатність до творчості є її центральною складовою частиною. Творчий потенціал, як система психогенетичних (психофізіологічних, психічних, психологічних) якостей людини, визначається як здатність до продукування творчих стратегій і тактик. Здібність до творчості, або творчі здібності, В.М. Дружинін визначає як креативність, В.О. Моляко – як уміння комбінувати, підбирати аналоги, реконструювати.

Високі темпи науково-технічного та соціально-економічного розвитку сучасних розвинутих держав пов'язані з постійним оновленням суспільних і економічних відносин. До людини в такому суспільстві ставляться вимоги не тільки щодо компетентного володіння наявним рівнем знань, умінь, навичок, але і продуктивної діяльності й інноваційного мислення. Реалізація такого соціального запиту передбачає

орієнтацію на розкриття механізмів розвитку самої людини та розвитку її творчих здібностей. У зв'язку із цим особливою актуальністю набувають психологічні підходи та технології, орієнтовані не стільки на засвоєння знань, умінь і навичок, як на створення таких психологічних умов, які дають можливість кожній дитині зрозуміти, проявити та реалізувати себе, розвинути свої творчі здібності, проявити їх у самостійній діяльності. Вивченню творчої діяльності у психологічних дослідженнях присвячені праці Дж.Р. Гілфорда, Е.П. Торренса, В.М. Дружиніна, Ж. Адамар, Є. де Боно, М. Вертгеймера, К. Дункера, В.О. Моляко, Д. Пойа, Л. Виготського, С.Л. Рубінштейна й інших.

Складний діалектичний характер переплетіння процесуального й особистісного у творчості вивчали українські психологи В.О. Моляко, Н.І. Литвинова, А.Б. Коваленко. Він базувався на гіпотезі про стратегічну організацію процесу творчої діяльності. Автори досліджень виходили з того, що є психічна система регулювання творчої поведінки, мислення, розумової діяльності. Ця система є багаторівневою, багатокомпонентною та розгалуженою; вона має центр «особистісної активності», який являє собою багатознаково закодовану інформацію про набір основних дій і прийомів їх групування в разі зіткнення суб'єкта з незнайомими ситуаціями або незнайомими елементами у знайомих ситуаціях. Ця система породжує те, що автори називають стратегіями, – своєрідні особистісні утворення у вигляді програм діяльності, які включають і логічні складові частини, і інтуїтивні компоненти, і поки що мало зрозумілі та мало вивчені прояви «ситуативної футурології», що базується як на точних, так і на розмитих даних, відчуттях, неясних почуттях [5].

У дослідженнях В.О. Моляко на матеріалі проектно-конструкторської діяльності були виділені п'ять основних стратегій – пошуку аналогів, реконструювання, комбінування, універсальна і випадкових підстановок. Специфічний сенс стратегії як психічного регулятора поведінки полягає в готовності людини до творчої діяльності, у наявності в конкретного суб'єкта комплексу вмінь, здібностей щодо здійснення творчої діяльності взагалі або ж окремих її видів [4].

Відповідно до стратегічної концепції організації творчої проектно-конструкторської діяльності, цей процес можна умовно поділити на три основні цикли, що взаємно проникають один в одного: еталонування, проектування, апробування.

Стратегічні тенденції щодо організації творчого процесу пов'язані з індивідуальним стилем творчої діяльності суб'єкта. Сутність стратегії полягає в готовності до творчої

діяльності, у використанні комплексу вмінь і здібностей до здійснення творчої діяльності, а також до продукування інтелектуальних засобів. У процесі мисленевої діяльності, ухвалення рішень суб'єкт використовує стратегію, що домінує. На думку В.О. Моляко, стратегії зумовлені генетично, але людина під впливом виховання, яке визначає схильності, обирає одну провідну. Поняття стратегії можна застосувати як до великого відрізка часу, так і до значної кількості подій. У психології прийнято вживати це поняття щодо стратегії життя, стратегії поведінки, стратегії діяльності, стратегії вирішення завдань тощо. Отже, стратегіальна організація мислення та свідомості – одна з форм творчого прояву психіки, у результаті якого суб'єкт створює щось нове як для себе, так і для інших [5].

Саме тому розвитком творчих умінь ми будемо стимулювати розвиток творчих стратегій особистості та формування, відповідно, життєстійкості, яка потребує нових підходів до відомих, старих завдань.

За теорією С. Мадді, життєстійкість – це інтегральна особистісна риса, яка відповідає за успішність подолання особистістю життєвих труднощів. Або ще інакше – властивість, яка визначає готовність або здатність особистості до подолання. Концепція “Hardiness” характеризує міру здібності особистості витримувати стресову ситуацію та водночас зберігати внутрішній баланс і успішність діяльності. Поняття “hardiness” відображає, на думку С. Мадді, психологічну живучість і розширену ефективність людини, а також є показником психічного здоров'я людини. Ставлення людини до змін, можливість застосувати наявні внутрішні ресурси, які допомагають ефективно управляти ними, визначають, наскільки людина здатна справлятися із щоденними труднощами та змінами, які мають екстремальний або майже екстремальний характер. Життєстійкість за С. Мадді – система переконань, диспозиція, що складається із трьох компонентів: залученості, контролю, прийняття ризику.

Залученість – здатність отримувати задоволення від діяльності. Важлива характеристика, яка мотивує людину до реалізації, лідерства, здорового способу мислення та поведінки. Створює можливість відчувати себе значущою, досить цінною для повноцінного вирішення життєвих завдань, попри стресогенні чинники та зміни.

Контроль – переконання, що боротьба впливає на результат. Мотивує до пошуку способів впливу на результати стресогенних змін, на протидію впадінню у стан безпомічності, пасивності. На відміну від почуття переляку в ситуації змін, hardy (виклик) – те, що допомагає залишатись відкритим для світу та суспільства. Контроль полягає у сприйманні

особистістю життя як виклику й особистісного випробування.

Прийняття ризику – переконаність у тому, що все, що трапляється, сприяє розвитку. Це особливий патерн настанов і навичок, що сприяє трансформації змін у можливості [2]. К. Роджерс називає таку рису відкритістю переживанням, вважає її однією з базових характеристик особистості, яка повноцінно функціонує.

Базуючись на психологічній теорії діяльності та психології здібностей, життєстійкість можна розглядати як здатність людини до діяльності з подолання життєвих труднощів і як результат розвитку та застосування цієї здібності. Якщо порівняємо з адаптацією, адаптація – це використання людиною адаптаційних резервів або здібностей, а також процес цього застосування, тобто діяльність з адаптації. Отже, будь-які індивідуально-психологічні особливості особистості, які використовуються у процесі адаптації (або психологічного подолання), можна розглядати як психологічні ресурси або як здібності. Якщо життєстійкість – це здібність, то це інтегральна здібність людини, у якій виокремлюємо блоки загальних і спеціальних здібностей. До загальних можна віднести такі особливості особистості, які також можна назвати особистісними ресурсами. Це – базові особистісні настанови, відповідальність, самоусвідомлення, інтелект і смисл, як вектор організації активності людини. До спеціальних відносять навички подолання різних типів ситуацій і життєвих обставин, взаємодії з людьми, саморегуляції тощо, тобто такі, що відповідають за успішність вирішення конкретних специфічних життєвих проблем.

Якщо життєстійкість – це здібність, то постає питання, на чому вона базується. Згідно з позицією В. Франкла, якщо людина знає «заради чого», то вона може витримати будь-яке «як». Отже, особистісний смисл подолання є організуючим центром життєстійкості особистості. Ідеться про здібність розуміти, відчувати, творити та ставитися, що характерно для так званого «екзистенційного вакууму». Варто акцентувати увагу на прийнятті виклику життя, або контролі над життям. За С. Мадді, це така залученість у процес подолання, що відображає, по суті, позицію особистості стосовно подій власного життя загалом і значущих подій зокрема. Однак така позиція неможлива без ставлення й оцінки, яка здійснюється як на інтелектуальному (адаптаційна функція інтелекту, за Ж. Піаже), так і емоційному рівнях.

Очевидно, що у структуру життєстійкості має бути включений і досвід подолання, який накопичила особистість у процесі свого життя. На думку В. Франкла, «неправильно говорити, що в особистості є досвід, особистість – це

і є досвід». За К. Роджерсом, особистість – це є певне поле досвіду також.

Якщо рівень загальних здібностей, що входять у життєстійкість, досить стабільний, то рівень спеціальних здібностей, що забезпечує реалізацію цієї життєстійкості в конкретній життєвій ситуації, досить гнучкий і варіативний. Відповідно, тут можна розглядати стилі діяльності подолання або індивідуальні стилі діяльності, або когнітивні стилі як індивідуально-своєрідні способи вивчення та пізнання реальності.

Д. Уордел і Дж. Ройс використали феноменологію когнітивних стилів як основу теорії індивідуальності. На їхню думку, хоча когнітивні стилі розглядаються переважно в контексті пізнання, у згорнутому вигляді вони містять в собі елементи афективних станів. Когнітивні стилі, таким чином, виступають як високоорганізовані риси в тому сенсі, що саме вони визначають спосіб, який в індивідуальній поведінці пов'язують одне з одним пізнавальні здібності й емоційні властивості особистості. Д. Уордел і Дж. Ройс описали три «загальні стилі» – раціональний, емпіричний і метафоричний. Кожний із цих стилів характеризується певним балансом когнітивних і емоційних компонентів досвіду. Раціональний стиль передбачає одночасний розвиток концептуальних здібностей (вербальні здібності, здібність до міркування) і емоційної незалежності (особистісна автономія, неупередженість), емпіричний стиль – перцептивних здібностей (здібність до візуалізації, пам'ять) і проявів інтро/екстраверсії (загальна та соціальна стриманість), метафоричний стиль – символічних здібностей (здібність до генерування нових образів і швидке продукування ідей) і емоційної збудливості (різноманітність емоційних переживань, тривозможність) [9].

У результаті автори запропонували модель інтегрованої індивідуальності, у якій стилі розглядаються як посередники, які об'єднують когнітивні й емоційні властивості суб'єкта. Сильова система стає інтегратором когнітивної й афективної сфер і, таким чином, здійснює вплив на такі властивості індивідуальності – Образ світу, Образ-«Я» і стиль життя, включно із життєстійкістю.

Отже, когнітивні стилі як метакогнітивні здібності характеризують: 1) здібність до побудови об'єктивованих ментальних репрезентацій реальності; 2) здібність до саморегуляції власних афективних станів. Відповідно, ступінь вираження стильових характеристик визначає потенціал об'єктивації в оцінках, судженнях, позиціях і вчинках людини – саме тому когнітивні стилі пов'язані з настільки широким спектром особистісних якостей і особливостей соціальної поведінки.

Висновки. Діяльність подолання – це навичка, уміння, що не дається одразу, цього потрібно навчатись, а навчатись можна тільки на основі того ж таки подолання. У М. Реріха є чудова фраза – «Благословенні перешкоди – ними зростаємо». Таке навічання подолання є формою становлення життєстійкості, тобто вона формується, як і будь-яка інша здібність, тільки в діяльності та завдяки діяльності з подолання життєвих труднощів. Діяльність подолання – це щоденна діяльність кожної людини. Проаналізувати цю діяльність, зрозуміти, завдяки чому людина долає свої власні випробування та перетворює їх на скарби власного життєвого досвіду – це означає знайти способи та методи підтримати тих, хто поки що цього робити не вміє. Розглядаючи життєстійкість у контексті психології здібностей, творчих зокрема, варто підкреслити, що потенціал подолання притаманний кожній людині, а також людина сама відповідає за розвиток цих здібностей. І вже саме знання про наявність у неї ресурсів подолання підвищує впевненість у можливості опанування ситуації і суб'єктивну готовність прийняття виклику долі.

Своєчасне виявлення креативності з метою стимулювання розвитку творчих здібностей і умінь – важливий аспект у реалізації творчого потенціалу кожної людини. Систематичні вправи у творчих уміннях приводять до їх автоматизації та подальшого переходу у сферу підсвідомості. Надалі наше підсвідоме актуалізує ці вміння у свідомості під виглядом сплеску інтуїції, здогаду, оригінального рішення чи ідеї в майбутніх творчих пошуках.

Когнітивні стилі як метакогнітивні здібності є одним із проявів сформованості базових механізмів регуляції поведінки, які лежать в основі самостійної об'єктивної діяльності, що є відносно незалежною від ситуативних обставин і егоцентричних психічних станів. Це, у свою чергу, може мотивувати до пошуку способів впливу на результати стресогенних змін, на противагу впаданню у стан пасивності.

Можна стверджувати, що для кожної людини існує свій власний життєвий світ, опосередкований смислами та цінностями, у контексті якого людина здійснює свій вибір, ухвалює рішення, вибудовує своє життя. Кожна життєва ситуація ставить людині умови для виживання, адаптації, самореалізації тощо. Таким чином формується та проявляється індивідуальність кожного.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ларіна Т.О. Життєстійкість як життєве завдання особистості. *Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика* / за ред. Н.В. Чепелевої. Київ : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2007. Т. 2. Вип. 5. С. 131–138.
2. Мадди Сальваторе. Жизнестойкость, ее диагностика и тренинг. URL: <http://institut.smysl.ru/article/21.php> (дата звернення: 10.02.2023).
3. Маннапова К.Р. Життєстійкість в системі поняття життєздатності. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Серія «Психологія»*. 2012. Вип. 44 (1). С. 143–150.
4. Моляко В.О. Робоча концепція стратегічного та тактичного подолання кризових науково-освітніх проблем (психологічні ракурси). *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ : Фенікс, 2017. Т. XII : Психологія творчості. Вип. 23. С. 6–12.
5. Психологічні закономірності творчого сприймання інформаційних індикаторів реальності : монографія / В.О. Моляко та ін. ; за ред. В.О. Моляко. Київ : Педагогічна думка, 2015. 145 с.
6. Рибалка В.В. Теорії особистості у вітчизняній психології. Київ : ІПППО АПН України, 2006. 530 с.
7. Титаренко Т.М., Ларіна Т.О. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність і безпека : навчальний посібник. Київ, 2009. 76 с.
8. Холодная М.А. Когнитивные стили. О природе индивидуального ума. 2-е изд. Санкт-Петербург : Питер, 2004. 384 с.
9. Wardell D.M., Royce J.R. Toward a multi-factor theory of styles and their relationship to cognition and affect. *J. of Personality*. 1978. V. 46 (3). P. 474–505.

ВПЛИВ ОПТИМІЗМУ НА МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ОСОБИ INFLUENCE OF OPTIMISM ON PERSONAL MENTAL HEALTH

У статті розглядається оптимізм як важливий чинник психічного здоров'я людини. Стверджується, що підвищення рівня оптимізму, імовірно, може допомогти людині подолати не лише різноманітні негативні емоційні стани, а й деякі деструктивні прояви власного характеру. З'ясовано, що оптимізм може бути надійним чинником протидії депресії – одного з найбільш поширених психоемоційних розладів. Окрім того, оптимізм має велике значення в подоланні суїцидальних думок і потягів. Відзначається, що песимізм теж має деякі переваги, але вони є досить обмеженими. Відзначено, що оптимізм детермінується атрибутивним стилем особи. Саме опис себе та навколишньої реальності визначає оптимістичність людини з усіма її перевагами. Стверджується, що формування та розвиток у людини оптимістичного погляду на життя є важливим і актуальним завданням сучасної психології та педагогіки. Охарактеризовано низку способів, якими людина може здобути цю корисну ментальну властивість. У рамках когнітивно-поведінкової психотерапії є методи, що напряму сприяють формуванню оптимістичного сприйняття світу. У процесі діалогу психотерапевта та клієнта останній навчається сприйняття своїх невдач як тимчасових явищ, вчиться не переносити їх негативний ефект на інші сфери життя, намагається віднайти в собі здатність впливати на виникнення позитивних подій у своєму житті тощо. Окреслено також низку опосередкованих способів підвищення рівня оптимізму: заняття окремими видами медитативних практик, сприяння смислової сповненості життя людини, профілактика екзистенційного вакууму, внутрішнього спустошення. Стверджується, що важливими є дослідження вищезазначених способів підвищення рівня оптимізму, перевірка їхньої адекватності нашим соціокультурним реаліям, а також побудова на основі цих досліджень спеціальних програм підвищення рівня оптимізму для різних вразливих категорій населення.

Ключові слова: оптимізм, атрибутивний стиль, ментальне здоров'я, депресія, суїцидальні думки, особистісні розлади.

The article considers optimism as an important factor in a person's mental health. It is argued that increasing the level of optimism can probably help a person not only to overcome various negative emotional states, but also certain destructive manifestations of one's own character. It has been found that optimism can be a reliable factor in counteracting depression – one of the most common psycho-emotional disorders. In addition, optimism is important in overcoming suicidal thoughts and urges. It is noted that pessimism also has some advantages, but they are quite limited. Optimism is determined by a person's attributional style. It is the description of oneself and the surrounding reality that determines the optimism of a person with all its advantages. It is claimed that the formation and development of a person's optimistic outlook on life is an important and urgent task of modern psychology and pedagogy. A number of ways in which a person can acquire this useful mental property are described. Within the framework of cognitive-behavioral psychotherapy, there are methods that directly contribute to the formation of an optimistic perception of the world. In the process of dialogue between the psychotherapist and the client, the latter learns to perceive his failures as temporary phenomena, learns not to transfer their negative effect to other areas of life, tries to find in himself the ability to influence the occurrence of positive events in his life, etc. A number of indirect ways of increasing the level of optimism are also outlined: engaging in certain types of meditative practices, helping to increase a person's sense of happiness, helping to make a person's life meaningful, preventing existential vacuum. It was found that the formation and development of a person's optimistic outlook on life is an important and urgent task of modern psychology and pedagogy. It is argued that it is important to study the methods listed above to increase the level of optimism, to check their adequacy to our socio-cultural realities, as well as to build based on these studies special programs to increase the level of optimism for various vulnerable categories of the population.

Key words: optimism, attributional style, mental health, depression, suicidal thoughts, personality disorders.

УДК 159.923
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.22>

Завгородня О.В.

д.психол.н.,
головний науковий співробітник
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних
наук України

Степура Є.В.

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

Сучасний мінливий, невизначений, складний і неоднозначний світ (VUCA world) ставить високі вимоги до здатності людини долати стресові стани, конструктивно діяти в ситуації викликів. Тож у цей складний час ще актуальнішою постає проблема збереження ментального здоров'я особи та вивчення психологічних чинників, які сприятимуть цьому. Зокрема, лікарі відзначали позитивний вплив оптимістичної налаштованості хворих або постраждалих під час природних чи соціальних лих на швидкість їх одужання, проте експериментальним дослідженням зазначеного феномену ми завдячуємо М. Селігману. Він висловив

ідею про велике значення для особи контролю над доквіллям. На основі низки експериментів ним було визначено, що вплив неконтрольованих суб'єктом і неунікних більшових стимулів призводить до переживання ним почуття безпорадності, яке, у свою чергу, веде до депресії [21]. Розвиток цієї моделі сприяв формуванню теорії атрибутивного стилю. Атрибутивний стиль визначає опис людиною життєвих подій і обставин, які трапляються з нею, та є основою оптимізму або песимізму особи із супутніми наслідками для ментального здоров'я, про які йтиметься в цій статті. Наперед зазначимо, що оптимізм позитивно корелює із психічним

і фізичним здоров'ям, довголіттям, відчуттям щастя, успішністю в подоланні різних стресогенних ситуацій і різних життєвих труднощів, успішністю у виконанні різних видів діяльності [5]. Саме від оптимістичного стилю опису навколишньої реальності залежить спроможність людини виявити свою індивідуальність і досягти успіху. Треба відмітити, що песимізм теж має деякі переваги, але вони є досить обмеженими, як, наприклад, більша точність у передбаченні різних негативних подій, що може бути корисним для представників деяких професій. Наприклад, військовий керівник має моделювати й опрацьовувати всі, а насамперед передбачати найгірші варіанти перебігу воєнних подій, бути до них готовим. В умовах постійних загроз життю «рожеві окуляри» несумісні з виживанням, але людина може бути носієм оптимізму в духовно-ціннісному сенсі та надихатися вірою в перемогу добра над злом. Поза таким «стратегічним» оптимізмом тактичні переваги песимізму нівелюються його значною шкодою для ментального здоров'я людини, коли екстремальна ситуація вже минула. Тож М. Селігман радить людям, які вимушені мислити песимістично через свої професійні обов'язки, заради збереження ментального здоров'я дотримуватись гнучкості, не дозволяти песимізму впливати на інші сфери свого життя [5].

В Україні за останні роки здійснювалося відносно небагато досліджень феномену оптимізму, але все ж ми можемо вказати на наявність цікавих знахідок у цьому напрямі досліджень. У загальнотеоретичному плані проводились дослідження зв'язку оптимізму та життєстійкості, що є важливим для побудови теоретичної психологічної моделі протидії особи несприятливим життєвим умовам [6]. Цікавим є також дослідження, яке показує значення оптимізму в подоланні емоційного вигорання [7]. У світі ж давно досліджується значення оптимізму для профілактики та подолання різних проявів психічних розладів і негативних психологічних станів.

Метою статті є розгляд можливостей впливу оптимізму на ментальне здоров'я особи.

Згідно з теорією М. Селігмана, атрибутивний стиль опису та пояснення людиною результатів власної діяльності та важливих для неї життєвих подій (як позитивних, так і негативних) можна схарактеризувати визначенням трьох аспектів. Це: 1) стабільність – зумовленість результату постійними або короткочасними причинами; 2) глобальність – причини, які визначають результат, є глобальними (узагальнювальними для різних ситуацій) або конкретними, локальними (обмеженими поточною ситуацією та якоюсь сферою життя); 3) контроль – результат є наслідком дій суб'єкта або дії зовнішніх обставин. Так, песимістичний

атрибутивний стиль характеризується хронічним приписуванням невдач внутрішнім, стабільним і глобальним причинам. Такий атрибутивний стиль часто спостерігається в людей із депресією, тому його іноді означають як депресивний або депресогенний. В оптимізмі ж негативні події пояснюються впливом короткочасних, локальних і зовнішніх чинників, а позитивні події, навпаки, пояснюються тривалими, глобальними та внутрішніми чинниками. Подальші дослідження показали, що песимістичний атрибутивний стиль є надійним предиктором виникнення депресії. І навпаки, наявність у людини оптимістичного атрибутивного стилю є важливим чинником у профілактиці виникнення та розвитку депресії. Сам М. Селігман зазначав, що більшість випадків виникнення депресії спричинені саме психологічними чинниками, зміна стилю пояснення життєвих подій цілком може допомогти людині в її подоланні [5].

Загалом же оптимістичне пояснення різних життєвих ситуацій корисно для психічного здоров'я [11]. Теорія атрибутивного стилю вказує, що оптимістичні люди оцінюють стресові ситуації більш позитивно та вірять у позитив, який може відбутися в майбутньому, на відміну від людей із песимістичним атрибутивним стилем із протилежними настановами. І саме це робить оптимізм захисним чинником щодо впливу на здоров'я стресу, зумовленого несприятливими життєвими подіями [22]. Також оптимізм сприяє меншому хвилюванню та більшому відчуттю щастя [19].

Оптимізм як механізм саморегуляції може сприяти самоєфективності та стійкості в подоланні різних життєвих труднощів, а ці риси є важливими компонентами психічного здоров'я. Загалом фізичне та психічне здоров'я оптимістів є кращим, ніж у їхніх протилежностей, оскільки вони більш схильні до дотримання здорового способу життя та здійснення різних профілактичних заходів, спрямованих на зміцнення здоров'я [14]. Оптимістичний настрій пов'язаний із меншим стресом після переживання травматичної події, меншим використанням допінг-стратегій уникнення та прийняттям бажаного за реальне, ширшим орієнтуванням на пошук соціальної підтримки, більшою доступністю цієї соціальної підтримки [17]. Дослідники також установили, що оптимізм виступає чинником, який опосередковує зв'язок між якістю життя та больовими відчуттями [26].

Продовжуються дослідження зв'язку концепту «оптимізм – песимізм» з іншими психічними якостями особи. Так, цікавим є дослідження зв'язку оптимізму зі страхом смерті в людей похилого віку, яке виявило наявність підвищеного рівня страху смерті в осіб із песимістичними настановами, що відкриває широкі

перспективи для створення програм корекції цих негативних емоційних переживань [12]. Інше дослідження показало, що оптимізм і надія є важливими чинниками запобігання суїциду серед дорослого населення, що також можна використати у тренінгових програмах для груп суїцидального ризику [15]. Особливо актуальним для нашої країни є те, що оптимізм зменшує рівень суїцидальних думок і серед військових ветеранів, що можна використувати у процесі психотерапевтичної роботи з їх реінтеграції в цивільне життя [13]. Окрім того, велике дослідження показало, що оптимізм є одним із чинників, що сприяє загальному зниженню ризику виникнення різних психічних розладів у військовослужбовців [25]. Треба відмітити, що високий рівень оптимізму сприяє адаптації в соціумі не тільки військовослужбовців, але й представників інших категорій населення, які входять у групу високого ризику виникнення дистресу під час взаємодії з іншими членами суспільства. Зокрема, рівень оптимізму виявився важливим чинником задоволеності життям у людей із шизофренією, які не перебувають у спеціалізованих закладах, а проживають у суспільстві [23].

Як ми бачимо, когнітивні настановлення, репрезентовані у формі оптимістичного атрибутивного стилю, пов'язані із психічним здоров'ям, на противагу песимістичному атрибутивному стилю, який корелює з емоційними розладами та невдалими способами подолання стресу. Варто відзначити, що емоційні проблеми та неконструктивні способи подолання стресу можуть бути зумовлені особистісними розладами, які з позиції когнітивно орієнтованих авторів теж вважаються результатом дії комплексу глибинних когнітивних настановлень [2]. Цілком можливо, що атрибутивний стиль є дотичним до цього неусвідомлюваного емоційно-когнітивного комплексу. Висловлюються ідеї про оптимізм як рису, характерну для деяких людей з особистісними розладами, і важливість цієї риси для їх терапії та соціальної адаптації [18]. Ілюстрацією вищенаведених тез може бути дослідження, яке вказує на зв'язок нарцисизму з оптимістичною оцінкою своїх здібностей до розв'язання лабораторних завдань [17]. Інше дослідження показало зв'язок позитивних аспектів нарцисизму з оптимізмом [20]. Тож підвищення рівня оптимізму, імовірно, може допомогти людині в подоланні не тільки різних негативних емоційних станів, але й окремих деструктивних проявів власного характеру.

Отже, ми можемо бачити, що оптимізм є важливим чинником ментального здоров'я людини. Тепер коротко розглянемо способи, якими людина може здобути цю корисну властивість психіки. Загалом дослідження свідчать, що оптимізм можна розвивати цілеспря-

мовано [14]. Як уже згадувалось, оптимізм детермінується атрибутивним стилем особи. Саме опис себе та навколишньої реальності визначає оптимістичність людини з усіма її перевагами. На цьому ґрунтуються і методики, створені переважно в рамках когнітивно-бігевіоральної психотерапії та спрямовані на усвідомлену зміну опису подій, які відбуваються в житті людини, у бік їх оптимістичного сприйняття [5]. У процесі діалогу психотерапевта та клієнта останній навчається сприйняття своїх невдач як тимчасових явищ, вчиться не переносити, у своїй уяві, їх негативний ефект на інші сфери життя, намагається віднайти в собі здатність впливати на виникнення позитивних подій у своєму житті тощо.

Окрім прямих цілеспрямованих методів формування оптимістичного сприйняття світу, про які йшлося вище, є немало більш опосередкованих способів підвищення рівня оптимізму. Розглянемо деякі з них, як-от: 1) сприяння посиленню в людини відчуття щастя (зокрема, через практикування улюбленої справи, діяльності, хобі); 2) заняття певними видами медитації, 3) сприяння смислової сповненості життя людини, профілактика екзистенційного вакууму.

Відчуття щастя й оптимізм корелюють один з одним [1; 19]. Уважається, що оптимізм – один із найважливіших компонентів щастя [1]. Оскільки психіка людини є складною системою, у якій практично неможливі односторонні зв'язки між її компонентами, насиченість життя людини відчуттям щастя обов'язково буде сприяти виробленню нею оптимістичного погляду на своє життя. Окрім того, один із яскравих проявів щастя – стан потоку (див. [10]), що виникає під час інтенсивного заняття якоюсь діяльністю, разом із самою цією діяльністю, може відтіснити або дезактуалізувати песимістичні думки, сприяти виникненню оптимізму.

Заняття особи певними видами медитативних практик також має вплив на її рівень оптимізму. Відзначимо, що люди за своєю природою є більш схильними до песимізму, а не оптимізму. Філогенетично песимістичні очікування сприяли виживанню предків сучасної людини в несприятливому ворожому середовищі. Тому песимістичні очікування пов'язані з активізацією давніх структур головного мозку. Оптимізм же, навпаки, асоціюється з більш новими в еволюційному плані структурами мозку. Ці ж самі ділянки мозку активізуються під час заняття медитацією [9]. До того ж медитативні практики можуть пригнічувати ділянки мозку, пов'язані з виникненням та циркулюванням песимістичних думок, які часто перебувають на межі свідомості людини [8]. Хоча такий ефект може мати будь-яка інтенсивна діяльність, що сприяє виникненню

в людини стану потоку. Загалом варто зазначити, що вплив заняття медитативними практиками на рівень оптимізму не є занадто великим, але його не можна заперечувати [3].

Сприяння смисловій сповненості життя людини може бути здійснено через саморозуміння, ціннісне самовизначення особи, прояснення своїх смислів, мрій, цілей і перспектив майбутнього. Подолання екзистенційного вакууму, відновлення смислової сповненості в разі внутрішнього спустошення, відчаю, втрати надії може бути здійснено під час психотерапевтичної роботи через опрацювання травматичного досвіду особи, активізацію ресурсів посттравматичного зростання, ревізію своїх цінностей, смислів, цілей, реконструкцію внутрішньої картини майбутнього.

Деякий вплив на рівень оптимізму в людини чинить наявність у неї якоїсь віри. Так, представники нейротеології – напряду досліджень психофізіологічних основ релігійності, трактують віру, зокрема й релігійну, як форму оптимізму [4]. Можна вказати на існування відмінностей у рівні оптимізму між адептами різних релігійних груп. Так, згідно з емпіричними дослідженнями, люди, які дотримуються більш фундаменталістських версій християнства, оптимістичніші, ніж представники ліберальних течій християнства [24]. Цікавим є історико-психологічне дослідження релігійних текстів часів Російської імперії, аналіз яких засвідчує більшу оптимістичність юдаїзму порівняно із православ'ям [5]. Але загалом проблема зв'язку оптимізму та віри як варіанта світогляду залишається малодослідженою. Віра в широкому розумінні тісно пов'язана з особистісними цінностями людини і, звичайно, виходить за межі релігій і конфесій. Це може бути віра у світле майбутнє людства, конструктивну природу людини, безмежні можливості пізнання, науки та технологій.

Віри мають різне співвідношення біофільних і некрофільних складових частин, більш або менш виражений гуманістичний потенціал. Гуманістично орієнтовані віри тісно пов'язані з базовою довірою та надією, існують у різноманітних культуральних варіантах, релігійних і світських, групових та індивідуальних формах, є доступним засобом уникнення екзистенційного вакууму, знаходження смислу існування особи та бачення позитивних перспектив майбутнього людства.

Досліджень впливу різних нерелігійних вірувань особи на рівень її оптимізму вкрай мало. Відзначимо перспективність цих досліджень, оскільки, з огляду на важливість оптимізму, на основі таких студій можуть бути сформовані критерії для оцінки типів індивідуальних вірувань і колективних, підтримуваних релігійними, квазірелігійними, ідеологічними організаціями з позиції їхньої шкоди або користі для

ментального здоров'я, розвитку та самореалізації особи.

На останок відмітимо, що проблема оптимізму виходить за межі психологічних наук і прямо пов'язана з такими сферами, як соматичне здоров'я, соціальні комунікації, професійна успішність тощо. Тому постає питання, чи варто займатися лише оптимізмом поза контекстом якості життя, чи враховувати різні складові частини якості життя та вивчати їх зв'язок з оптимізмом. Але це тема для інших досліджень.

Висновок. Тож ми можемо вказати, що оптимізм є важливим чинником ментального здоров'я людини, який може бути пов'язаний як із повсякденними емоційними станами, так і з її глибинними психічними структурами, на кшталт характеру. Уважаємо доцільним продовження вивчення зв'язків оптимізму з рисами особи, які вважаються дезадаптивними. Окрім того, саме оптимізм може допомогти людині в подоланні різних тяжких, кризових життєвих ситуацій, які стосуються конфронтації з неунікними трагічно-екзистенційними фактичностями нашого існування (як от непоправна втрата, невиліковна хвороба, усвідомлення наближення смерті, власної чи коханої людини). Особливо важливе значення оптимізму в подоланні суїцидальних думок і потягів. Також вагома роль оптимізму у зниженні повсякденного стресу, яким наповнене сучасне динамічне життя, який є значним чинником розвитку психоемоційних розладів у людини. До того ж оптимізм чи не єдина риса, яка може бути надійним чинником протидії депресії – одного з найбільш поширених психоемоційних розладів. Також не варто забувати про значення оптимізму у профілактиці стресових розладів у внутрішньо переміщених осіб, що є актуальним для нашої країни, військових, зокрема й госпіталізованих, ветеранів, у контексті їх реінтеграції в цивільне життя. Тож формування та розвиток у людини оптимістичного погляду на життя є важливим і актуальним завданням сучасної психології та педагогіки. Важливі дослідження вищезазначених способів підвищення рівня оптимізму, перевірка їхньої адекватності нашим соціокультурним реаліям, а також побудова на основі цих досліджень спеціальних програм підвищення рівня оптимізму для різних вразливих категорій населення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Аргайл М. Психология счастья. Пер. с англ. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 272 с.
2. Бек А., Фримен А. Когнитивная психотерапия расстройств личности. Пер. с англ. Санкт-Петербург : Питер, 2017. 448 с.
3. Дэвитсон Р., Гоумен Д. Измененные черты характера. Как медитация меняет ваш разум, мозг и

тело. Пер. с англ. Москва : Манн, Иванов, Фербер, 2016. 336 с.

4. Ньюберг Э., Уолдман М.Р. Как Бог влияет на ваш мозг: Революционные открытия в нейробиологии. Пер. с англ. Москва : Эксмо, 2012. 576 с.

5. Селигман М. Как научиться оптимизму. Измените взгляд на мир и свою жизнь. Пер. с англ. Москва : Альпина Паблишер, 2017. 430 с.

6. Терещенко А.М. Вікові особливості життєстійкості та оптимізму особі. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2015. № 1 (36). С. 373–379.

7. Терещенко А.М. Оптимізм як фактор зменшення ризику професійного вигорання. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. 2015. III (21). Issue 43. P. 83–86.

8. Уолдман М.Р., Ньюберг Э. Наш мозг и просветление. Нейробиология самопознания и совершенства. Пер. с англ. Москва : Эксмо, 2017. 320 с.

9. Хансон Р., Мендиус Р. Мозг Будды: нейробиология счастья, любви и мудрости. Пер. с англ. Санкт-Петербург : Питер, 2018. 304 с.

10. Чиксентмихайи М. Поток. Психология оптимального переживания. Пер. с англ. Москва : Альпина Паблишер, 2018. 461 с.

11. Optimism, well-being, and perceived stigma in individuals living with HIV / R.J. Ammirati et al. *AIDS Care*. 2015. № 27 (7). P. 926–933.

12. Is death anxiety more closely linked with optimism or pessimism among older adults? / M.D. Barnett et al. *Archives of Gerontology and Geriatrics*. 2018. № 77. P. 169–173.

13. Optimism reduces suicidal ideation and weakens the effect of hopelessness among military personnel / C.J. Bryan et al. *Cognitive therapy and research*. 2013. № 37. P. 996–1003.

14. Optimism / C.S. Carver et al. *Clinical Psychology Review*. 2010. № 30 (7). P. 879–889.

15. Does optimism weaken the negative effects of being lonely on suicide risk? / E.C. Chang et al. *Death Studies*. 2018. № 42 (1). P. 63–68.

16. Optimism and Traumatic Stress: The Importance of Social Support and Coping / A.L. Dougall et al. *Journal of Applied Social Psychology*. 2001. № 31 (2). P. 223–245.

17. Farwell L., Wohlwend-Lloyd R. Narcissistic processes: Optimistic expectations, favorable self-evaluations, and self-enhancing attributions. *Journal of personality*. 1998. № 66 (1). P. 65–83.

18. Gould C.S. Why the histrionic personality disorder should not be in the DSM: A new taxonomic and moral analysis. *IJFAB – International Journal of Feminist Approaches to Bioethics*. 2011. № 4 (1). P. 26–40.

19. Optimism, pessimism, and false failure feedback: Effects on vigilance performance / W.S. Helton et al. *Current Psychology*. 1999. № 18 (4). P. 311–325.

20. Optimism, pessimism, and the complexity of narcissism / S.E. Hickman et al. *Personality and Individual Differences*. 1996. № 20 (4). P. 521–525.

21. Hiroto D.S., Seligman M.E.P. Generality of learned helplessness in man. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1975. № 31. P. 311–327.

22. Perceptions of Goal-Directed Activities of Optimists and Pessimists: A Personal Projects Analysis / T. Jackson et al. *The Journal of Psychology*. 2002. № 136 (5). P. 521–532.

23. Seo M.A., Lim Y.J. Optimism and life satisfaction in persons with schizophrenia living in the community. *International Journal of Social Psychiatry*. 2019. № 65 (7–8). P. 615–620.

24. Sethi S., Seligman M.E.P. Optimism and fundamentalism. *Psychological Society*. 1993. № 4 (4). P. 256–259.

25. Protective effects of psychological strengths against psychiatric disorders among soldiers / A. Shrestha et al. *Military medicine*. 2018. 183 (suppl 1). P. 386–395.

26. Wong W.S., Fielding R. Quality of life and pain in Chinese lung cancer patients: Is optimism a moderator or mediator? *Quality of Life Research*. 2006. № 16 (1). P. 53–63.

ПРИКЛАДНІ МОДЕЛІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ОСОБИСТОСТІ У КРИЗИ APPLIED MODELS OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT FOR A PERSON IN CRISIS

У статті висвітлюється психотехнічний простір психологічного супроводу особистості у кризі з окресленням методів і прикладних моделей кризового втручання. Визначено, що методичний простір психологічного супроводу особистості у кризі спрямований на відновлення психологічної витримки особистості, оптимізацію її стосунків з оточенням, на посилення можливості вирішувати проблеми завдяки відродженню внутрішніх ресурсів. Обґрунтовано триєдину мету механізмів подолання у психологічному кризовому супроводі. Представлено та описано складові елементи простору кризового втручання, до яких віднесено: кризову ситуацію, переживання неможливості, порушення системи саморегуляції, унікальну мімікрію кризи, відновлення картини світу клієнта. Запропоновано логіку процесу опанування кризовими станами, яка розкриває процесність кризового консультування від сприйняття кризової ситуації до кризового зростання і складається з кризової ситуації, депривації потреб, аналізу тілесних, емоційних, когнітивних, поведінкових збоїв, личин кризи, технік інтервенції і результатів опанування кризи. Визначено рушійні сили психологічного супроводу, до яких віднесено: чинники базового кризового втручання; чинники психотехнології психологічного кризового консультування; чинники парадигмальних психотерапевтичних методичних підходів. Описано три групи чинників і наведено відповідні приклади методів кризового втручання. Окреслено шість прикладних моделей психологічного супроводу особистості, які побудовані з урахуванням механізмів подолання кризи і мети кризового втручання, а саме: компонентну модель соціально-психологічного супроводу Т. Титаренко; операційну модель психологічного супроводу С. Каліщук; симптоматичну модель психологічного супроводу О.Ф. Кернберга; модель структурної кризової психотерапії Д. Старкова; багатомірну модель «Basic Ph» М. Лахад; модель множинних репрезентацій «співвіднесення Я зі світом» С. Каліщук. Доведено необхідність урахування багатомірності кризового психологічного супроводу особистості у кризі.

Ключові слова: кризовий стан, простір кризового втручання, опанування кризи, рушійні сили кризового супроводу, методи кризового втручання, моделі психологічного супроводу.

The article highlights the psychotechnical space of psychological support of a person in crisis with the outline of methods and applied models of crisis intervention. It is determined that the methodological space of psychological support of a person in crisis is aimed at restoring the psychological endurance of a person, optimizing his or her relationships with others, and enhancing the ability to solve problems through the revival of internal resources. The triple purpose of coping mechanisms in psychological crisis support is substantiated. The constituent elements of the crisis intervention space are presented and described, which include: a crisis situation, the experience of impossibility, a violation of the self-regulation system, a unique mimicry of the crisis, and the restoration of the client's worldview. The logic of the process of coping with crisis states is proposed, which reveals the process of crisis counseling from the perception of a crisis situation to crisis growth and consists of a crisis situation, deprivation of needs, analysis of physical, emotional, cognitive, behavioral failures, faces of crisis, intervention techniques and results of crisis management. The driving forces of psychological support are identified, which include: factors of basic crisis intervention; factors of psychotechnology of psychological crisis counseling; factors of paradigmatic psychotherapeutic methodological approaches. Three groups of factors are described and relevant examples of crisis intervention methods are given. Six applied models of psychological support for a personality, which are built taking into account the mechanisms of overcoming the crisis and the purpose of crisis intervention, are outlined, namely: the component model of social and psychological support by T. Titarenko; operational model of psychological support by S. Kalishchuk; symptomatic model of psychological support by O.F. Kernberg; model of structural crisis psychotherapy by D. Starikov; multidimensional model «Basic Ph» by M. Lahad; model of multiple representations of «correlation of self with the world» by S. Kalishchuk. The necessity of taking into account the multidimensionality of crisis psychological support of a person in crisis is proved.

Key words: crisis state, crisis intervention space, crisis management, driving forces of crisis support, methods of crisis intervention, models of psychological support.

УДК 159.942.5
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.23>

Каліщук С.М.

д.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології особистості та соціальних практик
Київський університет
імені Бориса Грінченка

Вступ. Сучасний етап психологічної практики психологічного кризового втручання активовано двома рухами розвитку. З одного боку, це тенденція зростання кількості заявлених запитів на отримання психологічної допомоги, що детерміновані екзистенційною, травматичною, системною, невротичною кризами, кризою втрати. З іншого – це тенденція «спроб і помилок» у використанні практичними психологами безмежного технологічного арсеналу психологічного супроводу.

Відомо, що психологічна практика забезпечена двома ключовими методологіч-

ними прийомами: діагностикою і впливом. Їх результативність доводиться зростаючою затребуваністю та збагачуваною можливістю надавати обґрунтовані відповіді на питання, пов'язані з різними аспектами психічної діяльності людини. Отже, методичний простір психологічного супроводу особистості у кризі має окреслюватися упредметненими психотехніками психологічної підтримки і допомоги, що спрямовані саме на відновлення психологічної витримки особистості, оптимізацію її стосунків з оточенням, на посилення можливості вирішувати проблеми завдяки відродженню

внутрішніх ресурсів. І обов'язково з урахуванням особистісної й поточної можливості клієнта до опрацювання кризового стану. Механізми подолання у психологічному кризовому супроводі спрямовані на досягнення триєдиної мети:

1) забезпечення безпеки клієнту у спосіб зменшення ризику летальності та знаходження ресурсів;

2) формування стабільності за рахунок створення короткострокового плану, який містить умови і засоби опанування кризового стану та кризової ситуації;

3) установа нового зв'язку із собою й соціальним оточенням («співвіднесення Я і Світу») через підключення клієнта до внутрішніх ресурсів та соціальної підтримки.

Проте залишається актуальним пошук відповідей на питання: «У який спосіб здобувається результат кризового психологічного супроводу? Які умови і рушійні чинники слід урахувати? Якими методами досягається стійка особистісна зміна установок (позицій, сценаріїв) клієнта? Як набувається суб'єктивне відчуття управління ходом власного життя та відновлення впорядкованої й несуперечливої персональної картини світу?».

Мета статті – висвітлити психотехнічний простір психологічного супроводу особистості у кризі з окресленням методів і прикладних моделей кризового втручання.

Виклад основного матеріалу дослідження. Простір кризи у психологічному супроводі є тлом об'єктивації порушеного соматопсихічного та психосоціального гомеостазу особистості.

Складниками простору кризового втручання (рис. 1) є:

1) кризова ситуація, тобто чинники, що викликають у життєдіяльності та у просторі життя людини руйнівні зміни, спосіб переборення яких здається людині невідомим або неможливим;

2) кризовий стан особистості – суб'єктивне переживання «неможливості» («Я-Не-Можу-Бути-Тут-Зараз») із депривацією важливих потреб;

3) порушення системи саморегуляції особистості з боку трьох її складників: емоційного – посилене емоційне реагування, відчуття «глухого кута», «аварії життя»; когнітивного – мислення афектується, його критичність знижується («тунельне мислення»); поведінкового – суїцидальні спроби, адикція;

4) специфічна індивідуальна «мімікрія кризи»: соматизація, невротизація, адиктизація, психопатизація, психотизація, зокрема дереалізація;

5) хроніфікація кризи за умов дефіциту реалістичності й відсутності доступу до ресурсів її опанування;

6) усвідомлення дійсності та відновлення персональної картини світу з відбудовою переживання «Я-Можу-Бути-Тут-Зараз».

Кризовий психологічний супровід починається з аналізу наявних умов кризового стану клієнта, зокрема: вихідної, детермінуючих (причинних), особистісної умов, умов підтримки і безпечного простору та хроніфікації кризи. Вихідною умовою є переживання людиною кризи з конкретним персональним спектром фізичних, психічних, емоційних та поведінкових симптомів. За детермінуючими умовами стоять як зовнішні обставини (кризові ситуації й присутність у житті клієнта одночасно кількох факторів стресу), так і внутрішнє суб'єктивне сприйняття, переживання, розуміння й інтерпретації, що викликають його кризові стани. Особистісні умови проявляються у персональній специфіці проявляти клієнтом власне переживання кризи: «тунельне бачення», «утоплення в емоціях», «широке неосяжне узагальнення», «гострі болісні відчуття» тощо. Умова підтримки і безпеки означає зосередження на безпеці клієнта з трьох точок зору: почуття безпеки у взаємодії з пси-



Рис. 1. Елементи простору кризового втручання у психологічному супроводі

хологом; відчуття безпеки поза консультацією; почуття безпеки в житті клієнта, включаючи захисні чинники та соціальні зв'язки. Умовою хроніфікації кризи (транс-кризового стану) є відсутність можливості у клієнта знаходження нових чи відредагованих регуляційних смислів.

Психологічний супровід особистості у кризі підкорюється певним закономірностям. Зокрема, логіка опанування клієнтом кризи розкриває процесність кризового консультування – від сприйняття кризової ситуації до кризового зростання (рис. 2).

Техніки інтервенції є рушійними силами кризового психологічного супроводу (табл. 1). На засаді специфіки їх методів рушійні сили класифікуються на:

- 1) чинники базового кризового втручання;
- 2) чинники психотехнології психологічного кризового консультування;
- 3) чинники парадигмальних психотерапевтичних методичних підходів.

Базове кризове втручання націлене на тимчасові афективні, поведінкові та когнітивні спотворення, викликані травмивними подіями і допомагає клієнтам розпізнавати та коригувати своє сприйняття, почуття та поведінку, щоб наблизитися до адаптивного післякризового функціонування. Кризове втручання класично представлено парадигмою рівноваги R.K. James, B.E. Gilliland і складається з чотирьох стадій [5]:

- 1) пошук порушення рівноваги через травму;
- 2) коротка терапія, націлена на травму та специфіку порушення рівноваги;
- 3) зустріч клієнта з травмою;
- 4) відновлення рівноваги.

Метою парадигми рівноваги/нерівноваги R.K. James, B.E. Gilliland є допомога клієнтам відновити попередні механізми виживання і взяти під контроль неадекватні реакції. Найчастіше ця парадигма використовується за раннього втручання, коли людина втратила відчуття контролю, дезорієнтована, емоційно розгублена і нездатна функціонувати.

Психотехніка психологічного кризового консультування як система ключових консультативних засобів, спрямована на мінімізацію у клієнта потрясіння від події («гостра складність»), на надання йому емоційної підтримки, на посилення особистих стратегій подолання та на побудову позитивної перспективи через вивільнення ресурсів. Кризове консультування є таким форматом психологічної допомоги, який починається з позиції «підтримки» клієнта у ситуації гострої складності і «неможливості», а завершується «типовим» для психологічного консультування знаходженням (відновленням, реорганізацією) смислів і вивільненням ресурсів особистості.

Важливо наголосити, що методи кризового втручання засновані на наявних психотерапевтичних практиках психотерапевтичних парадигм. Саме тому методи спрямовані на дві головні зони інтервенції: емоційного відреагування та відновлення здатності клієнта жити далі. J. Bugental наголошував, що психологічна Terra incognita у запиті клієнта охороняється його тривогою і травмивним досвідом [4]. «Детективний жанр» у кризовому психологічному консультуванні спрямовується прагненням кризового психолога до об'єктивації обставин, які привели клієнта у консультативний процес.

Спробами систематизації методичних підходів до кризового психологічного втручання є прикладні моделі психологічного супроводу особистості, побудовані з урахуванням механізмів подолання кризи і мети кризового втручання. Зокрема, це:

1. Модель соціально-психологічного супроводу Т. Титаренко. Автор пропонує горизонтальну і вертикальну структуру соціально-психологічного супроводу [3]. Горизонтальна структура розгортається на поверхні життя особистості й складається з трьох компонентів: агента, реципієнта і ситуації, між якими відбувається взаємодія. Агентом здійснення соціально-психологічного супроводу можуть бути близька людина, психолог, соціальний

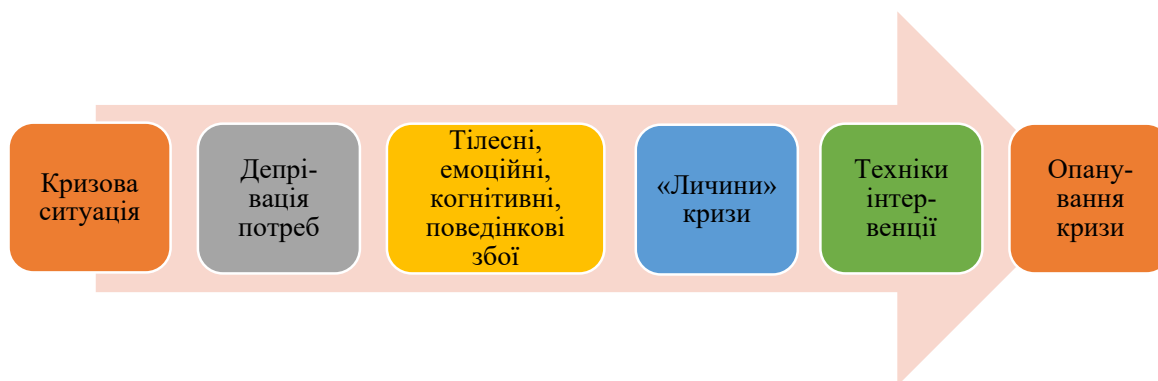


Рис. 2. Логіка опанування кризових станів

Таблиця 1

Методи кризового психологічного супроводу

Чинники	Методи
Базове кризове втручання	Техніки першої психологічної допомоги: зменшення гострого дистресу, відновлення фізичної та психічної стабілізації, інтеграція просоціальних навичок подолання труднощів.
	Постійна і динамічна оцінка афективних, поведінкових та когнітивних функцій.
	«Шестикрокова модель» R.K. James, B.E. Gilliland, яку умовно розділяють на дві основні категорії: «дослідження» та «дія» [5].
	SAFER-R, яка складається зі стабілізації, визнання, сприяння розумінню, заохочення, відновлення та спрямування [8].
	АСТ, що складається із семи етапів: оцінки травматизації, встановлення відносин, розуміння проблеми, протистояння емоціям, вивчення стратегій подолання, реалізації плану та прогнозування подальших дій [8].
Психологічне кризове консультування	Активне слухання
	Фокус на почуттях – питання емоційного характеру, вербалізація почуттів: категоризація, вербалізація станів, вербалізація побажань, метафори; перефразування емоцій, нормалізація й саморозкриття.
	Техніки емоційного відреагування.
	Фокус на думках клієнта (уточнення проблеми) – уточнюючі питання, техніка конфронтації, резюмування.
	Фокус на думках (новий погляд на проблему) – переривання тривалої паузи, активізація позитивних патернів клієнта, уточнюючі, пошукові, гіпотетичні питання, резюмування, порада, нормалізація.
	Фокус на поведінці – пошукові питання, інформування, нормалізація, саморозкриття.
	Питання про безпеку клієнта, у тому числі про критерії оцінки суїциду та захисні чинники.
	Зосередженість на короткостроковій перспективі.
	Допомога у дослідженні різних шляхів вирішення проблеми, застосування методів зниження стресу і заохочення позитивного мислення.
	Прийоми інформаційної допомоги.
	Прийоми рішення-орієнтованої допомоги.
	Прийоми проблемо-орієнтованої допомоги.
	Прийоми смисло-орієнтованої допомоги.
Психотерапевтичні парадигми	Міні-версії глибокого дихання та інші навички заземлення.
	Розвиток навичок подолання труднощів в опрацюванні кризи.
	Енергетизація й каналізація переживань людини з метою тілесного відреагування «емоційних заноз» та відкриття їх смислів.
	Розвиток навичок психологічного відновлення.
	Відкриття контекстного, регуляційного і парадоксального смислів.
	Прийоми особистісно-орієнтованої психотерапії.

працівник, спільнота. Реципієнт – це особистість, яку супроводжують, чи спільнота, яка потребує супроводження. Третя сторона – це реальна життєва ситуація, яка певним чином впливає на характер, спрямованість, інтенсивність взаємодію, рівень її конструктивності. Вертикальна модель супроводу має компонентну будову і складається з діагностико-цільового, операційно-інструментального, спільотно-комунікативного та оцінково-корекційного компонентів. Діагностико-цільовий компонент передбачає оперативне професійне дослідження характеру травми, стану психологічного здоров'я реципієнта, ресурсів відновлення. Операційно-інструментальний компонент охоплює добір форм, методів, способів організації супроводу. Спільотно-кому-

нікативний компонент розкриває залучення реальних і віртуальних мереж, груп самопомоги для здійснення тривалого опосередкованого впливу. Оцінково-корекційний компонент полягає у моніторингу ефективності супроводу та внесенні необхідних змін до його організації [3].

2. Операційна модель психологічного супроводу С. Каліщук, згідно з якою площину кризового втручання становлять елементи, що забезпечують функціональну спроможність кризового консультування як процедури надання психологічної допомоги (рис. 3).

Координатна площина інтегрує рівні, процеси та стадії змін із метою, одиницями аналізу, елементами контакту, операційними техніками, базовими навичками і чинниками

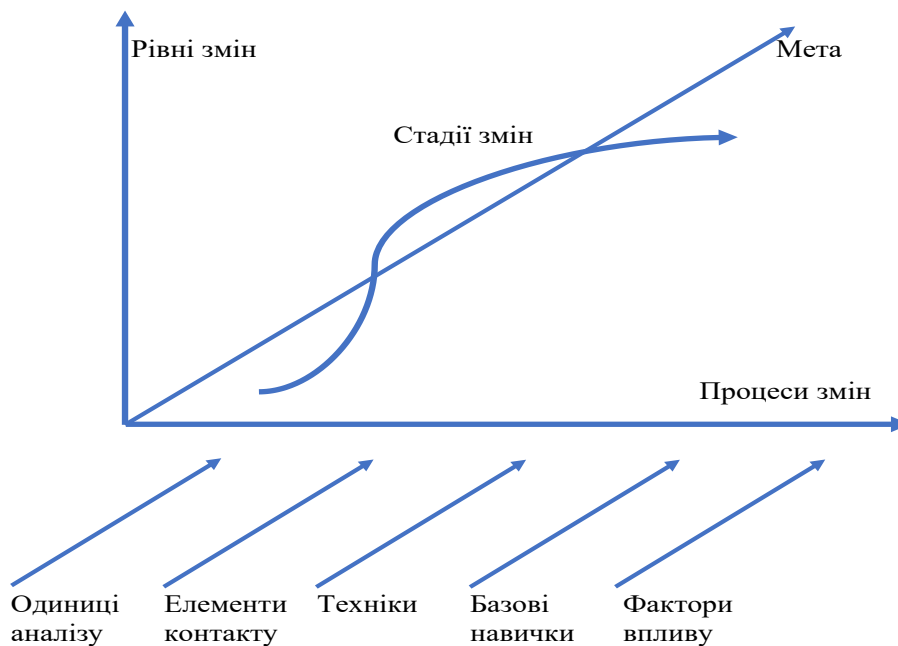


Рис. 3. Операційна модель психологічного супроводу клієнта у кризі

впливу [1]. Операційна модель окреслює зміст осей, векторів та відповідні практичні засоби (техніки й алгоритми роботи):

1) Вісь мети відбиває універсальне очікування – реорганізацію «картини світу» клієнта через прийняття та проживання ним виклику невизначеності й досягнення автентичних установок і відповідальності щодо власної екзистенції та світу.

2) Вісь рівня змін – об'єкт – містить запити, а саме: ситуаційні, у тому числі симптоматичні; дезадаптивні; інтерперсональні; сімейні; інтраперсональні та їх взаємопереходи і взаємозв'язки. Визначається об'єкт заявленим або латентним запитом клієнта.

3) Вісь процесів змін окреслює дослідницький простір та визначає прийоми (техніки, алгоритми) доступу до внутрішнього світу клієнта.

4) Вектори внутрішнього складу процесу змін:

- вектор одиниць аналізу – зумовлює можливість входження у світ клієнта та фокусування уваги і спрямованість логіки вирішення запиту;

- вектор елементів контакту визначає зміст інтерпсихічного діалогу з психологом, а саме: аналіз почуттів, думок, ставлень, контекстуального компоненту, тілесного компоненту, ідіосинкразійного компоненту;

- вектор операційних технік;

- вектор базових навичок консультування;

- вектор чинників впливу, які залежать від досвіду і особистості психолога та визначають не конкретні засоби впливу, а його зміст:

послаблення напруги; розширення репертуару реагування; зміну поведінкових стереотипів за допомогою нового емоційного досвіду; усвідомлене ставлення до нових форм поведінки.

5) Вісь стадій змін складається з попереднього та ситуативного обдумування клієнтом отриманої інформації; підготовки клієнта до нового досвіду; спірального патерну («урівноважуючий зв'язок у системі»); дієвості клієнта; збереження клієнтом змін [1].

3. Симптоматична модель психологічного супроводу О.Ф. Kernberg. Автор пропонує розглядати психологічний супровід особистості у кризі через аналіз її симптомів [6]. Кризовий стан, згідно з О.Ф. Kernberg, викликає подвійну реакцію. По-перше, у людини проявляється тенденція до паралічу когнітивних психічних функцій: сприйняття, мислення, пам'яті. Саме тому відбувається потужний інтенсивний афект паніки через небезпеку для виживання. По-друге, спостерігається інкорпорування цієї загрози в будь-яку негативну лякаючу інтерналізовану динаміку, яка раніше вже була наявною у людини. Тобто криза починає просочувати та впливати на всю психічну структуру людини, призводячи до паралічу звичного функціонування адаптивних та захисних операцій, що призводить до формування специфічних симптомів: інтрузивних болючих повторювальних спогадів, дисоціативних реакцій, деперсоналізації, дереалізації тощо. Психологічний супровід, згідно з О.Ф. Kernberg, означає:

1) допомогти клієнту опинитися у надійному безпечному середовищі;

2) запрошення клієнта до розповіді про всі наслідки кризової ситуації;

3) заклик до клієнта повторити (заново пережити) кризовий досвід (перегляд) і за допомогою психолога його опрацювати.

О.Ф. Kernberg наголошує на необхідності обертання клієнта до об'єкта страху. Саме тому важливим є психологічний супровід, який обов'язково забезпечується:

– можливістю клієнта самому визначати зміст сесії й дослідженням того, що не дає йому говорити про природу своїх почуттів (витрачання деякого часу на аналіз усіх опорів в умовах повторного переживання травми і всіх загроз, які людина переживає в контексті цього опору);

– поступовим вирішенням другорядних страхів та супроводом клієнта у повторному проживанні важкого досвіду через проявлені психологом розуміння, емпатію й ідентифікацією з переживаннями клієнта;

– сприянням інтеграції переживань клієнта, витримуючи (особливо якщо психолог теж знаходиться у подіях війни або у надзвичайних ситуаціях) розколоті їх аспекти, тоді як сам клієнт неспроможний це зробити [6].

4. Модель структурної кризової психотерапії Д. Старкова [2]. У моделі виділяється поступова девальвація семи функцій менталізації особистості у психотравмі:

1) обезсмищення (девальвація функції надання смислів);

2) часової розірваності (девальвація функції складання цілісного нарративу: у точці травми відбувається «розрив» автобіографічного часу);

3) розщеплення (девальвація функції «зв'язування» негативних та позитивних боків досвіду в діалектичне ціле);

4) регресії (девальвація функції рефлексивності – здатності осмислювати свій досвід з позиції спостерігача);

5) дихотомія (девальвація функції континуального бачення світу);

6) заціпеніння (девальвація функції менталізації «закінчення» травматичної події, через що психіка продовжує знаходитися в режимі гіперактивації);

7) відчуження (девальвація функції менталізації можливості довірливих та підтримуючих стосунків).

Етапи психотерапії психічної травми послідовно включають процеси відновлення відповідних функцій менталізації, а саме:

– процес побудови контакту (процес відновлення функції менталізації довіри);

– процес нормалізації (відновлення функції менталізації «закінчення» та можливості розслаблення);

– процес афірмації (відновлення функції менталізації «кольорового» континуального «бачення» світу);

– процес рефлексивності;

– процес діалектизації;

– процес інтеграції досвіду;

– процес екзистенціалізації тощо.

Означені процеси допомоги є рекурентними, а не послідовними, тобто йдеться не так про послідовність процесів, як про додавання до попереднього процесу наступного [2].

5. Багатомірна модель «Basic Ph» М. Lahad [7]. Автор виокремлює шість основних ресурсних каналів, із яких складається стиль подолання кризи, а саме:

1) Віра, довіра – вірування, моральні цінності та довіра. Цей спосіб подолання кризи базується на вмінні вірити (у Бога, людей або у самого себе). Важливий сам факт наявності віри. Можна запитати у клієнта: «У що ви вірите?», «Що є символом вашої віри?».

2) Почуття, емоції – у цьому разі стратегія подолання проявляється через емоції: плач, сміх, розмову про свої переживання. Можна запитати: «Що допомагає подолати цю емоцію?», «Як проявляється ваша радість, як люди бачать, що ви радієте?». Після чого закріпити емоцію радості технікою дихання.

3) Соціальна підтримка. Це може бути підтримка друзів, родини, колег або знайомих. Якщо цей канал основний, то можна спитати клієнта: «Що для вас є підтримка від людей?».

4) Уява, творчість, ідеї. Цей спосіб подолання базується на творчих здібностях, завдяки яким можна мріяти, імпровізувати тощо. Або це може бути уява про себе. У цьому разі варто спитати клієнта: «Який у вас образ? Із чого він складається та як проявляється?» Наприклад, відповідь клієнта: «Я – сильна людина», після цього варто відповісти на питання: «Що для вас сила?».

5) Когніція, знання, логіка, реальність, думки. Спосіб подолання кризи через актуалізацію ментальних здібностей, уміння логічно та критично мислити, оцінювати ситуацію, пізнавати нові ідеї, планувати, навчатися, збирати інформацію, аналізувати її та вирішувати поточні питання. Також тут можна задати питання: «За якими ознаками ви розумієте, що людина розумна? Що таке розум для вас? Що таке знання? На що я спроможний?». І після цього зробити техніку дихання.

6) Тіло, тілесні реакції. Спосіб через звернення до фізичної діяльності тіла. Наприклад, через фізичні заняття, прогулянку, походи в гори або фізичну роботу.

«Basic Ph Model» допомагає знайти ресурси, подолати стрес та прийти до внутрішньої стабільності у спосіб з'єднання «Я» і «Світу» [7].

6. Модель множинних репрезентацій «співвіднесення Я зі світом» С. Каліщук [1]. Пси-

хологічний супровід клієнта у кризовому консультуванні зосереджується на аналізі «співвіднесення Я клієнта зі світом». Результатом такого аналізу є знаходження (відкриття, породження) регуляційного смислу та оновлення «картини світу» клієнта (рис. 4).

Означена модель репрезентацій окреслює простір знаходження клієнтом смислів на чотирьох рівнях екзистенції, зокрема на рівнях:

- 1) світу як соціально-культурного контексту та досвіду;
- 2) цінностей життя, цінностей власної феноменології;
- 3) перспективного майбутнього;
- 4) ідентичності («це є Я»).

Елементи піраміди (вершина, кути, ребра, основа, висота) розкривають структуру взаємозв'язків, а саме:

– «Смисл» – Навіщо? Що це для мене значить? Як це мене змінює? Як це мене доповнює? Як збагачує?

– «Соціально-культурний контекст, минуле, досвід, переконання, Я повинен» – Чому? Як правильно?

– «Феноменологія життя, моє життя зараз, Я можу, теперішній час» – Як? Чи можу це? Де?

– «Мої уявлення про майбутнє, ідеї, перспективи, Я хочу» – Куди йти? Чи хочу цього?

– «Це мої думки, звичні (типові) патерни розуміння» – Як інтерпретую? Про що міркую?

– «Це мої переживання, це мої звичні (типові) емоційні патерни» – Що відчуваю? Що мені треба? Що є моєю необхідністю зараз?

– «Це я роблю, звичні поведінкові патерни» – Що я роблю? Як я це роблю?

– «Це є Я, ідентичність» – Хто Я?

– «Я є» – мої ресурсні стани, моє «призначення» у соціальних системах і зв'язках.

– «Мої системи, простір, об'єкти» – Хто? Що?

– «Виклики, кризи» – Що змінилося? Чи є у мене тривога? Чи був у мене вибір? Що я відчуваю: сумніви чи рішучість?

– «Переоцінка, цінності» – Чому це важливо для мене?

Реорганізація смислів клієнта щодо окремої кризової ситуації здійснюється через співвіднесення «я і подія», зокрема через: узнання «мнемічного контексту» становлення пізнавального фільтру; переживання; відкриття парадоксальності наявного змісту суб'єктивного сприйняття; створення нового пізнавального фільтру [1].

Наведені прикладні моделі окреслюють різні грані складно організованої системи психологічного супроводу особистості у кризі. Кожна з наведених граней зображує певний підхід, певну зосередженість на завданнях і є окремим елементом, який несуперечливо доповнює загальну царину психологічного супроводу особистості у кризі.

Висновки з проведеного дослідження.

У кризових ситуаціях людина незалежно від досвіду інших людей зі свого оточення переживає непередбачувану втрату власної здатності використовувати надбані раніше ефективні навички знаходження засобів вирішення проблеми, а також втрату здатності спиратися на персональний досвід подолання труднощів. Кризова оцінка, планування

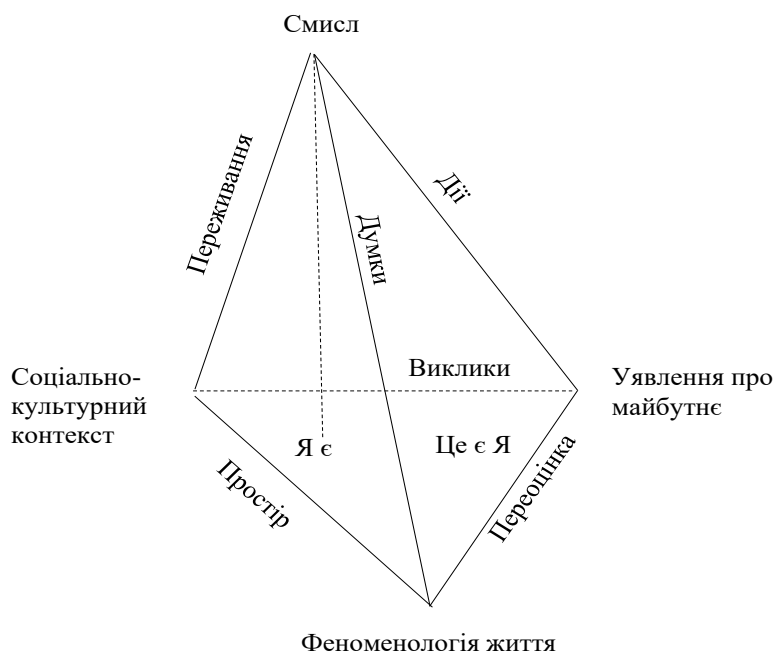


Рис. 4. Модель зв'язків множинних репрезентацій «співвіднесення Я клієнта зі світом»

та допомога в процесі кризового психологічного супроводу зосереджені на безпосередній ситуації клієнта, що включає безпеку та невідкладні потреби, посилення особистих стратегій подолання, побудову позитивної перспективи через знаходження (відновлення, реорганізацію) смислів і вивільнення ресурсів особистості.

Кожна людина носить у собі унікальність і неповторність як внутрішніх завдань, так і індивідуальних засобів опрацювання кризових ситуацій. Однак зовнішні і внутрішні перешкоди, які людина зустрічає на своєму життєвому шляху, мають достатньо типовий, неунікальний характер, що дає змогу психологам напрацьовувати певні моделі кризового консультативного процесу. Діапазон методів і прикладних моделей психологічного супроводу особистості у кризі, по-перше, обмежується професійним досвідом, гнучкістю та сенситивністю психолога, по-друге, залежить від здатності психолога формувати цілісний процес надання допомоги та крок за кроком обстежувати внутрішній досвід особистості клієнта.

Подальший дослідницький інтерес полягає у систематизації алгоритмів кризового втручання, що описують специфіку і порядок дій психолога, визначають місце і засіб (техніку) інтервенції та спрямовані на досягнення результату за скінченну кількість дій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Каліщук С.М. Генеза смислової архітектури свідомості майбутніх психологів-консультантів. Львів : Сполом, 2020. 492 с.
2. Старков Д.Ю., Доронін А.В., Третьяк Ю.А. Модель психологічної реабілітації посттравматичних розладів з опорою на менталізацію. *Психологічний супровід до, під час та після війни: дослідження та ділення досвідом* : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, м. Львів, 14 жовтня 2022 р. Львів, 2022. С. 10–12.
3. Титаренко Т. Соціально-психологічний супровід постраждалих унаслідок травматизації: євроінтеграційні перспективи. *Проблеми політичної психології*. 2022. № 45(48). С. 60–67.
4. Bugental J. *Psychotherapy Isn't What You Think: Bringing the Psychotherapeutic Engagement into the Living Moment*. Zeig Tucker & Theisen Inc; 1st edition, 1999. 278 p.
5. James R.K., Gilliland B.E. *Crisis Intervention Strategies* (5th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole. 2004. 267 p.
6. Kernberg O.F. The suicidal risk in severe personality disorders: Differential diagnosis and treatment. *Journal of Personality Disorders*. The Guilford Press. 2001. № 15(3). P. 195–208. DOI: 10.1521/pedi.15.3.195.19203.
7. Lahad M. *The «BASIC PH» Model of Coping and Resiliency – Theory, Research and Cross-Cultural Application*. London, 2017. 304 p.
8. Wang D., Gupta V. *Crisis Intervention*. URL: <https://www.statpearls.com/ArticleLibrary/viewarticle/105826>.

ОСОБЛИВОСТІ РІЗНИХ КАТЕГОРІЙ КОРИСТУВАЧІВ КІБЕРПРОСТОРУ: САНОЦЕНТРИЧНИЙ ПІДХІД

CHARACTERISTICS OF DIFFERENT CATEGORIES OF CYBERSPACE USERS: A SANOCENTRIC APPROACH

Автором зазначено, що вплив віртуального спілкування на користувачів призводить до негативних наслідків та може стати тригером соціально-деструктивних форм поведінки. Наголошено на важливості кардинальної зміни сучасних підходів до системного трактування психологічного здоров'я, психологічної допомоги та реабілітації користувачів кіберпростору відповідно до саноцентричного підходу. Виявлено, що респонденти, які не схильні до інтернет-залежності, оптимістичні, соціально активні і позитивно налаштовані до інших людей, мають друзів, у тому числі протилежної статі. Інша категорія респондентів, схильних до інтернет-залежності, отримують у соціальних мережах можливість відчутти наявність великої кількості друзів, залученості до групи, але простежується їхня нездатність і активне небажання відволіктися навіть на короткий час від Інтернету. Встановлено, що респонденти із незначним залученням до соціальних мереж демонструють низку неблагополучних ознак: ізольованість і фрустрованість у міжособистісних взаєминах, обмеженість довірчих стосунків, залежність від оцінок навколишніх; незадоволеність собою та неприйняття негативних моментів власного досвіду. З'ясовано, що у респондентів з високим рівнем інтернет-залежної поведінки показник за шкалою «керування середовищем» суттєво менший за показник шкали «особистісний ріст» і параметр «автономія». Для превенції і корекції інтернет-залежності автором було використано саноцентричний підхід під час формулювання рекомендацій.

Ключові слова: кіберпростір, інтернет-залежність, соціалізація, соціальна мережа,

саноцентричний підхід, абілітація, реабілітація, ортобіоз.

The author states that the influence of virtual communication on users leads to negative consequences and can become a trigger for socially destructive forms of behavior. The importance of a radical change in modern approaches to the systemic interpretation of psychological health, psychological assistance and rehabilitation of cyberspace users in accordance with the a sanocentric approach is emphasized. It was found that respondents who are not prone to Internet addiction, are optimistic, socially active and have a positive attitude towards other people, have friends, including those of the opposite sex. Another category of respondents prone to Internet addiction gets the opportunity to feel the presence of a large number of friends, involvement in a group, an inability and active reluctance to be distracted from the Internet even for a short time in social networks. It was established that respondents with little involvement in social networks demonstrate a number of unfavorable signs: isolation and frustration in interpersonal relationships, limited trust relationships, dependence on the evaluations of others; dissatisfaction with oneself and rejection of negative aspects of one's own experience. It was found that respondents with a high level of Internet-dependent behavior have a significantly lower score on the "Environment Management" scale than the score on the "Personal Growth" scale and the "Autonomy" parameter. For the prevention and correction of Internet addiction, the author used a sanocentric approach when formulating recommendations.

Key words: cyberspace, Internet addiction, socialization, social network, sanocentric approach, rehabilitation, rehabilitation, orthobiosis.

УДК 159.923:004.738.5-021.462
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.24>

Коваль Г.Ш.

к.психол.н.,
доцент кафедри диференціальної та спеціальної психології факультету психології та соціальної роботи
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Вступ. Інтернет-комунікації за останні десятиліття перетворилися на самостійного і незалежного учасника соціалізації. Вплив віртуального спілкування на користувачів призводить до негативних наслідків та є пропагандою соціально-деструктивних форм поведінки. Будь-яка форма залежності, і особливо кібер, впливає на психологічний стан користувачів. Міра інтернет-залежності позначається на життєдіяльності значної кількості користувачів соціальних мереж. Проблема гармонійного розвитку особистості та її реадaptaції до умов соціально активної життєдіяльності, реабілітації та абілітації після залучення в кіберпростір є надзвичайно важливою у XXI столітті. **Актуальність дослідження** зумовлена необхідністю кардинальної зміни сучасних підходів до системного трактування психологічного здоров'я, психологічної допомоги та реабілітації користувачів кіберпростору.

Мета дослідження, ґрунтуючись на методологічних засадах реабілітаційної психології, – розкрити особливості різних категорій користувачів кіберпростору та сформулювати рекомендації в межах саноцентричного підходу. Для досягнення визначеної мети потрібно вирішити такі завдання: проаналізувати науково-методичну літературу з вибраної проблематики; окреслити методологію дослідження; проаналізувати результати дослідження психологічних проявів надмірної залученості різних категорій користувачів кіберпростору до соціальних мереж; розробити рекомендації для мінімізації деструктивних впливів.

Матеріали та методи. В емпіричному дослідженні психологічних проявів надмірної залученості до соціальних мереж взяли участь 150 осіб. Із них діти підліткового віку, старшокласники та студенти. Кожна з вікових підгруп становила 50 осіб. Всі вони є активними користувачами соціальних мереж.

Тест К. Янг на інтернет-залежність (в оригіналі «Internet Addiction Test» – тест на інтернет-адикцію) являє собою інструмент самодіагностики патологічної пристрасі до Інтернету (незалежно від форми цієї пристрасі), хоча сама діагностична категорія інтернет-адикції досі остаточно не визначена. У методиці виявляється залежність по 3 основних складниках: нарощування часу, проведене за монітором комп'ютера; зміна поведінки людини (замкнутість, відсутність бажання реального спілкування); погіршення самопочуття (біль в очах, втома, відсутність фізичної активності).

Тест розроблений для визначення наявності й тяжкості залежності, виявляє неконтрольоване користування Інтернетом та оцінює симптоми залежності. Він охоплює 20 питань, кожне з яких оцінюється за 5-бальною шкалою (дуже рідко, інколи, часто, дуже часто, завжди). Максимальний бал дорівнює 100. Тест на інтернет-залежність включає такі діапазони балів: 0–30 балів – нормальне використання Інтернету; 31–49 балів – легкий ступінь інтернет-залежності; 50–79 балів – помірний ступінь інтернет-залежності; 80–100 балів – надмірне користування Інтернетом. Методика була використана для підтвердження факту наявності проблеми інтернет-залежності, вона не дає якісь унікальні характеристики.

Опитувальник «Когнітивні спотворення в ході інтернет-спілкування» І. Лучінкіної включає у себе 40 питань з варіантами відповідей, які об'єднані в десять блоків згідно з когнітивними помилками за моделлю А. Бека: дихотомічне мислення, катастрофізація, знецінення позитивного, емоційне обґрунтування, навішування ярликів, уявний фільтр, читання думок, персоналізація, що повинно бути, надгенерація.

Методика «Автопортрет». Тест «Автопортрет» розроблений Р. Бернсом і призначений для визначення індивідуально-типологічних особливостей людини, її уявлень про свою зовнішність, ставлення до неї.

Самоактуалізаційний тест (САТ) складається зі 126 пунктів, які побудовані за принципом вимушеного вибору. Всього тест містить дві основні шкали: шкалу підтримки і шкалу компетентності в часі, а також 12 додаткових: шкалу гнучкості поведінки, ціннісних орієнтацій, спонтанності, сенситивності до себе, самоповаги, уявлень про природу людини, самоприйняття, синергії, контактності, прийняття агресії, креативності і пізнавальних потреб.

Методика К. Ріфф «Шкали психологічного благополуччя» складається з шести шкал, які є показниками рівня психологічного благополуччя: особистісне зростання, позитивні стосунки з оточуючими, цілі у житті, керування оточенням, автономія, самоприйняття.

Результати та їх обговорення. Проілюструємо результати по тесту на інтернет-залежність К. Янг на рис. 1.

Аналізуючи результати тесту К. Янг, можна зробити висновок, що 55% випробовуваних абсолютно не схильні до інтернет-залежності. Сума балів, отримана у відповідях цих респондентів, відповідає рівню звичайного користувача Інтернету, який вміє себе контролювати. Респонденти, які не схильні до інтернет-залежності, оптимістичні, соціально активні і позитивно налаштовані до інших людей, мають друзів, у тому числі протилежної статі. Комп'ютер для них – різновид хобі: вони можуть цікавитися пошуком у віддалених базах даних для отримання будь-якої інформації, навчання, в пізнавальних цілях, або, наприклад, грати в рольові групові гри [1, с. 127].

Таблиця 1

Емпірична модель дослідження

Показники	Критерії	Методики дослідження
Залежність	рівень інтернет- залежності	тест на інтернет-залежність К. Янг в адаптації В. Лоскутової
Сприймання	дихотомічне мислення, емоційне обґрунтування, навішування ярликів, персоналізація	опитувальник «Когнітивні помилки в ході інтернет-спілкування» І. Лучінкіної
Уявлення людини про себе	зображення тіла та його окремих частин, манера малювання	методика «Автопортрет» Р. Бернса в адаптації О. Потьомкіної
Переважаюча спрямованість	орієнтація в часі, підтримка, ціннісна орієнтація, гнучкість поведінки, сензитивність, самоповага, самоприйняття уявлення про природу людини, прийняття агресії, контактність, пізнавальні потреби	самоактуалізаційний тест (САТ) Е. Шодрома в адаптації Л. Гозман, М. Кроз
Суб'єктивне відчуття самотності	позитивні відносини зі своїм оточенням, автономія, управління середовищем, особистісне зростання, цілі у житті, самоприйняття	опитувальник К. Ріфф «Шкала психологічного благополуччя»

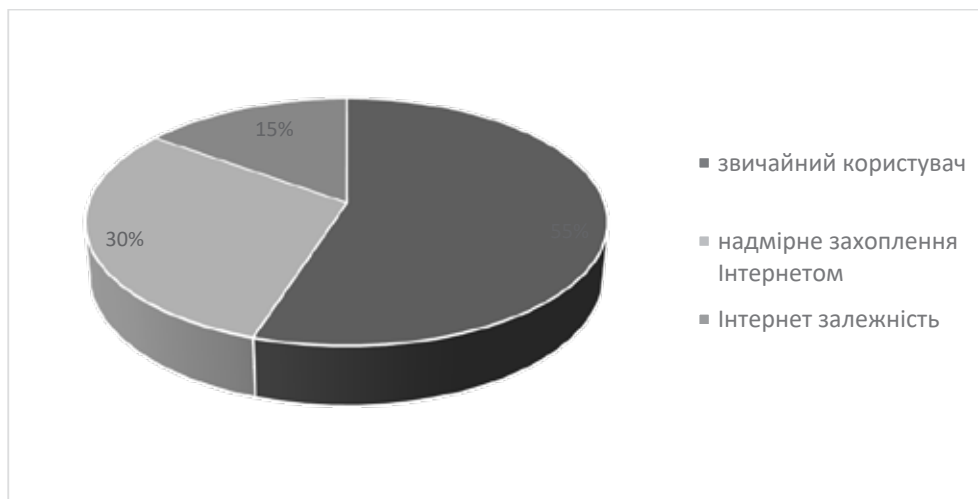


Рис. 1. Рівень інтернет-залежності за результатами тесту К. Янг, у %

Надмірне захоплення Інтернетом виявлено у 30% респондентів. Сума балів, отримана у відповідях, свідчить про можливість виникнення проблем і говорить про схильність до розвитку комп'ютерної залежності. Респонденти, схильні до інтернет-залежності, використовують Інтернет в основному в комунікативних цілях – для спілкування, знайомства з іншими людьми, відпочинку. Соціальні мережі дають респондентам можливість відчувати, що у них багато друзів, що вони можуть відчувати себе частиною групи, розповідати про те, що зачіпає їх – може проявляти себе так, як у житті поки що складно. У світі Інтернету немає строго певних норм і правил, тут кожен може здаватися (або бути?) тим, ким хоче, і це дозволяє респонденту відчувати себе абсолютно вільним, розкутим, безкарним і навіть всемогутнім.

Високі показники рівня інтернет-залежності виявлені у 15% респондентів. Високий рівень інтернет-залежності виражається в щоденному відвідуванні більшістю опитаних Інтернету, перевищенні запланованого часу відвідування Інтернету (у середньому 10–20 годин на тиждень), нехтуванні особистими справами в зв'язку з перебуванням в Інтернеті [6, с. 97–98].

У інтернет-залежних респондентів відзначаються нездатність і активне небажання відволіктися навіть на короткий час від Інтернету, а вже тим паче припинити роботу в мережі. У разі вимушеного відволікання від Інтернету виникають роздратування, нав'язливі роздуми про Інтернет в такі періоди. Інтернет-залежні прагнуть проводити за роботою в Інтернеті все більше часу, вони не здатні спланувати час закінчення конкретного інтернет-сеансу.

Можливо, зростання поширеності інтернет-залежності пов'язане з характеристиками вибірки, однак не можна виключити наро-

стання поширеності такої форми поведінкової залежності, що може бути зумовлено розширенням доступності Інтернету і значним збільшенням пропозицій різних комп'ютерних ігор і соціальних мереж.

Дослідження рівня самоактуалізації у респондентів проведено за допомогою методики САТ. Результати представлені в таблиці 2.

Респондентам, що живуть в основному майбутнім, притаманний страх за своє життя. Респонденти з невисоким рівнем самоактуалізації співвідносять минуле і майбутнє із сьогоденням. Така особа може орієнтуватися тільки на майбутнє або тільки на сьогодення, цілі не пов'язані з поточною діяльністю, а минулий досвід мало впливає на поведінку. Респонденти не живуть «тут і зараз», не усвідомлюють сенс і значимість здійснюваних дій, здійснюють вчинки несвідомо, а під тиском зовнішніх обставин [2, с. 7–8].

Самоактуалізований респондент (високий бал за шкалою переважає у групі студентів) правильно орієнтований у часі, розглядає його в єдності минулого, сьогодення і майбутнього. Такі респонденти не відкладають життя на завтра, не грузнуть у минулому, а живуть у сьогоденні, сприймаючи його, проте в єдності з минулим і майбутнім. Респонденти, компетентні в часі, відрізняються від несамоактуалізованої особистості тим, що менш обтяжений почуттями провини, жалем, образами, що йдуть з минулого. Їхні надії розумно пов'язані з поставленими натеper цілями. Їхня віра в майбутнє спирається на реалістичні плани.

Респонденти з високим балом (більшість з групи студентів) схильні до зовнішнього впливу, вільні у виборі. Для самоактуалізованої особистості характерно певне співвідношення орієнтації на себе і орієнтації на інших. Деякою мірою ці респонденти чутливі до схвалення, прихильності, доброго стосунку людей, але

Таблиця 2

Результати дослідження самоактуалізації у респондентів з різним рівнем інтернет-залежної поведінки

Шкали	рівень								
	високий, %			середній, %			низький, %		
	підлітки	старшоклас.	студ.	підл.	старш.	студ.	підл.	старш.	студ.
Орієнтація в часі	20	30	50	30	20	35	50	50	15
Підтримка	15	20	40	55	35	40	30	45	20
Ціннісні орієнтації	30	20	60	45	40	25	25	40	15
Гнучкість поведінки:	10	15	40	45	40	50	45	45	10
Сенситивність	55	35	35	20	15	40	25	50	25
Спонтанність	45	35	50	35	40	35	20	25	15
Самоповага	15	20	40	30	35	40	55	45	20
Самоприйняття	15	10	50	30	30	35	55	60	15
Уявлення про природу людини	5	15	30	15	20	45	80	65	25
Синергія	20	30	50	50	30	25	30	40	25
Прийняття агресії	20	10	35	50	50	35	30	40	30
Контактність	20	45	50	30	20	40	50	35	10
Пізнавальні потреби	30	20	45	55	50	45	15	30	10
Креативність	10	20	60	35	45	20	55	35	20

набагато менше, ніж особистість, спрямована тільки на інших. Вони вільні, але їхня свобода не є результатом боротьби з іншими. Вони у своїх вчинках спираються на власні почуття і думки, критично сприймає вплив зовнішніх обставин і творчо розширює нечисленні початкові принципи, які є керівними.

Респондентам з низькими балами за шкалою властива «спрямованість на зовні», мають зовнішню підтримку, більшою мірою схильні до впливу зовнішніх сил. Їхня поведінка більше орієнтована на думку інших, а не власних, схвалення інших людей стає вищою метою. Такого респондента характеризує ненаситна потреба в прихильності, в упевненості, що його люблять [4, с. 37].

Високий бал за шкалою (група студентів) означає, що вони дотримуються ідеалів, цінностей. Низький бал означає (група підлітків та старшокласників), що респонденти відкидають принципи. Твердження, за допомогою яких оцінюється цей параметр, використовуються і у разі визначення інших характеристик самоактуалізації особистості.

Високий бал (група студентів) відображає здатність респондентів швидко реагувати на мінливу ситуацію, їх розумність у разі застосування деяких стандартних принципів. Низький бал (група підлітків та старшокласників) означає догматизм, що виявляється в тому, що

вони дуже жорстко дотримуються загальних принципів.

Висока оцінка (група підлітків та старшокласників) означає високу порівняно з іншими чутливість до власних переживань і потреб. Низька оцінка (група студентів) передбачає бездушність.

Висока оцінка, характерна для всіх трьох груп, означає високу порівняно з іншими чутливість до власних переживань і потреб, що є типовим для респондентів.

Висока оцінка (група студентів) означає, що респонденти приймають себе такими, якими вони є, з усіма своїми недоліками і слабкостями. Самоприйняття досягти важче, ніж самоповаги. У груп підлітків та старшокласників виявляються низькі бали.

Більшість представників групи студентів вважають, що в природі людини співіснують добро і зло, безкорисливість і користолюбство, бездушність і чутливість. Низький бал у представників груп підлітків та старшокласників означає, що випробуваний вважає людину по суті поганою, зло – це найхарактерніша властивість для природи людини.

Висока оцінка переважає у респондентів з групи підлітків та студентів, означає здатність людини усвідомлено пов'язувати суперечливі життєві явища. Низький бал у респондентів з групи старшокласників означає, що життєві

протиріччя сприймаються респондентами як антагоністичні.

У разі низького рівня (група підлітків та старшокласників) зазвичай респонденти намагаються приховати цю якість, відмовитися від агресії, придушити її у собі. У разі високого рівня розуміють, що агресивність і гнів властиві природі людини і можуть проявлятися в міжособистісних контактах.

Розвинена творча спрямованість особистості у представників групи студентів, слабкий творчий потенціал у представників груп підлітків та старшокласників [5, с. 87].

Таким чином, за всіма показниками самоактуалізації у більшості респондентів груп підлітків та старшокласників низькі значення, подібні дані можуть бути наслідком того, що самоактуалізація ще тільки почала розвиватися у підлітків, які перебувають якраз у віці, коли цей процес стає можливим. Високі показники характерні виключно представникам групи студентів. Тобто чим менше проблем у респондентів з надмірним залученням до соціальних мереж, тим вище респонденти відчують нерозривність минулого, сьогодення і майбутнього, тим більше прагнуть керуватися в житті власними цілями, переконаннями, установками і принципами, тим більше у них розвинена саморегуляція і рефлексія, здатність природно і розкуто демонструвати оточуючим свої емоції, більш позитивно оцінюють природу людини, тим більше контролюють своє роздратування, гнів і агресивність, більше здатні до встановлення глибоких і тісних емоційно насичених контактів з людьми, більше прагнуть до придбання знань про навколишній світ і творчості.

Розглянемо результати за методикою «Автопортрет». Респонденти, у яких надмірне залучення до соціальних мереж, схильні не малювати свою фігуру, позаяк це може бути пов'язано з негативними емоційними переживаннями з приводу своєї ваги, на підсвідомому рівні відбувається емоційне відкидання свого тіла. Можливо, ухилення від зображення свого тіла пов'язане з тим, що вимоги соціальних мереж є психотравмуючим фактором. Такі респонденти, в основному, малюють себе схематично, а респонденти з незначним залученням до соціальних мереж – реалістично. З огляду на вищевказане, можна говорити про порушення, спотворення образу тіла (тілесного, фізичного «Я») у респондентів з надмірним залученням до соціальних мереж. Подібну ж тенденцію можна виявити і у респондентів з групи підвищеного залучення. Не можна стверджувати, що респондентам з помірним залученням до соціальних мереж властиве спотворення образу тіла, не такою ж мірою, як респондентам з надмірним залученням до соціальних мереж.

Незважаючи на це, можна стверджувати, що респондентам з надмірним залученням до соціальних мереж властивою є виразна тенденція спотворення образу тілесного «Я», що, своєю чергою, знову підтверджує обґрунтованість визначення цих осіб до групи підвищеного ризику з виникнення порушень соціальної поведінки. Зацікавила відмінність між респондентами з різним рівнем залученості до соціальних мереж за показником «метафоричне зображення». Варто сформулювати припущення: у власному автопортреті респонденти бачать тільки один аспект і це – їхня зовнішність. Респонденти з незначним залученням до соціальних мереж у цьому сенсі показують, мають більшу гнучкість, сприймаючи свій «автопортрет» більш багатозначно: 10% з них зобразили себе як свій характер, настрій, улюблену справу або місце в житті, вказавши таким чином на внутрішній світ. Також можна стверджувати, розглядаючи факт про те, що тілесне, фізичне «Я» посідає важливе місце в їхній Я-концепції, респонденти з надмірним залученням до соціальних мереж зосереджені на своїй зовнішності.

Цілісність і гармонійність образу «Я» у респондентів досить рідкісне явище, незалежно від того, якого типу інтернет-залежної поведінки дотримуються. Так, незначні відхилення можливі й в групі респондентів, які не проявляють інтернет-залежної поведінки. Чим сильніше проявляється інтернет-залежна поведінка, то більшими є зміни в образі «Я» респондента.

Досить висока вірогідність різниці визначена за показником «наявність рота» між групою старшокласників і групою студентів. Така увага до рота у респондентів зі значною залученістю до соціальних мереж може бути пов'язана з тим, що у них є присутнім особливе ставлення до комунікації, до інтернет-залежної поведінки. Можливо, обмежуючи себе в їжі, респонденти, незважаючи ні на що, багато думають про спілкування у соціальних мережах, зберігаючи до нього величезний інтерес.

Розглянемо докладніше аналізовані показники (табл. 3).

Визначено достовірні відмінності між групами підлітків та студентів за показником «наявність вії». Можна зробити висновок, що респонденти із незначним залученням до соціальних мереж здатні підкреслювати своє прагнення бути привабливими, що не є властивим для респондентів зі значним залученням до соціальних мереж.

Цікавими також є відмінності за показником «наявність рук» між групами підлітків та студентів. Руки, своєю чергою, символізують контакт з навколишнім світом, певну активність. Отже, можна вважати респондентів із незначним залученням до соціальних мереж більш

Таблиця 3

Показники за методикою «Автопортрет», у %

Показники	Діти підліткового віку	Старшокласники	Студенти
Зображення в повний зріст	30	40	40
Зображення у вигляді одного обличчя	70	50	50
Схематичне зображення	60	40	20
Зображення у вигляді бюсту	15	15	10
Метафоричне зображення	5	0	10
Реалістичне зображення	35	55	70
Наявність очей	100	100	100
Наявність рота	95	100	90
Наявність носу	100	95	90
Наявність вії	55	80	70
Наявність брів	70	90	90
Наявність вух	45	30	70
Наявність ніг	15	30	35
Наявність рук	25	40	20

активними стосовно зовнішнього світу. Також є відмінності за показником «наявність ніг» між групами підлітків та студентів. Ноги є символом опори і стійкості. Отже, можна стверджувати, що респондентам зі значним залученням до соціальних мереж властиве почуття нестійкості, у них відсутня опора в навколишньому світі. Оскільки емоції впливають на всі сфери життя респондентів, у тому числі і на залучення до соціальних мереж.

Для емпіричного аналізу особистісного аспекту самотності використано субшкалу «Автономія» опитувальника К. Ріфф «Шкала психологічного благополуччя» (ШПБ), адаптованого до вітчизняних реалій С. Карскановою.

Серед шести факторів психологічного благополуччя, що вимірюються ШПБ, найвищі показники мають фактори «особистісне зростання» і «цілі у житті», а найнижчі – «управління середовищем» і «автономія». Тобто найбільше сприяють психологічному благополуччю респондентів відчуття безперервного саморозвитку, відстежування власного особистісного зростання і самовдосконалення з перебігом часу, реалізація свого потенціалу, відкритість новому досвіду, а також наявність цілей і переживання осмисленості життя, присутність переконань, що додають цілей життю.

Відповідно до представленого розподілу можемо зробити припущення про наявність позитивної динаміки зростання рівня прояву досліджуваних показників. Розглянемо отримані показники в розрізі домінуючого рівня прояву кожного критерію.

Компонент психологічного благополуччя типу «позитивні стосунки» у більшості респондентів розвинений на високому та середньому рівнях, що наголошує на його важливості незалежно від віку. Респонденти підліткового віку

мають низькі показники по шкалі «особистісне зростання», у старшокласників цей критерій відображає позитивну динаміку.

За критерієм «цілі в житті» спостерігаємо тенденцію, що відображає значну кількість респондентів підліткового віку (45%) з низьким рівнем розвитку усвідомлення особистісних прагнень, яка з віком (у студентській групі) зменшиться до 30%. Це свідчить про поступове усвідомлення респондентами власних перспектив та бачень найближчого майбутнього, що може здійснювати позитивний вплив на розподіл власного часу.

Показник «самоприйняття» підтверджує досить рівномірний розподіл по рівнях та групах, що свідчить про проблематичність такого явища. Вибраним групам респондентів властивий недостатній рівень самоприйняття (75%, 70%, 60% сумарно середнього та низького рівнів), що підтверджує відсутність здатності критично реагувати на коментарі в Інтернет-просторі, відстоювати власні кордони, з повагою ставитися до власних почуттів та потреб. Незважаючи на присутність позитивної динаміки, показники є досить деструктивними та потребують психологічної корекції.

Компоненти «управління середовищем» та «автономність» розвинені на середньому рівні у представників усіх груп, проте варто відзначити прояви високого рівня у старшокласників та студентів (по 30%). Такі показники відображають прагнення до відстороненості та створення власного комфортного простору, що досить часто приводить до заглиблення в кіберпростір.

Варто відзначити, що загалом у респондентів відчуття психологічного благополуччя перебуває на середньому рівні, що дозволяє стверджувати про недостатній розви-

**Результати діагностики працівників
за «Шкалою психологічного благополуччя» (ШПБ) К. Ріфф, у %**

Показники	Високий рівень			Середній рівень			Низький рівень		
	підл.	старш.	студ.	підл.	старш.	студ.	підл.	старш.	студ.
Особистісне зростання	15	30	25	35	40	60	50	30	15
Цілі у житті	10	10	20	45	50	45	45	40	30
Позитивні стосунки	50	50	40	45	50	60	5	0	0
Самоприйняття	25	30	40	40	40	50	35	30	10
Управління середовищем	15	25	50	55	50	45	30	25	5
Автономність	20	30	30	50	50	60	30	20	10

Таблиця 5

**Статистика показників психологічного благополуччя
в групах з різним рівнем інтернет-залежної поведінки**

Параметри	високий рівень	середній рівень	низький рівень
Позитивне ставлення	M = 64,2 $\sigma = 3,03$	M = 57,6 $\sigma = 7,49$	M = 54,7 $\sigma = 5,48$
Автономія	M = 68,1 $\sigma = 6,56$	M = 58,6 $\sigma = 6,44$	M = 51,1 $\sigma = 6,63$
Керування середовищем	M = 56,8 $\sigma = 7,95$	M = 60,2 $\sigma = 7,01$	M = 60,1 $\sigma = 4,98$
Особистісний ріст	M = 71,3 $\sigma = 7,77$	M = 61,5 $\sigma = 10,03$	M = 55,7 $\sigma = 4,62$
Цілі в житті	M = 66,1 $\sigma = 9,15$	M = 61,4 $\sigma = 7,89$	M = 61,33 $\sigma = 7,09$
Самоприйняття	M = 61,5 $\sigma = 12,01$	M = 58,7 $\sigma = 8,25$	M = 50,9 $\sigma = 6,49$
Індекс загального психологічного благополуччя	M = 387,9 $\sigma = 39,69$	M = 357,9 $\sigma = 38,02$	M = 333,9 $\sigma = 26,29$

ток незалежності від кіберпростору учасників дослідження. У студентів існують резерви для подальшого зменшення інтернет-залежності (це високий рівень прояву психологічного благополуччя, який перебуває у межах 61–84 балів).

Для виявлення значимих відмінностей між вибраними показниками та рівнем інтернет-залежної поведінки було використано середнє квадратичне відхилення. Це дозволило встановити таке.

Респонденти із незначним залученням до соціальних мереж демонструють низку неблагополучних ознак: ізольованість і фрустрованість у міжособистісних взаєминах, обмеженість довірчих стосунків, залежність від оцінок навколишніх; незадоволеність собою та неприйняття негативних моментів власного досвіду. Вони розуміють обмеженість особистісного розвитку, але це не призводить до соціальних зрушень – у результаті респонденти втрачають інтерес до життя, відчувають нездатність до змін.

В узагальненій структурі психологічного благополуччя представників третьої групи

переважають параметри «керування середовищем» та «цілі в житті». Почуття цілеспрямованості, здатність до контролю зовнішньої діяльності й оточення, ефективне використання наявних можливостей для досягнення поставлених цілей, забезпечують відчуття благополуччя в цій групі. Усереднений профіль психологічного благополуччя у респондентів із середнім рівнем інтернет-залежної поведінки показово рівномірний – без виразних пріоритетів. Компонентна структура психологічного благополуччя в групах має цікаву особливість, важливу з практичної точки зору.

Під час аналізу первинних діагностичних протоколів ми помітили, що у всіх представників групи респондентів з високим рівнем інтернет-залежної поведінки показник за шкалою «керування середовищем» суттєво, на 10–20 балів менший за показник шкали «особистісний ріст» і на 10–15 балів менший за параметр «автономія». У представників групи респондентів з низьким рівнем інтернет-залежної поведінки ситуація протилежна – у 85% випадків показник «керування середовищем» на 10–20 балів перевищує параметр «автоно-

мія». Це спостереження цінне як діагностичний маркер схильності респондентів до зміни соціального оточення.

У разі порівняння респондентів із різним рівнем залучення до соціальних мереж саме за шкалами «керування середовищем» та «цілі в житті» не було виявлено значущих відмінностей між групами. Результати експериментального впливу показують, що ці параметри пов'язані з рівнем соціального самоздійснення і не залежать від того, яким шляхом реалізує особистість свої соціальні домагання [7, с. 44].

«Самотність» як цінність похідна від природної потреби у самоконтролі і самоуправлінні, а також від інтеракційної потреби в автономності і незалежності. Самостійність думки пов'язана з розвитком власної інтелектуальної компетентності та її використанням, а самостійність дії відображає здатність до досягнення цілей. Високий рівень співзалежності у респондентів більш поширений порівняно із високим рівнем протизалежності, а самі вони (співзалежність та протизалежність) є взаємопов'язаними та взаємодоповнюючими характеристиками у структурі особистості та її поведінці. Найпоширенішим є середній рівень виявлення обох характеристик міжособистісних стосунків [3, с. 279].

Обговорення. Психологічна саноцентрична модель орієнтується на індивідуальні ресурси і можливості людини, здатність до адаптації, самореалізації, самовдосконалення, розвитку, що свідчить про розуміння «здоров'я від здоров'я», тобто тяжіння визначення психічного здоров'я у бік психологічного складника. Це є результат холистичного погляду на людину, що спонукає до вивчення психічного здоров'я як інтегральної психологічної характеристики особистості. Цілісність саноцентричного підходу характеризується як фізіологічне, психологічне та соціальне явище, починаючи з дисгармонічного функціонування особистості та розглядом ортобіозу як стратегії подолання зазначеної дисгармонії. Для превенції та корекції інтернет-залежності доцільно використовувати саноцентричний та ортобіотичний підходи з опором на такі рекомендації.

Визнання наявності проблеми як перший крок до позбавлення від залежності. Визнати, що розрядження телефону стає чинником панічних станів. Зменшити кількість повідомлень у месенджерах та соціальних мережах. Виключити повідомлення, які не несуть корисної інформації, відволікаючи від термінових речей. На початку виконання важливої роботи або завдання налаштувати свій мозок на роботу. Щоб повідомлення не відволікали, доцільно відписатися від непотрібного контенту, обмежившись 3 або 5 найважливішими з них; деінсталювати непотрібні програми –

на гаджетах повинні міститися тільки потрібні додатки.

Визначення часу для використання гаджетів. Для цього важливо створити систему. Наприклад, встановити програму для відстеження часу використання гаджету, потім щодня зменшувати його. Головне правило – діяти поступово. Різке зменшення використання телефону може привести до різних виплесків негативних емоцій на найближчому оточенні. Поступове зменшення часу використання смартфона пройде легше. Важливо встановити правила – перевіряти телефон не частіше кілька разів на день і дотримуватися цього. Інший варіант – встановити обмеження на використання найбільш популярних у користувача програм.

Обмежити кількість гаджетів. Велика кількість з них дублює функціонал, проте їх придбання є більше модною тенденцією, ніж реальною необхідністю.

Читати більше. Читаючи паперову версію, немає фактора відволікання на спливаючі вікна. Приділяти більше уваги спорту і друзям.

Використовувати беззвучний режим. У робочий час або в школі варто перевести власний гаджет на беззвучний режим або повністю вимкнути пристрій. Це дозволить заглибитися в робочу атмосферу і буде можливість ефективно виконувати важливі завдання.

Не користуватися телефоном за годину до сну. Доцільно замінити користування телефоном спілкуванням з рідними, обговорити власні інтереси. У цьому випадку нейронні зв'язки встигають відновитися, і людина отримує можливість відпочити від негативних емоцій. Це допоможе забезпечити спокійний сон.

Використовувати класичний будильник. Музика допоможе почати день у гарному настрої, зменшити тривогу. Досить часто люди використовують свій смартфон як будильник. Однак це помилкове рішення. Замість телефону доцільно використовувати традиційний будильник, щоб прокидатися вранці. У користувача не буде можливості перевірити пошту, повідомлення або розсилку.

Створити «зону, вільну від смартфонів». Не використовувати смартфони у спальні. Вибрати кімнату вдома, в якій дозволено використовувати телефон. Це дозволить, наприклад, уникати зловживання смартфонами у спальні. Не перевіряти власний смартфон кожні дві хвилини. Оптимально один раз приділити досить часу гаджету, ніж зробити перерву на пару хвилин. Більшість користувачів прагнуть якнайшвидше відповідати на кожне сповіщення. Проте, щоб дивитися на екран кожні дві хвилини, варто користуватися телефоном рідше, але довше. Доцільно встановити таймер: після завершення часу потрібно відкласти телефон до наступного сеансу. Обме-

жити використання гаджетів у повсякденному житті. Для того щоб позбутися залежності, варто обмежити користування гаджетом у тих сферах, де це можливо.

Шлях обмеження передбачає витримку і дисципліну, скорочення взаємодії з гаджетами буде ефективним тільки в разі комплексного підходу. Якщо впроваджувати кожен пункт частково, є велика ймовірність здобути потрібний результат. Взаємодія з гаджетом не буде каталізатором інтернет-залежності, а перетвориться на плідну співпрацю. Представлені рекомендації є адаптивними для представлених категорій користувачів кіберпростору.

Висновок. Отже, різні категорії користувачів кіберпростору отримують цілий спектр полярних переживань та емоційних станів у соціальних мережах. Це може бути як авторитет і популярність, так і цькування та кібербулінг. Негативні взаємини в Інтернеті, як правило, породжують агресію, страх, порушують психіку і провокують неконтрольовану поведінку. Іноді кіберагресія може протягом тривалого часу не позначатися на поведінці кіберкористувача в реальному житті, що ускладнює її діагностику і розробку можливих превентивних педагогічних і психологічних засобів. Результати досліджень підтверджують одне з найбільш популярних когнітивних спотворень як результат надмірної залученості респондентів до соціальних мереж, суть якого зводиться до того, що те, що у сьогоднішніх реаліях є «помилкою», в момент свого виникнення було, навпаки, способом адаптації і сприяло виживанню. У текстовій комунікації, як у чатах, блогах, форумах, інші можуть дізна-

тися багато інформації про людину, проте вони все одно не можуть бачити або чути її. В умовах, коли у сучасному світі актуальним питанням є надання психологічної допомоги інтернет-залежним користувачам кіберпростору, ефективно проводити превентивну та корекційну роботу на основі методологічних канонів реабілітаційної психології, можливостей психології ортобіозу людини та у межах саноецентричного підходу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бедан В.Б. Переживання самотності як чинник психологічного благополуччя. *Наука і освіта. Науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України*. Одеса, 2015. № 10. С. 121–126.
2. Фатурова В.М. Інтернет-середовище як фактор психологічного розвитку комунікативного потенціалу особистості : автореф. дис. канд. психол. наук : 19.00.07. Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2004. 21 с.
3. Гусейнова Н.О. Зарубіжні та вітчизняні дослідження переживання самотності. *Актуальні проблеми психології. Психологія особистості* : збірник наук. праць Ін-ту психології імені Г.С. Костюка. Київ, 2014. Вип. 11. Ч. 1. С. 277–284.
4. Ілюк О.І. Самотність та сенсорна депривація. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2013. С. 35–38.
5. Олейник Н.О. Внутрішня організація переживання. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, III (34), Issue 69. 2015. P. 83–86.
6. Родіна Н.В., Чернявська Т.Л., Кононенко О.Л. Дослідження психології ортобіозу людини. Київ : Видавництво Ліра-К., 2021. 234 с.
7. Юр'єва Л.Н., Болбот Т.Ю. Комп'ютерна залежність: формування, діагностика, корекція і профілактика. Дніпропетровськ : Пороги, 200. 196 с.

РОЛЬ ПСИХОЛОГА У ЖИТТІ ЛЮДИНИ, ЯКА БОРЕТЬСЯ З АЛКОГОЛЬНОЮ ТА/АБО НАРКОТИЧНОЮ ЗАЛЕЖНІСТЮ

THE ROLE OF A PSYCHOLOGIST IN THE LIFE OF A PERSON STRUGGLING WITH ALCOHOL AND/OR DRUG ADDICTION

У статті представлено теоретичний аналіз ролі психолога у житті людини, яка бореться з алкогольною та/або наркотичною залежністю.

Установлено, що зловживання психоактивними речовинами є одним із найпоширеніших захворювань сучасності, яке вимагає серйозного підходу до лікування і застосування цілого комплексу заходів. Окрім медикаментозної підтримки, люди із залежністю також потребують психологічної допомоги. Мета дослідження – визначити роль психолога у житті людини, яка бореться з алкогольною та/або наркотичною залежністю.

Визначено, що вирішити проблему залежності від психоактивних речовин можна лише комплексно, а психологи відіграють важливу роль у цьому процесі. Вони допомагають у розвитку необхідних життєвих навичок, таких як прийняття рішень, ефективне спілкування та задоволення основних особистих і соціальних потреб.

Обов'язки психолога в лікуванні залежності поділяють на декілька напрямів: оцінка та діагностика, планування лікування, терапевтичні втручання, моніторинг і подальше спостереження. Психологи допомагають вирішити супутні психічні захворювання, які можуть сприяти або бути результатом залежності.

Допомога психолога відбувається у двох формах: безпосередньо індивідуальна робота із залежною особою та групові заняття з особами, які мають подібні проблеми.

Робота психолога в реабілітаційному процесі також передбачає закріплення психологічних тригерів, які допомагають успішно боротися з підсвідомими залежними установками особистості. Професійна допомога психолога прискорює процес відновлення пацієнта, мотивуючи його на позитивні зміни.

Роль психолога в лікуванні залежності полягає у: виявленні причин уживання психоактивних речовин та допомозі пацієнтові зрозуміти, що це лише погіршить ситуацію; формуванні впевненості в собі, оскільки більшість залежних не вірять в успішний результат; визначенні рушійних мотивів, що спонукають людину до дії та допомагають скоригувати її поведінку; установленні соціальних зв'язків і навичок здорового спілкування; допомозі пацієнту в пошуку життєвих цілей та планів на майбутнє.

Ключові слова: залежність, алкоголізм, наркоманія, терапія, психолог, психологічна реабілітація.

The article presents a theoretical analysis of the role of a psychologist in the life of a person struggling with alcohol and/or drug addiction.

It has been established that substance abuse is one of the most common diseases of our time, which requires a serious approach to treatment and the use of a whole range of measures. In addition to medication support, people with addiction also need psychological help. The purpose of the study is to determine the role of a psychologist in the life of a person struggling with alcohol and/or drug addiction.

It is determined that the problem of substance dependence can only be solved comprehensively, and psychologists play an important role in this process. Psychologists help in the development of essential life skills, such as decision-making, effective communication, and meeting basic personal and social needs.

The responsibilities of a psychologist in addiction treatment are divided into several areas: assessment and diagnosis, treatment planning, therapeutic interventions, monitoring and follow-up. Psychologists help to resolve concomitant mental illnesses that may contribute to or result from addiction.

Psychologist's help comes in two forms. Directly individual work with an addicted person and group sessions with people who have similar problems.

The work of a psychologist in the rehabilitation process also involves the consolidation of psychological triggers that help to successfully combat the subconscious dependent attitudes of the individual. Therefore, the professional help of a psychologist accelerates the patient's recovery process by motivating him or her to make positive changes.

Therefore, the role of a psychologist in the treatment of addiction is as follows: identifying the causes of substance use and helping the patient understand that it will only worsen the situation; Building self-confidence, as most addicts do not believe in a successful outcome; Identifying the driving motives that motivate a person to act and help correct their behavior; Establishing social connections and healthy communication skills; Helping the patient find life goals and plans for the future.

Key words: addiction, alcoholism, drug addiction, therapy, psychologist, psychological rehabilitation.

УДК 159.964.2:616.89-008.441.3
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.25>

Козира П.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри практичної психології
Львівський державний університет
внутрішніх справ

Зараз спостерігається збільшення кількості осіб із залежністю від психоактивних речовин. Зростання кількості хворих на наркоманію та алкоголізм відбувається як за рахунок осіб, які лише почали систематично вживати психоактивні речовини, так і у зв'язку з недостатньою ефективністю лікування хворих на наркоманію та алкоголізм. Уважається, що наркома-

нія та алкоголізм – це хронічні захворювання, що викликаються систематичним зловживанням різними психоактивними речовинами [5, с. 234].

Залежність має руйнівні наслідки для людини, а також для її сім'ї, громади та суспільства у цілому. Саме тому залежність від психоактивних речовин є серйозною про-

блемою громадського здоров'я, яка впливає на мільйони людей у всьому світі. Це зумовлює потребу суспільства у пошуках ефективних заходів щодо профілактики та превенції хімічних адикцій, зокрема алкоголізму та наркоманії.

У кожній державі боротьба із цією проблемою ведеться за своєю індивідуальною методикою. Наприклад, у США найпопулярнішою вважається допомога психолога, метою якої є переконати залежну особу та усунути у неї потяг до вживання психоактивних речовин. Оскільки алко- та наркозалежні – це люди, які мають психологічні проблеми, вони у будь-який спосіб намагаються уникнути реальності та, відповідно, вирішення проблеми вживання. Тому реабілітаційна робота з психологом може відіграти ключову роль у поліпшенні стану залежного, адже безпосередньо психологічна допомога сприяє усвідомленню наявності проблеми, прийняттю рішення розпочати лікування та подальшої реабілітації, що дасть змогу жити у тверезості. Саме у цьому починанні супровід психолога може призвести до колосальних результатів [6, с. 1114; 7, с. 536; 8, с. 780].

В Україні психологи також відіграють важливу роль у постмедикаментозній реабілітації осіб з алкогольною залежністю, як в умовах стаціонарного відділення, так і під час амбулаторного лікування чи приватної практики.

У вітчизняній психології комплексні дослідження психологічної реабілітації при алкоголізмі та наркоманії зустрічаються вкрай рідко, тому дослідження ролі психолога у боротьбі із цими адикціями є актуальними.

Мета дослідження – дослідити роль психолога в житті людини, яка бореться з алкогольною та/або наркотичною залежністю.

Психологічний підхід до розуміння сутності та природи залежності від психоактивних речовин полягає у розгляді даного феномену в тісному взаємозв'язку з проблематикою захисно-власної поведінки особистості в умовах стресу [13, с. 2]. Установлено, що людина переходить від епізодичного та невмотивованого споживання психоактивних речовин до мотивованого, частого та регулярного одночасно з переживанням будь-якого кризового періоду, що потребує трансформації системи цінностей, моделей поведінки, діяльності, відносин [9, с. 86; 14, с. 467]. Особа, нездатна до ефективного подолання кризи, відчуває інтенсивну психоемоційну напругу, викликану неможливістю задоволення актуальних потреб, редукція якого найчастіше здійснюється за допомогою деструктивних форм поведінки. Стрес-редуюча дія алкоголю або наркотиків проявляється у трансформації способу інтерпретації проблемної ситуації, що створює ілюзію її вирішення. Таким чином,

формується адиктивний копінг-варіант, метою якого є не усунення стресора, а досягнення штучного полегшення емоційного стану. А проблемна вирішальна активність особистості проявляється лише в аспекті алкоголізації та наркоманії (пошук психоактивних речовин та їх уживання), стосовно потенційно фруструючих завдань закріплюється виражена пасивна позиція [10, с. 112].

Тобто залежність від психоактивних речовин призводить до глибоких змін особистості та інших психічних розладів, що змінює структуру Я-концепції, змінює світосприйняття і самовідчуття особистості. Тому до цієї проблеми потрібний комплексний підхід, а психологічний етап реабілітації є найважливішим складником цього процесу, оскільки людина, що прийняла рішення змінити своє життя та повернутися у звичний світ, позбавлений залежності та проблем, пов'язаних із прийняттям психоактивних речовин, ще довго буде потребувати допомоги та підтримки.

Основне завдання психолога полягає у допомозі в розвитку необхідних життєвих навичок, таких як прийняття рішень, ефективне спілкування, які сприяють задоволенню базових особистісних і соціальних потреб [2].

Як і в інших психологічних дослідженнях, які так чи інакше стосуються окремої особистості, так і в роботі із цією проблемою важливі індивідуальний підхід і чітке розуміння того факту, що підганяти залежного під якусь класифікацію неможливо. Тому в практичній роботі з наркоманами та алкоголіками варто розглядати особистість залежного як цілісну, неповторну систему. Також психолог повинен установити терапевтичний альянс, дотримуватися принципів анонімності та конфіденційності, адже залежності байдуже ким ти є [4]. Безпечне середовище, яке створить психолог є однією із заporук успішного консультування [5, с. 292].

Важливо розуміти, що людина, котра довгий час уживала речовини, які впливають на особистість, рідко має поступливу поведінку та бажання співпрацювати. Тому роль психолога надзвичайно важлива, адже після того як вплив алкоголю та наркотиків на людину відсутній, виникає можливість достукатися до його сутності, навести певні аргументи та заохотити провести паралелі між життям у залежності та поза нею [1, с. 67]. Отже, основа психологічної допомоги полягає у мотивуванні, адже саме мотивація дає змогу прискорити процес реабілітації.

Після скоєних залежним чималих помилок, як правило, самоповага, довіра та любов до самого себе не виникають самі по собі, для появи подібних почуттів по відношенню до себе потрібна важка та кропітка робота з психологом, групові тренінги і так само робота з близь-

кими. Дуже важливо відновити це у залежного, оскільки це дасть йому змогу в подальшому зробити крок до змін, з'явиться можливість соціалізації, відновляться взаємини із сім'єю, друзями та суспільством загалом.

Незалежно від віку пацієнта психологічна допомога в реабілітаційний період повинна бути спрямована на досягнення декількох цілей одночасно [12]:

- допомога психолога у боротьбі із залежністю розвиває мотивацію для боротьби з хворобою;

- цілодобове спостереження за пацієнтом дає змогу вчасно скоригувати поведінку хворого на різних етапах реабілітації;

- психологічна допомога фахівця може знадобитися залежному від наркотиків та алкоголю за наявності проблем із законом (співробітники реабілітаційної клініки можуть свідчити в суді про стан пацієнта);

- групова терапія допомагає протягом усього періоду лікування та під час реабілітаційних заходів дає можливість знайти нового себе без наркотиків та алкоголю, побачити своє майбутнє життя без психоактивних речовин.

Тому обов'язки психолога під час роботи із залежністю поділяють на кілька основних напрямів [11, с. 591]:

- оцінка та діагностика: психологи працюють з окремими людьми, щоб оцінити їх уживання психоактивних речовин і пов'язану із цим поведінку, а також діагностувати наявність залежності. Вони враховують історію хвороби людини, сімейний анамнез та інші відповідні чинники, щоб виробити всебічне розуміння проблеми;

- планування роботи: після того як оцінка та діагностика завершені, психологи працюють з особою, щоб скласти індивідуальний план роботи;

- терапевтичні втручання: психологи пропонують низку терапевтичних утручань, щоб допомогти людям подолати свою залежність та досягти тривалого відновлення. Ці втручання полягають в індивідуальній, груповій та сімейній терапії;

- моніторинг і подальше спостереження: психологи спостерігають за прогресом пацієнтів із залежністю та надають подальшу підтримку, щоб допомогти їм із часом відновитися.

Окрім цих основних обов'язків, психологи також відіграють важливу роль у вирішенні супутніх психічних захворювань, які можуть сприяти або бути результатом залежності. Наприклад, депресія, тривога та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) поширені серед людей із залежністю, тому розуміння цих станів є важливим для успішного відновлення.

Робота психолога в процесі реабілітації полягає так само у закріпленні психологічних тригерів, які в результаті дають змогу успішно боротися з підсвідомими установками залежних. Професійна допомога психолога прискорює процес відновлення залежної особи, мотивуючи його на подальші зміни позитивного характеру.

Допомога психолога відбувається у двох формах:

- безпосередньо індивідуальна робота із залежним, до переліку цієї роботи входять: консультації, бесіди, робота з родичами та сім'єю залежного;

- групові заняття залежного з людьми з аналогічною проблемою, до переліку таких занять входять: тренінги, відкриті виступи, відвертий розбір проблеми кожного індивіда та, безумовно, колективна підтримка з боку групи, навіть під час незначних перемог у житті кожного учасника групи [14, с. 470].

Психологи використовують низку науково обґрунтованих методів роботи та втручань, щоб допомогти людям із супутніми захворюваннями впоратися зі своїми симптомами та досягти тривалого відновлення. Тому розглянемо більш детально деякі психологічні методи, що використовуються в роботі із залежними особистостями [13, с. 5]:

- гештальт – терапевтичний підхід. Метою цього методу є навчання людини жити в певних умовах, приймаючи себе зі своїми перевагами та недоліками. Цілями такої терапії є допомога хворому у виявленні незавершених гештальтів, які заважають йому в реальному житті. Метою є розвиток у залежного почуття віри у себе та свої бажання. А також допомогти людині зрозуміти, як вона реагує на різні життєві ситуації, розширити її розуміння життя;

- індивідуальні та групові психологічні консультування. Ця технологія використовується на різних етапах реабілітації. Найбільша ефективність виявлена під час поєднання індивідуальних та групових форм консультування. Індивідуальна терапія включає виявлення прихованих психологічних проблем, допомогу в усвідомленні хвороби, готовність до зміни життя, психокорекційну роботу, пошук шляхів подолання проблеми реабілітанта. Групова терапія вчить будувати відносини у колективі, сім'ї та розкриває творчий потенціал залежного;

- психодрама. Цей метод психотерапії є одним із найпоширеніших, де залежні продовжують і завершують свою поведінку за допомогою драматичної імпровізації, рольової гри, драматичного самовираження. Використовується вербальна та невербальна комунікація. Психодрама сконцентрована на індивіді, який у процесі гри зображує реальну чи уявну ситуацію;

– трансперсональна терапія. Психотерапевтична практика, спрямована на саморозвиток та досягнення психічного здоров'я особистості. Методи, які використовуються у трансперсональній психології, різноманітні та можуть включати психосинтез, самоаналіз, методи особистісного зростання, медитацію, візуалізацію тощо. Цей тип терапії заснований на ритмічній музиці та певних моделях дихання;

– тілесно-орієнтована терапія. Метод, який установлює зв'язок між емоціями та фізичними відчуттями. Як правило, люди із залежностями фізично блокуються, а вплив на організм дає змогу мінімізувати психологічні розлади та активізувати життєву енергію;

– транзактний аналіз. Цей аналіз спрямований на те, щоб зрозуміти власну особистість, зрозуміти оптимальну взаємодію з іншими і, що найважливіше, порушити та змінити неприйнятні життєві ситуації, пов'язані з будь-якою шкідливою залежністю, такою як зловживання наркотиками чи алкоголем. Використання транзактного аналізу в лікуванні різних залежностей дає змогу виявити й усунути бар'єри, які заважають жити повноцінним і тверезим життям. Його суть полягає у тому, щоб людина сформувала нову модель поведінки та виправила свою життєву ситуацію. Клієнти починають краще розуміти себе, свій внутрішній світ, шукають шляхи виходу з труднощів і працюють над вирішенням проблем;

– арттерапія. Високоєфективна форма терапії, яка допомагає людям позбутися негативних емоцій за допомогою різних форм мистецтва. Підвищує самооцінку та сприяє самовираженню залежної людини. Людям приємно використовувати свою творчість, щоб викликати позитивні емоції у близьких, даруючи подарунки ручної роботи;

– когнітивно-поведінкова терапія. Спрямована на зниження емоційного стресу, коригування настрою, розвиток соціальних і комунікативних навичок, формування стійкості до стресу. Метод заснований на корекції думок, почуттів, емоцій та поведінки;

– сімейна терапія. Як і будь-яке захворювання, що торкнулося певного індивіда, воно зачіпає і всю сім'ю залежного. Тому в процесі реабілітації сім'я та близькі люди відіграють важливу роль, і робота психолога з ними є обов'язковою. Сімейна терапія забезпечує безпечне та сприятливе середовище для членів сім'ї, щоб працювати над своїм досвідом та емоціями, пов'язаними із залежністю.

Також широке поширення мають різні тренінги, спрямовані на допомогу залежній особі, наприклад мотиваційні, соціально-психологічні.

Без реабілітації та ресоціалізації подальше життя залежного неможливе, оскільки ця робота з наркозалежним та алкозалежним – це

ніщо інше, як комплекс заходів, спрямованих на покращення людини, її відродження у соціумі.

Кожен психолог знає правила ресоціалізації, вони дуже прості у розумінні:

– Не роби іншим того, чого не хотів би собі самому.

– Стався до інших так, як хочеш, щоб вони ставилися до тебе.

Реабілітаційна робота дає змогу привнести усвідомленість правильності вчинків того, від чого залежить подальше його розуміння норм моралі. Кожному залежному в рамках соціальної реабілітації необхідно засвоїти саме ці два прості правила, і ймовірність подальшого усвідомлення своїх учинків зросте [14, с. 465].

Загалом робота психологів із залежними дуже складна та виснажлива, тому що людина може піддатися спокусам минулої залежності та знову приймати психоактивні речовини і вкотре після медикаментозної реабілітації шукати спеціаліста, який зможе допомогти впорядкувати життя після залежності [3, с. 54].

Тому роль психолога під час роботи із залежністю полягає у [2]:

– виявленні причин, які доводять людину до краю. Психологи допомагають клієнту зрозуміти і вирішити проблеми, які його турбують, перекопати, що алкоголь чи наркотики не покращать ситуацію, а лише погіршать її;

– формуванні впевненості в собі. Багато наркоманів та алкоголіків не вірять в успішний результат, маючи кілька невдалих спроб позбутися залежності;

– визначенні рушійних мотивів. Залежний мусить усвідомити, що керує його поведінкою і що його мотивує. Це допоможе скорегувати поведінку в правильному напрямі;

– установленні соціальних контактів. Наркомани та алкоголіки часто знаходяться у вузьких соціальних колах, що впливає на здорові комунікативні навички. Психологи допомагають будувати соціальні відносини, вчать слухати інших і вирішувати конфлікти, що виникають;

– пошуку життєвих цілей та прагнень. Пацієнт повинен мати перспективи. Йому потрібна цікава, корисна справа, реальні цілі та плани. Психолог допомагає побачити та спланувати життя, рухатися вперед і бути задоволеним отриманим результатом.

Висновки з проведеного дослідження. Залежність від психоактивних речовин є серйозною соціальною та особистою проблемою, яка продовжує зростати, незважаючи на все більшу увагу і спроби контролю з боку держави. Тому питання психологічної реабілітації залежних залишається актуальним, незважаючи на існування безлічі програм.

Психологічна реабілітація передбачає надання необхідної системної підтримки, щоб допомогти людям зрозуміти свою залежність і впоратися з нею, а також надання вказівок

і ресурсів, які дадуть їм змогу жити повноцінним життям, створювати сім'ї, бути частиною суспільства і, зрештою, знайти себе.

Психологи відіграють вирішальну роль, допомагаючи людям із залежністю підтримувати своє відновлення у довгостроковій перспективі, надаючи постійну терапію та підтримку, відстежуючи прогрес і працюючи з окремими особами для виявлення та вирішення потенційних проблем або тригерів, які можуть виникнути.

Отже, роль психолога в роботі із залежністю можна підсумувати так:

- виявлення причин, які доводять людину до межі можливостей, допомога залежному зрозуміти, що алкоголь чи наркотики лише погіршують ситуацію;
- формування впевненості в собі, оскільки багато залежних не вірять в успішний результат;
- визначення рушійних мотивацій, що спонукають людину до дії та допомагають скоригувати її поведінку;
- установлення соціальних зв'язків і навичок здорового спілкування;
- допомога залежному в пошуку життєвих цілей і планів на майбутнє.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Громадська спілка «Міжнародна антинаркотична асоціація». Комплексна програма реабілітації осіб із хімічної та нехімічної залежності. Київ, 2014. 173 с.
2. Допомога психолога для лікування залежності. URL: <https://zhittya.in.ua/konsultatsiya-likarya-narkologa-abo-psiologa/> (дата звернення: 10.02.2023).
3. Грей К. Несподівана радість самотності / пер. з англ. З. Тіммерман. Київ : Yakaboo Publishing, 2020. 304 с.
4. Постанова Кабінету Міністрів України від 04.10.2017 № 741 «Про затвердження типових положень про заклади соціальної підтримки сімей, дітей та молоді». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/741-2017-%D0%BF#Text> (дата звернення: 10.02.2023).
5. Бренд Р. Відновлення. Звільнення від наших залежностей / пер. з англ. М. Коваленко. Дніпро : Моноліт, 2020. 304 с.
6. Corbin W.R., Farmer N.M., Nolen-Hoekesma S. Relations Among Stress, Coping Strategies, Coping Motives, Alcohol Consumption and Related Problems: A Mediated Moderation Model. *Addictive Behaviors*. 2013. Vol. 38. № 4. P. 1912–1919. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2012.12.005>.
7. Costa R.M., Brody S. Immature Psychological Defense Mechanisms are Associated with Greater Personal Importance of Junk Food, Alcohol, and Television. *Psychiatry Research*. 2013. Vol. 209. № 3. P. 535–539. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2013.06.035>.
8. Creswell K.G., Chung T., Wright A.G.C., Clark D.B. Personality, Negative Affect Coping, and Drinking Alone: a Structural Equation Modeling Approach to Examine Correlates of Adolescent Solitary Drinking. *Addiction*. 2015. Vol. 110. № 5. P. 775–783. DOI: <https://doi.org/10.1111/add.12881>.
9. Haggitt A. Men, Alcohol and Coping. *A History of Male Psychological Disorders in Britain, 1945–1980*. London : Palgrave Macmillan, 2015. P. 82–98. DOI: https://doi.org/10.1057/9781137448880_4.
10. Jones B. *Alcoholic addiction*. London, 1971. 230 p.
11. McCrady B.S., Epstein E.E. Alcohol use disorders. Clinical handbook of psychological disorders: A step-by-step treatment manual. The Guilford Press. 2021. P. 555–611.
12. National Institute on Drug Abuse. Principles of Drug Addiction Treatment: A Research-Based Guide (Third Edition). URL: <https://nida.nih.gov/sites/default/files/675-principles-of-drug-addiction-treatment-a-research-based-guide-third-edition> (дата звернення: 10.02.2023).
13. Taner E., Sahiner S., Arkan Z. Coping Strategies for Patients with Alcohol Dependence Who Are in Remission or Not: a Controlled Study. *European Psychiatry*. 2013. № 28. P. 1–6. DOI: [https://doi.org/10.1016/s0924-9338\(13\)77158-x](https://doi.org/10.1016/s0924-9338(13)77158-x).
14. Windle M., Windle R.C. A Prospective Study of Stressful Events, Coping Motives for Drinking, and Alcohol Use Among Middle-Aged Adults. *Journal of Studies on Alcohol and Drugs*. 2015. Vol. 76. № 3. P. 465–473. DOI: <https://doi.org/10.15288/jsad.2015.76.465>

СПЕЦИФІКА ПЕРЕЖИВАННЯ КРИЗОВИХ СТАНІВ ФАХІВЦЯМИ СОЦІАЛЬНОЇ СФЕРИ

SPECIFICITY OF CRISIS STATES OF SOCIAL SPHERE EXPERTS

У статті представлено результати дослідження специфіки переживання кризових станів фахівцями соціальної сфери. Розкрито поняття «криза», «смысловиттєва криза», «професійна криза», охарактеризовано нормативні та ненормативні кризи розвитку особистості у період дорослості. Причинами виникнення смысловиттєвої кризи, професійної кризи у період ранньої дорослості визначено неузгодженість між бажаним і можливим, відсутність життєвих, професійних перспектив, нереалізованість у професії. Специфіка кризових станів досліджуваних описана через їхні переживання та способи опанування. Представлено результати дослідження специфіки переживання кризових станів фахівцями соціальної сфери. Виявлено, що смысловиттєва криза асоціюється з негативними переживаннями та співвідноситься з переоцінкою цінностей; професійна криза розглядається у контексті незадоволеності професією. Констатовано, що у фахівців соціальної сфери під час виконання професійних обов'язків виникають негативні емоційні стани, під час опанування яких використовуються конструктивні та деструктивні стратегії емоційної регуляції. Емпірично встановлено, що майже третина фахівців соціальної сфери сприймає життя як нудне, нецікаве, безцільне, відчуває труднощі з визначенням пріоритетів, не має внутрішніх критеріїв для прийняття важливих рішень. Специфікою переживання кризових станів фахівцями соціальної сфери визначено здатність до адекватного емоційного реагування згідно з обставинами за домінування деструктивних стратегій емоційної регуляції, що є причиною їх занурення у тривожні роздуми, застрягання в них, стереотипного повернення, фіксування на негативі. Це знижує здатність фахівців соціальної сфери до розуміння власних переживань і переживань інших та підвищує інтенсивність почуття нереалізованості, безнадійності, спустошеності.

Ключові слова: криза, смысловиттєва криза, професійна криза, переживання кризи, рання дорослість.

The article presents the results of a study of the specifics of crisis conditions by social professionals. The concept of crisis, a life meaningful crisis, a professional crisis, the normative and profanity crises of personality development during adulthood are described. The causes of the life meaningful crisis, the professional crisis during the early adulthood are determined by the inconsistency between the desired and the possible, the lack of life, professional prospects, unfulfilled in the profession. The specificity of the studied crisis states is described through their experiences and methods of mastering. The results of the study of the specifics of crisis states are presented by social professionals. It is revealed that the life meaningful crisis is associated with negative experiences and correlated with the revaluation of values; the professional crisis is considered in the context of dissatisfaction with the profession. It is stated that the social sphere experts have negative emotional states in the performance of professional responsibilities, which use constructive and destructive strategies for emotional regulation. It is empirically established that almost a third of social professionals perceive life as boring, uninteresting, aimless, have difficulty in determining priorities, do not have internal criteria for making important decisions. The specificity of the crisis states of social sphere is determined by the ability to adequately emotional response according to the circumstances of the dominance of destructive strategies of emotional regulation, which is the reason for their immersion in anxiety, stuck in them, stereotypical return, fixation on negatives. It reduces the ability of social professionals to understand their own experiences and experiences of others and increases the intensity of sense of unrealistic, hopelessness, devastation.

Key words: crisis, life meaningful crisis, professional crisis, crisis experience, early adulthood.

УДК 159.923(076)

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.26>

Коломієць Л.І.

к.пед.н.,
доцент кафедри психології
та соціальної роботи
Вінницький державний педагогічний
університет
імені Михайла Коцюбинського

Шульга Г.Б.

к.пед.н.,
доцент кафедри психології
та соціальної роботи
Вінницький державний педагогічний
університет
імені Михайла Коцюбинського

Постановка проблеми. Сучасне життя характеризується не лише стрімкими змінами, а й кризами в економічному, політичному, соціальному житті, які негативно впливають на всі верстви населення України і провокують виникнення безробіття, вимушену міграцію, малозабезпеченість тощо. Фахівець соціальної сфери є посередником між державою та людиною, яка опинилася у складних життєвих обставинах і потребує допомоги. У межах своєї професії він розв'язує багато завдань: допомагає людям справлятися з повсякденними труднощами, долати поведінкові, емоційні та інші проблеми тощо.

Ефективність професійної діяльності залежить від здатності фахівця із соціальної роботи розв'язувати проблеми, ускладнення, які виникають у результаті виконання професійних

обов'язків, знаходити сили у ситуаціях, коли «опускаються руки», не втратити віру в професію, долати кризові ситуації. Загальновідомий факт – кризові стани детермінують появу негативних емоцій, психоемоційного напруження, що, безумовно, травмує особистість, психологічно її виснажує, деморалізує, знижує не лише професійну активність, а й життєву. Незважаючи на значну кількість досліджень, недостатньо розробленими є питання специфіки переживання особистістю смысловиттєвої, професійної кризи та формування здатності до її конструктивного опанування у період дорослості, зокрема фахівцями соціальної сфери.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

У психологічній науці інтерес до вивчення проблем специфіки переживання кризових станів у дорослому віці стрімко зростає. У вітчизня-

ній психології криза вважається нормативним феноменом, який необхідний для розвитку особистості (І. Булах, М. Казанжи, М. Комісарик, О. Макарова, В. Моргун, Т. Титаренко, Р. Чіп, Г. Чуйко та ін.). Низка досліджень розглядає кризу через призму вікового та професійного розвитку особистості, зокрема виокремлює смисложиттєву кризу (І. Галян, О. Галян, Т. Сватенко, Г. Чуйко, Г. Шульга та ін.), кризу професійного розвитку (Л. Гресь, О. Рудюк, Н. Сургунд та ін.).

У нестабільних умовах сьогодення підвищується роль фахівця соціальної сфери, тому в останні роки активно досліджуються особливості професійної діяльності фахівців соціальної сфери (М. Дідик, О. Карпенко, І. Козубівська, О. Лацанич, Ю. Овод та ін.); особливості взаємодії фахівця із соціальної роботи з клієнтом (У. Варнава, М. Коробіцина, М. Лаврова). Оскільки професійна діяльність фахівців соціальної сфери потребує розвинутої здатності до саморегуляції з метою конструктивного додання професійних викликів, то в сучасних дослідженнях висвітлюються й особливості стресостійкості фахівців соціальної сфери (Ю. Тептюк). Очевидною є необхідність визначення специфіки переживання кризових станів фахівцями соціальної сфери, що дасть змогу визначити конструктивні шляхи їх вирішення з метою профілактики й додання кризових тенденцій, знаходження ресурсів для подальшого саморозвитку, самовдосконалення у професійному житті.

Постановка завдання. Метою статті є визначення специфіки переживання кризових станів фахівцями соціальної сфери.

Виклад основного матеріалу дослідження. Теоретичний аналіз проблеми дав змогу з'ясувати, що у життєвих кризах відображається специфіка усвідомлення особистістю власного життєвого шляху та сенсу життя. За Г. Чуйко, М. Комісарик життєва криза – це глибоке переживання людиною стану неможливості продовжувати звичне життя, пов'язане з необхідністю переоцінки колишніх життєвих цінностей і сенсу, зміною самоприйняття та знаходження прийнятної виходу з ситуації [7, с. 43]. Через тривалий внутрішній конфлікт стосовно життя у цілому, його сенсу, основних цілей та шляхів досягнення визначає життєву кризу Т. Титаренко. Основними характеристиками кризи автором визначено: сильні емоційні переживання; переосмислення життєво важливих цінностей, потреб; порушення звичного ходу життя та дезорганізація діяльності; потреба в переосмисленні власного життя [5].

Дослідження соціально-психологічних особливостей дорослої людини О. Бондарчук, Т. Ткач, Н. Гордієнко дало змогу розмежувати поняття «кризові періоди» та «нормативна криза». Кризовий період визначається

як неминучий перехід від однієї вікової стадії до наступної, пов'язаний зі зміною соціальної ситуації розвитку, з руйнуванням старої системи стосунків та прийняттям нової. Нормативна криза розвитку особистості визначається як процес проживання особистістю кризового обов'язкового етапу між віковими стадіями дорослого періоду розвитку [4]. Поруч із нормативною кризою виділяється ненормативна криза розвитку особистості – це такі життєві обставини, що потребують від людини дій, які перевершують її адаптивні можливості, енергетичні ресурси [5, с. 19]. Уважатимемо, що причинами виникнення нормативних криз є закономірності розвитку особистості, а ненормативних – певні життєві обставини, труднощі, зміни як в особистому, так і професійному житті.

Однією з ненормативних криз особистісного розвитку є смисложиттєва криза, яка характеризується неузгодженістю між бажаним і можливим, відсутністю життєвих перспектив [8, с. 229–230]. Її виникнення психологи пов'язують з утратою того, що становить фундамент буття людини, із конфліктом між бажаним і можливим. Людина розуміє, що втрачені не лише колишнє життя, її світ, життєві цінності та сенс без можливості відновлення чи компенсації втрати [6, с. 421–422].

Джерелом смислу життя є цінності особистості. Різноманітність смислотвірних цінностей стає чинником появи особливого різновиду неоптимального смислу життя, наповненого внутрішньоособистісними суперечностями [1, с. 38–39]. Під час переживання кризи людина шукає нові смисли, цінності, змінює ставлення до свого минулого, теперішнього й майбутнього, що поглиблює наявні внутрішні суперечності особистості та посилює її переживання. Виділяють два способи додання кризи: деструктивний і конструктивний. Конструктивний передбачає зміну ставлення до життя, трансформацію смислової сфери особистості та її переорієнтацію на нові життєві цілі. Натомість деструктивний варіант буде джерелом деформації та дезадаптації індивіда [8, с. 230]. Тривалість кризових станів може бути різною, є люди, які ніколи й не переживають таку кризу, їх не турбують питання сенсу життя взагалі.

Розгляд смисложиттєвої кризи в контексті вікових завдань періоду дорослості є актуальним напрямом наукових розвідок. У нашому дослідженні об'єктом уваги виступає період ранньої дорослості (від 20 до 40–45 років). У цьому віці особистість гостро переживає суперечності між актуальним і можливим, неузгодженість внутрішньої та зовнішньої реальності [2, с. 4]. На виникнення кризових переживань впливають обмеженість у ресурсах, переосмислення значущості вже досягну-

того, професійна нереалізованість тощо. Якщо переживання сильні, дестабілізують діяльність людини, змінюють темп або вектор її професійного розвитку, то це свідчить про професійну кризу. Професійні кризи – це періоди кардинальної перебудови професійної свідомості, діяльності й поведінки, які призводять до зміни взаємовідносин з оточуючими, подекуди – до зміни професії [2, с. 3–4].

Отже, ми припускаємо, що виникнення смисложиттєвої кризи, професійної кризи пов'язане з неузгодженістю між бажаним і можливим, відсутністю життєвих, професійних перспектив, нереалізованістю у професії – усе це дезорганізовує нормальну життєдіяльність особистості, вносить дисбаланс у систему психологічної регуляції життєвого шляху, негативно впливає на її психологічне здоров'я та дезадаптує її.

Опанування переживань вимагає від особистості деяких емоційних, когнітивних і поведінкових реакцій для того, щоб наслідки виходу з кризи стали позитивним досвідом, джерелом особистісного розвитку. Одним зі способів опанування кризових станів є емоційна регуляція. Емоційна регуляція – це процес, спрямований на управління й стримування своїх емоційних станів, характеризується рівнем розвитку когнітивних компонентів емоційної регуляції, особливостями контролю над емоціями, інтенсивністю і частотою використання певних стилів захисту від афективних ситуацій та рівнем особистісної саморегуляції [3, с. 67]. Ми вважаємо, що спосіб емоційної регуляції визначатиме не тільки успішність долання кризи, а й специфіку її переживання.

У дослідницький процес на добровільних засадах було включено 45 осіб жіночої статі у віці 25–40 років, працівників Територіального центру соціального обслуговування (надання соціальних послуг) м. Вінниці.

Аналіз результатів анкетного опитування дає підстави виокремити низку особливостей розуміння смисложиттєвої та професійної криз фахівцями соціальної сфери. Розглянемо спочатку рівень розуміння поняття «смисложиттєва криза». На перше питання анкети досліджувані давали відкриту відповідь. Ними були зазначені такі варіанти асоціації зі словосполученням «смисложиттєва криза»: більшість опитаних (31%) указала, що це для них погіршення психічного стану, а саме: «зниження життєвої активності», «внутрішня спустошеність», «байдужість», «смуток», «вічна втома», «жалість до самого себе», «страх», «негативні емоції», «виснаження», «пустота», «знецінення». 26,6% респондентів зазначили, що це втрата смислу життя, і конкретизували, що для них це «знецінення того, що має цінність у житті»; «переоцінка життєвих цінностей»; «період життя, коли більше питань, аніж відповідей»; «насту-

пає незрозуміло, як і коли»; «відсутність життєвих планів». Для 16% осіб – знецінення власних досягнень, своїх професійних і життєвих успіхів. Лише 11% респондентів уважають, що смисложиттєва криза – це, навпаки, пошук смислу життя, це не тільки певна проблема, а й «пошук чогось нового»; «стан паузи, пошук себе нового в житті». Далі відповіді розподілилися так: 6,6% осіб указали, що це «проблеми зі здоров'ям» та «непередбачувані проблеми у житті»; 6,6% осіб – це «втрата» (рідних, часу, перспектив тощо); 2,2% – це обмеження можливостей («коли щось хочеться зробити, але не виходить»).

Як видно з відповідей учасників анкетування, смисложиттєва криза більшою мірою у них асоціюється з негативними емоційними переживаннями. Також смисложиттєву кризу фахівці соціальної сфери співвідносять із утратою смислу життя, знеціненням, переосмисленням цінностей, найменше – конфліктом між бажаннями та можливостями.

На друге питання анкети: «Коли Ви чуєте словосполучення «професійна криза», які асоціації у Вас виникають?» ми одержали такі результати: для 60% респондентів – це незадоволеність професією («несправедливість на робочому місці», «низька оплата праці», «відсутність кар'єрного зростання», «знецінення сенсу у роботі», «втрата інтересу» тощо); для 28,8% респондентів – це погіршення психологічного стану (дратівливість, стрес, напруження, невдоволення, «нічого не хочеться робити», втома); для 11% опитаних – це професійне вигорання; 2,2% відповіли, що це «труднощі в пошуку роботи».

Із відповідей респондентів можна зробити висновок, що професійну кризу вони розглядають у контексті незадоволеності професією, неможливості досягнути успіхів, кар'єрного зростання, що вказує на їх розуміння безперспективності вибраного фаху.

Респонденти досить високо оцінили свою здатність у процесі реалізації професійної діяльності контролювати власні неконструктивні емоції: у 10 балів – 15,6% опитаних; у 9 балів – 20%; у 8 балів – 40%; у 7 балів – 13,4%; у 6 балів – 11% опитаних. Із відповідей респондентів можна припустити, що вони переконані у здатності регулювати власні емоційні стани.

Під час опису ситуацій, які виникають у процесі реалізації професійних обов'язків, у 40% респондентів переважає негативний емоційний стан (розчарування, пригнічення, тривога, смуток, злість, емоційне виснаження, образа, обурення, агресія, збудження, напруження, розпач, страх). У 29% респондентів констатується позитивний емоційний стан («нормальний», «спокійний», «не переживаю», «шукаю вихід із ситуації», «задовільний», «терплячий»,

«оцінюю ситуацію»); 8,9% респондентів описали ситуацію, але не визначили власні емоції; 22,1% опитуваних не дали відповідь на це питання. У разі виникнення стресової ситуації фахівці із соціальної роботи опановують її різними шляхами: більшість позитивно перефокусовує ситуацію («намагаюся знайти слова підтримки»; «вислуховую, беручи до уваги вік і стан здоров'я»; «пояснюю свої обов'язки» тощо) і перекладання відповідальності на інших («написала доповідну на підопічну керівництву»; «попросила керівництво змінити підопічну»; «телефоную керівництву» тощо).

Отже, як показує статистика, під час виконання професійних обов'язків у більшості досліджуваних виникають негативні емоційні стани, під час опанування яких використовуються конструктивні та деструктивні стратегії.

Рівень переживання смисложиттєвої кризи визначався за допомогою методики «Опитувальник смисложиттєвої кризи» (К. Карпінський). Низький рівень переживання смисложиттєвої кризи констатовано у 37,8% досліджуваних, а отже, такі фахівці соціальної сфери не схильні до переживання кризи смислу життя, але це не означає, що їхнє життя наділене глибоким смислом. Високі показники переживання смисложиттєвої кризи властиві 31,1% досліджуваних. Вони сприймають власне життя як нудне, нецікаве та безцільне, прагнуть уникати думок про сенс життя, мають труднощі з визначенням пріоритетів у житті, не мають внутрішніх критеріїв для прийняття важливих рішень. 31,1% мають середній рівень досліджуваної ознаки.

Для характеристики стратегій емоційної регуляції особистості була використана методика ERQ Дж. Гросса. Констатовано, що за частотою використання переважає стратегія «когнітивна переоцінка» ($M=32,8$), що є показником здатності фахівців соціальної сфери змінювати ставлення до поточної стресової ситуації, адекватно реагувати, модифікувати емоційну відповідь. Застосування стратегії «придушення експресії» ($M=15,9$) характеризує досліджуваних як таких, що прагнуть нівелювати прояв емоцій у процесі їх переживання.

Частота використання конструктивних і деструктивних стратегій оцінювалася за методикою «Когнітивна регуляція емоцій» (Н. Гарнєвски, В. Крайг). Виявлено, що досліджувані схильні частіше користуватися деструктивною стратегією регуляції емоцій «румінація» ($M=13$). Систематичне занурення досліджуваними у деструктивні роздуми є причиною переважаючого негативного емоційного тла. Використання конструктивної стратегії «розгляд у перспективі» ($M=12,4$) свідчить про здатність фахівців знижувати значущість події за рахунок її порівняння з іншими ситуаціями. Найменше використовуються конструктивні стратегії

«фокусування на планування» ($M=11,2$) і «позитивна переоцінка» ($M=11,2$). Тобто у стресі фахівці соціальної сфери частіше використовують неконструктивні стратегії регуляції емоцій.

Міра вираження у фахівців соціальної сфери дисфункційних форм емоційної регуляції з'ясувалася за допомогою опитувальника емоційної дисрегуляції (Н. Польська, А. Разваляєва). У стресовій ситуації досліджувані схильні контролювати емоції за допомогою форми емоційної регуляції «труднощі менталізації» ($M=21,2$). Суб'єктивне переживання почуття неконтрольованості емоцій, зниження здатності до релевантної інтерпретації власного досвіду й поведінки інших людей, почуття безпорадності перед емоціями свідчать про існування у досліджуваних проблем розуміння власних і чужих емоцій. Використання «румінації» ($M=19,2$) є показником схильності застрягати на афективно забарвлених переживаннях, стереотипно повертатися до них, фіксуватися на негативних емоціях. Найменше використовується «уникнення» ($M=13,6$).

Інтенсивність переживання кризи та її психологічний зміст визначався за допомогою анкети кризових подій (В. Манукян). Було виявлено, що фахівці соціальної сфери найбільше переживають кризи нереалізованості, безперспективності та спустошеності.

Кореляційний аналіз між показниками рівня переживання смисложиттєвої кризи й видами стратегій емоційної регуляції дав змогу визначити специфіку переживання кризових станів фахівцями соціальної сфери. У досліджуваних була зафіксована значуща пряма кореляція між рівнем переживання смисложиттєвої кризи та неконструктивними стратегіями регуляції емоцій («подавлення експресії» ($r_{xy} = 0,411$; $p \leq 0,01$); «самозвинувачення» ($r_{xy} = 0,340$; $p \leq 0,05$); «румінація» ($r_{xy} = 0,308$; $p \leq 0,05$); «втеча» ($r_{xy} = 0,363$; $p \leq 0,05$)). Використання неконструктивних стратегій регуляції емоцій підсилює інтенсивність переживання кризи. Констатовано позитивний кореляційний зв'язок між рівнем переживання смисложиттєвої кризи та її психологічним змістом («ознаки кризи нереалізованості» ($r_{xy} = 0,657$; $p \leq 0,01$); «загальнопсихологічні ознаки кризи» ($r_{xy} = 0,314$; $p \leq 0,05$); «ідентифікація» ($r_{xy} = 0,520$; $p \leq 0,01$)). Переживання нереалізованості підсилюють труднощі, пов'язані з нерішучістю, невмінням розставляти пріоритети, приймати рішення.

Висновки з проведеного дослідження.

У період ранньої дорослості особистість може переживати кризові стани, пов'язані з кризою смислів та кризою професійного розвитку. Констатовано, що у фахівців соціальної сфери під час виконання професійних обов'язків виникають негативні емоційні стани, під час

опанування яких використовуються конструктивні та деструктивні стратегії. Емпіричним шляхом встановлено, що майже третина фахівців соціальної сфери сприймають життя як нудне, нецікаве, безцільне. Специфікою переживання кризових станів фахівцями соціальної сфери визначено здатність до адекватного емоційного реагування згідно з обставинами за домінування деструктивних стратегій емоційної регуляції, що є причиною їх занурення у тривожні роздуми, застрягання в них, стереотипного повернення, фіксування на негативі. Це знижує здатність фахівців соціальної сфери до розуміння власних переживань і переживань інших та підвищує інтенсивність почуття нереалізованості, безнадійності, спустошеності.

Перспективу подальших досліджень убагаємо у визначенні шляхів практичної допомоги фахівцям соціальної сфери в опануванні деструктивних стратегій емоційної регуляції.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Галян І.М., Галян О.І. Психологія смисложиттєвих переживань сучасної студентської молоді. *Психологічний часопис*. 2018. № 8. С. 38–57.
2. Гура Н.А. Переривання професійної кар'єри як проблема організаційної психології. *Актуальні проблеми психології*. 2018. Т. 1 : Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. Вип. 49. С. 3–12.
3. Коломієць Л., Шульга Г. Особливості стратегій емоційної саморегуляції осіб юнацького віку. *Габітус*. 2020. Вип. 18. Т. 2. С. 66–71.
4. Соціально-психологічні особливості дорослої людини : інформаційно-методичні матеріали для слухачів і викладачів системи післядипломної освіти / авт.-уклад. О.І. Бондарчук та ін. Київ, 2015. 48 с.
5. Титаренко Т. Життєві кризи: технології консультування. Київ : Главник, 2007. 144 с.
6. Чуйко Г. Криза сенсу як переломний момент життя людини. *Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Проблеми сучасної психології*. 2019. Вип. 45. С. 405–428.
7. Чуйко Г., Комісарик М. Проблема життєвих криз особистості у психології. *Психологічний журнал*. 2019. № 1(21). С. 41–55.
8. Шульга Г.Б., Бондар І.А., Даценко Т.С. Особливості емоційної регуляції смисложиттєвої кризи в період юності. *Габітус*. 2021. Вип. 21. С. 228–232.

ПРОФЕСІЙНА САМОАКТУАЛІЗАЦІЯ ТА ПРОФЕСІЙНА Я-КОНЦЕПЦІЯ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

PROFESSIONAL SELF-ACTUALIZATION AND PROFESSIONAL SELF-CONCEPT OF FUTURE PSYCHOLOGISTS

Статтю присвячено важливому питанню ролі самоактуалізації та Я-концепції у професійному житті майбутніх психологів. Автор потрактовує поняття «самоактуалізація» та «професійна самоактуалізація», указує наукові джерела їх психологічного вивчення, зокрема в межах трьох підходів: суб'єктно-діяльнісного, особистісно-розвиваючого та акмеологічного; описує складові компоненти професійної самоактуалізації. Підкреслено, що, розглядаючи самоактуалізовану людину як таку, що досягає більш оптимального, ефективного й здорового рівня функціонування, особливого значення набуває професійна Я-концепція майбутнього психолога, яку охарактеризовано як систему уявлень про себе із множинними Я (теперішнє, минуле, майбутнє; реальне, ідеальне, фантастичне та ін.), що володіє різними аспектами та розвивається в процесі самоактуалізації особистості на основі позитивного відношення до себе з боку інших. Презентовано одержані в ході емпіричного дослідження показники розвитку основних компонентів професійної Я-концепції майбутніх психологів першого курсу другого (магістерського) рівня освіти та студентів початкових курсів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. Установлено, що рівень інтелектуальних здібностей більшості майбутніх психологів (когнітивний компонент професійної Я-концепції) в обох емпіричних вибірках знаходиться вище середнього, що позитивно впливає на процес формування свідомості фахівця в галузі психології. У більшості студентів-бакалаврів домінує занижений рівень емпатії, а в магістрантів – середній рівень (поведінковий компонент). Зазвичай опитані студенти-бакалаври й магістранти відносяться до екстерналів за всіма сферами, і менша частина з них має внутрішній локус контролю, при цьому його показники вищі серед випускників, що можна пояснити життєвим та навчально-професійним досвідом. Незважаючи на загальний вияв екстернальності, високі показники інтернального локусу контролю було виявлено у сфері досягнень, сфері міжособистісного спілкування та в професійній діяльності, які є важливими для становлення майбутніх психологів.

Ключові слова: майбутні психологи, професійна самоактуалізація, професійна Я-кон-

цепція, інтелектуальні здібності, емпатія, локус контролю.

The article is devoted to the important issue of the role of self-actualization and self-concept in the professional life of future psychologists. The author interprets the concepts of "self-actualization" and "professional self-actualization", indicates the scientific sources of their psychological study, in particular within three approaches: subject-activity, personality-developing and acmeological; describes the components of professional self-actualization. It is emphasized that, considering a self-actualized person as one who reaches a more optimal, effective and healthy level of functioning, the professional self-concept of the future psychologist acquires special importance, which is characterized as a system of ideas about oneself, with multiple selves (present, past, future; real, ideal, fantastic, etc.), which has various aspects and develops in the process of self-actualization of the individual, based on a positive attitude towards oneself from others. The indicators of the development of the main components of the professional self-concept of future psychologists of the first year of the second (master's) level of education and students of the first years of the first (bachelor's) level of higher education are presented. It was established that the level of intellectual abilities of the majority of future psychologists (cognitive component of the professional self-concept) in both empirical samples is above average, which positively affects the process of forming the consciousness of a specialist in the field of psychology. A low level of empathy dominates in most undergraduate students, and an average level (behavioral component) in master's students. Usually, the surveyed undergraduate and graduate students are external in all areas, and a smaller part of them have an internal locus of control, while its indicators are higher among graduates, which can be explained by life and educational and professional experience. Despite the general manifestation of extraneousness, high indicators of internal locus of control were found in the sphere of achievements, the sphere of interpersonal communication and in professional activities, which are important for the formation of future psychologists.

Key words: future psychologists, professional self-actualization, professional self-concept, intellectual abilities, empathy, locus of control.

УДК 378.04:159.9]:159.923.2
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.27>

Кононова М.М.
д.пед.н., к.психол.н.,
професор кафедри психології
Полтавський національний педагогічний
університет
імені В.Г. Короленка

Ткаченко А.В.
д.пед.н.,
професор кафедри педагогічної
майстерності та менеджменту імені
І.А. Зязюна
Полтавський національний педагогічний
університет
імені В.Г. Короленка

Особливості розвитку українського суспільства сьогодні зумовлюють підвищення професійних вимог до фахівців різних галузей. Ураховуючи чисельність невирішених економічних, суспільно-політичних питань, що вже набули кризового характеру і впливають на якість життя людей у країні, воєнні дії на нашій території з їхніми наслідками для морально-душевного і матеріального стану людей, професія психолога знову повертає собі статус однієї

з провідних, оскільки має на меті максимально зберегти психічне здоров'я населення в умовах викликів сьогодення.

Ефективно приносити користь суспільству психолог може лише в тому разі, коли має змогу постійно набувати, удосконалювати необхідні вміння і навички, оволодівати новими компетенціями, бажає розкривати свій потенціал і прагнути до самоактуалізації, має можливість максимально реалізуватися у вибраній

сфері. У цьому аспекті основою стає професійна освіта.

Саме поняття «самоактуалізація» вперше активно почали досліджувати А. Маслоу та К. Роджерс у межах гуманістичної парадигми, їхні погляди в подальшому вплинули на міркування Р. Ассаджолі, А. Адлера, К. Юнга, Е. Еріксона, Е. Фромма та ін. Сьогодні складно визначити єдину феноменологію самоактуалізації, адже вона розглядається у взаємозв'язку з процесами самореалізації, саморозвитку, самовдосконалення й іншими категоріями «само», які в сукупності уточнюють і доповнюють різні її аспекти. Однак, узагальнивши погляди вчених [1; 2; 4; 5; 10], можна стверджувати, що самоактуалізація є складним, багатоаспектним процесом утілення потенційних можливостей і здібностей особистості в чіткий результат його предметної діяльності; це вищий рівень прояву духовного і творчого потенціалу особистості, прагнення до повного виявлення та розвитку власних можливостей; це безперервна реалізація потенційних можливостей, здібностей і талантів, невпинне прагнення до єдності, інтеграції або внутрішньої синергії особистості; це природна й тотальнозагальна властивість (якість) кожної особистості.

Зміст самоактуалізації як психологічного феномену активно розкривається в наукових працях сучасних українських учених (І. Бех, М. Гриньова, Н. Дідик, А. Іващенко, С. Максименко, В. Татенко, Д. Шутько, Т. Яценко та ін.).

Самоактуалізацію у навчально-професійному контексті детально досліджують В. Бочелюк, М. Гриньова, В. Гупаловська, Л. Карамушка, О. Кокун, С. Кузікова, Н. Старинська, М. Ткалич, А. Фурман та ін. Самоактуалізація майбутніх психологів знаходиться у центрі уваги Л. Заграй, Л. Кобильнік, С. Кузікової, О. Сергеєнкової, Н. Старинської, О. Столярчук та ін.

Орієнтуючись на наукові розвідки Д. Шутько [9, с. 754], можемо затвердити існування трьох підходів до вивчення професійної самоактуалізації: суб'єктно-діяльного (К. Абульханова-Славська, Б. Ананьєв, В. Ключко, С. Кудінов, Є. Максимова та ін.); особистісно-розвиваючого (Г. Балл, Н. Дідик, В. Зінченко, Л. Карамушка, С. Максименко, В. Моляко, В. Татенко, М. Ткалич та ін.); акмеологічного (В. Агапов, А. Деркач, В. Зазикін, А. Реан, Л. Шнейдер та ін.).

Серед багатьох понятійних трактувань професійної самоактуалізації нам імponує думка І. Чайки, яка називає її поступовим процесом розкриття особистісного потенціалу та втілення його в професійній сфері під впливом зовнішніх (сприятливе середовище) та внутрішніх (мотиви, цілі, способи їх досягнення) чинників. Самоактуалізація особистості зумов-

лена всім процесом професійної підготовки і виступає значущим елементом готовності до професійної діяльності [7].

Цінним вважаємо сучасне дослідження М. Ткалич, у якому вчена виділила три взаємопов'язані структурні компоненти професійної самоактуалізації: ресурси (особистісні, діяльнісні, організаційні, суспільні); процес (самовизначення, самовираження, особистісна самоактуалізація, професійне «акме»); результат (особистісна, професійно-управлінська зрілість та ін.) [4].

Із точки зору Я. Пінчук, до складових компонентів професійної самоактуалізації відносяться:

1) усвідомлення професійних здібностей (рефлексія, саморозвиток, самовдосконалення своїх здібностей до продуктивної, конструктивної, творчої діяльності);

2) професійно-ціннісні орієнтації (усвідомлення і визнання цінностей професійної самоактуалізації, саморозвитку, самовдосконалення);

3) професійне цілепокладання (свідома постановка цілей щодо професійної самоактуалізації відповідно до своїх прагнень, здібностей, можливостей, розроблення плану їх реалізації, уміння розподіляти цілі за їх пріоритетністю);

4) рівень домагань особистості (реалістичність прагнень досягнення поставлених цілей щодо професійної самоактуалізації відповідно до своїх можливостей і здібностей, реалістична самооцінка);

5) професійна ідентичність (прийняття і бачення себе у майбутньому, задоволення від можливості реалізувати свій особистісний і духовний потенціал) [3, с. 201].

Науковий досвід показує, що майбутні психологи, які прагнуть до ефективної самоактуалізації власного професійного потенціалу, особливо в умовах проходження кризи фахової готовності, повинні володіти низкою необхідних якостей, головні з яких – здатність до самопроєктування і самоконтролю, працелюбність, позитивне сприйняття себе і вибраної професії (адекватна самооцінка), допитливість, уміння чітко ставити професійну мету, а також виявляти творчі здібності (аналіз, синтез, інтеграція знань тощо), виражена часова орієнтація, рефлексія, інтернальність, рухливість та розвиненість психічних процесів, ініціативність та чітка мотивація досягнення успіху і, звісно, потреба в особистісному зростанні [2; 4; 5; 8].

Розглядаючи самоактуалізовану людину як таку, що досягає більш оптимального, ефективного й здорового рівня функціонування, особливого значення набувають питання професійної Я-концепції як важливого складника самоактуалізації майбутнього психолога.

У психологічній науці вітчизняними та зарубіжними вченими розкриваються різні аспекти феномену «Я-концепція» особистості, серед них: К. Хорні, Т. Шибутані, Е. Еріксон та ін. (значення соціальних чинників у формуванні Я-концепції), І. Кон, А. Маслоу, А. Асмолов, К. Роджерс, С. Рубінштейн, В. Столін (місце Я-концепції в загальній структурі особистості, істотні ознаки Я-концепції та її структурні компоненти), Е. Еріксон, Г. Андреева, І. Кон, В. Мухіна (процесуальні елементи розвитку Я-концепції особистості, детермінанти її формування, психічні механізми розвитку і змін), Е. Бернс, З. Фройд, І. Кон, Л. Божович, А. Прихожан (зміст «образу Я» в процесі онтогенетичного розвитку людини) та ін. Науковий інтерес до вивчення сутності Я-концепції, питання самоактуалізації та самосвідомості виявляють й українські психологи (І. Андрійчук, А. Борисюк, С. Васьківська, О. Васильченко, О. Гура, Т. Дмитрова, С. Крутько, В. Панок, Н. Пов'якель, С. Ренке, Т. Перепелюк, Т. Титаренко, К. Ушакова, А. Фурман, Г. Чайка, П. Чамата, Н. Чепелева, О. Шевцова та ін.), у працях яких, зокрема, важливе місце займають дані про особливості становлення професійної Я-концепції психолога.

За результатами психологічних розвідок можемо означити, що Я-концепція – це система уявлень про себе із множинними Я (теперішнє, минуле, майбутнє; реальне, ідеальне, фантастичне та ін.), що володіє різними аспектами та розвивається в процесі самоактуалізації особистості на основі позитивного відношення до себе з боку інших. Специфічним є те, що Я-концепція ототожнюється зі структурою особистості, з образом Я, змішується з поняттям «самосвідомість». З огляду на це, Я-концепція виступає як широке поняття, що об'єднує в собі й образ Я, й самооцінку.

Згідно з О. Шевцовою, професійна Я-концепція є продуктом професійної самосвідомості людини, динамічною системою взаємопов'язаних з емоційно-ціннісними переживаннями й оцінками та поведінково-регулятивними актами уявлень людини про себе як професіонала в контексті її професійної діяльності, кар'єри, конкретного професійного співтовариства, професійного становлення і розвитку [8].

Сучасні наукові дослідження показують, що становлення і розвиток професійної Я-концепції проходить кілька етапів під впливом зовнішніх і внутрішніх чинників (А. Маркова, Л. Подольак, С. Ренке, О. Романова, Л. Шнейдер, Н. Шевченко, В. Юрченко та ін.): етап професійного вибору; етап професійної підготовки; етап входження у професію [6, с. 40].

З'ясовано, що становлення професійної Я-концепції майбутніх психологів передбачає об'єднання й тісний взаємозв'язок профе-

сійних та особистісних якостей фахівця, які визначають його спрямованість, ідеали, етичні переконання, мотиваційно-ціннісні орієнтації діяльності. Професіоналізм майбутнього психолога-практика потребує формування позитивної Я-концепції для адекватної самоактуалізації та взаємодії з клієнтом на емоційному та когнітивному рівнях у майбутньому.

У своєму дослідженні ми виходили з того, що компонентами професійної Я-концепції майбутніх психологів є такі: когнітивний; професійно-мотиваційний; емоційно-оцінний; поведінковий. Основними методиками було вибрано такі: тест «Прогресивні матриці Равена»; методика діагностики рівня емпатійних здібностей (В.В. Бойко); опитувальник «Локус контролю» (за О.Г. Ксенофонтовою) та ін.

Отримані емпіричні результати щодо особливостей розвитку когнітивного компоненту професійної Я-концепції майбутніх психологів свідчать, що стан розвитку інтелекту більшості майбутніх психологів забезпечує їх працелюбство, наполегливість, успішність у навчанні, схильність до постійного самовдосконалення знань і навичок, достатність креативного мислення, оскільки інтелектуальні здібності студентів початкових курсів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти (44%) та студентів першого курсу другого (магістерського) рівня освіти (47%) переважно відповідають рівню вище середнього – IQ в межах 111–120, що, вважаємо, цілком відповідає професійним вимогам вибраного фаху та ситуації навчання у закладі вищої освіти.

Емпіричні дані щодо емпатії як складової частини поведінкового компоненту професійної Я-концепції майбутніх психологів дають змогу говорити про домінування у студентів початкового курсу навчання заниженого її рівня у 56% осіб, а в магістрантів – у 32% осіб, що свідчить про наявність труднощів під час установлення емоційного контакту з іншими людьми. Отримані результати не зовсім очікувані для магістрантів, урахувавши завершальний етап формування професійно важливих якостей психолога-фахівця, і причини цього варто дослідити більш ретельно в подальшому, проте високий показник заниженого рівня емпатії серед бакалаврів, можливо, пов'язаний із ще недостатнім розумінням ними складників професіограми майбутнього психолога, однак є шанс розвитку емпатичних здібностей на наступних курсах, у міру оволодіння професійними вміннями та навичками.

Середній рівень емпатії виявлено у 48% студентів першого курсу другого (магістерського) рівня вищої освіти, переважно у тих, хто вже працює за спеціальністю, тож, на нашу думку, саме у цих майбутніх фахівців є перспективи позитивної тенденції щодо формування емпатії. У студентів початкових курсів першого

Показники рівня емпатичних здібностей у майбутніх психологів
(за методикою В.В. Бойка)

Показники Рівень рідготовки	Рівні у відсотках (%)			
	Дуже низький рівень	Занижений рівень	Середній рівень	Високий рівень
Бакалаври	12 %	56 %	28 %	4 %
Магістранти	6 %	32 %	48 %	14 %

Показники інтернальності у сфері досягнень та інтернальності
у сфері невдач майбутніх психологів

Шкала	Кількісне вираження, %	
	Бакалаври	Магістранти
Інтернальність у сфері досягнень	27 %	34 %
Екстернальність у сфері досягнень	73 %	66 %
Інтернальність у сфері невдач	17 %	32 %
Екстернальність у сфері невдач	83 %	68 %
Інтернальність у сфері міжособистісного спілкування	38 %	45 %
Екстернальність у сфері міжособистісного спілкування	62 %	55 %

(бакалаврського) рівня вищої освіти цей рівень мають менше опитаних – 28% осіб.

14% студентів-психологів першого курсу другого (магістерського) рівня вищої освіти продемонстрували високий рівень емпатії, а серед здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти його виявлено лише в 4% осіб, і це, вірогідно, ті майбутні фахівці, які достатньо емоційно чутливі, уміють швидко встановлювати емоційний контакт та знаходити спільну мову з іншими людьми. Зазначимо, що рівень емпатії значною мірою зумовлений віком та стажем роботи фахівця (Т. Василичина), тому цілком вірогідно, що з набуттям практичних навичок у професійній сфері досліджувані зможуть виявити більш високі результати.

Дуже низький рівень емпатії визначено лише у 6% магістрантів та дещо більше – в опитаних студентів-психологів початкових курсів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти (12%). Підкреслимо, що наявність низького рівня емпатії у психологів у майбутньому негативно відобразатиметься в професійній діяльності, і насамперед це проявлятиметься у конфліктах. Для ефективною результативною взаємодії з клієнтом психологу необхідно володіти достатньо високим рівнем емпатії, уміти ототожнювати основні потреби, інтереси, погляди співрозмовника.

Аналіз показників локус-контролю показує, що переважна більшість опитаних студентів-бакалаврів і магістрантів відноситься до екстерналів за всіма сферами, і менша частина з них має внутрішній локус контролю, при цьому його показники вищі серед випус-

ників, тобто в силу життєвого досвіду вони частіше схильні усвідомлювати власну відповідальність за своє буття і, відповідно, активно брати в ньому участь, а не покладатися на обставини, інших людей, ситуацію. Незважаючи на загальний вияв екстернальності, високі показники інтернального локус-контролю було виявлено у сфері досягнень, сфері міжособистісного спілкування та в професійній діяльності, які є важливими для становлення майбутніх психологів.

За шкалою інтернальності в професійній діяльності високі показники отримано серед 40% студентів-психологів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти та 46% студентів першого курсу другого (магістерського) рівня вищої освіти. Ці особи схильні брати на себе відповідальність у навчальній, професійній діяльності, розуміють, що результат конкретної мети залежить від особливостей їхніх власних дій.

Висновки. Самоактуалізована людина досягає більш оптимального, ефективного й здорового рівня функціонування. Професійна Я-концепція є важливим складником професійної самоактуалізації майбутнього психолога. Емпіричне дослідження когнітивного та поведінкового компонентів професійної Я-концепції майбутніх психологів дало змогу з'ясувати, що показник IQ у більшості досліджуваних здобувачів освіти вище середнього рівня; показник емпатії у студентів початкового курсу навчання має занижений рівень, а в магістрантів – середній рівень; локус контролю має такі характеристики: переважна більшість опитаних респондентів відноситься до екстерналів

за всіма сферами, високі показники інтернального локус-контролю було виявлено у сфері досягнень, сфері міжособистісного спілкування та в професійній діяльності.

Перспективу подальших розвідок убачаємо в емпіричному аналізі інших компонентів професійної Я-концепції майбутніх фахівців як складової частини їхньої професійної самоактуалізації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Братаніч Б.В., Ільченко І.Г. Самоактуалізація особистості та освіта *Філософські проблеми освіти*. 2011. № 2. С. 13–20.
2. Психологічні детермінанти професійного розвитку та самоактуалізації особистості : монографія / за ред. М.М. Конової. Полтава, 2022. 222 с.
3. Пінчук Я.Ю., Видра О.Г. Проблема формування потреби у професійній самореалізації у майбутніх учителів технологій. *Розділ 3. Підготовка фахівців у системі професійної освіти*. 2015. № 124. С. 200–202.
4. Старинська Н.В. Особливості самоактуалізації майбутніх психологів у процесі професійної підготовки. Київ : Інтерсервіс, 2015. 178 с.
5. Ткалич М.Г. Психолого-організаційні детермінанти самоактуалізації менеджерів комерційних організацій : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.10 ; Ін-т психології імені Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2006. 20 с.
6. Ушакова К.Ю. Психологічні чинники становлення професійної «Я-концепції» у студентів медичних коледжів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; Нац. пед. ун-т імені М.П. Драгоманова. Київ, 2018. 223 с.
7. Чайка І.В. Проблема самоактуалізації вчителів початкової школи у вітчизняній психолого-педагогічній літературі. *Технології розвитку інтелекту*. 2020. Т. 4. № 1.
8. Шевцова О.М. Розвиток професійної Я-концепції вчителів початкової школи в умовах інноваційної діяльності : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ : Б.в., 2012. 21 с.
9. Шутько Д.О. Теоретичні підходи до вивчення проблеми професійної самоактуалізації особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 24. С. 752–762. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/PspI_2014_24_64.
10. Maslow A. Self-actualizing and Beyond. – *In: Challenges of Humanistic Psychology*. N. Y., 1967.

ШКАЛА ОСОБИСТІСНОЇ ДИНАМІКИ: ПЕРЕВІРКА НАДІЙНОСТІ ПАРАЛЕЛЬНИХ ФОРМ

PERSONAL DYNAMICS SCALE: CHECKING RELIABILITY OF THE PARALLEL FORMS

Шкала особистісної динаміки розроблена на основі оригінальної концепції особистості. Її діагностичне призначення та прикладна цінність полягає у вимірюванні потенціалу суб'єкта до особистісних змін. Під особистісними змінами мається на увазі можливість суб'єкта здійснити перехід з однієї типологічної групи до іншої. Такий перехід стає можливим завдяки високим показникам невротизованості особистості. Загалом виокремлено чотири основних типи особистості: конгруентний, конформний, ізольований та психотичний. Отже, діагностична методика покликана забезпечити можливість визначати особистісні ресурси респондентів (ступінь невротизованості), прогнозувати їх достатність у процесі надання психологічної допомоги та напрям психодинаміки (перехід одного типу особистості в інший). Нині Шкала особистісної динаміки проходить початкові етапи стандартизації. Розроблено паралельні форми діагностичного інструмента. Відбулася перевірка надійності паралельних форм, яка показала низькі показники надійності субшкал: $0,385054 < r < -0,15643$ (0,14). У статті представлено результати кореляційного зв'язку кожної із субшкал. Разом із тим з'ясовано, що субшкала невротизованості має вищі показники надійності (0,31). Подальші дослідження показали підвищення рівня кореляційного зв'язку субшкали невротизованості між паралельними формами (0,59). Із метою перевірки конкурентної валідності Шкали особистісної динаміки її результати зіставлені з показниками методики В.В. Бойка «Діагностика рівня особистісної невротизації»: встановлено сильний прямий кореляційний зв'язок (0,73). При цьому форма Б Шкали особистісної динаміки виявилася тісніше пов'язаною з методикою В.В. Бойка, ніж форма А. Таким чином, зафіксовано валідність субшкали невротизованості. Це вказує на перспективність подальшої роботи над розробленням Шкали особистісної динаміки та її стандартизації.

Ключові слова: психометрика, психодіагностика, надійність, валідність, психологія особистості.

The Personal Dynamics Scale has been developed on the basis of the original concept of personality. Its diagnostic purpose and applied value is to measure the subject's potential to the personal changes. Personal changes mean the subject's ability to do a transition from one typological group to another. Such a transition becomes possible due to the high indicators of neuroticism of the personality. In general, four main types of personality are distinguished: congruent, conformal, isolated and psychotic. So, the diagnostic technique is aimed at providing an opportunity to determine the personal resources of the respondents (degree of neuroticism), predict their adequacy in the process of providing psychological support and the direction of psychodynamics (transition from one type of personality to another). Currently, the Personal Dynamics Scale is undergoing the initial stages of standardization. Parallel forms of the diagnostic tool have been developed. Reliability of the parallel forms was checked. It showed low reliability indicators of the subscales: $0.385054 < r < -0.15643$ (0.14). The article presents the results of correlation connection of each of the subscales. However, it was found out that the neuroticism subscale has higher reliability indicators (0.31). Further studies showed an increase in the level of correlation of the neuroticism subscale between the parallel forms (0.59). In order to check the competitive validity of the Personal Dynamics Scale, its results were compared with the indicators of V.V. Boyko's methodology called «Diagnostics of the level of personal neuroticism»: a strong direct correlation was identified (0.73). At the same time, form B of the Personal Dynamics Scale turned out to be more closely related to V.V. Boyko's methodology than form A. Thus, the validity of the neuroticism subscale was reported. This indicates the perspective of further work on development of the Personal Dynamics Scale and its standardization.

Key words: psychometrics, psychodiagnostics, reliability, validity, personality psychology.

УДК 159.9.07
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.28>

Мазяр О.В.

д.психол.н.,
професор кафедри соціальної та практичної психології
Житомирський державний університет імені Івана Франка

Кириченко В.В.

д.психол.н.,
професор кафедри соціальної та практичної психології
Житомирський державний університет імені Івана Франка

Вступ. Проблема діагностики особистості є центральною у прикладній психології. Питання валідної та надійної діагностики особистісного розвитку є нагальними у зв'язку з тим, що, *по-перше*, проблема особистості є центральною в академічній психології [13]; *по-друге*, оцінка особистості повсякчас має практичне значення у клінічних дослідженнях, під час планування соціальних, професійних, навчальних проєктів [8]; *по-третє*, наявна «реплікаційна криза» у психометрії ставить під сумнів можливості вивчати системні психічні характеристики особистості [11; 12]; *по-четверте*, у вітчизняній психодіагностиці обмаль

особистісних опитувальників, які пройшли всі етапи стандартизації та набули поширення у практичній сфері.

Психометрія пропонує широку палітру діагностичних процедур, які структурно та змістовно є складнішими і точнішими за опитувальники. Зокрема, доступним стає вивчення нарративної ідентичності у зіставленні із суб'єктивним досвідом [9] або дослідження об'єктивних показників поведінки за допомогою GPS-навігації, що мають кореляційний зв'язок із такими рисами, як екстраверсія та сумлінність [7]. Ці діагностичні методи подекуди вимагають спеціального обладнання та спе-

цифічної процедури інтерпретації результатів. Разом із тим сучасні умови забезпечення психологічної допомоги вимагають оперативності та зручності застосування діагностичного інструментарію. Натомість опитувальник є традиційним, зрозумілим і методично простим інструментом. Основна проблема складання особистісного опитувальника не так технічна, як концептуальна. Незавершене формування категоріально-термінологічного апарату психології вимагає релевантності опитувальника певній концепції особистості, їх структурного та змістовного зв'язку. В. Мішелом та ін. ще у 1960-х роках переконливо показано, що опитувальники здебільшого незадовільно відбивають диспозиційні характеристики особистості, у зв'язку з чим було поставлено питання про існування таких характеристик і вплив ситуаційного чинника [10; 13].

Розроблена концепція особистості та відповідна типологія [5] дають підстави сподіватися на вирішення цієї проблеми. По-перше, представлена концептуальна типологія особистостей загалом не має фундаментальних відмінностей із традиційними зразками типологій. Її відмінності полягають у новому структурному поділі основних типів, який виходить із принципів взаємодії генетичних і соціально набутих чинників активності. По-друге, пропонується розуміння динаміки розвитку особистості, відповідно до якої перехід з одного типу в інший стає можливим завдяки достатній невротизації суб'єкта [4]. Ключове положення концепції полягає у розумінні ступеня невротизованості як ресурсу особистісних змін, що в одних випадках призводить до розвитку (переходу в інший тип особистості), а в протилежному – спричинює його стагнацію та формування певного класичного невротичного розладу, який заломлюється через функціональний тип особистості. Розроблена Шкала особистісної динаміки покликана встановлювати типологічну відповідність індивіда та вимірювати потенціал до особистісних (типологічних) змін.

Мета статті – представлення результатів пілотажного дослідження типології особистостей, що розкривається у трьох основних завданнях:

1) здійснити емпіричну апробацію Шкали особистісної динаміки;

2) шляхом зіставлення результатів дослідження за Шкалою особистісної динаміки встановити надійність її паралельних форм;

3) вивчити конкурентну валідність шкали невротизації як основної для Шкали особистісної динаміки.

Виклад основного матеріалу. Типологія особистостей у концептуальній розробці представлена такими типами, як конгруентний, конформний, ізольований і психотичний. Невротизований тип вважається проміжним

і, власне, визначає ступінь психодинаміку суб'єкта [5]. Основу для типологічного поділу становлять: 1) зіставлення біологічного принципу виживання, насолоди та домінування індивіда і 2) соціальний принцип реальності. Указані принципи не перебувають у статичній рівновазі та різняться їхнім виявом у процесі психічної саморегуляції. Йдеться про здатність суб'єкта до гальмування першосигнальних імпульсів і, відповідно, прийняття соціальної реальності з усіма обмеженнями їхнього вияву. Таким чином, отримуємо вказані чотири типи особистості, де соціально сильними вважаються конгруентний і конформний типи, а біологічно сильним слід називати психотичний. Сутність їх диференціації становить те, що конгруентний тип, з-поміж іншого (задовільної соціальної інтеграції, професійної самореалізації), має достатній контакт із власними фізіологічними потребами та інстинктами, а конформний тип таку контактність активно витісняє; тоді як психотичний тип не схильний гальмувати власні імпульси відповідно до зовнішніх вимог. Натомість ізольований тип намагається однаково гальмувати як першосигнальні імпульси, так і значною мірою витіснити соціальні установки.

У представленій типології відсутня орієнтація на так званий ідеальний (гармонійний, самореалізований) тип особистості, як у деяких інших концепціях (наприклад, в Е. Фромма). Конгруентний тип, приміром, формально відповідає вимогам повноцінної самореалізації. Навіть за умови достатньої соціальної інтегрованості та суб'єктності він може відбивати антигуманний зміст життєдіяльності й у цьому аспекті наблизитися до психотичного типу. Наприклад, такий зміст особистості формується у ситуації реалізації творчості за умови панування тоталітарної політичної системи, коли продукти діяльності спрямовуються на її підтримання. Зокрема, до таких можна віднести діяльність хіміка Фріца Габера.

Діагностичне призначення Шкали особистісної динаміки полягає у тому, щоб вирішувати два основні завдання:

1) встановити домінантний і субдомінантний типи особистості респондента, а отже, встановити його спрямованість;

2) визначити ступінь невротизації суб'єкта, що відбиває його потенціал до особистісних (типологічних) змін.

Шкала особистісної динаміки має паралельні форми. Основне призначення такої розробки – вимірювати ступінь динаміки суб'єкта, яка об'єктивується потенціалом індивіда до типологічних змін (переходу індивіда з одного типу особистості в інший). Це передбачає можливість вимірювати типологічний профіль суб'єкта на початку отримання психологічної допомоги та після її завершення. Із метою

уникнення можливого запам'ятовування відповідей розроблено рівнозначні паралельні форми Шкали особистісної динаміки (А та Б), щоби фахівець мав нагоду зіставляти результати двох зрізів, робити більш точні висновки та фіксувати динаміку змін. Тобто форми мають бути ідентичними, а результати дослідження виявляться тотожними. Це можливо встановити шляхом кореляційного аналізу їхніх результатів.

Альтернативною формою вивчення надійності методики могло бути її розділення на дві частини (метод розщеплення). Оскільки від самого початку планувалося використання двох рівнозначних форм Шкали особистісної динаміки, то, природно, вивчалася надійність паралельних форм.

Дослідження з використанням Шкали особистісної динаміки проводилося у два етапи та з двома різними вибірками. Вибірка спеціальним чином не формувалася: у разі зіставлення результатів двох форм опитувальника це не має принципового значення. Адже методика розроблялася як класичний діагностичний інструмент, що вивчає індивідуальні особливості особистості незалежно від статевих, освітньої та професійної приналежності. Склад вибірки може становити цікавість тільки з огляду на те, яка категорія досліджуваних має вищі або нижчі показники надійності. Утім, на етапі пілотажного дослідження вважаємо це питання непринциповим. Мета пілотажного дослідження – виокремити ті пункти, які необхідно коригувати¹.

На першому етапі дослідження, націленого встановити ступінь надійності паралельних форм, взяла участь 51 особа. Рівень кореляції між пунктами двох форм Шкали особистісної динаміки становив 0,14 (показники кореляції за шкалами і пунктами представлені у табл. 1). Додатковими показниками є: 1) розмах даних – 0,68; 2) коефіцієнт осциляції (розмах варіації) – 468%; 3) дисперсія показників – 0,23; 4) стандартне відхилення – 0,15.

Зафіксовано слабкий прямий зв'язок між формами А та Б. Більш коректно кореляцію можна відобразити у проміжку її максимальних і мінімальних показників: $0,385054 < r < -0,15643$ [2].

Результати дослідження ступеня надійності паралельних форм показали, що найбільш гомогенними виявилися субшкали біологічної саморегуляції (0,36) та невротизованості (0,31). У випадку біологічної саморегуляції йдеться про фіксацію першосигнальних імпульсів, які вимагають від суб'єкта докладання вольових зусиль для їх витіснення

(гальмування). Зокрема, суб'єкт вимушений удаватися до самообмеження, самодисциплінування, що супроводжується напругою, посиленням енерговитратної захисної стратегії поведінки. Природно, що соціальна саморегуляція має відносно нижчу кореляцію. Якщо біологічна саморегуляція полягає у гальмуванні першосигнальних імпульсів чи виробленні шляхів їхньої сублімації, то соціальна саморегуляція має ширший спектр нервово-психічного реагування, що пов'язано з різноманітністю ситуацій, їх неоднозначністю.

У другому випадку – невротизованості – суб'єкт достатньо чітко вирізняє стан внутрішнього конфлікту, стресу, який вимагає свідомого вирішення окремих питань (раціоналізації, інтелектуалізації тощо). Слід зауважити, що біологічна саморегуляція та невротичність, по суті, є тими субшкалами, які можна назвати слабко залежними від сфери соціальних контактів, вони є ситуаційно незалежними, оскільки відбивають природну здатність індивіда опиратися стресам. Відповідно, суб'єкт має достатньо чітке уявлення про власні поведінкові стратегії, які для нього стають універсальними, трансситуаційними.

Найбільш гетерогенними у відповідях респондентів виявилися пункти, пов'язані з конформністю (0,03) та схильністю давати неправдиві відповіді (0,09). Вочевидь, ці пункти у тлумаченні респондентів відбивають принципово відмінні життєві ситуації, у яких поведінка може істотно різнитися. У гетерогенності шкал конформності та неправди відбивається слабкість особистісних опитувальників як таких, адже розробники прагнуть ставити питання чи формулювати твердження, які стосуватимуться всього спектру соціальних ситуацій респондента (навчальної, професійної, сімейної), тож прагнуть уникнути аналізу вузького спектру ситуацій. У протилежному випадку відбувається істотне збіднення діагностичних можливостей методики, що призводить до втрати цілісного уявлення про конкретну особистість, яка може демонструвати принципово відмінні патерни поведінки у різних життєвих ситуаціях.

Конформізм і схильність казати неправду є, так би мовити, гнучкими психологічними феноменами, оскільки мають тісніший зв'язок з окремими ситуаційними параметрами: ситуаційний тиск, альтернативність дій [1; 3]. Звідси, за нашим припущенням, виникає ситуаційна чутливість відповідей респондентів на такі питання, більш деталізована рефлексія власного досвіду.

Утім, подібне пояснення не позбавляє діагностичну методику психометричних недоліків, але спонукає до більш прискіпливого відношення під час зіставлення окремих пунктів паралельних форм Шкали. Принаймні ці пункти

¹ До проведення дослідження та часткової обробки результатів долучалися здобувачі вищої освіти В.О. Войтенко (на першому етапі) та І.А. Левчук (на другому етапі), що знайшло відображення в їхніх наукових дослідженнях, представлених до захисту у Житомирському державному університеті імені Івана Франка.

Таблиця 1

**Показники кореляції за окремими пунктами та субшкалами
Шкали особистісної динаміки**

Шкали	Пункти				
	2	11	20	29	38
Конгруентність (Σ=0,11)	2	11	20	29	38
	0,34	0,42	0,1	-0,1	-0,22
Конформність (Σ=0,03)	3	12	21	30	39
	-0,26	0,17	0,48	-0,07	-0,15
Ізольованість (Σ=0,18)	4	13	22	31	40
	0,19	0,14	0,34	0,19	0,04
Психотичність (Σ=0,2)	5	14	23	32	41
	0,15	0,14	0,44	0,11	0,17
Невротизованість (Σ=0,31)	1	6	10	15	19
	0,01	0,62	0,45	0,004	0,3
	24	28	33	37	42
	0,5	0,2	0,42	0,32	0,28
«Неправда» (Σ=0,09)	7	16	25	34	43
	0,04	0,12	-0,01	0,08	0,21
Біологічна саморегуляція (Σ=0,36)	8	17	26	35	44
	0,46	0,22	0,33	0,31	0,5
Соціальна саморегуляція (Σ=0,14)	9	18	27	36	45
	0,15	0,29	0,21	0,06	-0,02

мають бути максимально еквівалентними, взаємозамінними, стосуватися приблизно однакових життєвих обставин. Це повинно якщо не кардинально підвищити рівень кореляційного показника, то принаймні скоротити дистанцію між максимальними та мінімальними показниками кореляції. Табл. 1 дає змогу оцінити ступінь такої еквівалентності за кожною парою пунктів. Власне, пункти субшкал «біологічної саморегуляції» та «невротизованості» є найбільш еквівалентними, дарма що поки недостатньо.

Другий етап дослідження спрямований виміряти конкурентну валідність Шкали особистісної динаміки: визначити, якою мірою корелюють результати субшкали «невротизованості» паралельних форм із показниками валідної методики, яка досліджує ступінь сформованості невротизованості. Вибір субшкали пов'язаний із тим, що встановлення ступеня невротизованості є одним з основних завдань Шкали особистісної динаміки (вимірювання особистісного потенціалу до змін). Окрім того, ця субшкала виявилася однією з найбільш надійних на попередньому етапі дослідження.

Випробування проводилося з новою вибіркою (78 осіб). Спочатку оцінювався кореляційний зв'язок невротизованості між двома формами Шкали особистісної динаміки: у новому дослідженні рівень кореляції зріс майже вдвічі (з показника 0,31 до 0,59). Однією з можливих причин таких істотних змін може виявитися та обставина, що цього разу дослідження проводилося не за всіма субшкалами, а за однією (субшкалою невротизованості). Тобто респон-

денти були менш утомленими, оскільки відповідати довелося не на 90 тверджень, а лише на 20. Окрім того, усі твердження стосувалися однієї сфери життєдіяльності, а не восьми. Таке методичне порушення здійснено, щоб мати нагоду більш коректно порівнювати показники невротизованості між двома методиками.

Найбільш релевантною для встановлення конкурентної валідності вважаємо методику В.В. Бойка «Діагностика рівня особистісної невротизації». Вибір зумовлено тим, що вона є традиційною для вітчизняної науки та цілковито спрямована на вивчення феномену невротичності. На цьому етапі дослідження кількість респондентів знизилася до 71. Загальний коефіцієнт кореляції між Шкалою особистісної динаміки та методикою В.В. Бойка становив 0,73. Отже, прямий зв'язок із помірною рівня (0,31 та 0,59) зріс до сильного, що виявилось достатньо несподіваним. При цьому зафіксовано більш потужний зв'язок із формою Б – 0,75, тоді як зв'язок показників Шкали особистісної динаміки та методики В.В. Бойка становив 0,55. Тобто на цьому етапі розроблення діагностичної методики виникають об'єктивні підстави вважати форму Б більш валідною.

Висновки з проведеного дослідження. Результати перевірки надійності паралельних форм Шкали особистісної динаміки вказують на необхідність здійснення корекції оригінального діагностичного інструменту. Вивчення конкурентної валідності центральної субшкали показало задовільний рівень валідності вимі-

рювання феномену невротизованості. Перспективою подальшої психометричної роботи є корекція пунктів окремих субшкал, їх переформулювання та обґрунтування рівня валідності Шкали особистісної динаміки шляхом зіставлення з результатами стандартизованих валідних методів психодіагностики.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кириченко В.В. Особистість у сучасному інформаційному суспільстві. Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2020. 245 с.
2. Мазяр О.В. О проблеме надежности параллельных форм личностного опросника. *GESJ: Education Science and Psychology*. 2022. № 1(62). С. 19–25.
3. Мазяр О.В. Особливості суб'єктної поведінки в екстремальних ситуаціях. *Актуальні проблеми психології*. 2008. Т. 7. Вип. 15. С. 195–198.
4. Мазяр О.В. Невротичний стан у системі особистісного розвитку. *Посттравматичний стресовий розлад: дорослі, діти та родини в ситуації війни* / за ред. І. Маноха, Г. Собчук. Т. II. Варшава ; Київ : ПАН – Гнозис, 2018. С. 257–267.
5. Мазяр О.В. Особистісний дисонанс: системний аналіз : монографія. Житомир : Видавець О.О. Євенок, 2020. 332 с.
6. Ai P., Liu Y., Zhao X. Big Five personality traits predict daily spatial behavior: Evidence from smartphone data. *Journal of Research in Personality*. 2019. Vol. 147. P. 285–291.
7. Alexander J.D., Zhou Y., Freis S.M., Friedman N.P., Vrieze S.I. Individual differences in adolescent and young adult daily mobility patterns and their relationships to big five personality traits: A behavioral genetic analysis. *Journal of Research in Personality*, 2022. Vol. 100. URL: <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2022.104277>.
8. Hawes S.W., Byrd A.L., Gonzalez R., Cavanagh C., Bechtold J., Lynam D.R., Pardini D.A. The developmental course of psychopathic features: Investigating stability, change, and long-term outcomes. *Journal of Research in Personality*. 2018. Vol. 77. P. 83–89.
9. Lysaker P.H., Holm T., Kukla M., Wiesepepe C., Faith L., Musselman A., Lysaker J.T. Psychosis and the challenges to narrative identity and the good life: Advances from research on the integrated model of metacognition. *Journal of Research in Personality*. 2022. Vol. 100. URL: <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2022.104267>.
10. Mishel W. *Personality and Assessment*. New York : Lawrence Erlbaum Associates, 1996. 380 p.
11. Open Science Collaboration. An Open, Large-Scale, Collaborative Effort to Estimate the Reproducibility of Psychological Science. *Perspectives on Psychological Science*. 2012. Vol. 7(6). URL: <https://doi.org/10.1177/1745691612462588>.
12. Open Science Collaboration. Estimating the reproducibility of psychological science. *Science*. 2015. Vol. 349(6251). aac4716. URL: <https://doi.org/10.1126/science.aac4716>.
13. Ross L., Nisbett R.E. *The Person and the Situation: Perspectives of Social Psychology* / 2nd ed. London : Pinter & Martin Ltd., 2011. 304 p.

АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ РЕЗЕРВІВ ПРОФЕСІЙНОЇ БЕЗПЕКИ ОСОБИСТОСТІ: ПРОБЛЕМИ, ПЕРСПЕКТИВИ

ANALYSIS OF THE PSYCHOLOGICAL RESERVES OF PROFESSIONAL SAFETY OF THE INDIVIDUAL: PROBLEMS, PROSPECTS

У статті здійснено аналіз психологічних резервів професійної безпеки особистості, що розуміються як здатність людини справлятися зі стресом та негараздами і включають такі елементи, як психологічна стійкість й уміння відновлювати психологічні ресурси, стратегії виживання у складних стресових умовах та соціальна підтримка. Аналіз психологічних резервів щодо професійної безпеки має на увазі оцінку здатності людини справлятися зі стресом (як гострим, так і хронічним) та несприятливими ситуаціями на своєму робочому місці, а також доступ особистості до ресурсів та підтримки, які можуть допомогти зберегти позитивний емоційний стан, високу продуктивність праці та гідну якість життя. Виявлено та проаналізовано фактори психологічних резервів професійної безпеки, такі як стійкість людини, стратегії виживання та мережа соціальної підтримки, а також наявність програм допомоги співробітникам та надання інших допоміжних послуг на робочому місці. Визначено, що психічне здоров'я та психологічне благополуччя є складною і багатогранною сферою, а професійна безпека включає й інші фактори, такі як фізична безпека, ергономіка і баланс між роботою та особистим життям. Зазначено, що професійна безпека особистості – це насамперед система спеціальних захисних, нормативно-правових, педагогічних та психологічних заходів, які дозволяють забезпечити збереження життя, фізичне та психічне здоров'я фахівця за умов підтримання високого рівня ефективності професійних дій. Професійна особиста безпека стосується заходів та стратегій, які застосовуються для захисту людей від фізичної шкоди або особистих загроз на робочому місці. Резюмовано, що загалом система професійної безпеки особистості спрямована на забезпечення того, щоб працівники були в безпеці та захищені під час роботи і щоб вони могли виконувати свої обов'язки, не побоюючись заподіяння шкоди чи особистої загрози. Створення культури психологічної безпеки позитивно впливає на залученість, ефективність та інноваційність діяльності працівників. Це також допомагає створити здорове робоче середовище, зменшити плінність кадрів та підвищити лояльність. Керівники та лідери думок відіграють вирішальну роль у забезпеченні психологічної безпеки, заохоченні відкритого спілкування та створення культури ефективності та поваги.

Ключові слова: професійна безпека, психологічні резерви, професійне вигорання, стрес, продуктивність праці, соціальна ізоляція, методику діагностики виснаження психологічних резервів.

The article analyzes the psychological reserves of a person's professional safety, which are understood as a person's ability to cope with stress and adversity and include such elements as psychological resilience and the ability to restore psychological resources, survival strategies in difficult stressful conditions, and social support. The analysis of psychological reserves in relation to occupational safety implies an assessment of a person's ability to cope with stress (both acute and chronic) and adverse situations at his workplace, as well as an individual's access to resources and support that can help maintain a positive emotional state, high productivity work and decent quality of life. Factors of psychological reserves of occupational safety, such as human resilience, survival strategies and social support network, as well as the availability of employee assistance programs and the provision of other support services at the workplace, were identified and analyzed. It has been identified that mental health and psychological well-being is a complex and multi-faceted field, and occupational safety includes other factors such as physical safety, ergonomics and work-life balance. It is noted that the professional safety of the individual is, first of all, a system of special protective, regulatory, pedagogical and psychological measures that allow to ensure the preservation of the life, physical and mental health of a specialist, provided that a high level of efficiency of professional actions is maintained. Occupational personal safety refers to the measures and strategies used to protect people from physical harm or personal threats in the workplace. It is summarized that, in general, the system of occupational personal safety is aimed at ensuring that workers are safe and protected during work and that they can perform their duties without fear of harm or personal threat. Creating a culture of psychological safety has a positive effect on the involvement, efficiency and innovation of employees. It also helps create a healthy work environment, reduce employee turnover and increase loyalty. Managers and thought leaders play a critical role in ensuring psychological safety, encouraging open communication and creating a culture of performance and respect. **Key words:** professional safety, psychological reserves, professional burnout, stress, work productivity, social isolation, methods of diagnosing the depletion of psychological reserves.

УДК 159.9:316.334.4(043.5)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.29>

Малазонія С.В.

к. психол.н.,
доцент кафедри економіки підприємств та менеджменту
Навчально-науковий професійно-педагогічний інститут Української інженерно-педагогічної академії (м. Бахмут)

Коломієць Т.В.

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

Березяк К.М.

старший викладач кафедри практичної психології та педагогіки
Львівський державний університет безпеки життєдіяльності

Постановка проблеми. Проблема психологічних резервів професійної безпеки стосується здатності індивіда справлятися зі стресом і підтримувати благополуччя в робочому середовищі високого ризику або високого стресу. Це може включати такі фактори, як стійкість, стратегії подолання та системи

підтримки, які допомагають людям керувати стресом і підтримувати своє психічне та емоційне благополуччя. Це важливо для осіб, які займаються професіями з високим рівнем ризику або високим рівнем стресу, наприклад особами, які займаються першим реагуванням. Якісне дослідження проблематики

психологічних резервів професійної безпеки особистості з наданням практичних рекомендацій є надзвичайно актуальним, а в трагічних умовах війни ще й життєво необхідним для України.

Аналіз досліджень і публікацій. Проблема психологічних резервів професійної безпеки є актуальною та не досить широко висвітленою на національному науковому просторі. Тому вкрай важливим завданням сучасності є вивчення робіт насамперед зарубіжних учених для адаптації, трансформації і використання теоретичного та практичного світового досвіду в національних умовах. Так, доктор Стівен Дж. Караджорг (Dr. Steven J. Karageorge), професор Університету Південної Кароліни, досліджував стійкість психологічних ресурсів спеціалістів служб реагування на надзвичайні ситуації та військових, наприклад у праці “Career medical officers in psychiatry and addiction in NSW: description, role and educational needs” [1]. Доктор Сальваторе Р. Мадді (Dr. Salvatore R. Maddi), почесний професор Каліфорнійського університету в “Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth” [2] розробив практичні рекомендації в галузі витривалості та психологічних ресурсів людей, які працюють у умовах високих стресів. Доктор Д.Д. Скотт ДеРуе (Dr. D. Scott DeRue), професор та декан Едварда Дж. Фрея (Edward J. Frey) Школи бізнесу Стівена М. Росса з Мічиганського університету, вивчав вплив емоційного інтелекту на продуктивність праці в екстремальних умовах і зафіксував свої висновки в праці “Experience-Driven Leader Development: Models, Tools, Best Practices, and Advice for On-the-Job Development” [3].

Що стосується вітчизняних досліджень психологічних резервів професійної безпеки особистості, то тут передусім необхідно відзначити системну роботу профільних установ та інституцій, таких як: Український інститут соціальних досліджень (теми, пов’язані із соціальною політикою, ринком праці та соціальними послугами); Інститут економіки промисловості Національної академії наук України (теми, пов’язані з ринком праці, трудовою міграцією та соціальною політикою); Київська школа економіки (КШЕ) (теми, пов’язані з ринком праці, соціальною політикою та управлінням людськими ресурсами); Український центр соціальних досліджень (тем, пов’язаних із соціальною політикою, ринком праці та соціальними послугами) тощо.

Постановка завдання. Загострення актуальності проблематики, відсутність достатньої кількості робіт із зазначеної теми на вітчизняному науковому просторі, доцільність опрацювання іноземних джерел зумовили завдання статті, якими є: уточнення та доповнення понять «професійна безпека осо-

бистості» і «психологічні резерви професійної безпеки»; визначення та аналіз основних видів професійної безпеки; виявлення факторів створення системи психологічної професійної безпеки; систематизація методик визначення рівня психологічних ресурсів; рекомендації щодо збереження й підвищення психологічних резервів професійної безпеки особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Професійна безпека особистості включає низку заходів, таких як: наявність служби безпеки на підприємстві; система спостереження та контроль доступу; протоколи безпеки та процедури для обробки різних типів інцидентів для працівників, які працюють в умовах підвищеного ризику, наприклад, у секторах безпеки, оборони чи розвідки. Крім того, професійна особиста охорона включає особистий захист та безпеку співробітників у разі виконання службових обов’язків. Це може бути як охоронний супровід, так і супровід охоронців та/або навчання самооборони, особиста охорона також може включати процедури та протоколи безпеки.

Для формування практичних рекомендацій у сфері професійної безпеки особистості необхідно виділити та проаналізувати основні її види.

Фізична безпека – захист людей від фізичної шкоди чи загроз, наприклад, за допомогою співробітників служби безпеки, систем спостереження та контролю доступу.

Кібербезпека – захист окремих осіб та організацій від кіберзагроз, таких як злом, витік даних та кібератаки; практика захисту пристроїв, мереж та конфіденційної інформації від несанкціонованого доступу, використання, розкриття, порушення, модифікації чи знищення. Система кібербезпеки включає реалізацію технічних та організаційних заходів для запобігання кібератак, а також реагування на будь-які інциденти та відновлення після них. Натепер кібербезпека є серйозною проблемою для окремих осіб, підприємств та урядів, оскільки зростаюча залежність від технологій зробила їх головною мішенню для кіберзлочинців, а сучасні інформаційні війни та реальні воєнні дії на території України багаторазово загострили проблему.

Інформаційна безпека – це захист конфіденційної інформації, наприклад, за допомогою шифрування, безпечного зберігання даних та контролю доступу; практика захисту конфіденційної інформації від несанкціонованого доступу, використання, розкриття, руйнування, зміни чи знищення. Інформаційна безпека повинна відповідати таким критеріям, як: конфіденційність (конфіденційна інформація повинна бути доступною лише уповноваженим особам); цілісність (інформація має бути точ-

ною і не може бути підробленою); доступність (забезпечення доступності інформації для уповноважених осіб, коли вони її потребують); аварійність (здатність оперативно відновитись після аварії чи кібератаки), а також дотримання відповідних законів, правил та галузевих стандартів.

Спільними заходами кібербезпеки та інформаційної безпеки є брандмауери, шифрування, контроль доступу, тестування на проникнення та планування реагування на інциденти. При цьому для організацій вкрай важливо у сучасних умовах мати чітку безпекову політику і проводити навчання співробітників з питань безпеки, щоб допомогти їм зрозуміти ризики і дізнатися, як захистити себе і організацію. З метою модернізації процесу саме такого професійного навчання слід активно застосовувати новітні іммерсивні технології [4], які допомагають повністю поринути у процес навчання, взаємодіяти з об'єктами, недоступними у звичайній реальності, звикнути діяти у гострих ситуаціях і, як наслідок, підвищити ефективність навчання і практичних дій після нього. Використання іммерсивних технологій дозволяє створювати високоякісні симуляції [5], що напряму впливає на відновлення психологічних резервів професійної безпеки особистості.

Психологічна безпека – це стан психологічної захищеності, а також здатність людини і середовища відбивати несприятливі зовнішні та внутрішні впливи. Психологічна безпека на робочому місці у сучасних умовах, крім вищезазначеного, сприймається як базовий принцип, який виражається, наприклад, у тому, що під час професійної діяльності ніхто не буде покараний чи принижений за свої думки, ставлення питань чи висловлювання незгоди. Це почуття довіри та поваги, коли працівники почуваються в безпеці на робочому місці. Психологічна безпека важлива для створення середовища, в якому співробітники почуваються комфортно, щоб ризикувати, ділитися ідеями та висловлюватися, коли бачать щось, що можна покращити.

Фактори, що сприяють психологічній безпеці на робочому місці, включають: довіру до управління; чітку комунікацію та прозорість; відкрите спілкування; визнання та оцінку внеску працівників; надання можливостей для навчання та зростання; заохочення різних поглядів та ідей.

Для визначення рівня психологічних ресурсів співробітників служби професійної безпеки існує достатня кількість апробованих та дієвих методик.

– Психологічні оцінки – стандартні тести та анкети для вимірювання психологічних ресурсів людини, таких як стійкість, емоційний інтелект та самооцінка.

– Індивідуальні інтерв'ю можуть допомогти виявити сильні психологічні сторони людини та сфери, які потребують покращення.

– Спостереження за поведінкою у змодельованій чи реальній ситуації дозволяє оцінити здатність співробітника справлятися зі стресом та приймати обґрунтовані рішення в умовах тиску.

– Самозвіти, опитування та анкети можуть використовуватися для оцінки сприйняття людиною власних психологічних ресурсів і допомагають визначити сфери, що викликають занепокоєння, або галузі, які можуть потребувати покращення.

– Біомаркери, такі як рівень кортизолу та варіабельність серцевого ритму, можуть використовуватися для оцінки фізіологічної реакції людини на стрес і допомагають виявити людей з ризиком вигорання або психологічного стресу.

Будь-яку оцінку рівня психологічних ресурсів співробітників слід проводити періодично, щоб зрозуміти зміни психологічних ресурсів за часом, а результати слід зберігати конфіденційно. Але як зрозуміти, що психологічні резерви співробітника служби професійної безпеки вичерпані чи перебувають під загрозою? Є кілька чітких ознак.

1. Професійне вигорання: співробітник відчуває почуття емоційного виснаження, деперсоналізації та зниження особистих досягнень. Він також має знижене почуття ефективності та почувається відірваним від своєї роботи.

2. Хронічний стрес: співробітникам важко впоратися з вимогами посади, що призводить до підвищеної тривожності, депресії чи дратівливості. Виникають проблеми зі сном або фізичні симптоми, такі як головний біль або втома.

3. Зниження продуктивності праці: у співробітника виникають труднощі з концентрацією уваги або виконанням завдань, він може робити більше помилок або мати більш низьку якість роботи.

4. Соціальна ізоляція: співробітник починає відмовлятися від соціальних взаємодій, наприклад, уникати командних зустрічей або брати участь у групових заходах.

5. Підвищення/зміна рівня біомаркерів: кортизолу та варіабельності серцевого ритму.

Необхідно відзначити, що не у всіх співробітників виявлятимуться всі ці ознаки, також важливо враховувати індивідуальні відмінності та особисті обставини. Але в будь-якому разі важливо надати підтримку та ресурси, щоб допомогти співробітникам зберегти свої психологічні резерви, наприклад, пропонуючи програми допомоги, гнучкий графік роботи та можливості для професійного розвитку та навчання [6].

Докладніше про ознаки виснаження психологічних резервів співробітників служби професійної безпеки та методи діагностики нижче.

Професійне вигорання – це стан фізичного, емоційного та психічного виснаження, спричинений тривалим чи хронічним стресом на робочому місці. Він характеризується низкою симптомів, у тому числі емоційним виснаженням, деперсоналізацією та зниженим почуттям особистих досягнень. Люди, які зазнають вигорання: відчувають перевантаженість вимогами своєї роботи, дистанціюються від своєї роботи загалом; неефективні чи безсилі у своїй посаді; невмотивовані та відчувають нестачу енергії; негативно чи критично ставляться до своїх колег та клієнтів; фізично та морально виснажені; відчувають проблеми з концентрацією уваги. Професійне вигорання негативно позначається на фізичному та психічному здоров'ї людини, а також на її працездатності. До факторів, що сприяють вигоранню, належать: тривалий чи хронічний стрес; відсутність контролю чи автономії у своїй роботі; відсутність соціальної підтримки; брак визнання чи вдячності; відсутність чітких чи реалістичних очікувань; відсутність балансу між роботою та особистим життям.

Запобігання вигоранню включає усунення основних причин стресу, таких як погане управління, нереалістичне робоче навантаження та відсутність підтримки, а також заохочення турботи про себе серед співробітників, надання можливостей для навчання та розвитку.

Стрес – це реакція організму на будь-яку вимогу чи загрозу, вигадану чи реальну, яка потребує пристосування чи реакції. Це нормальна фізіологічна реакція на широкий спектр подій, включаючи як позитивний, так і негативний досвід. Стрес може бути викликаний різними факторами, такими як робота, відносини, фінанси та проблеми зі здоров'ям. Коли людина сприймає загрозу чи вимогу, організм виділяє гормони стресу, такі як адреналін та кортизол, які готують організм до відповіді на виклик. Це відомо як реакція «бий чи біжи». Ця реакція збільшує частоту серцевих скорочень, кров'яний тиск та рівень цукру в крові, а також пригнічує другорядні функції, такі як травлення та ріст. Стрес може мати як позитивні, так і негативні наслідки. Гострий стрес, який є короткостроковим, може бути корисним, оскільки він може допомогти людині добре працювати у складній ситуації. Проте хронічний стрес, який є тривалим, зазвичай має негативні наслідки як для фізичного, так і для психічного здоров'я. Управління стресом важливе для підтримки загального благополуччя. Такі методи, як релаксація, тайм-менеджмент та соціальна підтримка, можуть допомогти впоратися зі стресом. Звернення за допомогою до професіонала, наприклад, до терапевта або консультанта, також може бути корисним.

Продуктивність праці є мірою ефективності робочої сили організації і зазвичай виража-

ється як відношення обсягу виробництва на одиницю витрат, наприклад обсяг виробництва за відпрацьовану годину або обсяг виробництва на одного працівника. Продуктивність праці важлива, оскільки є ключовим показником економічного зростання та конкурентоспроможності. Висока продуктивність праці означає, що компанія виробляє більше товарів або послуг з тією ж кількістю ресурсів, що може призвести до збільшення прибутку і заробітної плати.

Є кілька факторів, які можуть вплинути на продуктивність праці, у тому числі: людський капітал (освіта, навички та досвід робочої сили); технології (досягнення в галузі технологій можуть підвищити продуктивність, спрощуючи та прискорюючи виробництво товарів та послуг); капітал (кількість та якість обладнання та інфраструктури); інститути ринку праці, а також закони та положення, що регулюють ринок праці; організаційні чинники (методи управління, культура робочого місця та залучення співробітників) [7].

Вимірювання продуктивності праці здійснюється шляхом порівняння випуску продукції з витратами, такими як робочий час, капітал та використані матеріали. Це можна зробити, використовуючи індекси продуктивності, коефіцієнти продуктивності та загальну факторну продуктивність. Важливо відзначити, що продуктивність праці не є єдиним показником економічної ефективності і не є показником добробуту працівників, оскільки підвищення продуктивності може відбуватися за рахунок втрати роботи, стагнації заробітної плати або погіршення умов праці.

Трудова дисципліна – це дотримання правил, положень та процедур на робочому місці. Наприклад, своєчасна явка на роботу, виконання поставлених завдань та дотримання політик та процедур компанії. Якісна трудова дисципліна характеризується надійністю, пунктуальністю співробітників та їх прагненням відповідати очікуванням роботодавця. Дисципліна праці є важливою для функціонування організації, тому що вона допомагає гарантувати, що завдання виконуються вчасно та відповідно до необхідних стандартів. Це також допомагає створити сприятливе робоче середовище, де співробітники надійні і на них можна покластися, і де існує культура взаємної поваги та довіри.

До факторів, що впливають на трудову дисципліну, належать: особисті звички та установки; навантаження та вимоги до роботи; організаційна культура; лідерство та управління; заохочення та санкції. Роботодавці можуть підтримувати трудову дисципліну, встановлюючи чіткі очікування, надаючи регулярний зворотний зв'язок та оперативно вирішуючи проблеми. Вони також можуть надати

навчання та ресурси, щоб допомогти співробітникам покращити свої робочі навички та створити сприятливе робоче середовище.

Соціальна ізоляція означає відсутність соціальних зв'язків чи взаємодії з іншими людьми. Це може статися, коли людина не має доступу до соціальної підтримки, відключена від своєї спільноти або має обмежені можливості для соціальної взаємодії. Соціальна ізоляція може

мати негативний вплив на фізичне та психічне здоров'я та збільшує ризик різних проблем зі здоров'ям, таких як депресія, хвороби серця та зниження когнітивних функцій. Є кілька чинників, які зумовлюють соціальну ізоляцію, зокрема: стан фізичного чи психічного здоров'я; вік (літні люди частіше зазнають соціальної ізоляції); проживання без інших членів сім'ї; відсутність родини; відсутність транспорту;

Таблиця 1

Ознаки виснаження психологічних резервів та методики їх діагностики

Ознака	Методики, що діагностують рівень ознак виснаження психологічних резервів
Професійне вигорання	<ul style="list-style-type: none"> – Опитувач вигорання Маслаха (The Maslach Burnout Inventory (MBI)): один з найбільш широко використовуваних тестів для вимірювання вигорання. Він складається з 22 пунктів, що вимірюють емоційне виснаження, деперсоналізацію та зниження особистих досягнень. – Копенгагенський опитувальник вигорання (The Oldenburg Burnout Inventory (OLBI)): розроблений спеціально для вимірювання емоційного вигорання у медичних працівників. Він складається з 17 пунктів, що вимірюють емоційне виснаження, деперсоналізацію та зниження особистих досягнень. – Ольденбурзький опитувальник вигорання (The Oldenburg Burnout Inventory (OLBI)): розроблений спеціально для вимірювання вигорання вчителів. Він складається з 15 пунктів, що вимірюють емоційне виснаження, деперсоналізацію та зниження особистих досягнень. – Вимірювання вигорання (The Burnout Measure (BM)): тест призначений для вимірювання вигорання у різних професійних групах. Він складається з 16 пунктів, що вимірюють емоційне виснаження, деперсоналізацію та зниження особистих досягнень. – Вимірювання вигорання Широма-Меламеда (The Shirom-Melamed Burnout Measure (SMBM)): вимірює вигорання на основі параметрів емоційного виснаження, деперсоналізації та зниження особистих досягнень.
Хронічний стрес	<ul style="list-style-type: none"> – Шкала стресу, що сприймається (The Perceived Stress Scale (PSS)): вимірює ступінь, в якому життєві ситуації оцінюються як стресові; складається з 10 пунктів, які вимірюють ступінь, в якому люди сприймають своє життя як непередбачуване, неконтрольоване та перевантажене. – Соціальний стрес-тест Трієра (TSST): призначений для виявлення реакції на стрес шляхом впливу стандартизованого стресора із соціальною оцінкою; вимірює фізіологічні та психологічні реакції на стрес. – Шкала стресу Холмса та Рає (The Holmes and Rahe Stress Scale): оцінює рівень стресу людини, вимірюючи кількість та вплив життєвих подій за останній рік. – Шкала впливу подій (The Impact of Event Scale (IES)): вимірює емоційні та фізичні реакції на конкретну травматичну подію; оцінює симптоми вторгнення, уникнення та надмірного збудження. – Опитувальник тривожності стану (The State-Trait Anxiety Inventory (STAI)): вимірює тривожність як межю або стан; складається з 20 пунктів, що вимірюють суб'єктивні відчуття напруги, нервозності та побоювань.
Зниження продуктивності праці	<ul style="list-style-type: none"> – Продуктивність за відпрацьований час (Output per hour worked): порівнює загальну ефективність організації або промисловості із загальною кількістю годин, відпрацьованих працівниками. Зниження продуктивності буде позначено зменшенням виробництва на відпрацьовану годину. – Виробництво на одного працівника (Output per worker): порівнює загальне виробництво організаційної або галузевої продукції із загальною кількістю працівників. Зниження продуктивності позначається зменшенням виробництва на одного працівника. – Індекс продуктивності (Productivity index): порівнює випуск організації або галузі зі стандартним, наприклад, з випуском подібної організації чи галузі. Зниження продуктивності позначається зменшенням показника продуктивності. – Загальна факторна продуктивність (Total factor productivity (TFP)): порівнює випуск організації або промисловості з витратами на працю, капітал та матеріали. Зниження продуктивності позначається зменшенням TFP. – Аналіз часових рядів (Time-series analysis): враховує зміну ефективності з часом, аналізуючи дані про випуск та витрати в різні моменти часу. Зниження продуктивності буде позначено зменшенням лінії тенденції. – Опитування та інтерв'ю: використовуються для збору якісних даних про фактори, які можуть допомогти знизити ефективність, наприклад, психологічний стан працівників, методи управління та культуру на робочому місці.

<p>Порушення трудової дисципліни</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Моніторинг відвідуваності (Attendance monitoring): відстеження відвідуваності та пунктуальність працівників за допомогою електронних систем або реєстраційних листів. Це може допомогти визначити й мінімізувати невиходи до праці чи запізнення. – Оцінка продуктивності (Performance evaluations): може допомогти визначити сфери, в яких працівники не відповідають очікуванням або не дотримуються політики та процедур компанії. – Повідомлення про інцидент (Incident reporting): заохочення працівників повідомляти про будь-які порушення трудової дисципліни, свідками яких вони можуть стати або з якими вони можуть зіткнутися. Це може допомогти визначити конкретні випадки незаконних дій або невідповідності з вимогами. – Спостереження (Surveillance): моніторинг поведінки працівників за допомогою камер, відстеження програмного забезпечення або інших форм спостереження. Це може допомогти визначити конкретні випадки незаконних дій або невідповідності з вимогами. – Опитування працівників (Employee surveys): опитування для збору відгуків працівників про культуру робочого місця, дотримання політик та процедур, а також будь-яких питань, пов'язаних з трудовою дисципліною. – Аудити (Audits): проведення регулярних інспекцій політик та процедур компанії, щоб переконатися у їх дотриманні.
<p>Соціальна ізоляція</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Шкала самотності Каліфорнійського університету в Лос-Анджелесі (The UCLA Loneliness Scale): вимірює почуття самотності та соціальної ізоляції, пропонуючи людині оцінити свою згоду із серією тверджень. – Шкала самотності Де Йонга-Гірвельда (The De Jong Gierveld Loneliness Scale): вимірює самотність та соціальну ізоляцію, пропонуючи людині оцінити свою згоду із серією тверджень про почуття самотності та ізоляції, а також про соціальні мережі та системи підтримки. – Індекс соціальної підтримки та мережі (SSNI): вимірює соціальну підтримку та ізоляцію, пропонуючи людині оцінити рівень своєї згоди із серією тверджень про соціальні мережі та рівень підтримки, яку вони отримують від цих мереж. – Індекс соціальної ізоляції (The Social Isolation Index (SII)): вимірює соціальну ізоляцію, пропонуючи людині оцінити рівень своєї згоди із серією тверджень про соціальні зв'язки та участь у громадській діяльності. – Індекс соціальної мережі (The Social Network Index (SNI)): вимірює розмір та склад соціальних мереж людини, а також рівень підтримки, яку вона отримує від соцмереж. – Інтерв'ю та спостереження для збору інформації про соціальні зв'язки, діяльність та рівень підтримки.
<p>Біомаркери: кортизол та варіабельність серцевого ритму</p>	<p>Визначення рівня кортизолу в крові:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Тест на кортизол у сироватці (Serum cortisol test): вимірює рівень кортизолу в крові шляхом взяття зразка крові з вени. Потім зразок вирушає до лабораторії для аналізу. – Тест на кортизол у слині (Salivary cortisol test): вимірює рівень кортизолу у слині. – 24-годинний тест на кортизол у сечі (24-hour urine cortisol test): вимірює рівень кортизолу у сечі протягом 24-годинного періоду. Людина буде проінструктована зібрати всю сечу, виведену за 24-годинний період. Потім зразок вирушає до лабораторії для аналізу <p>Визначення варіабельності серцевого ритму:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Аналіз ВСР у часовій ділянці (Time-domain HRV analysis): вимірює часовий інтервал між послідовними серцевими скороченнями, який зазвичай вимірюється в мілісекундах. Це найпростіший і найширше використовуваний метод вимірювання ВСР. – Аналіз ВСР у частотній сфері (Frequency-domain HRV analysis): вимірює розподіл потужності в різних частотних діапазонах та забезпечує більш докладний аналіз ВСР. Він більш складний, ніж аналіз у часовій сфері, але дає більше інформації про баланс між симпатичною та парасимпатичною активністю. – Нелінійний аналіз ВСР (Nonlinear HRV analysis): вимірює нелінійні властивості ВСР, такі як хаос та фрактали. Він дає ще більш детальну інформацію про баланс між симпатичною та парасимпатичною активністю, але потребує більш складних математичних методів і використовується рідше. – Графік Пуанкаре (Poincaré plot): цей тест є типом нелінійного аналізу ВСР, який відображає різницю між послідовними інтервалами RR на графіку розсіювання. Він допомагає ідентифікувати патерни ВСР, які не видно у разі аналізу у часовій або частотній ділянці.

Джерело: розроблено автором на основі джерел [1; 2; 3]

обмежений доступ до технологій; культурні чи мовні бар'єри; дискримінація чи маргіналізація.

Важливо розпізнавати ознаки соціальної ізоляції, такі як відмова від діяльності, відсутність друзів чи членів сім'ї, з якими можна поговорити, почуття самотності чи відчужено-

сті. Є кілька способів боротьби із соціальною ізоляцією, у тому числі: створення зв'язків з іншими через участь у співтоваристві, волонтерство чи вступ до клубів чи груп; використання технологій та соціальних мереж для зв'язку з іншими; звернення за підтримкою до

друзів, сім'ї чи громадських організацій; звернення за професійною допомогою, як-от консультування або терапія.

Біомаркери: кортизол та варіабельність серцевого ритму. Кортизол – це стероїдний гормон, що виробляється наднирниками. Він є частиною системи реакції організму на стрес та її часто називають «гормоном стресу». Він відіграє важливу роль у регулюванні обміну речовин в організмі, рівня цукру в крові, артеріального тиску та імунної системи. Коли організм сприймає загрозу чи стресор, гіпоталамус виробляє кортикотропін-релізінг-гормон (CRH), який запускає викид кортизолу із надниркових залоз. Це спричиняє збільшення частоти серцевих скорочень, артеріального тиску та рівня цукру в крові, а також пригнічує другорядні функції, такі як травлення та ріст, щоб підготувати тіло до реакції «бий або біжи». Нормальний рівень кортизолу змінюється протягом дня, з найвищим рівнем вранці та найнижчим вночі. Однак хронічний стрес може призвести до того, що рівень кортизолу залишиться підвищеним, що може призвести до різних проблем зі здоров'ям, таких як збільшення ваги, високий кров'яний тиск та ослаблення імунної системи.

Варіабельність серцевого ритму (BCP) – це міра зміни часу між послідовними серцевими скороченнями. Це показник активності вегетативної нервової системи (ВНС), яка контролює автоматичні функції організму, такі як частота серцевих скорочень, артеріальний тиск та дихання. BCP – неінвазивний спосіб оцінки балансу між симпатичною та парасимпатичною нервовими системами, які відповідають за реакції організму «боротьба чи втеча» та «відпочинок та перетравлення» відповідно. Симпатична нервова система відповідає за реакцію організму на стрес, а парасимпатична нервова система відповідає за розслаблення та відновлення організму. Висока BCP вказує на те, що ВНС функціонує добре і що організм здатний адаптуватися до стресових факторів. З іншого боку, низька BCP вказує на те, що ВНС не функціонує належним чином і що організм може перебувати у стані хронічного стресу. Низька BCP пов'язана з різними проблемами зі здоров'ям, такими як хвороби серця, діабет та депресія.

Висновки з проведеного дослідження.

Для забезпечення професійної безпеки особистості дуже важливо приділяти увагу дослідженню, збереженню та відновленню психологічних резервів, які належать до розумових та емоційних ресурсів, що використовуються людиною, щоб впоратися зі стресом та нега-

раздами. В контексті професійної безпеки, психологічні резерви є важливими для людей, які працюють в умовах високого стресу та ризику, таких як кібербезпека або правоохоронні органи. Ці резерви можуть включати такі елементи, як самооцінка, самоефективність, емоційний інтелект і стійкість. Наявність сильних психологічних резервів може допомогти фахівцю з безпеки зберігати концентрацію та самовладання у стресових ситуаціях, приймати зважені рішення та справлятися з емоційними наслідками складних чи травмуючих переживань. Психологічний резерв можна створити та/або відновити декількома способами. Найбільш дієвими з них є: регулярні заняття спортом та фізична активність; соціальна взаємодія та підтримка; практика усвідомленості та медитації; професійний розвиток та навчання; формування почуття мети та сенсу у своїй роботі; звернення за допомогою, коли це потрібно.

У сучасних умовах необхідно усвідомлювати важливість психологічних резервів та надавати підтримку та ресурси не лише військовим та спеціалістам, задіяним у системах професійного забезпечення безпеки, а й усім нашим співвітчизникам, які змушені жити у важких та трагічних умовах війни.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Nash L., Meltzer M., Karageorge A. Career medical officers in psychiatry and addiction in NSW: description, role and educational needs. *Australasian Psychiatry*. 2019. Vol. 27. No. 5. P. 528–531. URL: <https://doi.org/10.1177/1039856219859284> (дата звернення: 26.01.2023).
2. Maddi S. R. Hardiness. Dordrecht : Springer Netherlands, 2013. URL: <https://doi.org/10.1007/978-94-007-5222-1> (дата звернення: 26.01.2023).
3. Experience-Driven Leader Development: Models, Tools, Best Practices, and Advice for on-The-Job Development / S. Taylor et al. Wiley & Sons, Incorporated, John, 2013. 608 p.
4. Ali S. The effectiveness of immersive technologies for future professional education. *Futurity Education*. 2022. P. 13–21. URL: <https://doi.org/10.57125/fed/2022.10.11.25> (дата звернення: 26.01.2023).
5. Namestiuk S. On the issue of teaching psychological and pedagogical disciplines at universities using immersive technologies. *Futurity Education*. 2022. P. 33–42. URL: <https://doi.org/10.57125/fed/2022.10.11.27> (дата звернення: 26.01.2023).
6. Психологічна безпека особистості : міжнародна колективна монографія / за загальною редакцією І.В. Волженцевої. Переяслав–Брест. 2021. 890 с.
7. Основи професійної безпеки та здоров'я людини / за заг. ред. В.В. Березуцького Харків. 2018. 553 с.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ СОЦІАЛЬНОГО ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ

EMPIRICAL STUDY OF THE FEATURES OF THE SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF FORCED MIGRANTS

У статті наведено результати емпіричного дослідження соціального та психологічного благополуччя вимушених переселенців. Обґрунтовано актуальність дослідження. Зазначено, що внутрішньо переміщені особи (ВПО) є однією з особливо уразливих категорій населення. Досвід переміщення стає для них травматичною подією, яка призводить до радикальних трансформацій у сімейному, економічному, соціальному, культурному житті й позначається на благополуччі. Презентовано результати теоретичного аналізу проблеми благополуччя особистості у сучасній психології. Вибірку становили жінки та чоловіки, які мають статус внутрішньо переміщених осіб (ВПО). До першої групи увійшли жінки (163 особи), другу становили чоловіки (91 особа). Психодіагностичний інструментарій: опитувальники «Експрес-оцінювання психологічного благополуччя» К. Ріфф в адаптації Н. Шишко та «Шкала соціального благополуччя» К. Кіза в інтерпретації А. Четверик-Бурчак. Емпіричне вивчення соціального та психологічного благополуччя у жінок та чоловіків, які мають статус внутрішньо переміщених осіб, виявило своєрідність функціонування досліджуваних феноменів в означених групах. У жінок ВПО більш вираженими є такі компоненти соціального благополуччя, як соціальне прийняття та соціальна актуалізація, у чоловіків – узгодженість із суспільством. Серед складників психологічного благополуччя більш характерними для жінок виявилися позитивні стосунки з оточуючими, тоді як для чоловіків – особистісне зростання. Отже, стрижнем підтримання соціального та психологічного благополуччя у жінок виступає позитивне ставлення до суспільства, опосередковане позитивним ставленням і довірою до конкретних людей, взаємодія з якими характеризується глибиною та комфортністю, упевненість у їх потенціалі, що мотивує їх до прийняття колективної відповідальності та соціальної активності. Чоловіки характеризуються більшою реалістичністю в оцінюванні соціального життя, більшою зацікавленістю у розумінні особливостей його функціонування, змістовному аналізі наявного життєвого досвіду й набутті нового, зорієнтованістю на реалізацію власного потенціалу, на самовдосконалення.

Ключові слова: гендер, вимушені переселенці, внутрішньо переміщені особи, психологічне благополуччя, соціальне благополуччя.

The article presents the results of an empirical study of the social and psychological well-being of forced migrants. The relevance of the study is substantiated. It is noted that internally displaced persons (IDPs) are one of the particularly vulnerable categories of the population. The experience of displacement becomes a traumatic event for them, which leads to radical transformations in family, economic, social, cultural life and affects the well-being of forcibly displaced people. The results of the theoretical analysis of the problem of personal well-being in modern psychology are presented. The sample consisted of women and men who have the status of internally displaced persons (IDPs). The first group included women (163 people), the second group consisted of men (91 people). Psychodiagnostic tools: questionnaires "Express assessment of psychological well-being" by K. Riff, adapted by N. Shishko, and "Scale of social well-being" by K. Keys, interpreted by A. Chetveryk-Burchak. An empirical study of the social and psychological well-being of women and men who have the status of internally displaced persons revealed the peculiarity of the functioning of the investigated phenomena in these groups. In female IDPs, such components of social well-being as social acceptance and social actualization are more pronounced, in men – coherence with society. Among the components of psychological well-being, positive relationships with others turned out to be more characteristic for women, while for men – personal growth. Therefore, the key to maintaining social and psychological well-being in women is a positive attitude towards society, mediated by a positive attitude and trust in individual people, interaction with whom is characterized by depth and comfort, confidence in their potential, which motivates them to accept collective responsibility and social activity. Men are characterized by greater realism in assessing social life, greater interest in understanding the peculiarities of its functioning, meaningful analysis of existing life experience and acquisition of new ones, orientation towards the realization of one's own potential, self-improvement.

Key words: gender, forced migrants, internally displaced persons, psychological well-being, social well-being.

УДК 159. 9:364.1
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.30>

Медведєва О.В.
к.соціол.н., доцент,
доцент кафедри педагогіки та психології
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Постановка проблеми. Істотною ознакою модерного суспільства виступає потреба його членів у внутрішній гармонії та благополуччі [9]. Водночас сучасний світ опинився в умовах економічної кризи, пандемії COVID-19, локальних збройних конфліктів та військових дій [11], що загострює проблему збереження та підтримання благополуччя людини, вивчення якого в означеному контексті виступає для науковців актуальним напрямом нау-

кових студій. В умовах військової агресії Росії проти України для вітчизняної наукової спільноти дослідження благополуччя наших громадян набуває особливої значущості, оскільки під час війни, як підкреслюють Н. Коструба та З. Поліщук, людина втрачає відчуття щастя, переживання задоволеності життям та благополуччя у цілому виходячи з того, що у цей період відбувається руйнація звичної реальності й відчуття захищеності, зростає відчуття

небезпеки та тривоги щодо себе і близького оточення [6, с. 53]. Наявна кризова реальність, зумовлена війною, є надзвичайно стресогенною для всього населення нашої країни, зокрема для осіб, котрі були змушені залишити рідну домівку задля безпечного для себе та своєї родини місця проживання [7]. І. Боровинська вказує, що внутрішньо переміщені особи (ВПО) є однією з особливо уразливих категорій населення [2, с. 21]. Досвід переміщення стає для них травматичною подією, яка призводить до радикальних трансформацій у сімейному, економічному, соціальному, культурному житті й позначається на благополуччі вимушених переселенців.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Благополуччя особистості являє собою інтегральний феномен системного характеру, який виступає маркером ступеня позитивності суб'єктивного сприйняття якості самореалізації людини згідно із власним потенціалом у контексті патерну чинників соціального, психологічного, фізичного та культурного змісту [8, с. 51]. К. Грузинова інтерпретує благополуччя як комплексний феномен, що одночасно виступає як станом задоволеності життям, так і особистісною властивістю суб'єкта в процесі самоактуалізації [4, с. 1]. Н. Волинець приділяє увагу аналізу особистісного благополуччя як суб'єктивно забарвленого, цілісного й відрефлексованого переживання значущості свого існування у позитивному вимірі, що відбиває узагальнену оцінку людиною якості життя у цілому й власного досвіду життєздійснення, який консолідує докладені зусилля й винагороди за їх результати [3, с. 462]. Аналізуючи місце благополуччя особистості в системі психологічного знання, Г. Ложкін та К. Васильченко-Деружко вказують на наявність різних підходів до визначення цього феномену та зазначають, що від розуміння загального благополуччя, яке трактується досить варіативно, фокус уваги зміщується на психологічне благополуччя, яке на функціональному рівні ґрунтується на процесі позитивного життєздійснення, на компонентному – специфікується через ціннісне ставлення до себе та до оточуючих, до життєвих умов, власної ефективності, наявності власних ресурсів, ступеня володіння ними й здатності їх актуалізувати у змінюваних реаліях життєдіяльності. Психологічне благополуччя як соціально-психологічне утворення є результатом соціалізації відповідно до різних комбінацій стосунків суб'єкта у соціумі залежно від особливостей соціально психологічних настановлень [8, с. 53]. Соціальний аспект функціонування благополуччя транслюється у такому понятті, як «соціальне благополуччя», яке, за визначенням О. Блинової та К. Круглова, відбиває інтенсивність і міру задоволеності суб'єкта власними соціальними

контактами, соціальним статусом й забезпеченістю, а також своїми перспективами у суспільних координатах [1, с. 61]. М. Джордан убаचाє у соціальному благополуччі сполучення таких компонентів, як сприйняття себе активним громадянином, налаштованість на встановлення позитивних взаємостосунків, активна взаємодія й гармонійні відносини із соціальним оточенням та спроможність реалізувати свій внесок до нього [14].

Відповідно до вище зазначеного, вважаємо доцільним звернутися до матеріалів Всеукраїнського дослідження, що мало на меті вивчення психологічного стану населення в умовах повномасштабної війни. Результати опитування засвідчили, що вимушено переміщені особи, котрі залишаються в евакуації, демонструють більш низькі оцінки власного психологічного благополуччя порівняно з тими, хто повернувся до постійного місця проживання чи не був переміщений. Рівень емоційної солідарності з приймаючими громадами у ВПО перевищує середній, але вона реалізується за пасивним та декларативним типами, тобто респондентам притаманні позитивно забарвлене ставлення до нового соціального оточення, але водночас і недостатня готовність до дієвої інтеграції у приймаючу громаду та до залучення у можливі форми спільних дій. Усупереч тому, що для понад 90% опитуваних характерним є прояв принаймні одного із симптомів посттравматичного стресового розладу, а більше ніж половина респондентів знаходяться у зоні ризику його розвитку, 70% не відчувають необхідності у зверненні за кваліфікованою допомогою, та 45% не наважуються на таке звернення [10]. Наведені дані свідчать про проблемне функціонування благополуччя вимушених переселенців у його як психологічному, так і соціальному вимірі.

Зважаючи на те, що як вітчизняні [1], так і закордонні науковці [15] наголошують на наявності гендерних відмінностей у функціонуванні благополуччя особистості, **мета дослідження** передбачає емпіричне дослідження виявів соціального та психологічного благополуччя вимушених переселенців у гендерному контексті.

Виклад основного матеріалу. Вибірку дослідження становили жінки та чоловіки, які мають статус ВПО. Загальна кількість респондентів налічувала 254 особи. Групи були розподілені за гендерною ознакою. До першої увійшли жінки (163 особи), другу становили чоловіки (91 особа).

У дослідженні використані такі психодіагностичні інструменти: 1) опитувальник «Шкала соціального благополуччя» К. Кіза в адаптації А. Четверик-Бурчак, яка містить 16 питань, що утворюють 5 шкал та дають змогу виявити загальний рівень соціального благо-

получчя [12]; 2) опитувальник «Експрес-оцінювання психологічного благополуччя» К. Рифф в адаптації Н. Шишко, що налічує 30 питань, які формують 6 шкал та загальний рівень психологічного благополуччя [13]. Математико-статистичну обробку результатів здійснено із застосуванням t-критерію Стьюдента для незалежних груп.

В емпіричному дослідженні було виявлено специфіку показників соціального (табл. 1) та психологічного (табл. 2) благополуччя у жінок та чоловіків – внутрішньо переміщених осіб.

У жінок ВПО порівняно з досліджуваними чоловіками ВПО спостерігаються вірогідно більші показники за шкалами «Соціальне прийняття» та «Соціальна актуалізація» ($p \leq 0,05$). Тобто жінки-переселенки виявляють більшу довіру до навколишніх, позитивне ставлення до інших з одночасним визнанням і прийняттям відмінностей людей, що стає підґрунтям формування позитивізованих уявлень щодо суспільства через прийняття характеристик і якостей інших, спілкування з якими забезпечує психологічний комфорт та зменшує тиск обставин. Жінкам притаманна більша впевненість у позитивному потенціалі людей, груп та суспільства у цілому, що виступає чинником його еволюційного розвитку. Це зумовлює їх більшу зорієнтованість на активну участь у суспільному житті й здатність до прийняття колективної відповідальності, більшу потребу залучитися до різного роду заходів, які можуть бути корисними не лише для них особисто.

Подібна позиція жінок, на нашу думку, допомагає їм мінімізувати тривожність та невизначеність щодо власного майбутнього, посилює відчуття стабільності, забезпечити мобілізацію особистісних ресурсів та активізацію ефективних стратегій подолання труднощів.

Щодо чоловіків вірогідно більші показники на відміну від жінок були встановлені за шкалою «Узгодженість із суспільством» ($p \leq 0,05$). Отже, ці досліджувані виявляють більш реалістичний погляд на соціальний світ, більш істотний інтерес до соціального життя та суспільства, до особливостей його функціонування, котре, за їхнім відчуттям, є передбачуваним, змістовним і певною мірою логічним, що зумовлює бажання надавати сенсу життєвому досвіду, незважаючи на його наповненість соціальними змінами, утратою звичного соціального статусу тощо.

Для більш детального опису категорії благополуччя у вимушених переселенців нами було розглянуто також його психологічний складник.

У жінок ВПО порівняно з досліджуваними чоловіками ВПО спостерігаються вірогідно більші показники за шкалою «Позитивні стосунки з іншими» ($p \leq 0,05$). Отже, респондентки характеризуються більш розвинutoю здатністю вибудовувати доброзичливі стосунки на ґрунті довіри та більш вираженою налаштованістю на позитивізацію їх сприйняття, що виступає чинником нейтралізації фрустрації та інгібіції негативних переживань щодо

Таблиця 1

Показники соціального благополуччя у жінок та чоловіків, які є внутрішньо переміщеними особами (M ± m)

	Жінки	Чоловіки	t	P
Соціальне прийняття	14.75 ± 1.10	11.50 ± 1.15	2.04	0.05
Соціальна актуалізація	15.48 ± 1.06	12.27 ± 1.18	2.02	0.05
Узгодженість із суспільством	11.62 ± 0.98	14.74 ± 1.17	2.04	0.05
Соціальний внесок	15.56 ± 0.87	15.82 ± 0.83	0.22	-
Соціальна інтеграція	10.50 ± 1.08	10.61 ± 0.97	0.08	-
Загальний показник соціального благополуччя	66.68 ± 2.21	66.24 ± 2.75	0.12	-

Таблиця 2

Показники психологічного благополуччя у жінок та чоловіків, які є внутрішньо переміщеними особами (M ± m)

	Жінки	Чоловіки	t	p
Позитивні стосунки з іншими	20.33 ± 0.61	18.00 ± 0.84	2.24	0.05
Автономія	19.58 ± 1.41	19.21 ± 1.27	0.19	-
Управління середовищем	21.33 ± 0.82	20.60 ± 0.60	0.72	-
Особистісне зростання	19.41 ± 1.33	25.15 ± 1.31	3.07	0.001
Цілі в житті	21.16 ± 1.48	21.84 ± 0.92	0.39	-
Самоприйняття	21.75 ± 1.19	21.22 ± 0.88	0.36	-
Загальний індекс психологічного благополуччя	123.58 ± 1.70	125.80 ± 2.14	0.81	-

ізолюваності. На відміну від жінок чоловіки демонструють вірогідно більший показник за шкалою «Особистісне зростання» ($p \leq 0,001$). Отже, навіть у кризових умовах чоловіки виявляють більш виражену спрямованість на реалізацію власного потенціалу, набуття нового досвіду, конструювання траєкторії особистісного зростання, що знаходить свій вираз у суб'єктивному відчутті просування на шляху самовдосконалення й стає перешкодою для особистісної стагнації.

Щодо загальних рівнів соціального та психологічного благополуччя було встановлено, що в обох досліджуваних групах означені показники відповідають середньому рівню. Безумовно, війна здійснює значущий негативний вплив на благополуччя людей та загострює ризики його деструкції. Водночас, як зауважують Е. Євланова та В. Луньов, особистість здатна нарощувати позитивні ефекти в умовах тривалого переміщення [5]. До цих ефектів, на нашу думку, слід віднести й спроможність переселенців підтримувати соціальне та психологічне благополуччя, гендерну специфіку функціонування яких необхідно враховувати під час проведення соціально-психологічної роботи з переселенцями.

Висновки з проведеного дослідження.

Теоретичний аналіз досліджуваної проблеми доводить, що благополуччя особистості фасилітує процеси реалізації власного потенціалу, досягнення мети, дає змогу відчувати свою цінність та продуктивність і вибудовувати конструктивні стосунки з навколишніми.

Емпіричне вивчення соціального та психологічного благополуччя у жінок та чоловіків, які мають статус внутрішньо переміщених осіб, виявило своєрідність функціонування досліджуваних феноменів в означених групах. У жінок ВПО більш вираженими є такі компоненти соціального благополуччя, як соціальне прийняття та соціальна актуалізація, у чоловіків – узгодженість із суспільством. Серед складників психологічного благополуччя більш характерними для жінок виявилися позитивні стосунки з оточуючими, тоді як для чоловіків – особистісне зростання.

Отже, стрижнем підтримання соціального та психологічного благополуччя у жінок виступає позитивне ставлення до суспільства, опосередковане позитивним ставленням і довірою до конкретних людей, взаємодія з якими характеризується глибиною та комфортністю, упевненість у їхньому потенціалі, що мотивує їх до прийняття колективної відповідальності та соціальної активності. Чоловіки характеризуються більшою реалістичністю в оцінюванні соціального життя, більшою зацікавленістю у розумінні особливостей його функціонування, змістовному аналізі наявного життєвого досвіду й набутті нового, зорієнтованістю на

реалізацію власного потенціалу, на самовдосконалення та особистісне зростання.

Перспектива подальших розвідок полягає у більш детальному вивченні психологічних особливостей вимушених переселенців. Ми вбачаємо перспективним продовження наукових розвідок у межах презентованої проблеми з охопленням більшої вибірки та врахуванням більш широкого кола критеріїв формування вибірки, як соціально-демографічного, так і психологічного змісту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Блинова О.Є., Круглов К.О. Суб'єктивне соціальне благополуччя співробітників із різним соціально-економічним статусом. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2021. № 6. С. 57–71. DOI: <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2021-6-5>.
2. Боровинська І.Є. Соціально-психологічні стратегії життєвої успішності внутрішньо переміщених осіб : дис. ... д-ра філософії : 053 (05). Київ, 2022. 301 с.
3. Волинець Н.В. Психологія особистісного благополуччя персоналу Державної прикордонної служби України : дис. ... д-ра психол. н. : 19.00.01. Київ, 2020. 543 с.
4. Грузинова К.М. Світоглядні фактори благополуччя особистості. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2022. Т. 34 (73). № 5. С. 1–8. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.5/01>.
5. Євланова Е.М., Луньов В.Є. Атрибутивно-стильова детермінація життєстійкості особистості (на прикладі внутрішніх переселенців). *American Journal of Fundamental, Applied & Experimental Research*. 2021. Vol. 22. № 3. Р. 4–13. URL: <http://www.ajfaer.org/index.php/ajfaer/article/view/89/78>.
6. Коструба Н., Поліщук З. Психологічне благополуччя студентів у період війни: емпіричний аналіз. *Психологічні перспективи*. 2022. № 40. С. 51–61.
7. Краєва О. Психологічні особливості ідентичності осіб, переміщених з окупаційної території України. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. № 6(70). С. 95–101. DOI: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-70-6-95-101>.
8. Ложкін Г.В., Васильченко-Держужко К.А. Благополуччя особистості в системі психологічного знання. *Габітус*. 2021. Вип. 24. Т. 2. С. 50–54. DOI: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.24.2.9>.
9. Меленчук Н.І., Зозуля Н.В. Психологічне благополуччя осіб з різним рівнем самореалізації особистості. *Габітус*. 2022. Вип. 35. С. 143–148. DOI: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.35.21>.
10. Пресреліз – Дослідження психологічного стану населення в умовах повномасштабної війни. URL: <https://ispp.org.ua/2022/09/13/doslidzhennya-psixologichnogo-stanu-naselennya-v-umovax-povnomasshtabnoy-vijni/> (дата звернення: 20.12.2022).
11. Харитинський А.А. Теоретична модель суб'єктивного благополуччя особистості. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. № 6(70). С. 190–197. DOI: [10.33099/2617-6858-22-70-6-190-197](https://doi.org/10.33099/2617-6858-22-70-6-190-197).

12. Четверик-Бурчак А.Г. Опис та адаптація опитувальника «Шкала соціального благополуччя» К. Кіза. *Вісник Харківського національного університету. Серія «Психологія»*. 2014. № 1099. С. 28–33.

13. Шишко Н.С. Соціальні Інтернет-практики як чинник психологічного благополуччя старшокласників : дис. ... канд. психол. н. : 19.00.05. Київ, 2020. 223 с.

14. Jordan M. The power of connection: Self-care strategies of social wellbeing. *Journal of Interprofessional Education & Practice*. 2023. Vol. 31. a100586. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.xjep.2022.100586>.

15. Twenge J.M., Martin G.N. Gender differences in associations between digital media use and psychological well-being: Evidence from three large datasets. *Journal of Adolescence*. 2020. № 79. P. 91–102.

ВПЛИВ КОМП'ЮТЕРНОЇ ГРИ НА ДЕЯКІ ОСОБИСТІСНІ ПРОЯВИ У ПІДЛІТКІВ THE INFLUENCE OF COMPUTER GAMES ON SOME PERSONAL MANIFESTATIONS IN ADOLESCENTS

У статті розглядаються психологічні особливості впливу комп'ютерної гри з елементами жорстокості та насильства на особистість підлітка. Зокрема, розглядаються деякі прояви агресії та показники емоційної сфери особистості підлітка. Захоплення комп'ютерними іграми, безперечно, впливає на підростаючу особистість, і не завжди ці впливи є позитивними. Іноколи вони можуть набувати негативного деструктивного характеру та призводити до ігроманії.

Емпірично досліджено показники функціонального стану особистості (самопочуття, активність, настрої), деяких властивостей особистості та показників різних видів агресії підлітків перед початком гри та після її закінчення.

Виявлено як позитивні, так і негативні стани у хлопців до та після гри. До позитивних слід віднести високий рівень активності та діяльності, задоволення від активності, великий потенціал для розкриття, прояви самоконтролю і самовладання, бажання досягти успіху у груповій діяльності, вільного розвитку, потяг до всього нового та цікавого. До негативних – схильність до підвищеної чутливості, стрес, викликаний пригніченням фізичних бажань, утеча від проблем і реальності, нездатність до самоконтролю та об'єктивної оцінки реальності через нетерплячість.

Самопочуття після гри у цілому поліпшується, особливо у групі «початківців». Показники середніх значень проявів агресії знижуються після комп'ютерної гри. Ця тенденція сильніше прослідковується у підгрупі «досвідчених».

«Початківці», граючи із сильними гравцями, завжди наражаються на поразку, що накопичує у них образу, роздратування та бажання помсти. «Досвідчені» вбивають, не відчуваючи глибокої потреби у цьому, їх приваблює лише вміння грати та показати якомога кращий результат. Тобто ефект убивства за здорового психічного стану підлітка не закріплюється у глибині його свідомості надто сильно.

Ключові слова: ігрова адикція, агресія, самопочуття, активність, настрої, форми роботи психолога.

The article examines the psychological features of the impact of a computer game with elements of cruelty and violence on a teenager's personality. In particular, some manifestations of aggression and indicators of the emotional sphere of the adolescent's personality are considered. Passion for computer games definitely affects the growing personality and not always these effects are positive. Sometimes they can acquire a negative destructive character and lead to gambling.

The indicators of the functional state of the personality (well-being, activity, mood), some personality properties, and indicators of various types of adolescent aggression before the start of the game and after its completion were empirically investigated.

Both positive and negative states of the boys before and after the game were revealed. The positives include a high level of activity and activity, satisfaction from activity, great potential for disclosure, self-control and self-control, the desire to succeed in group activities, free development, and a desire for everything new and interesting. The negative ones include a tendency to increased sensitivity, stress caused by suppression of physical desires, escape from problems and reality, inability to self-control and objective assessment of reality due to impatience.

The feeling of well-being after the game generally improves, especially in the «beginners» group. Indicators of average values of manifestations of aggression decrease after playing a computer game. This trend is more strongly observed in the «experienced» subgroup.

«Beginners», playing with strong players, are always exposed to defeat, which accumulates resentment, irritation and a desire for revenge. «Experts» kill without feeling a deep need for it, they are attracted only by the ability to play and show the best possible result. That is, the effect of murder in a healthy mental state of a teenager is not fixed in the depths of his consciousness too strongly.

Key words: game addiction, aggression, well-being, activity, mood, forms of psychologist's work.

УДК 159.923
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.31>

Спринська З.В.

к. психол. н.,
доцент кафедри психології
Дрогобицький державний педагогічний
університет імені Івана Франка

Сьогодні Інтернет настільки увійшов у життя сучасної молоді, що теперішній історичний період можна сміливо розділити на епоху до Інтернету та епоху Інтернету. Сучасні науковці досліджують вплив Інтернету на когнітивну, емоційну, мотиваційну, ціннісну сфери людини, її фізичне та психічне здоров'я. Найчастіше дослідники пов'язують Інтернет із залежними станами людини, Інтернет-адикцією, акцентуючи свою увагу на його негативних впливах на особистість, особливо підростаючу, ще не сформовану.

Важливими залишаються дослідження впливу (як негативного, так і позитивного) захоплення комп'ютерними іграми на підростаючу особистість. Більша частина досліджень із даної проблеми зосереджено на різноманітних проявах агресії, які можуть бути зумовлені захопленням рольовими комп'ютерними іграми [2–5].

Найгостріше проблема агресивної поведінки постає саме у підлітковому віці, коли здійснюється перехід до нового щабля розвитку особистості, посилюється негативізм,

демонстративна щодо дорослих поведінка, спостерігаються частіші прояви жорстокості та агресивності [2]. Відповідно до цього формується ті чи інші функціональні стани.

Ігроманія – це один зі способів зміни психічного стану шляхом надмірної фіксації на певних видах ігор [1]. Комп’ютерна ігроманія – це аномальна пристрасть людини до постійного проведення часу за комп’ютером для зміни свого психічного стану шляхом надмірної фіксації на певних видах комп’ютерних ігор.

Нами було проведено психодіагностичне дослідження щодо впливу короточасної гри з елементами насилля та жорстокості на деякі агресивні та емоційні прояви особистості підлітка. За основу була взята гра Counter-Strike. Гра проводилася у клубі впродовж однієї години. Гравці за бажанням ділилися на дві команди, які грали одна проти одної. Участь у грі була добровільною. У дослідженні брали участь учні 9–10-х класів чоловічої статі. Дослідження складалося з таких етапів:

- проведення відбору учасників емпіричного дослідження (критерії: володіння комп’ютерною грамотністю, захоплення комп’ютерними іграми, підлітковий вік, власне бажання);
- проведення діагностичного обстеження підлітків перед початком гри і після неї для визначення наявного функціонального стану (методика САН), психологічних якостей (тест Люшера), показників агресії (методика Басса – Дарки);

- обробка отриманих результатів.

Після обстеження гравці впродовж однієї години грали у комп’ютерну гру. Упродовж гри ми спостерігали за поведінкою усіх учасників. Слід зазначити, що більшість досліджуваних поведилася досить спокійно, хоча за результатами тесту Люшера вони знаходилися у збудженому стані і були готові до активної діяльності. Вони не виявляли агресії, лише одна група під час гри активно виражала вербальну агресію.

Здебільшого досліджувані були спокійними та розважливими. Навіть за появи проблем із комп’ютером чи програмним забезпеченням вони спокійно просили допомогти або намагалися впоратися з проблемою самостійно. Під час спостереження за ними негативних переживань не виявлено.

Під час гри всі учасники гри мали змогу спілкуватися один з одним. Так, деякі з них повні-

стю концентрувалися на грі та грали мовчки, інші використовували власну хитрість: заглядали у чужий монітор, щоб дізнатися, де знаходиться супротивник, використовували кодові слова для спілкування з товаришами по команді. Через це інколи виникали інциденти (вербальні висловлювання), однак хлопці не виходили на рівень приниження гідності один одного. Це вказує на те, що у них немає вродженої агресивності, вони повністю контролюють себе, незважаючи на те що були активно включені у гру.

Так, після закінчення часу гри і команди «час», яка означала, що треба закінчити гру та вийти з програми, більшість респондентів відразу ж припинила гру впродовж 30 секунд, навіть якщо вони не закінчили раунд. Частина запитувала, чи можна їм дограти тур, і, отримавши задовільну відповідь, припиняли гру через декілька хвилин (1–3 хвилини), виходили з неї і приймали участь у повторному тестуванні за тими самими методиками, що і до гри. Усе дослідження було добровільним: їм давалося для вибору олівці, ручки, вони мали свободу дій, могли відмовитися від гри чи тестування будь-якої миті, навіть не пояснюючи мотивів цього. Однак, оскільки ніхто з присутніх під час дослідження не вийшов із повного процесу роботи за власним бажанням, то можна зробити висновок, що їх повністю задовольнили всі умови проведення дослідження.

Після гри, окрім вищевказаних методик, досліджувані пропонувалося відповісти на чотири запитання про роботу комп’ютера, результати власної гри, досягнення бажаної мети та задоволення грою. Ці питання респонденти оцінювали за п’ятибальною шкалою. Слід зазначити, що 95% хлопців були задоволені роботою комп’ютера, 60% – задоволені результатами власної гри, 66% – досягли бажаної мети, 87% були задоволені власною грою. Виходячи з того, що функціонування комп’ютерів було задовільним на 95%, можна стверджувати, що у даному дослідженні прояви функціональних станів не залежали від устаткування робочого місця та якості роботи комп’ютера.

У табл. 1 подано результати вибору досліджуваними кольорів до та після гри за показником моди, тобто оцінки (кольору), яка

Таблиця 1

Показники вибору кольорів до та після комп’ютерної гри

Період	Порядок вибору кольорів							
	1	2	3	4	5	6	7	8
До гри	3	1	5	5	6	6	6	8
	31%	24%	22%	25%	22%	19%	29%	36%
Після гри	3	4	5	2	1	6	8	8
	31%	22%	20%	20%	20%	36%	25%	36%

найчастіше зустрічається у дослідженні. Нагадаємо номери кольорів: 1 – синій, 2 – зелений, 3 – червоний, 4 – жовтий, 5 – фіолетовий, 6 – коричневий, 7 – чорний, 8 – сірий.

Перед грою більшість досліджуваних тяжіла до переживань, життя, багатого діями та враженнями, активної діяльності, яка б принесла гармонію, спокій, емоційне задоволення. У них був підвищений рівень активності, бажання активної участі у грі, задоволення від неї, повага інших за гарну гру. Однак у них прослідковувалося гальмування фізичних потреб, бо вони були доволі виснажені після уроків і боялися, що їм можуть завадити досягнути бажаного результату (пограти на комп'ютері). Це штовхало їх грати свою роль з упертою напруженістю. Вони бажали зняти напругу через фізичне та моральне задоволення (гра на комп'ютері). Вони були емоційно збуджені і прагнули успіху у груповій діяльності, збереження власного авторитету (доказу, що грають краще за інших), потребували поваги до себе як до значущої особистості.

Після гри досліджувані набули стану переживань, активної участі, потреби в успіху, житті, повному вражень і вільного розвитку. Хлопці намагалися поліпшити уявлення оточуючих про себе, тяжіли до всього нового, цікавого, активного, бажали спілкуватися, були емоційно збуджені та прагнули успіху у груповій участі (повторній грі). Однак вони боялися, що їм завадять досягти бажаного, і це спонукало їх грати свою роль із подвоєною упертістю.

Проаналізуємо позитивні і негативні стани хлопців до та після гри.

До гри: у досліджуваних високий рівень активності та діяльності, задоволення від активності, бажання гармонії і досягнення успіху у груповій діяльності, схильність до під-

вищеної чутливості, стрес, викликаний пригніченням фізичних бажань.

Після гри: у хлопців теж високий рівень активності, великий потенціал для розкриття, прояви самоконтролю і самовладання, бажання досягти успіху у груповій діяльності, вільного розвитку, потяг до всього нового та цікавого. Але спостерігаються втеча від проблем і реальності, нездатність до самоконтролю і об'єктивної оцінки реальності через нетерплячість.

Таким чином, після гри у респондентів відслідковуємо як негативні, так і позитивні зміни. Це дає додатковий матеріал для подальшого аналізу впливу комп'ютерних ігор на особистість підлітків.

У процесі роботи ми поділили всіх досліджуваних на дві групи. Перша – це гравці, які мають кваліфікацію «досвідчені», їх 87%. Друга – це підлітки, які тільки починають грати, їх кваліфіковано як «початківці» (13%).

Проаналізуємо особливості функціональних станів підлітків до та після гри, отримані за методикою САН. Так, самопочуття після гри погіршало у 33% респондентів, у 4% воно залишилося на тому ж рівні, а у 63% – покращилося. Активність погіршала у 36% підлітків, у 7% вона не змінилася, а у 57% – підвищилася. Настрій погіршився у 31% опитаних, не змінився – у 3% досліджуваних, покращився – у 66%.

Варто зазначити, що середні значення самопочуття, активності та настрою по групі у цілому та у підгрупах «досвідчених» і «початківців» після комп'ютерної гри підвищуються (рис. 1).

Аналізуючи середні результати, можна стверджувати, що самопочуття після гри у цілому по групі поліпшується. Причому ця тенденція більш визначена у групі «початків-

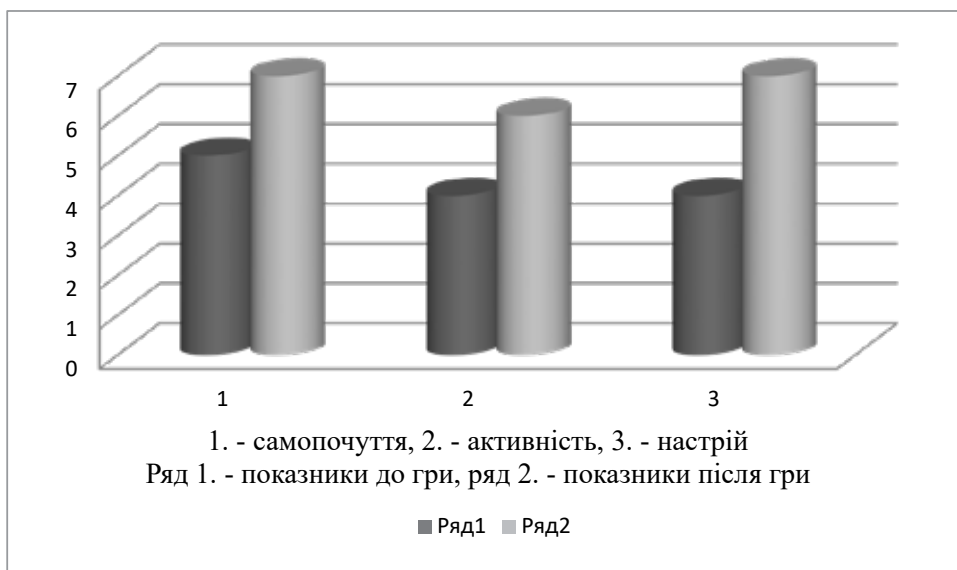


Рис. 1. Показники САН підлітків до та після комп'ютерної гри

ців». Це можна пояснити тим, що дані гравці отримують більше задоволення від гри, оскільки ще не звертають увагу на різноманітні труднощі у процесі гри. Для них той факт, що вони вже грають на комп'ютері, є пріоритетним. Цей пріоритет є настільки великим, що будь-які поразки чи труднощі, які виникають у результаті недосконалих навичок роботи на комп'ютері, не мають для них ніякого значення.

Проаналізуємо тепер показники агресії учасників дослідження до та після комп'ютерної гри (табл. 2). Так, індекс агресивності (сумарний показник фізичної, вербальної та непрямой агресії) виріс у 35% досліджуваних, проте у 65% він знизився. Рівень фізичної агресії – використання фізичної сили проти іншої людини – знизився у 41% підлітків, не змінився у 25% респондентів, підвищився у 34% хлопців. Причому рівень фізичної агресії зріс у 37% «початківців» та у 22% «досвідчених». Рівень вербальної агресії – вираження негативних почуттів як через форму (крик, вереск), так і через словесні відповіді (погрози) – знизився у 52% осіб, не змінився у 20% досліджуваних та підвищився у 28% учнів. Зазначимо, що даний рівень агресії підвищився у 37% «початківців» і 27% «досвідчених». Рівень непрямой агресії, яка може бути спрямована через іншу людину чи групу людей, знизився у 58% респондентів, не змінився у 23% обстежених гравців та зріс лише у 19% підлітків. Щодо порівняння груп гравців, то рівень непрямой агресії підвищився у 25% «початківців», та у 14% «досвідчених».

У цілому слід указати, що показники середніх значень проявів агресії знижуються після комп'ютерної гри.

Із порівняльного аналізу динаміки проявів агресії можна виділити такі тенденції. Прояви агресії у середньому знижуються. Ця тенденція сильніше прослідковується у підгрупі «досвідчених», що можна пояснити тим, що на відміну від «початківців» учасники цієї групи вже звикли (адаптувалися) до гри. Тому вони не асоціюють себе з персонажами гри, а тому легко сприймають невдачі та поразки. Після гри вони не мають підстав на те, щоб відчувати до будь-кого агресію. Навпаки, «початківці», граючи із сильними гравцями, завжди наражаються на поразку. Це накопичує у них образ, роздратування та бажання помсти. Їхній зовнішній настрій покращується, але після гри

у них зростає мотивація зіграти ще з метою вбити якомога більше ігрових персонажів, а не виграти. Проте «досвідчені» вбивають, не відчувачи глибокої потреби у цьому, їх приваблює лише вміння грати та показати якомога кращий результат.

Загалом непряма агресія є одним із найнебезпечніших її проявів. Але результати дослідження показали, що рівень підвищення цього виду агресії у «досвідчених» порівняно з фізичною та вербальною агресією є меншим удвічі, тобто гравці, які мають великий досвід у комп'ютерних іграх, менш схильні до проявів непрямой агресії. Слід також зазначити, що і «початківці», і «досвідчені» демонструють значно нижчий рівень прояву непрямой агресії, ніж фізичної чи вербальної.

Таким чином, результати дослідження засвідчили, що непряма агресія порівняно з фізичною та вербальною проявляється якнайменше, тобто ефект убивства за здорового психічного стану підлітка не закріплюється у глибині його свідомості так сильно, як про це звикли говорити.

Порівнюючи досліджувані показники груп «початківців» і «досвідчених», можна стверджувати, що психічний стан підлітків до гри майже однаковий. Після гри психічні стани «початківців» гірші, ніж ці самі стани у «досвідчених». Це проявляється у тому, що з'являється ставлення до абсолютного, відчуття смерті та неминучості. Також з'являються обмеженість самовираження, захисна напруга, прояв зниженої самооцінки. Ще з'являється потреба у самозбереженні, яка пов'язана з утечею від проблем. Для «початківців» характерне те, що після гри їхні психічні стани погіршилися порівняно з психічними станами «досвідчених». Це можна пояснити тим, що початківці ще не вміють урегулювати власний емоційний стан і повною мірою ототожнюють себе з персонажами комп'ютерної гри, що додає їм певної напруги та підвищену емоційність.

За результатами тестування виявлено 43 підлітки, у яких підвищився показник самопочуття (САН) і одночасно знизився індекс агресивності. Серед них (цих респондентів) знизився рівень фізичної агресії у 33 осіб (76%), рівень вербальної агресії знизився у 32 учнів (74%), рівень непрямой агресії – у 34 досліджуваних (79%). 38 обстежених підвищили власне

Таблиця 2

Динаміка показників агресії після комп'ютерної гри

Показник агресії	Динаміка показника агресії (%)		
	Знизився	Не змінився	Підвищився
Індекс агресивності	65	0	35
Фізична агресія	41	25	34
Вербальна агресія	52	20	28
Непряма агресія	58	23	19

самопочуття, залишилися задоволеними комп'ютерною грою та понизили свій індекс агресивності.

У досвідчених гравців показники самопочуття, активності та настрою значно покращилися після гри (у 49% хлопців), до того ж у 41% досвідчених респондентів знизився рівень агресивності. У початківців показники самопочуття, активності та настрою поліпшилися у 25% осіб, а рівень індексу агресивності не змінився (0%).

Коефіцієнт кореляції між показниками індексу агресивності, самопочуття, активності, настрою до гри незначимий, а після гри він удвічі вищий і проявився на 1%-му рівні ($r=0,08$).

Таким чином, під час користування сучасним, потужним та надійним комп'ютером фізична і моральна шкода для користувачів рівна майже нулю, адже від рідкокристалічного монітору немає ні шкідливого електромагнітного випромінювання, ні шкідливого для зору мерехтіння.

Щодо психічного стану підлітків можна стверджувати, що і у досвідчених гравців, і у початківців після короткочасної комп'ютерної гри з елементами насилля та жорстокості проявляється потяг до активної діяльності і повноцінного життя.

Діяльність психолога/практичного психолога передбачає урахування основних етапів його професійної діяльності: просвітницького, діагностичного, корекційного та консультативного. Проаналізуємо ці етапи відповідно до мети нашого дослідження.

Просвітницький компонент роботи:

– *об'єктом впливу* практичного психолога під час реалізації просвітницького компонента роботи є особистісна сфера підлітка, дослідження якої повинно включати психологічні властивості та стани, що можуть виникати під час захоплення комп'ютерними іграми та мати негативний чи деструктивний вплив на формування підростаючої особистості;

– *метою* даного компоненту роботи є:

- усвідомлення підлітком цілей, завдань та можливостей психологічної служби, розуміння кола проблем, із якими вони можуть звернутися до психолога; уявлення про те, куди звертатися;

- підвищення психологічної компетентності підлітків, педагогів та батьків для того, щоб вони самостійно могли вирішувати деякі проблеми чи конфлікти, які з'являються у реальному житті тинейджера, не занурюючись у віртуальний комп'ютерний простір;

- підвищення психологічної культури особистості у цілому, оскільки вирішення багатьох соціальних проблем, що виникають у суспільстві, неможливе без знання та врахування різноманітних психологічних чинників

(це, зокрема, такі проблеми, як комп'ютерна залежність);

– *вид роботи:* лекції та виступи на семінарах, нарадах, батьківських зборах (психолого-правовий всеобуч), психолого-педагогічні консилиуми, бесіди, консультації, методичні листи та рекомендації, виступи у пресі, тренінги, «круглі столи», виставки літератури, оформлення стендів, диспути, виступи психологів на радіо та телебаченні щодо інформованості дітей різних вікових категорій, батьків та педагогів про феномен комп'ютерної залежності та її негативний вплив на формування підростаючої особистості.

Так, наприклад, *шкільна психологічна служба* дбає про психологічну просвіту учнів, батьків та педагогів. Практичний психолог знайомить учасників навчально-виховного процесу з основами психології, самонавчання і самовиховання, формує потребу у психологічних знаннях, знайомить із причинами, проявами та корекцією аномалій психофізичного розвитку дітей, із причинами появи важковиховуваних підлітків та особливостями психолого-педагогічних впливів на них [5].

Діагностичний компонент:

– *об'єктом* дослідження психолога в ході реалізації діагностичного компонента роботи є психологічні властивості та стани, які можуть виникати через захоплення підлітками комп'ютерними рольовими іграми;

– *мета* роботи: діагностика психологічних властивостей, станів та форм поведінки, які можуть виникати під час захоплення комп'ютерними рольовими іграми, діагностика феномену психологічної залежності;

– *діагностичний інструментарій:* спостереження, бесіда, інтерв'ю, анкетування, методика САН, тест Люшера, методика діагностики показників та форм агресії (Басса – Дарки).

Для психодіагностичного обстеження використовують дослідницькі методи психологічної науки. Психодіагностичні методи конкретизуються у трьох основних діагностичних підходах, які практично охоплюють усе різноманіття діагностичних методик:

– *об'єктивний підхід* – діагностика здійснюється на основі успішності (результативності) і способу (особливостей) виконання певної діяльності. Це, як правило, тести, що діагностують пізнавальну сферу особистості, здібності, інтелект, досягнення;

– *суб'єктивний підхід* – діагностика здійснюється на основі даних, які повідомляє про себе досліджуваний (самозвіти, самоописи);

– *проективний підхід* – використання проективних методів діагностики особистості.

Корекційний компонент роботи:

– *об'єктом* впливу психолога/практичного психолога в ході реалізації корекційного ком-

понента роботи є особистісна сфера підлітка (емоційна, вольова, ціннісна, мотиваційна);

– *мета роботи*: розвиток ефективних способів вирішення конфліктних ситуацій, адекватної самооцінки у реальному, а не у віртуальному світі; виправлення особливостей особистісного розвитку, що перешкоджають ефективній соціалізації підлітка, адаптації до різноманітних соціальних життєвих умов; вплив (сукупність різноманітних психічних впливів), спрямований на самопізнання та переосмислення сформованих уявлень про оточення та життя у цілому, що призводить до самовдосконалення;

– *форма роботи*: корекційні заняття, розвивальні заняття, тренінги: 1) тренінг життєвих навичок; 2) тренінг людських стосунків і комунікативних навичок; 3) тренінг у вирішенні проблем і прийнятті рішень; 4) тренінг у підтриманні здорового способу життя; 5) орієнтація і розвиток здібностей; 6) допомога у становленні самоідентичності і в особистісному розвитку.

Консультативний компонент:

– *об'єктом* впливу практичного психолога під час реалізації консультативного компонента роботи є особистісна сфера підлітка;

– *мета роботи*: вирішення різного роду психологічних труднощів, насамперед ситуативних, особистісних та міжособистісних проблем, що можуть виникати через негативний вплив комп'ютерної залежності, створення сприятливих умов для повноцінного особистісного розвитку, спілкування, життя підлітків у цілому; інформування психологом різних спеціалістів, які мають першочергове значення під час вирішення конкретної проблеми у підлітка;

– *форма роботи*: індивідуальне консультування підлітка та його батьків із питань психологічного впливу комп'ютерних рольових ігор на формування особистості.

Таким чином, можна сказати, що комп'ютерна гра не завжди призводить до агресивних проявів особистості. Скоріш за все, можна говорити про здорову агресію як активність. Щодо психічного стану підлітків можна стверджувати, що і у досвідчених гравців, і у початківців після короткочасної комп'ютерної гри з елементами насилля проявляється потяг до активної діяльності та повноцінного життя. А завдання шкільної психологічної служби полягає у роботі з усіма учасниками навчально-виховного процесу щодо питань психологічного впливу комп'ютерних рольових ігор на формування особистості, зосереджуючи свою увагу на просвітницькій, діагностичній, корекційній та консультативній роботі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бовть О.Б. Комп'ютерні ігри та дитяча агресивність: випадковий взаємозв'язок чи прикра закономірність. *Педагогіка і психологія*. 2002. № 1–2.
2. Максименко К. Агресивність підлітків. Експериментальне вивчення. *Психолог*. 2003. № 6. С. 10–12.
3. Ромек Р. Агресія на екрані та в житті. *Психолог*. 2004. № 18. С. 23–24.
4. Снігульська В. Телебачення – інформаційний помічник чи джерело агресії. *Психолог*. 2007. № 40. С. 6–9.
5. Хомік В. Агресія у різних юнацьких і дитячих когортах: дослідження в українській психології. *Практична психологія і соціальна робота*. 2007. № 7. С. 1–6.

ФЕНОМЕН КОЛЕКТИВНОЇ ТРАВМИ В КОНТЕКСТІ СУЧАСНОГО УКРАЇНСЬКОГО ДОСВІДУ ЇЇ ПРОЖИВАННЯ

COLLECTIVE TRAUMA PHENOMENON IN THE CONTEXT OF THE PRESENT DAY UKRAINIAN GOING-THROUGH – IT EXPERIENCE

Предметом дослідження є вивчення колективної травми та сучасного українського досвіду її переживання. Вибір теми зумовлений російським вторгненням в Україну наприкінці лютого 2022 р., яке призвело до того, що приблизно 16 млн людей були змушені покинути свої домівки або намагаються вижити в екстремальних умовах конфлікту і потребують психологічної допомоги. У статті здійснено аналіз досліджень світових учених, зокрема американських та ізраїльських, які вивчали колективну травму та проводили дослідження її впливу на психічне та фізичне здоров'я. Вони зазначають, що кожна з таких криз може мати наслідки для психічного здоров'я осіб, які зазнали впливу, починаючи від короткочасної тривоги і закінчуючи довготривалою депресією та посттравматичним стресовим розладом (ПТСР). Окреслено особливості переживання колективної травми в Україні та визначено, що кожен українець сьогодні переживає колективну травму як психологічну реакцію на травматичну подію, яка зачіпає усе суспільство. Зазначено, що дослідження українських науковців, присвячені колективній травмі, переважно стосувалися історичних подій (Голодомор, репресії 1937–1939 рр. тощо) та особливостей колективної пам'яті, що ілюстрували ці події. Але сьогодні найбільш актуальним для дослідження є той аспект колективної травми, що визначає її вплив на людину в контексті воєнних подій. Завданням дослідження є полегшення цих процесів в Україні за допомогою відповідних психологічних знань.

Резюмовано, що на окрему увагу заслугоує психологічна стійкість – динамічна характеристика особистості, яка лежить в основі здатності конструктивно долати стреси та складні періоди. Шляхи її вивчення та використання як системи внутрішньої підтримки видаються найважливішим моментом у подоланні феномену колективної травми та кінцевим результатом, якого планується досягти.

Ключові слова: колективна травма, психологічна стійкість, тимчасово переміщені особи, стресові реакції, воєнні події в Україні.

The topic of investigation is the study of collective trauma as a phenomenon and the present day Ukrainian experience of going through it. The choice was conditioned by the Russian invasion of Ukraine in late February 2022 that led to the fact that 16 million people displaced from their homes or struggling to survive under extreme conflict conditions being in urgent need of psychological assistance. The article analyzes American and Israel scholars' experience who studied collective trauma have indicated that each of such crises may independently have mental health consequences for exposed individuals, ranging from short-term anxiety to longer-term depression and post-traumatic stress disorder (PTSD). The specifics of the of collective trauma experience in Ukraine have been identified. It has been pointed out that every Ukrainian today has experienced collective trauma as psychological reactions to a traumatic event that affects entire society. It is noted that the studies of Ukrainian scholars devoted to collective trauma mainly concerned historical events (Holodomor, repressions of 1937-1939, etc. Today the main aspect of collective trauma, i.e. its impact on people in the context of war events seems to be the most relevant for research simultaneously being the most effective instrument of coping with trauma. The main task of such research is to ease these processes in Ukraine with the help of appropriate psychological knowledge and experience.

The fact that psychological resilience is a dynamic personality characteristics that underlies the ability to overcome stress and difficult periods in a constructive way has been indicated. The ways of studying it and using as a system of inner support seems to be the most important point in the collective trauma phenomenon overcoming and the end result, which is planned to be achieved.

Key words: collective trauma, psychological resilience, temporary displaced people, stress reactions, war events in Ukraine.

УДК 159.96

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.32>

Фролова Н.В.

к.психол.н.,

доцент кафедри педагогічної

та вікової психології

Дніпровський національний університет

імені Олеса Гончара

До 24 лютого 2022 р. більша частина українців не мала навичок життя в умовах повномасштабних військових подій у країні. Саме тому російське вторгнення в Україну наприкінці лютого 2022 р. призвело до того, що, за оцінками фахівців, понад 16 млн людей залишили свої домівки, виїхали за кордон або змінили місце проживання в країні і намагаються вижити в екстремальних умовах конфлікту та терміново потребують гуманітарної й психологічної допомоги. Незважаючи на те що за рік ситуація не перетворилася на сталу і продовжує змінюватися щодня, деякі ключові осо-

бливості та динаміка надання такої допомоги з часом стають зрозумілими.

Система психологічної допомоги кожній людині, що постраждала від військових дій у країні, зумовлюється розумінням механізму такої жадливої травматизації, із якою більшість українців не стикалася протягом свого життя, але стала її об'єктом сьогодні. Тому саме феномен колективної травми нині є актуальним як для вивчення, так і для дослідження. А тема нашої роботи зводиться до вивчення колективної травми як феномену та розуміння сучасного українського досвіду її переживання.

На жаль, сьогодні кожен українець має досвід колективної травми як «психологічної реакції на травматичну подію, яка впливає на все суспільство» [6]. Американські вчені, які вивчали колективну травму та проводили багаторічні дослідження її впливу на психічне та фізичне здоров'я людей, довели, що кожна з подій, що зумовлює виникнення таких травм, може мати різноманітні наслідки для психічного здоров'я осіб, які піддалися впливу, починаючи з короткочасної тривоги до тривалої депресії та посттравматичного стресового розладу.

У загальному розумінні колективна травма відбувається на основі історичної події, унаслідок якої травмується велика кількість людей. Важливим є те, що колективна травма не обмежена у просторі події, що її викликає, не визначається кількістю травмованих, адже вона може уражати тих людей, які безпосередньо не беруть участь у травмуючих подіях. Ще однією рисою такої травми є її розтягнутість у часі, коли вона начебто відривається від конкретної події і може проходити через декілька поколінь, закріплюючись при цьому в історичній пам'яті суспільства. Дослідження українських науковців, присвячені колективній травмі, стосувалися переважно історичних періодів (Голодомор, репресії 1937–1939 рр. тощо), а визначені особливості колективної пам'яті надали можливість навіть ілюструвати ці події, оскільки зазвичай жертвами колективної травми стають не окремі люди, а соціальні групи та суспільство у цілому, які вважаються об'єктами травматизації та суб'єктами травматичних переживань.

Сьогодні найбільш актуальним і цікавим для дослідження колективної травми є її базовий складник, а саме вплив на людей «тут і зараз», у контексті травмуючих подій, адже війни традиційно вважаються найбільш уражаючими та руйнуючими психіку людей подіями. Саме тому нашою метою було вивчити та проаналізувати світовий досвід дослідження колективної травми та визначення її специфіки та структури задля полегшення проживання наслідків травматизації в Україні за допомогою відповідних психологічних знань і досвіду.

Перше поняття колективної травми було визначено 50 років тому американським соціологом Каєм Еріксоном, який задокументував її у книзі «Все на своєму шляху», фіксує наслідки катастрофічної повені 1972 р. Пізніше він запропонував розширити розуміння травми не тільки як реакцію на певну негативну подію, а й як результат тривалого впливу аномальних соціальних умов [3].

Ізраїльський учений Гілад Гіршбергер визначає, що термін «колективна травма» відноситься до психологічних реакцій на травматичну подію, які зачіпають ціле суспільство

і не просто відображають історичний факт або спогад про жахливу подію, що сталася з групою людей. Трагедія, яка представлена в колективній пам'яті групи, як і всі форми пам'яті, включає в себе не тільки відтворення подій, але й постійну реконструкцію травми в спробі її осмислення [6].

Уточнюючи термін «колективний», Урсула Кеніг зосередилася на двох різних рівнях колективної травми, які слід розрізняти:

1. Рівень ідентичності групи, на якому травматизація може відбуватися серед різних груп ідентичності, тобто вікових, класових, кастових, релігійних або етнічних груп. Розмір та згуртованість групи можуть відрізнятися, а різні маркери ідентичності можуть перетинатися, впливаючи на міжгрупову та внутрішньогрупову динаміку.

2. Рівень суспільства, на якому люди можуть зазнавати впливу травматизації в межах держави. Така травматизація впливає на структуру суспільства, а також на взаємодію всередині нього.

Відповідно до цих двох відмінностей, колективна травма може бути визначена лише в тому разі, коли можливо чітко визначити вплив на будь-якому із цих рівнів [9].

Під час аналізу феномену колективної травми також важливо розрізняти травматичну первинну причину та травму як результат розуміння та прийняття цієї події. Це розрізнення є надзвичайно важливим як для діагностики, так і для подальшої корекції досвіду колективної травми.

Серед потенційних причин колективної травми виділяють: - подію, яка порушує звичні уявлення та очікування (наприклад, доступ довідомих способів буття та життя; доступ до місця проживання/території, традиційних продуктів харчування, ліків та ресурсів), що існують на індивідуальному та колективному рівнях щодо світу;

- жорстокість або екстремальні негаразди (наприклад, стихійні лиха, техногенні катастрофи, кризи в галузі охорони здоров'я);

- свідоме та систематичне руйнування дійсності, яке зводить культурну ідентичність групи до одного виміру (наприклад, релігії, етнічної приналежності, кольору шкіри) [8]. До загальноновідомих прикладів колективних травм належать Голокост, атомні бомбардування Хіросіми та Нагасакі, теракти 11 вересня 2001 р. у США, пандемія COVID-19 та багато інших.

Колективна травма являє собою унікальне явище, оскільки вона має виражений вплив на людину залежно від події та країни, у якій вона відбувається, а також у кожному випадку процес травмування має свою специфіку.

Так, наприклад, американські вчені Р. Сільвер, Е. Холман та Д. Гарфін визначили важливу роль як прямого висвітлення трав-

матичних подій, так і непрямого – через ЗМІ. Свідки, які спостерігали за подіями 11 вересня в прямому ефірі по телебаченню, із більшою ймовірністю мали прояви стресових реакцій, як психологічних, так і фізичних, і ймовірніше розвивали скарги на фізичне здоров'я протягом наступних трьох років [12].

Аналогічні результати було зафіксовано в період дослідження впливу колективної травми на американців під час пандемії COVID-19. Статистика та деталі захворювання в країні транслювалися в режимі реального часу в телевізійних і соціальних мережах, причому люди переглядали новини неодноразово та в різних засобах масової інформації, що підсилювало їхній вплив. Новини були майже повністю поганими та подавалися з наростаючою інтенсивністю. Американські вчені звертають увагу на те, що медіаконтент, його вплив на особистість та специфіка його розповсюдження кардинально змінилися. Окрім цілодобового циклу новин, кожна людина має смартфони з легкодоступними камерами, які знімають якісні відео катастроф та інших трагедій і миттєво поширюють зображення. Зараз соцмережі в рекордно короткі терміни транслюють колективні травми по всій країні та всьому світу.

Таким чином, накладення сенсаційного висвітлення подій у засобах масової інформації в контексті повторюваного прямого впливу несприятливих обставин, ймовірно, створює додаткову кризу для психічного здоров'я населення. Також було доведено, що, незважаючи на те що люди у США можуть піддаватися складним травмам як безпосередньо, так і через засоби масової інформації, симптоматика психічного здоров'я у відповідь на ці впливи буде сильно відрізнятися. Як особисті чинники (наприклад, нещасні випадки в анамнезі, наявні психічні захворювання, відсутність економічних ресурсів) [10; 4; 7], так і контекстуальні (наприклад, відсутність соціальних ресурсів, демографічні особливості громади) можуть підвищити вразливість до негативних психологічних наслідків після колективних криз [10; 7].

Звертаючись до аналізу подій, що зумовлюють вплив колективної травми на українців сьогодні, слід зазначити, що за класифікацією У. Кенінг травмування існує на рівні суспільства і його первопричиною є військові дії на території країни.

При цьому, на окрему увагу заслуговує той факт, що сьогодні в Україні ця травма носить каскадний характер і українці змушені боротися з інтенсивним прямим впливом так званих каскадних подій (наприклад, воєнні події, особисті та економічні втрати, соціальна ізоляція від родичів найближчого кола) [12]. Каскадні колективні травми визначаються як серія катастроф, що ускладнюються, які можуть мати

як історичний, так і паралельний характер і викликати сильніші емоційні реакції з кожним новим впливом. Ці травми є хронічними подіями з неоднозначною кінцевою точкою. Ми не знаємо, наскільки все буде погано і коли може розпочатися справжнє відновлення. Люди повинні боротися з інтенсивним прямим впливом подій, що йдуть каскадом (наприклад, особиста хвороба або втрата, зміна місця проживання, соціальна ізоляція, економічні втрати, насильницькі дії), що робить колективну травму складнішою для усвідомлення та професійного опрацювання.

Американські дослідження впливу каскадних колективних травм у США на суспільство дали змогу визначити низку наслідків цих подій:

1. Домінуючі культурні цінності жорсткого індивідуалізму та самовизначення піддаються сумніву.
2. Висвітлено глобальну суспільну взаємозалежність тавзаемозв'язок.
3. Зазначено вирішальну роль сім'ї у фізичному та психічному здоров'ї людини.
4. Розкрито економічну вразливість та продовольчу незахищеність до таких подій.
5. Визначено непропорційний вплив наслідків травматизації у сферах освіти, транспорту, доходів, охорони здоров'я та смертності намаргіналізованих громадян, особливо людей з іншим кольором шкіри.
6. Роз'яснено важливість цифрового зв'язку.
7. Успіхи в науці та медицині визнані недостатніми для подолання кризових негараздів [8].

Коли ми говоримо про загальну характеристику потенційних наслідків колективної травми, слід зазначити, що вони можуть бути як негативними, так і позитивними [8]. До негативних належать погіршення психічного здоров'я та благополуччя, складнощі взаємодії між поколіннями, загрози ідентичності та культурі. Позитивного контексту набувають такі наслідки, як суспільні зміни, соціальна солідарність та підвищення рівня емпатії населення. У випадку з Україною ми, безумовно, можемо говорити про формування та вдосконалення національної ідентичності.

Поряд з аналізом особливостей та результатів травматизації такого типу актуальним стає питання про емоційне та психологічне відновлення та систему ресурсів, що забезпечує психологічну стійкість особистості та способи взаємодії людей із колективними травмами, викликаними каскадними подіями, пошук внутрішніх ресурсів та їх використання для подолання травматичного досвіду.

Психологічна стійкість, або резильєнтність, являє собою вроджену динамічну характеристику особистості, яка лежить в основі здатності долати стрес і важкі періоди конструктивним шляхом.

Світові дослідження проявів стійкості людей, проведені американськими вченими, набули величезного досвіду пошуку таких ресурсів та їх конструктивного використання.

Зокрема, вивчення досвіду двох ізраїльських громад, які протягом семи років піддавалися щоденному ракетному обстрілу, виявило мінімальний рівень посттравматичних стресових розладів у тій громаді, де жителі демонстрували більшу відданість громаді, інтеграцію, міцні соціальні зв'язки та інструментальну й емоційну підтримку. Навпаки, громада, де мешканці мали високу вразливість, що зумовлювалася обмеженою освітою, низьким доходом та статусом іммігранта, демонструвала значні симптоми дистресу та посттравматичного стресового розладу. Ці факти ілюструють цінність зміцнення ресурсів, розподілених як на рівні громади, так і на індивідуальному рівні. Потенційні варіанти включають підтримку психічного здоров'я, діяльність із позитивного подолання та формування стійкості (наприклад, фізичні вправи на свіжому повітрі), віртуальне програмування для зменшення самотності (особливо для тих, хто найбільш ізольований), а також діяльність, засновану на мистецтві та життєвих навичках [5].

Стійкість також зазвичай вважається формою посттравматичного навчання та особистісного розвитку. Ідея полягає у тому, що подолання індивідуальної травми може зробити людину сильнішою, якщо вона має доступ до внутрішніх і зовнішніх (не обов'язково матеріальних) ресурсів. У світлі сучасних досліджень травми та життєстійкості можна виділити три чинника, що сприяють позитивній динаміці стійкості:

1. Більшість дослідників травми погоджуються з важливістю та актуальністю відповідних емоційних стосунків та зв'язків, які будують безпечний психологічний контекст існування. Дослідження у галузі травматичного впливу підкреслюють, що безпечна емоційна ідентичність сприяє підвищенню емоційної стійкості [13].

2. Незалежно від існування або втрати індивідуальних зв'язків та емоційних прив'язаностей спільна ідеологія може також формувати і закріплювати психологічну структуру [2].

3. Реальна можливість зцілення та навчання, як переробляти та інтегрувати травму в індивідуальну біографію, тобто досвід кожної людини під час так званої «посттравматичної» фази може бути більш актуальним і потужним, аніж самі травматичні події. Інтегрувати у цьому контексті означає вивчити те, що ще не було вивчено, горювати за тим, що не відбулося, і відпустити те, що вже не буде можливим або здійсненим [11].

Важливість соціального зв'язку разом із формами єднання та емоційної підтримки також була підкреслена і дослідженнями травмованих біженців [1].

Особливу увагу слід зосередити на чинниках, які сприяють або перешкоджають стійкості, а також на конструктивних механізмах подолання колективної травми як на індивідуальному, так і на колективному рівні. Це виводить на перший план важливі культурні відмінності у вираженні та подоланні травми. Наприклад, у колективно-орієнтованих культурах сама ідея знайти місце і можливість говорити про свої особисті страждання, біль і конфлікти в рамках колективної ідентичності може здатися дивною та недоречною. Водночас ці культури можуть запропонувати більший захист для людини та її специфічних травматичних страждань і проблем із психічним здоров'ям. Залежно від ролі релігії або духовності на процеси зцілення можуть також впливати відповідні світогляди.

Досвід колективної травми допомагає розвинути більш комплексне розуміння формування ідентичності та ролей і виявити особливо уразливі групи. Завдяки кращому розумінню складності формування ідентичності сфера трансформації конфлікту може запропонувати глибше розуміння людської активності та численних траєкторій ідентичності під час та після насильницьких конфліктів [11].

Оскільки підсвідомий рівень травми вважається настільки ж важливим, як і свідомий, як із погляду власне травматизації, так і процесів загоєння травми, подальші дослідження зв'язку між свідомими та підсвідомими чинниками у трансформації ідентичностей, пов'язаних із війною, потребують подальших досліджень.

Саме процес формування національної ідентичності в українському соціумі протягом року війни в країні вважається показником наявності внутрішніх ресурсів тих людей, що були травмовані колективно, проте шукають конструктивний вихід у опануванні цієї складної ситуації.

Пошук особистих і громадських ресурсів, а також усвідомлення трансформацій, що відбуваються на рівні ідентичності, можуть сприяти стійкості у відповідь на стрес. Спосіб їх виявлення, вивчення та використання як системи внутрішньої підтримки видається найважливішим моментом у системі подолання наслідків колективної травми.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Baer, Udo & Gabriele Frick-Baer. *Flucht und Trauma. Wie wir traumatisierten Flüchtlingen helfen können*. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus, 2016.
2. Brunner, M. *Criticizing Collective Trauma. A Plea for a Fundamental Social Psychological Reflection of Traumatization Processes*, in: Catherine Barrette, Bridget Haylock & Danielle Mortimeret (eds.). *Traumatic Imprints. Performance, Art, Literature and Theoretical Practice*. Oxford : Inter-Disciplinary Press, 2012. P. 199–207.

3. Erikson, Kai. *A New Species of Trouble: The Human Experience of Modern Disasters*, New York, 1994.
4. Garfin, D.R., Silver, R.C., Ugalde, F.J., Linn, H., & Inostroza, M. Exposure to rapid succession disasters: A study of residents at the epicenter of the Chilean Bío Bío earthquake. *Journal of Abnormal Psychology*. 2014. № 123(3). P. 545–556.
5. Gelkopf, M., Berger, R., Bleich, A. & Silver, R.C. Protective factors and predictors of vulnerability to chronic stress: A comparative study of 4 communities after 7 years of continuous rocket fire. *Social Science & Medicine*. 2012. № 74(5). P. 757–766.
6. Hirschberger, Gilad. Collective Trauma and the Social Construction of Meaning *Frontiers in Psychology*. 2018. № 9. Article 1411.
7. Holmes, E.A. et al. Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: a call for action for mental health science *Lancet Psychiatry* 7. 2020. P. 547–560.
8. Jones, W., Berg, J., & Osher, D. Trauma and Learning Policy Initiative (TLPI): Trauma-Sensitive Schools: Descriptive study – Final report. Washington, DC : American Institutes for Research, 2018.
9. König, U., & Reimann, C. Closing a gap in conflict transformation: Understanding collective and transgenerational trauma. *Erişim tarihi*, 15, 2020.
10. Norris, F.H. et al. (2002). 60,000 Disaster Victims Speak: Part I. An Empirical Review of the Empirical Literature, 1981–2001. *Psychiatr.* 2018. № 65. P. 207–239.
11. Reimann, C., König, U. Collective Trauma and Resilience: Key Concepts in Transforming War-related Identities *Berghof Handbook Dialogue*. 2017. Series № 11.
12. Silver, R.C., Holman, E.A. & Garfin, D.R. Coping with cascading collective traumas in the United States. *Nat Hum Behav*. 2021. № 5. P. 4–6.
13. Van IJzendoor, Marinus H., Marian J. BakermansKranenburg & Abraham Sagi-Schwartz. Are Children of Holocaust Survivors Less Well-adapted? No Meta-analytic Evidence for Secondary Traumatization. *Journal of Traumatic Stress*. 2003. № 16. P. 459–469.

АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОРОЗВИТКУ
ФАХІВЦІВ СОЦІОНОМІЧНОГО ПРОФІЛЮTHE ANALYSED PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS
OF SOCIONOMY SPECIALISTS' SELF-DEVELOPMENT

У статті акцентується увага на існуванні низки психологічних проблем професійного становлення у фахівців соціономічного профілю щодо вектору і змістовного наповнення певних властивостей та якостей, зумовлених специфікою професійної діяльності, які часто негативно відбиваються на їхньому професійному саморозвитку, викликаючи труднощі під час виконання ними професійних завдань. Викладається теоретична основа дослідження: категорія професійного саморозвитку розглядається як важливий особистісний квант, основна ідея якого – детермінація саморозвитку професійною діяльністю (під час її опанування і виконання), тому людина вивчається з позиції її відповідності професії та успішності виконання нею діяльності. Зазначено, що важливою умовою здійснення саморозвитку є усвідомленість актуальної ситуації (щодо своїх можливостей) та ідеального результату (який спрямовуватиме зусилля особистості, виступаючи як мета, яку вона прагне досягти). Викладається методологічна основа дослідження – положення суб'єктного підходу, основна ідея якого – вивчити особистість як носія певного внутрішнього змісту; його суб'єктність як активно-перетворювальну сутність із його «включеністю» у світ праці, у якому його самостійна ініціація активності визначає масштаб власної активності і життєво-професійних завдань, що розв'язуються в процесі самоздійснення як однією із сутнісних форм саморозвитку. Презентується опис алгоритму дослідження та основні його результати. Доведено, що професійне самоздійснення є однією із сутніх форм професійного саморозвитку фахівця і водночас інтегральним індикатором рівня його розвитку. Виявлено, що більшість фахівців вибраних професій (учені, педагоги, лікарі) досягають професійного саморозвитку (у формі самоздійснення), проте кожному з них притаманні свої особливості. Виокремлено низку цих властивостей.

Ключові слова: фахівці соціономічного профілю, саморозвиток, професійний розвиток, професійне самоздійснення.

The article focuses attention on some existing psychological problems of socionomy specialists' professional formation regarding the vector and meaning of certain properties and qualities determined by the specifics of their professional work and often having a negative impact on their professional self-development, causing difficulties in professional task fulfillment. The research theoretical basis is presented: professional self-development is considered as an important personal quantum that main idea is self-development determined by professional activities (when they are mastered or executed), therefore a person is studied from the position of his/her suitability for a profession and the success of his/her activities. We note that an important condition for self-development is awareness of a current situation (regarding one's capabilities) and an ideal result (that directs an individual's efforts, acting as a goal to achieve). The research methodological basis is explained from the subject approach position, which main idea is to study an individual as having a certain internal content and active-transformative subjectivity, so that he/she is included into the world of work where his/her independent initiation of professional activities determines the scope of these activities and life-professional tasks solved during self-realization as an essential form of self-development. The research algorithm is described and its main results are presented. We have proven that a specialist's professional self-realization is an essential form of his/her professional self-development and, at the same time, an integral indicator of his/her development. The majority of specialists in the examined professions (scientists, teachers, doctors) achieved professional self-development (in the form of self-realization), but each of them had their own characteristics. Some of these properties are highlighted.

Key words: socionomy specialists, self-development, professional development, professional self-realization.

УДК 159.938
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.33>

Гуменюк Г.В.

к.психол.н., доцент,
провідний науковий співробітник
лабораторії вікової психофізіології
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних
наук України

Вступ. Існуючі тенденції у сучасному професійному просторі потребують усе більше фахівців, здатних успішно, мобільно, якісно і творчо реалізовувати себе як професіоналів з оптимальними психологічними витратами, володіти засобами самовираження і саморозвитку, протидії професійним деформаціям і професійному «вигоранню» як суб'єктивній праці тощо. Повномасштабна війна в Укра-

їні, підступно розв'язана РФ, лише підсилила та поглибила і без того стрімкі зміни на ринку праці, спричинивши потужну хвилю змін у самій структурі зайнятості. Так, частина професій поступово залишає український ринок, натомість з'являються нові види трудової діяльності, створюючи нову реальність професійного життя в Україні. Зокрема, існує ціла низка професій, яким особливо притаманно

занурювати фахівця в умови постійної актуалізації когнітивних, рефлексивних, емоційних та інших можливостей. Насамперед, це стосується фахівців соціономічних професій.

Уважається, що професії типу «людина – людина» найбільш піддаються професійним деформаціям, оскільки спілкування з іншою людиною обов'язково включає у себе взаємодію, яка пов'язана з умінням устанавлювати і підтримувати ділові контакти, розуміти інших людей, впливати на них, виявляти при цьому витримку, спокій і тактовність, володіти мовленнєвими здібностями тощо. Тому ефективність професійної діяльності цього типу професій визначається не так професійними знаннями і навичками, як умінням їх реалізовувати у своїй діяльності за рахунок розвитку в собі відповідних професійно значущих властивостей та якостей.

Зазначимо, що різним проблемам становлення людини як професіонала присвячено доволі велику увагу. Серед них розробляються питання розвитку працівника як суб'єкта праці (О.М. Кокун, Г.В. Ложкін, В.І. Осьодло та ін.); професійного розвитку та саморозвитку особистості фахівця (О.О. Деркач, С.О. Дружилов, В.А. Ковальчук, Л.О. Користильова, С.М. Соколовська, В.В. Ягупов та ін.); його конкурентоспроможність та подолання психологічних бар'єрів професійного розвитку (О.О. Деркач, О.Г. Кучерявий, А.В. Массанов, Л.М. Мітіна, Л.О. Користильова та ін.); надійності та продуктивної напруженості (О.А. Кириленко, Д.В. Малев, Ю.В. Постілякова, І.М. Сочинська-Сибірцева та ін.).

Здійснений аналіз літератури з вибраної проблематики та аналіз практики професійної діяльності фахівців соціономічного профілю (на прикладі психологів, медиків та педагогів) свідчать про існування низки психологічних проблем щодо вектору і змістовного наповнення розвитку в них необхідних властивостей та якостей, зумовлених специфікою професійної діяльності, що часто негативно відбиваються на їхньому професійному розвитку, викликаючи труднощі під час виконання ними професійних завдань. Це зумовлює об'єктивну потребу у дослідженні психологічних особливостей тих особистісних властивостей та якостей особистості фахівця, які пов'язані з його ресурсною здатністю до постійного професійного розвитку і самовдосконалення, які детермінують становлення його як професіонала на всіх стадіях його професіоналізації.

Мета статті – емпірично дослідити та виокремити психологічні особливості процесу саморозвитку фахівців соціономічного профілю (учених, лікарів та вчителів).

Виклад основного матеріалу дослідження. *Non progredi est regredi* (з лат. – не йти вперед означає йти назад) яскраво відбиває

незаперечний філософський імператив і вияв життєвої мудрості багатьох поколінь – рух особистості у просторі і часі під час праці забезпечує її розвиток. Засвоєння змісту будь-якої діяльності та умов її реалізації змушує людину перебувати у неперервному процесі проектування себе і своєї діяльності, детермінуючи у собі певні зміни, зокрема у способі мислення, діях у різних видах, етапах діяльності тощо.

Зміни, пов'язані зі становленням людини як професіонала, збільшують масштаб її можливостей, актуалізують її функціональний резерв для досягнення бажаного результату. Традиційно якісні зміни, які супроводжують професійне становлення, розглядають як продуктивний процес розвитку і саморозвитку особистості, опанування і самопроекування професійно орієнтованих видів діяльності, визначення свого місця у світі професій, реалізацію себе у професії і самоактуалізацію свого потенціалу для досягнення вершин професіоналізму [1–3; 5; 6]. Зі свого боку, становлення обов'язково передбачає потребу у розвитку та саморозвитку, детермінуючи можливість та наближаючи бажане до його отримання.

Відзначимо, що головною особливістю саморозвитку як однієї з форм розвитку (поряд із такими, як дозрівання, зростання та формування) є те, що «незворотні зміни» настають в особистості усвідомлено, з її власної волі, а отже, вона бере відповідальність за свій розвиток. Іншими словами, зміни особистості відбуваються відповідно до поставленої (усвідомленої) мети, завдяки власним вольовим зусиллям. Саме завдяки більшій усвідомленості вплив різних чинників і зміни, які відбуваються, можуть більшою мірою аналізуватися особистістю, а отже, і регулюватися. Особистість знає, чим вона керується, до чого прагне, що очікує та що хоче змінити у собі. Тому цілеспрямований саморозвиток вимагає від людини значних зусиль над собою, джерелом яких виступає її внутрішня активність, її внутрішнє середовище.

Основна ідея проблеми професійного саморозвитку – це ідея детермінації розвитку особистості професійною діяльністю, тому людина вивчається з позицій її відповідності професії та успішності виконання нею діяльності. Зі свого боку, ці позиції опосередковуються через те, як у внутрішньопсихічному просторі фахівця переломлюються зовнішні дії і вимоги до діяльності для досягнення бажаного результату. Іншими словами, які саме особливості суб'єкта діяльності є необхідними й достатніми для її реалізації на заданому рівні та які значимі для її основних результативних параметрів – якість, продуктивність, надійність.

У цьому дослідженні категорія професійного саморозвитку розглядається як важ-

ливий особистісний квант, основна ідея якого – детермінація саморозвитку професійною діяльністю (під час її опанування і виконання), тому людина вивчається з позиції її відповідності професії та успішності виконання нею діяльності.

Методологічну основу дослідження становлять положення суб'єктного підходу – вивчити особистість «зсередини», із боку суб'єкта праці. Особистість тут виступає як носій певної картини світу, внутрішнього змісту, а не як набір певних об'єктивних характеристик у площині діагностичних показників. Концептуальні положення суб'єктного підходу дають можливість вивчати суб'єктність як активно-перетворювальну сутність людини з її «включеністю» у світ, де «самостійна ініціація активності» людини визначає масштаб власної активності і життєво-професійних завдань, що розв'язуються у процесі саморозвитку.

Із цієї позиції професійний саморозвиток слід розуміти як свідомий процес розгортання однієї з його сутніх форм – самоздійснення, результатом якого є реалізація особистістю наявних потенцій і новоутворень, які зумовлені потужним її прагненням досягти вершин реалізації себе у вибраній професійній діяльності. Професійне самоздійснення розглядається нами як інтегральний індикатор рівня розвитку саморозвитку фахівця.

Алгоритм дослідження представлений двома взаємопов'язаними етапами:

I етап – мета – з'ясувати загальний рівень розвитку професійного самоздійснення вчених, лікарів та педагогів, а також міри вираженості окремих його особливостей, які представляють змістовний аспект професійного самоздійснення – його ціннісно-смісловне наповнення шляхом задіяння Опитувальника професійного самоздійснення (методика О.М. Кокуна) [4].

Критерії, відповідно до яких вивчалися особливості професійного самоздійснення фахівців обраних професій: професійні досягнення особистості та переживання задоволення/незадоволення від власних професійних досягнень.

Показники, які давали змогу визначати рівень розвитку професійного самоздійснення (за О.М. Кокуном): внутрішньо-професійні (потреба у професійному вдосконаленні, наявність проекту власного професійного розвитку, переважаюче задоволення власними професійними досягненнями, постійна постановка нових професійних цілей, формування власного «життєво-професійного простору») та зовнішньо-професійні (досягнення поставлених професійних цілей, визнання досягнень фахівця професійним співтовариством, використання професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями, розкриття особистісного

потенціалу і здібностей у професії, вияв високого рівня творчості у професійній діяльності.

II етап – мета – виокремлення особливостей мотиваційного складника саморозвитку, які опосередковують динаміку і характер саморозвитку фахівця під час професійного становлення. Це слугувало основою для вивчення та виокремлення психологічних особливостей процесу саморозвитку фахівців вибраних професій за допомогою U-тесту Манна – Уїтні, який дав змогу оцінити наявні відмінності між вибраними вибірками. На цьому етапі застосовується такий психодіагностичний інструментарій: «Мотивація професійної діяльності» (методика К. Замфір у модифікації А. Реана); шкала самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема. Параметри цих методик виступили психологічними характеристиками особистості фахівця соціономічного профілю.

Обробка емпіричних даних здійснювалася за допомогою методів математичної статистики на базі пакету статистичних програм IBM SPSS-20 (описова статистика, U-тест Манна – Уїтні).

Для досягнення поставленої мети дослідження охоплено 124 фахівця соціономічного профілю, серед них – 51 учений гуманітарного профілю (психологи, філософи, педагоги), 50 лікарів і 23 педагога.

Згідно з алгоритмом дослідження, першим кроком було визначення рівня розвитку професійного самоздійснення вчених, лікарів і педагогів та надання їм якісної характеристики. Отримані результати представлено в табл. 1.

Із представлених результатів яскраво видно, що для більшості фахівців вибраних професій характерні високі показники за цією методикою, що свідчать про наявну здатність учених, лікарів та педагогів досягати професійного саморозвитку (у формі самоздійснення). Цікавим виявився факт, що вчені досягають загального рівня розвитку професійного самоздійснення за рахунок як високих показників внутрішньо-професійного, так і високих показників зовнішньо-професійного самоздійснення. Натомість педагоги виявляють тенденцію досягати загального рівня розвитку професійного самоздійснення через такий його складник, як зовнішньо-професійне самоздійснення. Лікарі у цій виборці становлять окрему групу, яка вирізняється не такими високими відсотками у досягненні професійного самоздійснення, як учені і педагоги, проте процес свого саморозвитку (у формі самоздійснення) вони досягають в узгодженості двох його складників (внутрішньо-професійне та зовнішньо-професійне самоздійснення). Нижче ми проаналізуємо цей момент більш детально.

Аналізуючи дані, представлені в табл. 1, насамперед слід звернути увагу на те, що для

Таблиця 1

**Розподіл досліджуваних фахівців
за показниками професійного самоздійснення (N = 124)**

№ з/п	Рівень професійного самоздійснення	Загальний			Внутрішньо-професійного			Зовнішньо-професійного		
		вчені (%)	лікарі (%)	педагоги (%)	вчені (%)	лікарі (%)	педагоги (%)	вчені (%)	лікарі (%)	педагоги (%)
1.	Низький	-	-	-	-	-	-	-	-	1
2.	Нижчий за середній	9	4	9	12	2	8	9	6	17
3.	Середній	18	38	50	14	40	46	24	42	48
4.	Вищий за середній	43	42	32	47	44	35	37	44	27
5.	Високий	30	16	9	27	14	11	30	8	7

більшості досліджуваних із наведених у таблиці даних чітко виокремлюється чотири рівні розвитку професійного самоздійснення фахівців. Зупинимося детальніше.

Високий рівень – демонструють фахівці, які цілком задоволені власною кар’єрою та своїми професійними здобутками. Їх вирізняє постійна праця над підвищенням власного рівня професійної майстерності, при цьому вони отримують велике задоволення як від самого процесу науково-пошукової діяльності, так і від досягнутих ними результатів. Мають чіткий проект власного професійного розвитку, який вибудований на пріоритетних для них основах. Виявляють наполегливість у досягненні поставлених цілей. Гармонійно вибудовують власний «життєво-професійний простір», цілком удало поєднуючи професійну діяльність із позапрофесійним життям. Вирізняються повною ідентифікацією з професійним співтовариством, серед якого мають заслужений авторитет. Професійну діяльність розглядають як простір, що надає їм максимальні можливості для самовдосконалення та творчого втілення своїх ідей. Властивий гнучкий стиль виконання професійної діяльності, що істотно розкриває та примножує особистісний потенціал та професійні здібності. Охоче передають свій досвід іншим.

Вищий за середній рівень – представлена групою досліджуваних, які також задоволені своєю професійною кар’єрою, позитивно оцінюють свої здобутки. Фахівці цього рівня характеризуються достатньо сильним потягом щодо підвищення своєї професійної майстерності. Отримують задоволення від своєї роботи. Достатньо чіткого проекту власного професійного розвитку у них немає, проте намагаються його проектувати у загальних рисах. Виявляють наполегливість у постановці нових цілей та докладають зусилля для їх досягнення. «Життєво-професійний простір» більшості з них удається вибудувати гармонійно. Ідентифікація фахівців цієї

групи з професійним товариством достатньо висока, користуються повагою й авторитетом серед колег. Професійна позиція повністю сформована, що відображається на гнучкості стилю професійної діяльності, який дає змогу творчо її виконувати. Їхні професійні здобутки достатньо широко використовуються іншими фахівцями. Охоче діляться своїми знаннями. Переконані, що професійна діяльність створює для них істотні можливості для розкриття особистісного потенціалу, даючи їм змогу досягнути поставлених цілей, задовольнити потребу у самовдосконаленні.

Середній рівень – становлять фахівці, які виявили часткове задоволення власною професійною кар’єрою, наявні здобутки оцінюють як посередні, хоча серед колег вони визнані як достатньо високі. Фахівці цієї групи працюють лише періодично над підвищенням своєї професійної майстерності, при цьому досягають запланованих результатів. Власний професійний розвиток проектують у загальних рисах без чіткого плану або взагалі без нього. Попри визнання, що для результативності праці постійно потрібно рухатися вперед, для них характерною є практика відпочинку у проміжках між наступною справою. Свій «життєво-професійний простір» гармонійно вибудувати вдається лише частково. Професійна позиція у них сформована практично повністю. Притаманна достатньо висока ідентифікація з професійною спільнотою, користуються авторитетом серед колег. Професійну діяльність вважають для себе такою, що надає їм істотні можливості для розкриття особистісного потенціалу. Професійні обов’язки прагнуть виконувати творчо, використовуючи різні стилі діяльності. Виявляють готовність ділитися своїм досвідом.

Нижче за середній рівень – притаманний фахівцям, які висловили невдоволення щодо того, як складається їхня професійна кар’єра. Їм важко оцінити свої як професійні досягнення, так і фаховий рівень. Не особливо

переймаються питаннями підвищення свого професійного рівня. Не отримують задоволення від своєї роботи. Власне професійне майбутнє уявляють у загальних рисах, майже його не плануючи. Проте ставлять перед собою професійні цілі, які намагаються досягти. За отримання бажаного результату швидше, ніж у попередніх групах, прагнуть отримати ще кращий. «Життєво-професійний простір» гармонійно вибудовувати їм не вдається, відсутня чіткість серед пріоритетів у роботі. Професійна позиція сформована недостатньо. Ідентифікація з професійним товариством не дуже висока, спостерігається невпевненість в якості своїх здобутків. Уважають, що професійна діяльність створює незначні можливості для розкриття їхнього потенціалу. Творчість під час роботи виявляють незначною мірою. Притаманний негнучкий стиль діяльності.

Із метою більш глибокого вивчення процесу саморозвитку фахівців соціономічного профілю та виокремлення можливих його психологічних особливостей наступним кроком

стало здійснення оцінки наявних відмінностей між усіма показниками професійного самоздійснення фахівців вибраних професій за допомогою U-тесту Манна – Уїтні (табл. 2, 3).

Вище зверталася увага, що вчені та педагоги досягають значних успіхів у досягненні вершин професійного саморозвитку (у формі самоздійснення). Проте першість залишається за вченими, і найбільша відмінність між ними виявлена у такому показникові внутрішньо-професійного самоздійснення, як «формування власного «життєво-професійного простору» (табл. 2). Тоді як під час порівняння показників зовнішньо-професійного самоздійснення їхні найбільші відмінності проявилися у таких показниках (табл. 3):

– «визнання досягнень фахівця професійним співтовариством»;

– «використання професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями».

Припускаємо, що виявлені відмінності пояснюються специфікою професійної діяльності, адже науково-пошукова діяльність на відміну від власно педагогічної менш регламентована

Таблиця 2

Узагальнені результати оцінювання показників внутрішньо-професійного самоздійснення між ученими, лікарями і педагогами, між якими присутні суттєві відмінності (N = 124)

№ з/п	Показники професійного самоздійснення	вчені	лікарі	U тест Манна-Уїтні
1.	Внутрішньо-професійні	57,04	44,84	U=967,0 p<0,05
2.	Переважаюче задоволення власними професійними досягненнями	57,55	44,32	U=941,0 p<0,05
3.	Формування власного «життєво-професійного простору»	61,91	39,87	U=718,5 p<0,05
		вчені	педагоги	
4.	Формування власного «життєво-професійного простору»	41,70	28,20	U=372,5 p<0,05

Таблиця 3

Узагальнені результати оцінювання показників зовнішньо-професійного самоздійснення між ученими, лікарями і педагогами, між якими присутні суттєві відмінності (N = 124)

№ з/п	Показники професійного самоздійснення	вчені	лікарі	U тест Манна-Уїтні
1.	Розкриття особистісного потенціалу і здібностей у професії	40,35	24,90	U=288,0 p<0,05
2.	Вияв високого рівня творчості у професійній діяльності	39,80	26,30	U=316,0 p<0,05
		вчені	педагоги	
3.	Визнання досягнень фахівця професійним співтовариством	40,79	30,20	U=418,5 p<0,05
4.	Використання професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями	41,20	29,30	U=493,5 p<0,05
		лікарі	педагоги	
5.	Використання професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями	40,25*	29,93	U=412,5 p<0,05
6.	Розкриття особистісного потенціалу і здібностей у професії	31,41	49,15	U=295,5 p<0,05

ззовні, а її результати більш націлені на широке оприлюднення і використання.

Щодо відмінностей у досягненні професійного саморозвитку (у формі самоздійснення) вчених і лікарів, то вони виявилися теж доволі цікавими (табл. 2, 3). Так, учені не лише досягають у більшій кількості внутрішньо-професійного самоздійснення, але найбільша відмінність проявилася між такими її показниками, як:

- «формування власного «життєво-професійного простору»;
- «переважаюче задоволення власними професійними досягненнями».

Як видно з табл. 3, відмінності у зовнішньо-професійному самоздійсненні між ученими і лікарями найбільше проявилися у таких його показниках:

- «розкриття особистісного потенціалу і здібностей у професії»;
- «вияв високого рівня творчості у професійній діяльності».

Припускаємо, що як і зі специфікою педагогічної діяльності, праця лікаря також жорстко регламентована циркулярами протоколів діагностування і лікування, що не сприяє розкриттю їхнього особистісного потенціалу і творчого підходу до професійної діяльності.

Щодо відмінностей в оцінці показників внутрішньо-професійного самоздійснення лікарів і педагогів, то їх виявлено не було, натомість у зовнішньо-професійному самоздійсненні такі відмінності виявилися у таких розбіжностях між його показниками:

- педагоги мають більшу можливість для розкриття особистісного потенціалу і своїх здібностей у професії;
- лікарі мають більшу можливість напрацьованого власного досвіду передавати для використання іншим колегам.

Як видно з представлених даних, і те й інше сприятливо впливає на динаміку і характер їхнього професійного саморозвитку (у формі самоздійснення).

У зв'язку з комплексним характером поставленої мети наступним кроком стало виокремлення особливостей мотиваційного складника саморозвитку фахівців та їхньої самоефективності. Отримані результати за всіма цими показниками було піддано також оцінці для виявлення відмінностей між вибраними професіями за допомогою U-тесту Манна – Уїтні, які в узагальненому вигляді представлено в табл. 4.

Як відомо, мотивація професійної діяльності є одним із базових чинників досягнення професійного успіху. У дослідженні ми її розглядали не як сукупність мотивів чи потреб, а як динамічний аспект функціонування організму, який забезпечується складною структурно-рівневою мотиваційною системою, що визначає активність людини, здійснюючи спонукальну та спрямовуючу функції. Системоутворюючим чинником цієї системи – мотивації діяльності – є саморозвиток особистості. Відповідно, аналіз мотиваційних тенденцій досліджуваних фахівців дає можливість констатувати особливості домінуючих мотиваційних ліній, які притаманні вибраним професіям.

Так, із табл. 4 чітко видно існуючі розбіжності серед фахівців різних професій. Найбільш спрямовані на прояв зовнішньої позитивної мотивації лікарі, найменше – вчені. Натомість педагогів вирізняє найбільша спрямованість на внутрішню мотивацію порівняно з ученими та лікарями. Відзначимо, що саме домінування внутрішньої мотивації у діяльності орієнтує фахівця на розкриття та реалізацію свого особистісного потенціалу.

Цікавими виявилися результати і щодо самоефективності (табл. 4). Найбільші відмінності виявилися між лікарями і вченими, в останніх показник самоефективності найнижчий.

Припускаємо, що поясненням цієї групи особливостей слугуватиме специфіка професійної діяльності: результати роботи лікаря безпосередньо отримуються швидше й оцінюються сталими критеріями, такими як: повнота

Таблиця 4

Узагальнені результати оцінювання показників мотивації та самоефективності між ученими, лікарями і педагогами, між якими присутні суттєві відмінності (N = 124)

№ з/п	Показники за шкалами методик	вчені	лікарі	U тест Манна-Уїтні
1.	Самоефективність	44,52	57,61	U=944,5 p≤0,05
3.	Зовнішня позитивна мотивація	43,25	58,90	U=880,0 p≤0,05
		вчені	педагоги	
4.	Самоефективність	32,37	48,87	U=325,0 p≤0,05
5.	Внутрішня мотивація	33,83	43,63	U=399,5 p≤0,05
6.	Зовнішня негативна мотивація	33,93	45,41	U=404,5 p≤0,05
		лікарі	педагоги	
7.	Внутрішня мотивація	33,37	44,89	U=393,5 p≤0,05

і своєчасність діагностичних процедур, доцільність їх призначення; правильність і точність постановки діагнозу; адекватність вибору і призначення лікувальних процедур; дотримання стандартів діагностики та лікування тощо. Натомість результати роботи педагога, а тим більше вченого, значно відстрочені у часі; критерії оцінки результативності їхньої роботи не лише не чіткі і мінливі, а й носять інноваційний характер, ефект від яких проявляється не одразу. За умови такої інтерпретації можна стверджувати, що неможливість доволі швидко «побачити» фахівцем вибраних професій результату діяльності негативно позначається на його самоефективності.

Висновки з проведеного дослідження.

Узагальнення результатів емпіричного дослідження психологічних особливостей саморозвитку (у формі самоздійснення) фахівців соціономічного профілю (вчених, лікарів та вчителів) дає змогу констатувати таке:

1. Професійне самоздійснення є однією із сутнісних форм професійного саморозвитку фахівця і водночас інтегральним індикатором рівня його розвитку, оскільки забезпечує фахівцеві можливість реалізовувати той набір особистісних властивостей та якостей, які дають йому змогу досягти вершин реалізації себе у певній професійній діяльності.

2. Для більшості фахівців вибраних професій (вчені, педагоги, лікарі) властиво досягати професійного саморозвитку (у формі самоздійснення). Лідерство встановлено за вченими, яким притаманне узгоджене поєднання високих показників внутрішньо-професійного і зовнішньо-професійного самоздійснення. Педагоги виявляють тенденцію досягати загального рівня розвитку професійного самоздійснення через такий складник, як зовнішньо-професійне самоздійснення. Лікарі вирізняються не такими високими відсотками у досягненні професійного самоздійснення, як учені і педагоги, проте процес свого саморозвитку (у формі самоздійснення) вони досягають в узгодженості двох його складників (внутрішньо-професійне та зовнішньо-професійне самоздійснення).

3. Виокремлено психологічні особливості процесу саморозвитку, які розподілені так:

– учених і педагогів на шляху до самоздійснення найбільше вирізняє відмінність у таких показниках, як: «формування власного «життєво-професійного простору»; «визнання досягнень фахівця професійним співтовариством»; «використання професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями»;

– учених і лікарів найбільше вирізняє відмінність у таких показниках, як: «формування власного «життєво-професійного простору»;

«переважаюче задоволення власними професійними досягненнями»; «розкриття особистісного потенціалу і здібностей у професії»; «вияв високого рівня творчості у професійній діяльності»;

– лікарів і педагогів вирізняє відмінність у таких показниках, як: розкриття особистісного потенціалу і своїх здібностей у професії (у педагогів); «використання професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями» (у лікарів).

4. Домінування внутрішньої мотивації у діяльності найбільш орієнтує фахівця на розкриття та реалізацію свого особистісного потенціалу. Так, педагогам притаманна найбільша спрямованість на внутрішню мотивацію порівняно з ученими та лікарями. Натомість на прояв зовнішньої позитивної мотивації орієнтовані лікарі, найменше – вчені.

5. Найбільші відмінності щодо самоефективності, яка відображає здатність фахівця організувати і виконати послідовність дій, необхідних для досягнення попередньо встановлених результатів діяльності, виявилися лише між лікарями і вченими, в останніх показник самоефективності найнижчий.

6. Можна констатувати, що вибрані професії соціономічного профілю створюють необхідне тло і можливості для зростання фахівців, розкриття їхнього особистісного потенціалу, але специфіка виконання професійних обов'язків накладає свій відбиток, регламентуючи динаміку і змістовне наповнення цього зростання. Виокремлені особливості саморозвитку (у формі самоздійснення) можуть слугувати орієнтирами для розроблення корекційно-розвивальних програм щодо оптимізації професійного саморозвитку та самоздійснення фахівців соціономічного профілю.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Деркач А.А. Акмеологические основы развития профессионала : монография. Москва : Моск. психол.-соц. ин-т ; Воронеж : НПО «МОДЭК», 2004. 752 с.
2. Зеер Э.Ф. Психология профессий : учебное пособие. 3-е изд., перераб. и доп. Москва : Академ. проект, Фонд «Мир», 2005. 336 с.
3. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения : учебное пособие. 3-е изд. Москва : Академия, 2007. 304 с.
4. Кокун О.М. Опитувальник професійного самоздійснення. *Практична психологія та соціальна робота*. 2014. № 7. С. 35–39.
5. Кокун О.М. Психологія професійного становлення сучасного фахівця : монографія. Київ : Інформ.-аналіт. агентство, 2012. 200 с.
6. Професійний саморозвиток майбутнього фахівця : монографія / В.А. Ковальчук та ін. Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2011. 204 с.

СЕКЦІЯ 8

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРАВОМІРНОЇ ПОВЕДІНКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE RIGHTEOUS BEHAVIOR OF MILITARY OFFICERS

Представлено теоретичне та емпіричне дослідження психологічних особливостей правомірної поведінки у службовій діяльності військовослужбовців. Правомірною поведінкою військовослужбовців трактується як комплекс уявлень про себе як суб'єкта права та правовідносин, що формується внаслідок специфіки ціннісної, когнітивної, поведінкової та афективної сфер особистості. Мета дослідження – визначити особливості правомірної поведінки у військовослужбовців, які несуть строкову службу та військову службу за контрактом. У дослідженні брало участь 130 осіб, із них 76 військовослужбовців, які несуть строкову службу (перша група), та 54 військовослужбовці, які несуть військову службу за контрактом (друга група). Психодіагностичний інструментарій: опитувальник «Професійно правомірна спрямованість особистості» (ППСО) та методика «Визначення рівня правової розвиненості» Дж. Тапп та Ф. Леві в українському адаптації Г. Камішнікової. Математико-статистичні методи: t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок та критерій куттового перетворення (φ) Фішера. Емпірично встановлено, що у першій групі військовослужбовців домінує екстраорієнтаційна система правомірної поведінки, у другій групі військовослужбовців – інтраорієнтаційна та інтрерорієнтаційна системи. Військовослужбовці контрактної служби сприймають свою діяльність як нормативно регульовану, військовослужбовці, які несуть військову службу за контрактом, характеризують себе як суб'єкти права та взаємодіють із навколишніми з позиції правових стосунків. Компоненти правомірної поведінки продемонстрували вірогідні відмінності у досліджуваних групах. У першій групі провідне місце займають правові знання та бажання дотримуватися закону. У другій групі спостерігаються вірогідно більші показники когнітивного, поведінкового та ціннісно-мотиваційного компонентів ППСО. Дослідження рівнів правового розвитку розподілило учасників дослідження так: правослухняність встановлено у 42% першої групи та 32% – у респондентів другої; правопідтримка – у 38% першої групи та 24% – у досліджуваних другої групи; правотворчість – у 20% першої групи та 44% – у військовослужбовців другої групи.

Ключові слова: військовослужбовці, контрактна служба, особистість, правомірна поведінка, професійна діяльність, службова діяльність, строкова служба.

A theoretical and empirical study of the psychological features of lawful behavior in the service activities of military personnel is presented. The legitimate behavior of military personnel is interpreted as a complex of ideas about themselves as subjects of law and legal relations, which is formed as a result of the specifics of the value, cognitive, behavioral and affective spheres of the individual. The purpose of the study is to determine the specifics of the lawful behavior of servicemen who are in conscript and contract military service. 130 people participated in the study, including 76 conscripts (the first group) and 54 conscripts (the second group). Psychodiagnostic tools: «Questionnaire for the diagnosis of legitimate professional orientation of personality» (LPOP) and the method «Determining the level of legal development» by J. Tapp and F. Levy in the Ukrainian language adaptation by G. Kamyshnikova. Mathematical and statistical methods: Student's t-test for independent samples and Fisher's angular transformation (φ) test. It has been empirically established that the first group of servicemen is dominated by an extraorientational system of lawful behavior, while the second group of servicemen is dominated by intraorientational and introorientational systems. Military servicemen of contract service perceive their activities as normatively regulated, military servicemen performing military service under contract characterize themselves as subjects of law and interact with others from the standpoint of legal relations. The components of lawful behavior demonstrated significant differences in the studied group s. In the first group, the leading place is occupied by legal knowledge and the desire to obey the law. The second group has significantly higher indicators of the cognitive, behavioral and value-motivational components of LPOP. The study of the levels of legal development divided the research participants as follows: legal obedience was established in 42% of the first group and 32% of the respondents of the second; legal support in 38% of the first group and in 24% of the researched second group and law-making in 20% of the first group and 44% of the military personnel of the second group.

Key words: military personnel, contract service, personality, lawful behavior, professional activity, official activity, term service.

УДК 159.9.07
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.34>

Коваленко Є.С.
аспірант кафедри соціології та психології
Харківський національний університет внутрішніх справ

Постановка проблеми. Служба в армії – це не просто робота, для більшості людей це покликання. Ототожнення себе з даною професією викликає у військовослужбовців

почуття приналежності до служби, що захищає від негативних наслідків, пов'язаних зі специфікою даної діяльності. Правомірною поведінкою є важливим складником даної професії. Про-

відні науковці стверджують, що для розвитку правомірної поведінки мають бути враховані такі критерії: *по-перше*, добросовісна поведінка військовослужбовців, яка не входить до опису їхніх обов'язків, а є результатом свідомого особистого вибору; *по-друге*, мотивами даної поведінки є не отримання винагороди, а підтримка колег та організації. Ми вважаємо, що основоположними принципами правомірної поведінки у військовослужбовців є дотримання закону та альтруїзм. Правомірною поведінкою на військовій службі означає виконання своїх обов'язків сумлінно та на високому професійному рівні. Правомірною поведінкою вміщує у собі цінності та емоції, з якими повсякчас стикаються військовослужбовці в ході своєї служби.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Психологія військової служби може визначитися як субспеціалізована галузь психології, котра займається вивченням готовності, стійкості, альтруїзму військовослужбовців як у період підготовки, так і в процесі службово-бойової діяльності на підставі емпіричних досліджень, аналізу та шляхом застосування принципів психологічної науки [10]. І. Приходько детально вивчав психологічні особливості службово-бойової діяльності військовослужбовців під час проведення анти-терористичної операції. Дослідник указує на ймовірний вплив даної діяльності на психологічне здоров'я та правомірну поведінку [5]. Учений пропонує систему психологічних заходів профілактики та контролю бойового стресу у військовослужбовців, яка містить комплекс різних психологічних заходів, спрямованих на розвиток необхідних якостей та поведінки з метою збереження психологічного здоров'я та ефективного виконання професійних завдань [6]. О. Колесніченко з колегами пропонують методику оцінки травматичного бойового досвіду у військовослужбовців, наявність котрого здатна позначитися на сумлінності, правомірній поведінці, дисципліні й відповідальності [4]. С. Волошко слушно зазначає, що стабільний позитивний морально-психологічний стан військовослужбовців є запорукою успішної та правомірної поведінки серед особового складу [1]. О. Хацаюк зі співавторами вказують на важливість формування фахових компетентностей у період службової підготовки майбутніх офіцерів, до яких також віднесли правомірну поведінку [7]. В. Шемчук доповнює, що в системі професійної освіти особового складу сектору безпеки та оборони важливо враховувати нормативно-правову базу й правомірну спрямованість поведінки, які сприятимуть стійкому та ефективному формуванню практичних фахових компетенцій [8]. Колектив українських науковців сходиться у думці, що характер військової служби можна вважати вимогливим та сповненим невизна-

ченості, коли військовослужбовці повинні бути надзвичайно обережними з погляду планування, розроблення стратегії та реалізації операцій, котрі позначаються на їхній поведінці та результативності [3]. Закордонні дослідники наголошують на важливості регулярного психологічного скринінгу, щоб сформулювати або змінити процедури тестування та відбору на службу так, щоб у міру розвитку когнітивних здібностей і особливостей людей якісно оцінити та відібрати кандидатів з урахуванням потреб та вимог діяльності [9].

Формулювання завдання. Мета дослідження – визначити особливості правомірної поведінки у військовослужбовців, які несуть строкову службу та військову службу за контрактом. Завдання дослідження: 1. Опрацювати наукові джерела щодо проблеми правої поведінки військовослужбовців. 2. Виявити особливості правомірної службової поведінки у військовослужбовців строкової та контрактної служби.

Виклад основного матеріалу дослідження. У дослідженні брало участь 130 осіб, із них 76 військовослужбовців, які несуть строкову службу (перша група), та 54 військовослужбовці, які несуть військову службу за контрактом (друга група). У дослідженні був використаний опитувальник «Професійно-правомірною спрямованістю особистості» (ППСО) в україномовній версії Г. Камишнікової. Тест містить 78 питань, які описують зміст трьох систем ППСО та чотирьох ключових компонентів ППСО. Опитувальник зображує загальний рівень ППСО [2, с. 234–238]. Для виявлення специфіки рівнів правового розвитку у респондентів залучено методику «Визначення рівня правої розвиненості» Дж. Тапп та Ф. Леві в україномовній адаптації Г. Камишнікової. Текст опитувальника налічує 14 тверджень та діагностує три рівні правового розвитку: правослухняності, правопідтримки та првотворчості [2, с. 240–241]. Г. Камишнікова детально описує специфіку змістовних характеристик професійно-правої спрямованості (рис. 1).

Підрахунок отриманих даних здійснювався за допомогою t-критерія Стьюдента для незалежних вибірок та критерій кутового перетворення (ϕ) Фішера. Отримані результати математико-статистичного аналізу представлено в табл. 1–3 та на рис. 2.

Аналіз даних, наведених у табл. 1, дає змогу зробити такі емпіричні висновки. У другій групі виявлено вірогідно більші показники стосовно першої групи за шкалою «Інтерорієнтаційна» за статистичної значущості ($p \leq 0,05$). Це дає змогу констатувати, що саме в період службової діяльності у досліджуваних, які несуть військову службу за контрактом, більш вираженими є уявлення щодо свого місця в даній професії, значущості та важливості професій-

них обов'язків, які простежуються в їхній правовій поведінці та системі цінностей. У респондентів строкової служби інтраорієнтаційна система, на нашу думку, знаходить свій вираз в усвідомленні своєї професійної ідентичності та ознайомленні з вимогами військової служби.

У другій групі також встановлено вірогідно більші показники й за шкалою «Інтерорієнтаційна» щодо першої групи за статистичної значущості ($p \leq 0,001$). Це дає змогу припустити, що в досліджуваних, які несуть військову службу за контрактом, простежуються не лише особистісні уявлення щодо власного місця у професії, ставлення до нормативних вимог та дотримання своїх обов'язків через призму правових особливостей, а й мають значення уявлення щодо інших осіб як учасників правовідносин, бажання та готовність захищати, відстоювати їхні права і дотримуватися закону. Отримані дані є доволі обнадійливими, оскільки для психологічного добробуту військовослужбовців, ми вважаємо, важливі вміння й прагнення відстоювати не лише свої права, а й права інших

людей. Усе це позитивно впливає на правову систему в цілому та сприяє посиленню до віри до військової служби з боку громадян.

За шкалою «Екстраорієнтаційна» було виявлено вірогідно більші показники у першій групі порівняно з другою групою за статистичної значущості ($p \leq 0,05$). Отже, у період строкової служби у групі військовослужбовців значущими є уявлення щодо власної професії з погляду нормативних, правових вимог, у даний період у них формується ставлення до норм, які регламентують їхню діяльність, обов'язків, які будуть на них покладені, та прийняття цінностей військової служби.

Ми здійснили порівняльний аналіз компонентів професійно правомірної поведінки у військовослужбовців строкової та контрактної форм служби. Отримані дані представлено в табл. 2.

Отже, згідно з табл. 2, у другій групі було виявлено вірогідно більші показники когнітивного компонента порівняно з першою групою за статистичної значущості ($p \leq 0,05$). Можемо



Рис. 1. Специфіка змістовно-структурних характеристик професійно правомірної спрямованості особистості

Таблиця 1
Показники систем професійно правомірної поведінки військовослужбовців, які несуть строкову службу та військову службу за контрактом ($M \pm m$)

Шкали	Строкова служба (перша група)	Контрактна служба (друга група)	t	p
Інтраорієнтаційна	92.00 ± 1.13	94.52 ± 1.26	2.08	0.05
Інтерорієнтаційна	98.71 ± 1.10	106.30 ± 0.81	5.56	0.001
Екстраорієнтаційна	99.45 ± 0.88	97.12 ± 0.68	2.10	0.05

сказати, що у досліджуваних, які несуть військову службу за контрактом, достатньо сформоване уявлення щодо себе як суб'єктів права, вони усвідомлюють важливість дотримання законності у своїй діяльності, розуміють правові наслідки у разі їх порушення та готові здійснювати контроль за дотриманням законності іншими людьми. Щодо респондентів, які несуть строкову службу, то вони знають важливість у дотриманні закону, однак формування їхньої правосвідомої поведінки знаходиться на початкових етапах.

За афективним компонентом правомірної професійної поведінки не було встановлено вірогідних відмінностей у досліджуваних групах. Це дає нам підстави резюмувати, що представники обох груп мають схожі емоційні переживання у питаннях ставлення до прав, обов'язків, порушення закону та оцінки про-

фесійних нормативних вимог. Імовірно, отримані результати обґрунтовані особистісними характеристиками респондентів, а не їх професійною спрямованістю.

За поведінковим компонентом правовірної професійної спрямованості виявлено вірогідні відмінності у другій групі порівняно з першою за статистичної значущості ($p \leq 0,05$). Професія є невіддільною частиною життєдіяльності людини, а у діяльності військових – майже нероздільним її складником. Служба в армії вимагає цілковитої самовіддачі, готовності працювати понаднормово та якоюсь мірою жертвувати особистими потребами. Усе це позначається на поведінці людини, на її звичках та патернах поведінки. Отримані результати є підтвердженням даної думки, оскільки військова кар'єра позначається на поведінці респондентів та закріпилася у відповідній пра-

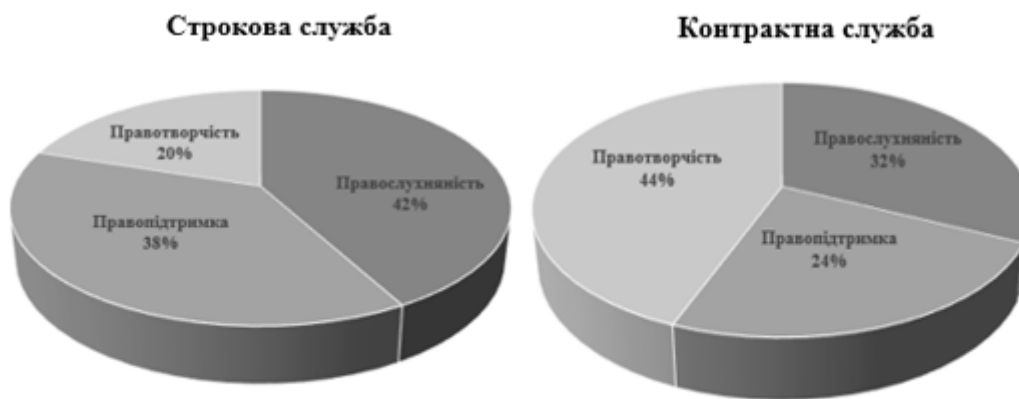


Рис. 2. Розподіл рівнів правового розвитку у військовослужбовців строкової та контрактної служби

Показники компонентів професійно правомірної поведінки військовослужбовців строкової та контрактної служби (M ± m) Таблиця 2

Шкали	Строкова служба (перша група)	Контрактна служба (друга група)	t	p
Когнітивний	84.03 ± 0.71	90.74 ± 0.81	6.23	0.001
Афективний	69.22 ± 1.25	69.31 ± 0.87	0.06	-
Поведінковий	52.10 ± 0.79	54.67 ± 0.85	2.21	0.05
Ціннісно-мотиваційний	82.84 ± 1.08	86.35 ± 0.80	2.61	0.01

Показники рівнів правового розвитку серед військовослужбовців різних форм служби (%) Таблиця 3

Рівні	Строкова служба (перша група)	Контрактна служба (друга група)	φ	p
Правослухняність	42	32	1.241	-
Правопідтримка	38	24	1.719	0.05
Правотворчість	20	44	3.027	0.01

вовій моделі. Адже військовослужбовці мають бути не лише «захисниками» людей, а й слугувати взірцем для навикишніх.

За ціннісно-мотиваційним компонентом правомірної професійної спрямованості діагностовано вірогідні відмінності у другій групі порівняно з першою групою за статистичної значущості ($p \leq 0,01$). Отже, військовослужбовці, які несуть військову службу за контрактом, позитивно налаштовані на сприйняття права та правової інформації, здатні застосувати здобуті знання й норми, що позначається на їхній правовій поведінці та бажанні розвиватися. Військовослужбовці строкової служби в даний період своєї життєдіяльності опановують велику базу знань, котра стає частиною їхньої особистості та вдосконалюється в ході виконання професійних обов'язків.

Загальний показник ППСО у першій групі становив 288.00 ± 1.42 , у другій групі – 291.88 ± 1.79 і не продемонстрував значущих відмінностей у досліджуваних групах.

Для якісного аналізу особливостей правомірної поведінки військовослужбовців різних форм військової служби ми залучили методику «Визначення рівня правової розвиненості» Дж. Тапп та Ф. Леві. Цей психодіагностичний інструмент вимірює рівень правового розвитку у особистості. Правовий розвиток, на нашу думку, є основоположним чинником у правомірній поведінці військовослужбовців, оскільки його рівень указує на їхні дії та мотиви у діяльності (табл. 3 та рис. 2).

Таким чином, розподіл рівнів правового розвитку у досліджуваних групах показав вірогідні відмінності за рівнем правового розвитку: правопідтримка у першій групі – 38% проти 24% респондентів другої за статистичної значущості ($p \leq 0,05$). Кількість досліджуваних у другій групі військовослужбовців за рівнем «правотворчість» становила 44% проти 20% за статистичної значущості ($p \leq 0,01$). Вірогідних відмінностей за рівнем правослужняності в обох групах не було зафіксовано. Майже однакова кількість військовослужбовців першої групи знаходиться на низькому та середньому рівнях, про що свідчать отримані відсотки за правослужняністю та підтримкою. Лише 20% досліджуваних першої групи перебувають на найвищому рівні правового розвитку – правотворчості. Тобто більшість військовослужбовців строкової служби впевнена в тому, що закони покликані обмежувати протиправну підтримку та існують із метою підтримки суспільного порядку. Більша чисельність другої групи належить до рівня правотворчості, що характеризує їх як цілком упевнених у правильності законів, їх функцій та обмежень.

Висновки з проведеного дослідження. Проведене дослідження дало змогу сформулювати низку важливих висновків.

Проблематика правомірної професійної поведінки є доволі обговорюваною науковою проблемою у дослідженнях фахівців із психології та юриспруденції. Науковці мають схожі уявлення щодо важливості правомірної поведінки у професіях підвищеного ризику та небезпеки. Правовий розвиток та правомірна поведінка є основами військової служби.

Другий важливий висновок стосується того, військовослужбовці, які несуть строкову службу, усвідомлюють відповідальність своєї професії, оцінюють її як суспільно важливу, порівнюючи власні цінності із цінностями військової служби. Представники першої групи розуміють, що вони повинні сумлінно виконувати свої обов'язки та стояти на захисті людей, що позначається на їх достатньому рівні правового розвитку та правомірної професійної поведінці.

Третій висновок був зроблений за результатами, отриманими у групі військовослужбовців, які несуть контрактну військову службу. Дані досліджувані більшою мірою ототожнюють себе зі своєю організацією, це посилює у них почуття причетності до захисту законів та норм діяльності та свідчить про вже сформовану правомірну поведінку. Високий рівень правотворчості захищає респондентів другої групи від негативних наслідків, пов'язаних із характером їхньої роботи та ієрархічним характером відносин усередині військової служби.

Нам було цікаво проаналізувати дану тенденцію саме в період строкової військової служби та загострити увагу на тих компонентах правомірної поведінки, які є недостатньо сформованими порівняно з другою групою. Це дасть змогу сфокусуватися на проблемних аспектах у службово-бойовій підготовці особового складу та запропонувати психологічний супровід.

Подальше вивчення окреслених у статті питань слід проводити в контексті вікових та гендерних особливостей військовослужбовців. Майбутні дослідження дадуть змогу повною мірою розглянути правомірну поведінку військових, що дасть більш глибоке розуміння даного аспекту службової діяльності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волошко С.А. Розроблення опитувальника «Оцінювання морально-психологічного стану військовослужбовців підрозділів Національної гвардії України з конвоювання, екстрадиції та охорони підсудних». *Честь і закон*. 2021. № 1(78). С. 2078–2480.
2. Камишнікова Г.В. Формування правової компетентності майбутніх фахівців готельного господарства та туризму в процесі професійної підготовки : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Харків, 2017. 256 с.
3. Психологічне вивчення особового складу Збройних сил України : методичний посібник / О.М. Кокун та ін. Київ : ФОРМ МАСЛАКОВ, 2019. 288 с.

4. Колесніченко О.С., Мацегора Я.В., Приходько І.І. Методика оцінки травматичності бойового досвіду у військовослужбовців – учасників бойових дій. *Причорноморські психологічні студії*. 2017. № 1. С. 54–61.
5. Приходько І. Психологічні особливості службово-бойової діяльності військовослужбовців Національної гвардії України при проведенні антитерористичної операції. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2015. № 2(33). С. 35–39.
6. Приходько І.І. Система профілактики та контролю бойового стресу у військовослужбовців. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія «Психологія»*. 2018. № 1. С. 1–17.
7. Формування професійних компетентностей майбутніх офіцерів до дій в умовах радіаційної, хімічної та біологічної небезпеки / О. Хацаюк та ін. *Військова освіта*. 2021. № 1(43). С. 360–380.
8. Шемчук В.А. Концептуальні засади формування готовності майбутніх офіцерів інституцій сектору безпеки і оборони України до виконання завдань за призначенням в екстремальних умовах службово-бойової діяльності : монографія / за заг. наук. ред. Ф.О. Руденка. Вінниця : Європейська наукова платформа, 2021. С. 1–17.
9. Denning L.A., Meisnere M., Warner K.E. Preventing Psychological Disorders in Service Members and Their Families: An Assessment of Programs. Washington, DC: The National Academies Press, 2014. 278 p.
10. Sharma M. Military Psychology- Need, Scope and Challenges. *The International Journal of Indian Psychology*. 2021. № 9(2). P. 1365–1375.

POSITIVE RELIGIOUS COPING AS PREDICTOR OF POSTTRAUMATIC GROWTH OF VETERAN VOLUNTEERS OF THE RUSSIAN-UKRAINIAN WAR

ПОЗИТИВНИЙ РЕЛІГІЙНИЙ КОПІНГ ЯК ПРЕДИКТОР ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ДОБРОВОЛЬЦІВ – ВЕТЕРАНІВ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ

The purpose of the study is to reveal the content of the characteristics of positive religious coping as predictor of posttraumatic growth in veteran volunteers of the Russian-Ukrainian war. The sample of respondents consisted of 162 men – veteran volunteers of the Russian-Ukrainian war, aged between 26 and 58 years. The empirical study was conducted during 2018-2023. Religious coping is defined as an appeal to religion when a person is experiencing life's difficulties, seeking social support in religious community. Religious coping includes different types of overcoming severe stressful events and crises: carried out through the relationship between man and God; through their own system of values, beliefs, intentions and actions; through communication with people of the same faith. The phenomenon of posttraumatic growth plays an important role in understanding the consequences of posttraumatic stress disorder. The posttraumatic growth is the experience of positive changes that occur with a person as a result of exposure to complex stressful events, serious traumatic situations, life crises. The following psychodiagnostic techniques were used in the empirical study: The Brief Religious Coping Scale (Brief-RCOPE, the authors: K. Pargament, M. Feuille, D. Burdzy); The Posttraumatic Growth Inventory (the authors: R. Tedeschi, L. Calhoun); Hardiness Test (the author: S. Muddy); Mental Health Outcome Measures: Depression and Anxiety (BSI-12, the author: L. Derogatis). The following methods of statistical data analysis were used in the empirical study: Spearman's correlation coefficients and multiple regression analysis. Significant positive correlations between positive religious coping and hardiness, posttraumatic growth in veteran volunteers were identified. Significant negative correlations between positive religious coping in veteran volunteers and anxiety, depression were found. Positive religious coping, hardiness in veteran volunteers are significant predictors of their posttraumatic growth.

Key words: *positive religious coping, posttraumatic growth, hardiness, veteran volunteers, Russian-Ukrainian war.*

Мета дослідження полягає у виявленні особливостей позитивного релігійного

копінгу як предиктора посттравматичного зростання у добровольців – ветеранів російсько-української війни. Вибірку респондентів становили 162 чоловіки – добровольці – ветерани російсько-української війни віком від 26 до 58 років. Емпіричне дослідження було проведено протягом 2018–2023 рр. Релігійний копінг розглянуто як звернення до релігії під час переживання життєвих труднощів, пошуку соціальної підтримки в релігійній спільноті. Релігійний копінг включає різні практики подолання важких стресових подій і криз: через стосунки між особою і Богом; через власну систему цінностей, переконань, намірів і дій; через спілкування з членами своєї релігійної спільноти. Визначено, що феномен посттравматичного зростання відіграє важливу роль у розумінні наслідків посттравматичного стресового розладу. Посттравматичне зростання визначено як переживання позитивних змін, які відбуваються з особою в результаті впливу складних стресових подій, серйозних травматичних ситуацій, життєвих криз. В емпіричному дослідженні використано такі психодіагностичні методики: коротка версія шкали релігійного копінгу (Brief-RCOPE, автори: К. Pargament, M. Feuille, D. Burdzy); опитувальник посттравматичного зростання (R. Tedeschi, L. Calhoun); тест життєстійкості (S. Muddy); шкали депресії та тривоги (BSI-12, L. Derogatis). Використано такі методи статистичного аналізу даних: коефіцієнти кореляції Ч. Спірмена та множинний регресійний аналіз. Виявлено значущі явно виражені прямі кореляційні зв'язки позитивного релігійного копінгу з життєстійкістю, посттравматичним зростанням у добровольців-ветеранів. Виявлено значущі явно виражені зворотні кореляції позитивного релігійного копінгу з тривогою, депресією у добровольців-ветеранів. Позитивний релігійний копінг, життєстійкість у добровольців-ветеранів виступають значущими предикторами їх посттравматичного зростання.

Ключові слова: *позитивний релігійний копінг, посттравматичне зростання, життєстійкість, добровольці-ветерани, російсько-українська війна.*

UDC 159. 9. 072: 316.62

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.35>

Kravchuk S.L.

Candidate of Psychological Sciences,
Associate Professor,
Senior Research Fellow
Institute of Social and Political Psychology
of the National Academy of Pedagogical
Sciences of Ukraine

Formulation of the problem. Due to the long-running Russian-Ukrainian war, the study of posttraumatic growth predictors is extremely important. This problem is especially relevant in connection with posttraumatic stress disorder caused by participation in hostilities.

Recent research has found significant correlation between the suicide and PTSD symptomatology of posttraumatic stress disorder [2].

In our opinion, the phenomenon of posttraumatic growth plays an important role in under-

standing the consequences of posttraumatic stress disorder.

The problem of determining the relationship between *religious coping*, and *posttraumatic growth* is insufficiently studied in psychology.

The purpose of the study is to reveal the content of the characteristics of positive religious coping as predictor of posttraumatic growth in veteran volunteers of the Russian-Ukrainian war.

Presentation of the main research material. In Ukrainian psychology, T. Tytarenko, V. Klim-

chuk, V. Gorbunova, O. Shelyug, D. Zubovskiy, I. Prykhodko and others *scholars* made a significant contribution to the development of the problem of post-traumatic growth. *Scholars* define posttraumatic growth as the experience of positive changes that occur with a person as a result of exposure to complex stressful events, serious traumatic situations, life crises.

The results of empirical research show that posttraumatic growth is manifested in a person in the growth of appreciation of life in general, the filling of relationships with meaning, the growth of a sense of personal strength, the enrichment of spiritual life, changing priorities [6, p. 2631].

According to many empirical studies, the concept of *religious coping* is used to analyze the processes of adaptation and sustainable coping with stress. Religious coping is defined by researchers as an appeal to religion when a person is experiencing life's difficulties, seeking social support in a group of people with one faith [15].

Scholars view religious coping as an adaptive cognitive option that involves forms of thinking aimed at assessing difficulties compared to other life events [14, p. 218].

Religious coping includes different types of overcoming severe stressful events and crises: carried out through the relationship between man and God; through their own system of values, beliefs, intentions and actions; through communication with people of the same faith [9; 13; 17; 18].

Empirical research shows that recourse to religious coping increases significantly in the event of a serious illness or approaching death [16, p. 49].

Many people choose religion as a coping strategy in the event of the loss of a loved one, which is accompanied by a reassessment of values.

In our opinion, positive religious coping can help veteran volunteers in their posttraumatic growth.

We formulated the following research hypotheses:

H1: Positive religious coping in veteran volunteers of the Russian-Ukrainian war is positively correlated with hardiness and *posttraumatic growth*.

H2: Positive religious coping, hardiness in veteran volunteers of the Russian-Ukrainian war are significant predictors of their *posttraumatic growth*.

In the empirical study, we used the following psychodiagnostic techniques:

1) The Brief Religious Coping Scale (Brief-RCOPE) (the authors: K. Pargament, M. Feuille, D. Burdzy). Positive religious coping and negative religious coping are the main scales of the psychodiagnostic technique.

2) The Posttraumatic Growth Inventory (the authors: R. Tedeschi, L. Calhoun). The scale measures the level of posttraumatic growth.

3) Hardiness Test (the author: S. Muddy). This psychodiagnostic technique is aimed at assessing the ability of the individual to cope with a stressful situation, while maintaining internal balance without reducing the success of life.

4) Mental Health Outcome Measures: Depression and Anxiety (BSI-12) (the author: L. R. Derogatis). This psychodiagnostic technique measures the level of depression and anxiety.

In order to process empirical data, we used the following methods of statistical data analysis: Spearman's correlation coefficients and multiple regression analysis. We used a statistical program IBM SPSS Statistics 21 Premium+AMOS.

Our empirical study was conducted during 2018-2023. The sample of respondents consisted of 162 men – veteran volunteers of the Russian-Ukrainian war, aged between 26 and 58 years. Each respondent filled in all forms of psychodiagnostic techniques confidentially and individually.

Based on the correlation analysis of Spearman's correlation coefficient, significant positive correlations were empirically established between positive religious coping and hardiness, *posttraumatic growth* in veteran volunteers of the Russian-Ukrainian war. Significant negative correlations were found between positive religious coping and depression, anxiety in veteran volunteers of the Russian-Ukrainian war. The obtained correlations are presented in Table 1.

In order to empirically identify predictors of *posttraumatic growth*, we used multiple regression analysis. In the model of multiple regression analysis, we included *posttraumatic growth* as a dependent variable and positive religious coping, hardiness, depression and anxiety as independent variables. The results obtained are shown in Table 2.

It should be noted that the obtained regression model is statistically significant ($p < 0,001$). This

Table 1

The positive religious coping: Spearman's correlation coefficient

Variables	Spearman's correlation coefficient	Significance level
Anxiety	- 0,461	$p < 0,001$
Depression	- 0,512	$p < 0,001$
Posttraumatic growth	0,446	$p < 0,001$
Hardiness	0,531	$p < 0,001$

Table 2

The posttraumatic growth: multiple regression analysis

$R = 0,653$; $R^2 = 0,426$; $Adjusted R^2 = 0,409$
 $F = 24,109$, $p < 0,001$

Regression analysis model	Unstandardized coefficients		Standardized coefficients	Indicator <i>t</i>	Indicator <i>p</i> level
	<i>B</i>	Standard error	<i>Beta</i>		
(Constant)	15,146	1,993		7,602	0,000 $p < 0,001$
Positive religious coping	0,347	0,057	0,314	4,360	0,000 $p < 0,001$
Hardiness	0,332	0,084	0,241	2,758	0,006 $p < 0,01$
Depression	-0,304	0,068	-0,265	-2,975	0,003 $p < 0,01$
Anxiety	-0,290	0,064	-0,268	-2,995	0,003 $p < 0,01$

model explains 43% of *posttraumatic growth* as a dependent variable.

The results show that positive religious coping and hardiness as independent variables have a significant positive effect on *posttraumatic growth* in veteran volunteers of the Russian-Ukrainian war.

As can be seen from the results, anxiety and depression inhibit *posttraumatic growth* in veteran volunteers of the Russian-Ukrainian war.

Religion is a source of consolation. D. Oman [12] notes that an individual's engagement in religion / spirituality may causally affect that individual's health through pathways that include health behaviors, social connections and support, ability to draw upon distinctively religious/spiritual methods of coping, and mental health. The results of Oman's study showed that religion / spirituality factors are also positively correlated with diverse health-related character strengths that include kindness, pro-sociality and hope [12, p. 51].

In our empirical study, positive significant correlation between positive religious coping and *posttraumatic growth* in veteran volunteers of the Russian-Ukrainian war draw attention. The more veteran volunteers are inclined to religious coping, the more they are prone to positive changes (growth of appreciation of life in general, filling of relations with meanings, growth of personal strength, change of values, enrichment of spiritual life).

Positive religious coping has significant therapeutic potential, preventive and rehabilitative value.

Our results are confirmed by the results of research by other *scholars*. Some studies [8; 9] show that religion and spirituality minimize *posttraumatic stress* responses and to facilitate *posttraumatic growth*. According to Keagy's research [5] *post-traumatic growth* is characterized by new paths, personal strength, appreciation, increased spirituality, and closer relationships.

C. Lehmann and E. Steele [9] point out that religion and spirituality provide coping resources that are associated with outcomes following a trauma, including *posttraumatic stress* and *posttraumatic growth*.

The results of our study have demonstrated that there was positive significant correlation between positive religious coping and hardiness in veteran volunteers.

Our results are consistent with the research of other *scholars*. Positive religious coping may be a significant protective factor from stressful events [2, p. 307]. In difficult life situations, people find comfort in their religious and spiritual beliefs [17, p. 59].

A. Mohammadzadeh and M. Najafi [11] point out that death anxiety, obsession, and depression constitute three dimensions of death distress which can be influenced by religious coping in religious individuals.

In our empirical study, such predictors of *posttraumatic growth* as positive religious coping and hardiness are empirically established. The results of our empirical study show that anxiety and depression are inhibitory factors of *posttraumatic growth*.

Religious coping strategy plays a very important role: humility and patience create the effect of spiritual and psychological protection. *Scholars note* that hope, forgiveness and general religiosity are essential indicators of religious / spiritual well-being and are important resource for mental health [10, p. 52].

D. Oman [12] points out that religion / spirituality factors tend to correlate with healthier profiles on social connections, health behaviors, mental health, and psychological well-being.

Empirical research [4] results demonstrate that religious coping to psychological stress has been linked to positive outcomes on both physical and mental health.

A. Kosarkova, K. Malinakova, J. Dijk and P. Tavel [7] think that religion as a coping strat-

egy is mostly connected with positive health outcomes. The research results confirm that religious comfort correlated positively with life satisfaction [15].

Our empirical study found a significant inverse relationship between positive religious coping with anxiety and depression among veteran volunteers. Our results are confirmed by the results of research by other *scholars*. Positive religious coping is negatively and significantly related to depression [14, p. 221]. Positive religious coping was associated with lower odds of hypertension [16, p. 53].

The results of Aydin's study [1, p. 121] showed that correct God imagination and fate belief are used as a collaborative and self-sufficient religious coping strategy with a problem-solving coping strategy.

Empirical research [3; 17] has shown that positive religious coping plays an important role in transforming difficult relational events into more meaningful and spiritually positive experiences.

Conclusion

Based on the results we came to the following conclusions:

1. Positive religious coping in veteran volunteers is positively correlated with hardiness, *posttraumatic growth*. Significant negative correlations were found between positive religious coping and depression, anxiety in veteran volunteers.

2. Positive religious coping and hardiness have a significant positive effect on *posttraumatic growth* in veteran volunteers. Anxiety and depression inhibit *posttraumatic growth* in veteran volunteers.

We hope that the results of our study will contribute to the development of psycho-correctional and training psychological programs for veteran volunteers.

The prospects of our further scientific research lie in the identification of psychological factors of *posttraumatic growth in combatants*.

BIBLIOGRAPHY:

1. Aydin C. Evaluation of the Faith of Destiny in Terms of the Defense Mechanism and the Religious Way of Coping. *Dergisi-Journal of Divinity Faculty of Hitit University*. 2019. № 18(35). P. 101–122. Doi: 10.14395/hititilahiyat.469645.
2. Carroll T.D., McCormick W.H., Smith P.N., Isaak S.L., Currier J.M. PTSD, Religious Coping, and Interpersonal Antecedents of Suicidal Desire Among Military Veterans: An Initial Examination of Moderation Models. *Psychology of Religion and Spirituality*. 2020. № 12(3). P. 304–310. DOI: 10.1037/rel0000270.
3. Huh H.J., Kim K.H., Lee H.K., Chae J.H. Attachment Style, Complicated Grief and Post-Traumatic Growth in Traumatic Loss: The Role of Intrusive and Deliberate Rumination. *Psychiatry Investigation*. 2020. № 17(7). P. 636–644.
4. Imperatori C., Bersani F.S., Massullo C., Carbone G.A., Salvati A., Mazzi G., Cicerale G., Carrara A., Farina B. Neurophysiological correlates of religious coping to stress: a preliminary EEG power spectra investigation. *Neuroscience Letters*. 2020. № 728. a134956. DOI: 10.1016/j.neulet.2020.134956.
5. Keagy C.D. A Qualitative Examination of Post-Traumatic Growth in Multiply Body Modified Adults. *Deviant Behavior*. 2020. № 41(5). P. 562–573.
6. Khursheed M., Shahnawas M.G. Trauma and Post-traumatic Growth: Spirituality and Self-compassion as Mediators Among Parents Who Lost Their Young Children in a Protracted Conflict. *Journal of Religion & Health*. 2020. № 59(5). P. 2623–2637. Doi: 10.1007/s10943-020-00980-2.
7. Kosarkova A., Malinakova K., van Dijk J.P., Tavel P. Anxiety and Avoidance in Adults and Childhood Trauma Are Associated with Negative Religious Coping. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. № 17(14). a5147. DOI: 10.3390/ijerph17145147.
8. Krause N., Pargament K.I., Hill P.C., Ironson G. Exploring religious and /or spiritual identities: part 2 – a descriptive analysis of those who are at risk for health problems. *Mental Health Religion & Culture*. 2019. № 22(9). P. 892–909. DOI: 10.1080/13674676.2019.1709962.
9. Lehmann C., Steele E. Going Beyond Positive and Negative: Clarifying Relationships of Specific Religious Coping Styles With Posttraumatic Outcomes. *Psychology of Religion and Spirituality*. 2020. № 12(3). P. 345–355. DOI: 10.1037/rel0000310.
10. Malinovic A., Fink A., Lewis A.J., Unterrainer H.F. Dimensions of Religious / Spiritual Well-Being in Relation to Personality and Stress Coping: Initial Results From Bosnian Young Adults. *Journal of Spirituality in Mental Health*. 2016. № 18(1). P. 43–54. DOI: 10.1080/19349637.2015.1059301.
11. Mohammadzadeh A., Najafi M. The Comparison of Death Anxiety, Obsession, and Depression Between Muslim Population with Positive and Negative Religious Coping. *Journal of Religion & Health*. 2020. № 59(2). P. 1055–1064. DOI: 10.1007/s10943-018-0679-y.
12. Oman D. Model of Individual Health Effects from Religion/Spirituality: Supporting Evidence. *Religion and Spirituality Matter for Public Health: Evidence, Implications, and Resources*. 2018. № 2. P. 27–63. DOI: 10.1007/978-3-319-73966-3_3.
13. Ozcan Z. A Study On the Relationship Between Cultural Adaptation and Religious Coping of Refugee Students. *Cumhuriyet Ilahiyat Dergisi-Cumhuriyet Theology Journal*. 2019. № 23(1). P. 127–147. DOI: 10.18505/cuid.510680.
14. Sarizadeh M.S., Najafi M., Rezaei A.M. The prediction of depression based on religious coping and the components of positive youth development in adolescents. *Mental Health Religion & Culture*. 2020. № 23(2). P. 216–228. DOI: 10.1080/13674676.2019.1710123.
15. Szczesniak M., Kroplewski Z., Szalachowski R. (2020). The Mediating Effect of Coping Strategies on Religious / Spiritual Struggles and Life Satisfaction. *Religions*. 2020. № 11(4). a195. DOI: 10.3390/rel11040195.

16. Teteh D.K., Lee J.W., Montgomery S.B., Wilson C.M. Working Together with God: Religious Coping, Perceived Discrimination, and Hypertension. *Journal of Religion & Health*. 2020. № 59(1). P. 40–58. DOI: 10.1007/s10943-019-00822-w.
17. Van Tongeren D.R., Worthington E.L., Davis D.E., Hook J.N., Reid C.A., Garthe R.C. Positive Religious Coping in Relationships Predicts Spiritual Growth Through Communication With the Sacred. *Psychology of Religion and Spirituality*. 2018. № 10(1). P. 55–62. DOI: 10.1037/rel0000120.
18. Wilt J.A., Stauner N., Harriott V.A., Exline J.J., Pargament K.I. Partnering With God: Religious Coping and Perceptions of Divine Intervention Predict Spiritual Transformation in Response to Religious – Spiritual Struggle. *Psychology of Religion and Spirituality*. 2019. № 11(3). P. 278–290. DOI: 10.1037/rel0000221.

СУТНІСТЬ СТРЕСУ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ

THE ESSENCE OF STRESS AND ITS EFFECT ON THE HUMAN BODY IN EXTREME CONDITIONS

У сучасному світі деяка професійна діяльність протікає в екстремальних умовах. Ефективність такої діяльності визначається не тільки професійними знаннями, уміннями та навичками, а й професійно важливими властивостями, серед яких – стресостійкість, що є компонентом адаптивності особистості.

Стаття висвітлює погляди у психологічній науці, а саме те, що стресостійкість досліджується як властивість особистості, що сприяє високій продуктивності діяльності в екстремальному середовищі.

Здійснено теоретичний аналіз поняття стресостійкості. Зазвичай вивчення стресостійкості будується на виявленні та диференціації зовнішніх та внутрішніх умов, визначенні різнорівневих фізіологічних, психофізіологічних та психологічних чинників за дії різних лабораторних чи реальних екстремальних (стресових) умов, які задають високий чи низький ступінь прояву стресостійкості. У результаті виявляються фізіологічні, інтелектуальні, емоційні, вольові та інші характеристики людини, що сприяють стресостійкості.

Окреслено, що в науковій літературі широко представлено фізіологічні та психологічні передумови становлення стресостійкості особистості. Визначено, що в науковій літературі виділяють поняття «психологічний стрес» або «емоційний стрес», що характеризується станом яскраво вираженого психоемоційного переживання особистістю конфліктних життєвих ситуацій, які гостро чи довго обмежують задоволення його соціальних або біологічних потреб.

Зазначено, що до причин стресу у людей найчастіше відносять втрату близьких, проблеми зі здоров'ям, зіпсовані відносини з іншими, спілкування з неприємними людьми, фінансові труднощі, безробіття, брак часу та брак відпочинку, змагання чи публічні виступи.

На нашу думку, незначна увага приділяється розвитку стресостійкості в процесі самої професійної екстремальної діяльності. У запропонованій роботі здійснено спробу теоретично обґрунтувати можливість розвитку стресостійкості працівників в екстремальних умовах.

Резюмовано, що одним із найважливіших психологічних чинників, що визначають стресостійкість поведінки особистості у складних життєвих обставинах, екстремальних ситуаціях, є наявність стійко сформованих знань, навичок та вмінь; здібностей до виконання певних видів діяльності; стабільності повсякденного особистого життя

та психологічної готовності до діяльності в екстремальних умовах.

Ключові слова: стрес, екстремальні умови, особистість, стресостійкість.

In today's world, thanks to professional activity takes place in extreme conditions. The effectiveness of such activities is determined not only by professional knowledge, abilities and skills, but also by professionally important properties, including stress resistance, which is a component of personality adaptability.

The article highlights views in psychological science, namely that stress resistance is studied as a personality trait that contributes to high productivity in an extreme environment.

The article provides a theoretical analysis of the concept of stress resistance, usually the study of stress resistance is based on the identification and differentiation of external and internal conditions, the determination of different levels of physiological, psychophysiological and psychological factors under the influence of various laboratory or real extreme (stress) conditions that determine a high or low degree of stress resistance. As a result, physiological, intellectual, emotional, volitional and other human characteristics that contribute to stress resistance are revealed.

It is outlined that the physiological and psychological prerequisites for the formation of stress resistance of an individual are widely presented in the scientific literature.

It was determined that in the scientific literature, the concept of «psychological stress» or «emotional stress» is distinguished, which is characterized by a state of pronounced psycho-emotional experience of conflicting life situations by an individual, which acutely or long-term limits the satisfaction of his social or biological needs.

It is noted that the most common causes of stress in people include the loss of loved ones, health problems, damaged relationships with others, communication with unpleasant people, financial difficulties, unemployment, lack of time and lack of rest, competitions or public performances.

In our opinion, little attention is paid to the development of stress resistance in the process of professional extreme activity.

It is summarized that one of the most important psychological factors that determine the stress resistance of an individual's behavior in difficult life circumstances, extreme situations is the presence of steadily formed knowledge, skills and abilities; abilities to perform certain types of activities; stability of everyday personal life and psychological readiness for activities in extreme conditions.

Key words: stress, extreme conditions, personality, stress resistance.

УДК 159

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.36>

Макарова О.П.

к.психол.н., доцент,
старший викладач кафедри педагогіки та психології
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Червоний П.Д.

к.пед.н., доцент,
доцент кафедри педагогіки та психології
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Перші згадки про стрес зустрічалися у працях В. Вундта, У. Джеймса, Р. Маннінга, У. Кеннона, основоположником учення про стрес вважається канадський психофізіолог Ганс Сельє. У липні 1936 р. в англійському журналі Nature був опублікований його лист до редакції

«Синдром, викликаний різними пошкоджуючими агентами», у якому наводилися дані про стандартні реакції організму на дію різних хвороботворних агентів [4].

Звичайна популярність як самої концепції, так і її головного поняття пояснюється тим,

що з її допомогою легко знаходять пояснення багато явищ у повсякденному житті людини: реакції на труднощі, що виникають, конфліктні ситуації, несподівані події та ін. За класичним визначенням Г. Сельє, стрес є неспецифічною відповідною реакцією організму на будь-яку пред'явлену йому вимогу, і ця відповідь є напруга організму, яка спрямована на подолання труднощів, що виникають, і пристосування до збільшених вимог. Учений називає стрес «загальним синдромом», тому що під час його виникнення змінюється загальний стан організму [5]. Інтенсивні дослідження почалися після публікації робіт Г. Сельє у 50-х роках ХХ ст., і в них основну увагу було приділено фізіологічним змінам в організмі під дією стресорів.

У науковій літературі виділяють поняття «психологічний стрес» або «емоційний стрес», що характеризується станом яскраво вираженого психоемоційного переживання особистістю конфліктних життєвих ситуацій, які гостро чи довго обмежують задоволення його соціальних або біологічних потреб.

Сучасна література містить різні класифікації стресів:

- повсякденний стрес – реакція організму на дрібні та незначні події, що з'являються у повсякденному житті, але які негативно впливають на індивіда, наприклад поточні проблеми зі здоров'ям, брак грошей на одяг, проблеми з приготуванням їжі тощо;

- емоційний стрес – реакція у відповідь на перенапруження нервової системи;

- професійний стрес – різноманітний феномен, що виражається у психічних і фізичних реакціях на напружені ситуації у трудовій діяльності людини;

- інформаційний стрес – стан, що виникає внаслідок інформаційних навантажень, із якими людина не може справлятися та приймати рішення у поставленому темпі [14].

Розрізняють два види стресу:

1. еустресс – нормальний стрес, що служить цілям збереження та підтримки життя (stress (англ.) – тиск, натиск, напруга);

2. дистрес – патологічний стрес, що проявляється в болючих симптомах (distress (англ.) – горе, нещастя, нездужання, виснаження) [4].

До причин стресу у людей найчастіше відносять утрату близьких, проблеми зі здоров'ям, зіпсовані відносини з іншими, спілкування з неприємними людьми, фінансові труднощі, безробіття, брак часу та брак відпочинку, змагання чи публічні виступи.

Стрес буває об'єктивним та суб'єктивним. Під об'єктивним стресом розуміють наявність у людини фізіологічних та психологічних розладів. Під суб'єктивним стресом розуміють зниження загального психоемоційного фону. Необхідно розуміти, що психіка та тіло – це

частини однієї енергоінформаційної системи. Якщо є тілесні зміни, то це відіб'ється на психічному стані особистості, і, навпаки, зміни в психічному стані сприяють тілесним трансформаціям. У разі тривалого стресу виснаження призводить до нервового зриву, а іноді і до серйозних фізіологічних порушень.

Таким чином, стрес – це напружений стан організму, тобто неспецифічна відповідь організму на стресову ситуацію. Під впливом стресу організм людини відчуває стресове напруження, завдяки якому людина здатна практично миттєво мобілізувати всі свої внутрішні ресурси та подолати перешкоди. Інколи трапляється так, що стресова ситуація стає хронічною, і тоді настає стадія виснаження, яка призводить до емоційного вигорання та психосоматичних захворювань людини. Саме тому важливо знати, які методи саморегуляції та відновлення допоможуть гармонізувати тілесний та психоемоційний стан людини

Фахівці стверджують, що не існує однозначного переліку ситуацій, які можуть викликати однаковий стресовий стан людей. Реакція на одну й ту саму ситуацію може бути різною залежно від індивідуально-психологічних та фізіологічних особливостей людини. Одним із показників, які впливають на характер поведінки людини у стресовій ситуації, є тип її темпераменту [7].

Розглядаючи темперамент, маються на увазі значні психічні відмінності між людьми (розходження за глибиною, інтенсивністю та стійкістю емоцій, емоційною вразливістю, енергійністю дій, індивідуально стійкими особливостями психічного життя). Саме темперамент визначає потенційну стресостійкість особистості. На характер реагування у стресових ситуаціях впливають особливості темпераменту особистості. Слабка нервова система, недостатня рухливість можуть призвести до неуспішної діяльності в екстремальних умовах. Проведені дослідження сучасних науковців щодо відокремленої проблеми дали змогу визначити типи темпераменту та стресостійкості, які пов'язані між собою, та типи темпераменту і стресостійкості, які непов'язані між собою.

Холерикам притаманні такі професії, де є значущий людський чинник, важливо вміти встановлювати контакти і викликати прихильність до себе; вони важко переносять одноманітну монотонну діяльність, швидко втомлюються від неї, важко дається необхідність досконального вивчення якогось предмета або відточування потрібного досвіду. Висока стійкість до стресів дає змогу холерикам удало працювати патрульними поліцейськими, оперативними співробітниками карного розшуку, бути гарними керівниками структурних підрозділів.

Сангвініки активні, життєрадісні, врівноважені, їм притаманні висока працездатність,

уміння довго зосереджуватися на завданні і легке переключення з одного завдання на інше; вони добре стримують емоції, налаштовані добродушно й оптимістично. Стабільна працездатність практично не залежить ані від зовнішніх, ані від внутрішніх чинників, що дає змогу сангвінікам успішно реалізуватися у професії, що пов'язана з екстремальними умовами.

Меланхоліки досить замкнуті, спокійно переносять самотність. Швидко втомлюються від спілкування, особливо з малознайомими особами, важко переносять невдачі, вибирають професійну діяльність, яка не пов'язана з великою кількістю спілкування. Вони важко переносять часті форс-мажори і різні зміни, найменший стрес може сильно зашкодити їхній працездатності.

Флегматики – найбільш стабільний та врівноважений тип нервової системи. Вони довго приймають рішення, їм потрібна стабільна, спокійна обстановка, вони дуже втомлюються від форс-мажорів та метушні, їм притаманні спокійна обстановка, порядок у всьому. Для цього типу темпераменту характерна працездатність, флегматик може довго та якісно виконувати будь-яку монотонну роботу, що вимагає ретельності.

До особистісних рис, які зумовлюють підвищену стресостійкість, відносять:

- рівень самооцінки (чим вище самооцінка, відчуття важливості свого існування, тим більше стресостійкість);

- рівень суб'єктивного контролю (характеристика ступеня незалежності, самостійності та активності людини у досягненні своїх цілей, її особистої відповідальності за свої дії та вчинки);

- рівень особистісної тривожності (стійкої схильності сприймати велике коло ситуацій як загрозливі та реагувати на них станом тривоги). Тривожність не є спочатку негативною рисою. Певний рівень тривожності – природна та обов'язкова особливість активної особи, що підтримує інстинкт самозбереження. При цьому висока особистісна тривожність тісно пов'язана з наявністю невротичного конфлікту, з емоційними зривами та психосоматичними захворюваннями. Тому відкритість, інтерес до змін та ставлення до них не як до загрози, а як до можливості розвитку на тлі адекватного рівня особистісної тривожності призводить до підвищення стресостійкості;

- баланс мотивації досягнення та уникнення (люди, мотивовані на досягнення чого-небудь, легше переносять стресову ситуацію, ніж люди, мотивовані уникнути невдач).

Стресостійкість – це певне поєднання особистісних якостей, що дають змогу переносити стресові ситуації без неприємних наслідків для своєї діяльності, особистості та оточуючих.

Стресостійкість можна і потрібно формувати протягом життя особистості.

Відповідно до теорії стресостійкості, усі люди діляться на чотири групи:

стресонестійкі – таких людей характеризує максимально можлива ригідність по відношенню до зовнішніх подій. Вони не схильні змінювати свою поведінку та адаптуватися під зовнішній світ. Їх установки та поняття непорушні, тому будь-яка несприятлива зовнішня подія або навіть натяк на її можливість у майбутньому для них – стрес;

стресотреновані – готові до змін, але тільки не глобальних та не миттєвих. Вони намагаються трансформувати своє життя поступово, невимушено, безболісно, а коли це з об'єктивних причин неможливо, стають подразливими або впадають у депресію. Однак у міру повторення приблизно схожих за змістом напружених ситуацій «стресотреновані» звикають і починають реагувати на стреси спокійніше;

стресогайлові – відрізняються жорсткістю своїх життєвих принципів і світоглядних установок, проте до раптових зовнішніх змін ставляться досить спокійно. Вони принципово не готові змінюватися поступово, але можуть піти на швидку та одноразову зміну тієї чи іншої сфери їхнього життя, наприклад різко змінити роботу. Якщо ж стреси йдуть один за іншим, а особливо мають млявий характер, вони поступово втрачають присутність духу та контроль над своїми емоціями;

нестресостійкі – такі люди взагалі не можуть адекватно протистояти стресам у своєму житті, що викликає у них серйозні психосоматичні захворювання [2].

Стресостійкість особистості характеризується як здатність порівняно спокійно реагувати на різного роду зміни. Стресостійкість – це здатність ефективно функціонувати в нестабільних та кризових ситуаціях.

У структуру стресостійкості як складного особистісного конструкту входять світоглядні та настановні чинники, такі як позитивне світовідчуття, життєрадісність, упевненість і конструктивна активність у важких життєвих ситуаціях, що вимагають збереження стійкості, мужності та віри в їх позитивне вирішення. Позитивне світовідчуття і життєрадісність є важливими атрибутами психосоціального здоров'я особистості.

Індивідуальна стресостійкість організму залежатиме від спадковості, особистого життєвого досвіду, самооцінки, темпераменту, рівня соціальної адаптації, мотивації досягнення, суб'єктивного ставлення до того, що відбувається [7].

Вивченню стресостійкості присвячено низку досліджень зарубіжних і вітчизняних авторів. Частина вчених вважає поняття «стресостійкість» синонімом поняття «емоційна стійкість».

М. Дьяченко, Я. Рейковський пов'язують властивість емоційної стійкості з характеристиками темпераменту, які чинять певний вплив переважно на реактивність і силу емоційних переживань і проявів [10].

Стресостійкість визначається сукупністю особистісних якостей, що дають людині змогу переносити значні інтелектуальні, вольові та емоційні навантаження (перевантаження), зумовлені особливостями професійної діяльності. Більш високий рівень стресостійкості відрізняє людей, у системі цінностей яких переважають так звані духовні цінності. Проблематикою стресостійкості займалися такі вчені, як В. Білоус, Ю. Гиппенрейтер, В. М'ясищева, котрі займалися вивченням типів темпераменту, та Л. Леві і Я. Стреляу, які вважали, що стресові чинники освітнього середовища погано позначаються на стані фізичного і психічного здоров'я особистості. Стресостійкість – це непостійний феномен, тому його можливо самостійно розвивати та тренувати. Над цим феноменом працювали такі вчені, як В. Авдеев, Г. Акімов, Ю. Александровський, Дж. Веккер та ін. [8].

Психологічна наука має достатню кількість досліджень щодо забезпечення стресостійкості особистості в екстремальних умовах, які пов'язані з професійною діяльністю [9].

Насамперед це наявність у фахівців стійко сформованих професійних знань, навичок та вмінь. Сучасні науковці наголошують, що високий рівень володіння знаннями, вміннями і навичками, усвідомлено або неусвідомлено відчувається суб'єктом, робить його спокійним, упевненим, незалежним, що, своєю чергою, зберігає самовпевненість в екстремальних умовах, які можуть швидко змінюватися. Тоді як через недостатню професійну підготовку в поєднанні з домінуванням тих чи інших первинних потреб людина стає тривожною. Недостатня професійна підготовка зменшує суспільну цінність особистості та шкодить їй самій, створюючи у неї відчуття своєї неповноцінності.

Наступним є потреба в достатньому ступені сформованості у спеціаліста здібностей до виконання професійної діяльності. Здатність до діяльності визначається, насамперед, високим рівнем розвитку особистісних якостей, це:

- соціальна, моральна та інтелектуальна зрілість особистості (високий рівень моральної та правової свідомості, соціальна відповідальність, чесність, принциповість, сумлінність та дисциплінованість);

- психічна та емоційно-вольова стійкість особистості (сильний тип нервової системи, нервово-психічна стійкість до довготривалих психофізичних навантажень, високий рівень самоконтролю та самоволодіння в критичних ситуаціях, рішучість та сміливість).

Наступним є безпосередня психологічна готовність фахівця до діяльності у різних стресових ситуаціях, а також сформованість особистої установки на виживання в екстремальних умовах. Такі елементи психологічної підготовки до професійної діяльності в екстремальних умовах мають велике значення. До таких професій відносять правоохоронців, військових, рятувальників тощо [11].

Виживання людини в екстремальних умовах залежить не лише від специфіки самої ситуації, а й від ставлення до неї особистості. Одна людина може загинути, тому що оцінює ситуацію як безнадійну і не робить активних дій, щоб змінити її, інша – шукає вихід, активними, ініціативними діями прагне вплинути на ситуацію та викликати в ній сприятливі зміни.

Пошукова активність посилює стресостійкість людини, чинить стимулюючий вплив на її організм та психіку, ефективно мобілізує всі ресурси організму та психіки, попереджає їх швидке виснаження [4].

Здатність людини в екстремальних умовах проявляти пошукову активність, гідно і з мінімальними втратами протистояти різним небезпекам у вигляді фізіологічних або психологічних стресорів залежить від її вміння під час небезпеки контролювати свої емоції страху, що є ще істотним чинником виживання людини.

Емоції страху під час небезпеки допомагають людині швидко орієнтуватися в навколишній дійсності й адекватно реагувати на небезпеку тільки доти, доки вони не переросли в афект страху, крайнім ступенем якого є емоційний шок, що протікає в активній чи пасивній формі [3].

За активної форми емоційного шоку людина відчуває панічний страх, здійснює метушливі дії, що погано підкоряються волі та позбавляють особистість здатності контролювати ситуацію. За пасивної форми емоційного шоку особистість повністю втрачає здатність до будь-якої активності. І активна, і пасивна форми афекту страху позбавляють людину здатності боротьби в небезпечній ситуації, порушують сприйняття, мислення, пам'ять та інші психічні процеси [9].

Під час зародження на першій стадії афекту – накопичення емоційної напруженості – емоції страху цілком підкоряються вольовому контролю, і кожна психічно здорова людина здатна придушити їх, використовуючи спеціальні прийоми психічної саморегуляції [15], такі як:

- актуалізація почуття власної гідності, шанобливості, відповідальності за доручену справу, моральних почуттів, які допомагають людині контролювати свої емоції, контролювати емоції страху;

- спрямовані дії, що знижують емоційну напруженість у небезпечній ситуації, а саме: довільне регулювання глибини дихання

(повільне та глибоке дихання); м'язова релаксація (довільне розслаблення м'язів кінцівок та всього тіла); тимчасова зупинка погляду на нейтральних об'єктах, які викликають емоційну напруженість;

– довільна затримка імпульсних рухових реакцій, характерних для афекту страху.

Наступний психологічний чинник, що визначає стресостійкість особистості професіонала, – це стабільність повсякденного особистого життя. Установлено, що чим більше змін відбувається у житті людини, тим вона стає тривожнішою і тим вища ймовірність розвитку психічного чи соматичного захворювання. Американськими вченими Т. Холмсом та Р. Рейхом була розроблена «Шкала рівня соціальної реабілітації». За цією шкалою різні життєві події особистості залежно від тиску на її психіку оцінюються певною кількістю балів (від 0 до 100) [15].

Підводячи підсумки вищевикладеного, можемо наголосити, що екстремальними називають ситуації, які ставлять перед особистістю непомірні труднощі, які вимагають від людини граничного напруження можливостей.

Екстремальні ситуації характеризуються низкою суттєвих психогенних ознак, що надають деструктивний, руйнівний вплив на соматичну та психічну особистості. До них відносять: паніку, змінену аферентацію, афектацію, монотонність, десинхроноз, зміну сприйняття просторової структури та соціальну ізоляцію.

У динаміці розвитку екстремальної ситуації посттравматичних психічних розладів спостерігаються три періоди, які тісно пов'язані з організацією рятувальних робіт, медичної та психологічної допомоги людям, які перебували в екстремальних умовах.

Найважливішими психологічними чинниками, що визначають стресостійкість поведінки людини в екстремальних умовах, пов'язаних із професійним ризиком, є наявність: стійко сформованих професійних знань, навичок та вмінь; здібностей до виконання професійної діяльності; психологічної готовності спеціаліста до діяльності у різних екстремальних умовах; стабільності повсякденного особистого життя тощо.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Стрес та стресостійкість у діяльності працівників правоохоронних органів : навчально-методичний посібник / Н. Бардин та ін. Львів 2020. 115 с.

2. Білова М.Е. Психологічні особливості осіб із різним рівнем стресостійкості (на прикладі працівників стресогенних професій) : автореф. дис. : 19.00.01 ; Південноукр. держ. пед. ун-т ім. К.Д. Ушинського. Одеса, 2007. 20 с.

3. Гриневич Є.Г. Психотерапія, психопрофілактика та корекція постраждалих із психічними розладами внаслідок надзвичайних ситуацій : автореф. дис. ... д-ра мед. наук : 14.01.16 ; Укр. НДІ соц. і суд. психіатрії та наркології. Київ, 2008. 44 с.

4. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.

5. Ковальчук З.Я. Психологічний аналіз міжособистісної взаємодії вчителя із старшокласниками : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Харків, 2006. 20 с.

6. Когут Я.М. Професійна психологічна підготовка працівників органів внутрішніх справ : конспект лекцій. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2006. 184 с.

7. Корольчук В.М. Психологія стресостійкості особистості : автореф. дис. : 19.00.01 ; Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2009. 40 с.

8. Макарова О.П. Стресостійкість працівників поліції залежно від типу темпераменту. *Norwegian Journal of development of the International Science*. 2021. № 55. 70 р.

9. Напрєєнко О.К., Марчук Т.Є. Клінічна характеристика варіантів перебігу посттравматичного стресового розладу. *Архів психіатрії*. 2002. № 1(28). С. 117–119.

10. Олійник О.О. Психологічний аналіз понять емоційної, психологічної та стресостійкості. *Вісник Харківського університету*. 2004. № 617. С. 96–100.

11. Особистість в екстремальних умовах : матеріали X Всеукраїнської науково-практичної конференції. Львів, 2021. 216 с.

12. Пальм Г.А. Психологічні стратегії подолання стресу в професійній діяльності працівників митниці. *Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2012. № 2(4).

13. Пріб Г.А. Патопсихологічні складові емоційного вигорання військовослужбовців як чинник національної безпеки. *Державне управління*. 2019. № 3(11). С. 75–79.

14. Корольчук М.С., Крайнюк В.М., Косенко А.Ф., Кочергіна Т.І. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я : навчальний посібник / заг. ред. М.С. Корольчука. Київ : ІНКІС, 2002. 272 с.

15. Посттравматичні стресові розлади: діагностика, лікування, реабілітація : методичні рекомендації / заг. ред. П.В. Волошин та ін. Харків, 2002. 47 с.

ОСОБЛИВОСТІ ВИНИКНЕННЯ ТА ПРОЦЕСУ КОНФЛІКТУ В ШЛЮБНІЙ ПІДСИСТЕМІ «ПАРА»

FEATURES OF THE EMERGENCE AND PROCESS OF CONFLICT IN THE MARRIAGE SUBSYSTEM "COUPLE"

У статті розглянуто процес виникнення та розвитку конфлікту у сімейній парі. Обґрунтовано вибір респондентів для проведення опитування – пари, які прожили у шлюбі менше 10 років. Цей період відзначається як процес пристосування подружжя один до одного, розподілу сімейних ролей, формування зв'язків і встановлення певних правил. Проведено ознайомчу бесіду, у якій зазначалися мета дослідження, порядок і спосіб заповнення анкет, де було зазначено про конфіденційність дослідження. Описано використаний психодіагностичний інструментарій та його особливості проведення. Основна увага приділяється опису результатів емпіричної частини дослідження стосунків шлюбних пар. Розглянуто двовимірну модель регулювання конфлікту, основними вимірами якої є співпраця (пов'язана з турботою про інтереси інших у конфлікті) та наполегливість (характеризується емпатичним бажанням захистити власні інтереси). На основі цих двох вимірів продіагностовано такі методи посередництва конфлікту, як суперництво, пристосування, компроміс, уникнення, співпраця. У процесі аналізу визначено аспекти конфліктних змін: які форми поведінки характерні для людей у конфліктних ситуаціях, які саме типи поведінки більш продуктивні чи деструктивні, як стимулювати продуктивну поведінку в цілому. Визначено картину існуючих подружніх стосунків, включено суб'єктивний світ пари. Розкрито рівень задоволеності шлюбом у парі. Задоволеність шлюбом визначалася двома способами: відповідність між існуючим та очікуваним, тобто існуючими й можливими альтернативами, якби існуючі стосунки припинилися; ототожнення задоволеності шлюбом із суб'єктивним сприйняттям подружжя. Проаналізовано шість основних типів (критеріїв), які впливають на задоволеність шлюбом. Визначено зони найбільшого конфлікту в подружніх стосунках, ступінь згоди (або незгоди) у конфліктних ситуаціях і ступінь подружнього конфлікту. Проаналізовано та оцінено поведінку під час спілкування з чоловіком (дружиною) за п'ятибальною шкалою відповідно до 15 позицій, представлених у матриці.

Ключові слова: сім'я, шлюбна підсистема, конфліктні стосунки, віковий аспект, регу-

лювання конфлікту, задоволеність шлюбом, сімейні ролі.

This article discusses the process of the emergence and development of conflict in a married couple. The justified choice of respondents for the survey is couples who have been married for less than 10 years. This period is marked as a process of adaptation of the spouses to each other, the distribution of family roles, the formation of ties and the establishment of certain rules. An introductory conversation was held, in which the purpose of the study, the procedure and method of filling out the questionnaires were indicated, where the confidentiality of the study was indicated. The used psychodiagnostic tools and its features are described. The main attention is paid to the description of the results of the empirical part of the study of the relationship of married couples. A two-dimensional model of conflict regulation is considered, the main dimensions of which are cooperation (associated with concern for the interests of others in conflict) and perseverance (characterized by an emphatic desire to protect one's own interests). Based on these two dimensions, such conflict mediation methods as rivalry, accommodation, compromise, avoidance, cooperation are diagnosed. In the process of analysis, aspects of conflict changes were identified: what forms of behavior are typical for people in conflict situations, what types of behavior are more productive or destructive, how to stimulate productive behavior in general. The picture of existing marital relations is determined, the subjective world of the couple is included. The level of satisfaction with marriage in a couple is revealed. Satisfaction with marriage was defined in two ways: the correspondence between existing and expected, that is, existing and possible alternatives if the existing relationship ceased; identification of satisfaction with marriage with the subjective perception of spouses. Six main types (criteria) influencing marital satisfaction are analyzed. The zones of the greatest conflict in marital relations, the degree of agreement (or disagreement) in conflict situations and the degree of marital conflict are determined. Behavior when communicating with a spouse was analyzed and evaluated on a five-point scale in accordance with 15 positions presented in the matrix.

Key words: family, marital subsystem, conflict relations, age aspect, conflict regulation, marital satisfaction, family roles.

УДК 159.9.072.433

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.37>

Миропольцева Н.І.

к.психол.н.н.,

доцент кафедри психології

Чорноморський національний

університет імені Петра Могили

Процес трансформації в усьому світі, воєнні події в нашій країні супроводжуються тривожними ознаками розладу сімей як соціального інституту: зміною сімейних ролей, збільшення кількості розлучень, сімейно-побутових негараздів, падінням народжуваності, ослабленням виховного потенціалу родини та ін. Усе це дає підстави стверджувати, що становище сучасної сім'ї перебуває у переважно пригніченому стані, що може провокувати конфлікти у подружній парі.

Причини деяких сімейних проблем часто пов'язані або з особливостями шлюбних відносин, або з особистісними особливостями обох учасників шлюбу, що впливає на стабільність шлюбу. Стабільність шлюбу також залежить від задоволення потреб у взаєморозумінні, задоволення власної гідності. Якщо вищезазначені потреби не будуть задоволені, це вплине на емоційну та психологічну стабільність шлюбу та призведе до подружніх конфліктів.

Метою даного дослідження є дослідження особливостей виникнення та процесу конфлікту в шлюбній підсистемі «пара». Досліджувана вибірка складалася випадковим методом. Загальна вибірка для дослідження становила 136 осіб (68 подружніх пар) віком від 25 до 40 років, які прожили у шлюбі менше 10 років. Цей період можна описати як процес пристосування подружжя один до одного, розподілу сімейних ролей, формування зв'язків і встановлення певних «правил гри» у сімейному житті, включаючи напрям до стабільної, «здорової» сім'ї. Переважна більшість респондентів була у віці від 25 до 30 років. Отримані показники за віковим розподілом подружніх пар свідчать про те, що більшість пар є ригідними саме у період від 25 до 35 років, адже особистості більш старшого віку мають сталі погляди на життя і не дуже бажають зраджувати своїм власним інтересам та готові миритися з «забаганками» партнера.

А люди молодші за віком готові до дій, спрямованих на виправлення конфліктної ситуації, при цьому спроможні самостійно визнавати, що потенційно власна позиція у конфлікті може бути не 100%-м єдиним вірним варіантом.

Дослідження проводилося як діагностика на базі Миколаївського обласного центру соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді. Усі пари із задоволенням ішли на контакт, ніхто з вибраних пар не відмовлявся від участі в дослідженні, багатьох зацікавили результати дослідження їхніх стосунків. Діагностуванню передувала ознайомча бесіда, у якій зазначалися мета дослідження, порядок і спосіб заповнення анкет, де було зазначено про конфіденційність дослідження.

Для здійснення емпіричного дослідження нами було використано такі методики: методику «Стилі конфліктної поведінки» (К. Томас); методику «Задоволеність шлюбом» (за В.В. Століним, Т.Л. Романовою, Г.П. Бутенко); методику «Характер взаємодії подружжя в конфліктній ситуації» (за Ю.Є. Альшиною, Л.Я. Гозманом); методику «Самооцінка конструктивної взаємодії в подружніх стосунках» (за С.М. Ємельяновим) [3; 4].

Методика «Стилі конфліктної поведінки» (К. Томас) створена для опису типів поведінки людей у конфліктних ситуаціях К. Томас запропонував двовимірну модель регулювання конфлікту, основними вимірами якої є співпраця (пов'язана з турботою про інтереси інших у конфлікті) та наполегливість (характеризується емоційним бажанням захистити власні інтереси). На основі цих двох вимірів автор визначив такі методи посередництва конфлікту: суперництво (конкуренція) – це прагнення просувати свої інтереси за рахунок інших; пристосування – на противагу конкуренції жертвування власними інтересами заради

інших; компроміс; уникнення – ні прагнення до співпраці, ні прагнення до досягнення власних цілей; співпраця, коли учасники ситуації приходять до альтернативи, яка повністю задовольняє інтереси обох сторін [4, с. 32].

Методика «Задоволеність шлюбом» (за В.В. Століним, Т.Л. Романовою, Г.П. Бутенко) призначена для діагностики задоволеності шлюбом, ступеня згоди або неузгодженості, щодо задоволеності шлюбом конкретної подружньої пари чи групи, з'ясування ступеня задоволеності шлюбом у тій чи іншій соціальної групі. Методика являє собою одновимірну шкалу, що складається з 24 тверджень, що належать до різних сфер: сприйняття себе та партнера, думки, оцінки, ставлення тощо [3, с. 63].

Дана методика не лише визначає картину існуючих подружніх стосунків, а й охоплює суб'єктивний світ, досліджуючи всю його складність. Розробляючи початковий набір тверджень для діагностування, автори виходили з ідеї задоволеності шлюбом як досить стійкого емоційного явища – почуття, яке проявляється як безпосередньо в емоціях, що виникають у різних ситуаціях, так і в різних думках.

Задоволеність шлюбом визначали двома способами: відповідність між існуючим і очікуваним, тобто існуючими та можливими альтернативами, якби існуючі стосунки припинилися; ототожнення задоволеності шлюбом із суб'єктивним сприйняттям подружжя.

Задоволеність шлюбом також вважається узагальненою емоцією, узагальненим переживанням, і варто зазначити, що це стійке емоційне відчуття може виражатися як в емоціях, так і в різноманітних думках, оцінках, порівняннях [1, с. 392].

На задоволеність шлюбом впливає якість міжособистісних стосунків, при цьому особлива увага приділяється важливості сприйняття й оцінки конгруентності ролей партнера та адекватності ролей, тобто відповідності власної ролі партнера ступеню успішності шлюбу. Що стосується розподілу ролей у сім'ї, то прямого зв'язку із задоволеністю шлюбом немає. Докази показують, що чим вище задоволеність партнера роллю, тим більше відповідність між оцінкою партнером виконання ролі та його очікуванням від нього, тим вище оцінка якості власної рольової поведінки та рольової поведінки партнера.

Так, В.А. Сисенко у своїй статті описує, що «основним чинником, який скріплює подружні зв'язки, є емоційний зв'язок: любов, емоційна прив'язаність» [4, с. 34]. Відповідно, учені припускають, що суб'єктивна задоволеність чи незадоволеність шлюбом є, по суті, універсальною характеристикою, а не результатом раціональної оцінки успіху шлюбу за певними параметрами. Тестовий матеріал являє собою

одновимірну шкалу, що складається із 24 тверджень, які охоплюють різні сфери: сприйняття, думки, оцінки, установки, ставлення щодо себе та свого партнера і т. д.

Методика «Характер взаємодії подружжя в конфліктній ситуації» (за Ю.Є. Альшиною, Л.Я. Гозманом) допомагає визначити зони найбільшого конфлікту в подружніх стосунках, ступінь згоди (або незгоди) у конфліктних ситуаціях і ступінь подружнього конфлікту. У бланку анкетування описано 32 ситуації подружніх взаємодій конфліктного характеру.

Є два варіанти методики – для чоловіків і жінок, які перебувають у однаковій ситуації. Респондентам пропонують вибрати можливий варіант відповіді, який відображає різні формати відповідей: активне вираження незгоди, пасивне вираження незгоди, пасивне очікування, пасивне вираження згоди та активне вираження згоди. Відповіді адресовані певним чином і дають можливість виявити ступінь сімейного конфлікту [3, с. 71].

Окрім того, ситуації можна поділити на дві групи за «винуватцем конфлікту». Слово «провина» взято в лапки, тому що йдеться не про реальну провину (яку часто важко виявити), а про привід до сварки.

Методика «Самооцінка конструктивної взаємодії в подружніх стосунках» (за С.М. Ємельяновим) дає змогу проаналізувати та оцінити поведінку під час спілкування з чоловіком (дружиною) за п'ятибальною шкалою відповідно до 15 позицій, представлених у матриці [3, с. 48].

Відповідний психологічний інструментарій дасть змогу ширше розглянути та дослідити взаємодію у сімейних парах, аби підтвердити мету зазначеного дослідження.

За результатами отриманих даних за методикою «Стилі конфліктної поведінки» (К. Томас) було створено таблицю за показниками середнього балу для кожного стилю поведінки в подружньому конфлікті як для чоловіків, так і для дружин окремо (табл. 1).

За результатами попереднього зрізу даних можна зробити висновок, що стилями поведінки, які найбільше проявляються в парних конфліктах, є стилі «компроміс» і «уникнення». Наступним за частотою використання є стиль «співпраця». Такі стилі, як «суперництво» та «приспосовання», використовувалися рідше, але ці стилі конфліктної поведінки використовувалися між парами майже однаковою мірою. Можна помітити, що домінуючим буде стиль «компроміс».

Зафіксовано також тенденцію, відповідно якої чоловіки більш схильні до стилю «компроміс», аніж жінки. Якщо демонструється стиль «співпраця», прагнення подружжя до автономії буде менш очевидним. Стиль «уникнення» залишається характерним стилем не тільки серед чоловіків і дружин.

Стиль «уникнення» дружини використовують частіше, ніж стиль «приспосовання», що може говорити про занижену самооцінку жінки та невміння відстояти свою позицію. Дружини на цьому етапі більш активно відстоюють власні інтереси, більше уваги приділяють відстоюванню власних поглядів, готові вирішувати проблеми на рівних із партнером або шляхом взаємних рішень, а не прислухатися лише до слів та думок партнера.

Таким чином, стиль «суперництво» як показник вирішення конфлікту є однаковим для дружин і чоловіків. «Суперництво» – це найнебезпечніший спосіб, який може перетворити зовнішні конфлікти на пряме протистояння думок та поглядів на життя. Чоловіки, добре знаючи про це, балансують у своїй поведінці, не даючи їй розвиватися.

У дружин більш виражений стиль «приспосовання», ніж у чоловіків. Це можна пояснити тим, що дружини приділяють більше уваги підтримці соціальних стосунків, аніж чоловіки. Дружини, які використовують такий стиль поведінки, знають про існування зовнішнього конфлікту і намагаються пристосуватися до нього за допомогою різних поведінкових стратегій.

За даною методикою отримали такі результати: більшість респондентів – 27,2% вибирає стиль поведінки «компроміс» для вирішення конфліктних ситуацій; 23% – «суперництво» як спосіб поведінки в конфлікті, який характеризується прагненням досягти задоволення власних інтересів за рахунок іншого; 22,4% – «уникнення» як прямий вихід із конфлікту; 15,7% респондентів вибирають стиль взаємодії у конфлікті «співпраця», тому як і чоловік, і дружина прагнуть мати можливість до альтернативи, які повністю відповідатимуть інтересам обох сторін; 5,8% респондентів вибрали стиль поведінки «приспосовання», що характеризується самопожертвою власних інтересів заради інтересів інших у конфліктних ситуаціях.

Динаміка переваг щодо вибору способу вирішення конфлікту така: найпоширенішим методом вирішення конфлікту стає «компро-

Таблиця 1

Усереднені показники результатів за стилем поведінки у конфлікті сімейних пар

Розподіл	Суперництво	Співпраця	Компроміс	Уникнення	Приспосовання
чоловіки	5,7	6,0	6,5	6,3	5,1
дружини	5,1	6,3	6,0	5,9	5,5

міс» із часом, оскільки збільшується подружнє життя (у чоловіків цей показник із часом зростає, у жінок – навпаки). «Співпраця» серед чоловіків також зростала зі стажем у шлюбі, тоді як серед жінок вона зменшувалася, але незначно. Тобто у подружніх парах із часом виникла тенденція до використання у вирішенні конфліктних ситуацій проактивних стилів поведінки – «компромісу», «співробітництва», меншою мірою – пасивного «пристосування». При цьому загальна картина залишилася практично незмінною: конструктивне вирішення конфліктів переважало над деструктивним протягом усього існування шлюбу як у чоловіків, так і у жінок.

Таким чином, можна прослідкувати чітку тенденцію жіночих духовних цінностей, спрямованих на розвиток внутрішньої гармонії та альтруїстичних рис характеру. Чоловіки можуть бачити матеріальні та соціальні цінності вище духовних, що можна пояснити їхнім прагненням до самозабезпечення, незалежності та тіснішого контакту із соціальним середовищем для підтримки себе та своїх сімей.

Якщо брати загальні результати, то можна сказати, що жіночі та чоловічі цінності є взаємодоповнюючими. Жіноча пасивна ціннісна орієнтація є домінуючою, а чоловіча активна ціннісна орієнтація створює сприятливі умови для розвитку гармонійних стосунків, що може свідчити про задоволеність шлюбом.

Методика «Задоволеність шлюбом» (за В.В. Століним, Т.Л. Романовою, Г.П. Бутенко) використовується для діагностики кризових станів у подружжя на будь-якому етапі життєвого циклу сім'ї. Ця методика дає змогу не тільки визначити картину існуючих подружніх стосунків, а й зрозуміти суб'єктивний світ, досліджуючи всю його складність. З'явилася необхідність графічно представити результати дослідження щодо рівня задоволеності шлюбом подружніх пар.

Більшість респондентів, 38 сімейних пар, були задоволені своїм шлюбом, але 30 пар також мали проблеми у стосунках. За результатами аналізу задоволеності шлюбом можна побачити, що в сумі загальної вибірки задоволеність шлюбом у чоловіків (середній бал 35,4%) вище, ніж у жінок (34,8%). Більшість подружжя (75%) дуже задоволена своїм шлюбом. Різниця у задоволеності шлюбом між парами коливалася від нуля до п'яти балів із середньою різницею в 1,8 бали.

Під час роботи з експериментальними даними, отриманими в результаті обробки даних за методикою задоволеності шлюбом, усі суб'єкти були розділені на шість категорій: невдалі шлюби, відносно невдалі шлюби, перехідні шлюбні форми, успішні шлюби, успішні шлюби, абсолютно вдалі шлюби.

Результати діагностики показали таке:

- 35% респондентів були повністю задоволені своїм шлюбом;
- 25% – майже повністю задоволені сімейними стосунками, 15% (шість пар) – дуже задоволені своїм шлюбом;
- 10% відчували, що вони частково незадоволені;
- 10% указали, що вони більше незадоволені своїм шлюбом, аніж задоволені;
- 5% відчують проблеми, дуже незадоволені.

Діагностування за даною методикою дало змогу дослідити взаємодію 40 сімейних пар: по-перше, особисто випробувати відомі методики визначення задоволеності шлюбом серед подружжя; по-друге, визначити рівень задоволеності шлюбом конкретної сімейної пари; по-третє, на основі проведеного дослідження, а також показника «Задоволеність шлюбом» рекомендувати психокорекційні заходи щодо оптимізації подружніх відносин у даних парах.

Аналіз дослідження рівня конфліктності у парі за методикою «Характер взаємодії подружжя в конфліктній ситуації», розробленою Ю.Є. Альошиною та Л.Я. Гозманом, дає змогу розділити сімейні стосунки на вісім сфер, у яких найчастіше виникають конфлікти інтересів, а саме: проблеми у стосунках із родичами та друзями; проблеми, пов'язані з вихованням дітей; прояв прагнення до автономії; порушення рольових очікувань; невідповідність норм поведінки; прояви ревності; відмінності у ставленні до грошей.

Умовний розподіл пар здійснювався так:

– перша група пар, до яких можна віднести пари №№ 3, 5, 7, 13, 15, 17, 20, 21, 23, 26, 31, 32, 33, 36, 39 (сімейні пари у цій групі мали хорошу згоду та знижували рівень конфлікту в багатьох ситуаціях, у яких міг виникнути конфлікт. Конфліктних пар не знайдено. У конфліктних ситуаціях кожен несе власну самостійну відповідальність);

– друга група пар, до яких можна віднести пари №№ 21, 2, 4, 9, 10, 11, 42, 54, 22, 25, 28, 29, 35, 37, 38 (загалом у парах у конфліктних ситуаціях ступінь згоди у цілому непоганий, а конфліктність середнього рівня. Сфери, які викликають конфлікт: невідповідність рольових очікувань і норм поведінки; відмінності у ставленні до грошей. У разі конфлікту чоловік звинувачує себе, а дружина вважає, що причина конфлікту належить чоловікові);

– до третьої групи потрапили пари №; 16, 18, 19, 34, 40 (серед сімейних пар у цій групі у багатьох конфліктних ситуаціях спостерігалася згода вище середнього і конфліктність трохи вище середнього. Сфери, що викликали конфлікт: стосунки з родичами, проблеми виховання дітей та невідповідності норм пове-

дінки. Існують також суперечливі питання з очікуваннями характеру та відмінностями у ставленні до грошей. У разі конфлікту чоловік звинувачує себе, а дружина вважає, що причина конфлікту належить чоловікові);

– четверта група, до якої увійшли подружні пари №№ 6, 8, 24, 27, 30 (у багатьох конфліктних ситуаціях вони погоджуються значно нижче середнього і мають високий рівень конфліктності. Сфери, що спровокували конфлікт: прояви ревності; прояви домінування одного з подружжя; відмінності у ставленні до грошей. Боротьба за автономію та порушення рольових очікувань є ситуаціями, які викликають конфлікт. Коли виникає конфлікт, дружина ухиляється від відповідальності, а чоловік вважає, що причину конфлікту надає дружина).

За результатами дослідження у двох останніх групах подружніх пар спостерігалось порушення комунікативного складника подружніх стосунків.

За методикою «Самооцінка конструктивної взаємодії в подружніх стосунках», розробленою С.М. Ємельяновим, отримали такі результати:

– у пар, у яких бал становить від 4,5 до 5,0, здатність до конструктивної взаємодії у стосунках знаходиться на високому рівні, виключаючи можливість конфлікту. До таких пар відносяться пари 3, 5, 7, 13, 15, 17, 20, 21, 23, 26, 31, 32, 33, 37. Серед пар, у яких чоловік і дружина набрали від 4,0 до 4,5, рівень здатності до конструктивної взаємодії був вище середнього. Тому, щоб усунути конфлікт у стосунках, подружжю слід переглянути свої особисті позиції щодо нерациональної поведінки. Це пари №№ 1, 2, 4, 9, 10, 11, 12, 14, 22, 25, 28, 29, 35, 36, 38, 39;

– серед подружніх пар отримано оцінку від 3 до 3,5, у яких рівень здатності до конструктивної взаємодії був середнім. Тому ймовірність конфліктів дуже велика. Парам необхідно серйозно задуматися над деякими поведінковими позиціям. До цієї групи відносяться пари №№ 16, 18, 34, 40, 19, 30;

– у пар із результатом менше 3 балів є висока ймовірність конфлікту з чоловіком (дружиною) через нижчий рівень конструктивної комунікативної компетентності. Це пари №№ 56, 48, 64, 67, що відповідають цьому критерію. Їм потрібно дуже ретельно розглянути більшість поведінкових позицій, викладених у тесті, незалежно від того, чи є вони чоловіками чи дружинами, і активно працювати над поліпшенням власних стосунків.

Висновки з проведеного дослідження. За результатами проведеного експерименту можна сказати, що більшість респондентів використовує найчастіше притаманний їм стиль поведінки в конфліктній ситуації, за рівнем задоволеності шлюбом здебільшого пари прагнуть гармонізувати власний стиль поведінки й уникнути конфліктів, при цьому за рівнем взаємодії конфліктності достатньо багато є напруги та активних дій у протилежний бік. Респонденти оцінюють свої дії як єдино вірний варіант взаємодії у парі, вимагаючи від партнера більшого, натомість відсутні самостійні дії на згасання конфліктів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Котлова Л.О. Проблема конфліктності в молодій сім'ї в період первинної адаптації. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2014. Вип. 41. С. 391–396.
2. Кравченко А.В., Тверезовська Н.Т. Виникнення і попередження конфліктів у молодого подружжя. *Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. Серія «Педагогіка, психологія, філософія»*. 2015. Вип. 220. С. 253–258.
3. Оліфірович Н.І., Зінкевич-Куземкіна Т.А., Велента Т.Ф. Психологія сімейних криз. Санкт-Петербург : Речь, 2006. 360 с.
4. Степанюк О., Мельниченко О. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують типову програму для кривдників : збірник практичних матеріалів. Київ, 2020. 132 с.
5. Сысенко В.А. Разводы: динамика, мотивы, последствия *Социологические исследования*. 2010. № 2. С. 32–40.

СОЦІАЛЬНА ТРИВОЖНІСТЬ У КРИЗОВИЙ ПЕРІОД РОЗВИТКУ УКРАЇНСЬКОГО СОЦІУМУ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АСПЕКТ

SOCIAL ANXIETY IN THE CRISIS PERIOD OF THE UKRAINIAN SOCIETY'S DEVELOPMENT: A COMPARATIVE ASPECT

У статті окреслено актуальну ситуацію для українського соціуму, спричинену багатовекторними кризово-стресовими впливами та викликами, спричиненими воєнними діями на території нашої країни. Зазвичай у кризових обставинах загострюються тривожність, страх. Одним із можливих загострень у стресових непевних ситуаціях та обставинах може бути соціальний страх та тривожність. Зазначено, що особи з високими показниками соціального страху та тривожності часто переконані, що у них відсутні комунікаційні здібності для налагодження взаємодії з іншими, а їхні намагання встановити контакт матимуть катастрофічні наслідки. Визначено, що чинником, котрий зменшує рівень особистої тривожності, є сила характеру, котра значно модифікує переживання страху, тривоги та стресу. Соціальна підтримка також значимо модифікує переживання соціальної тривожності, страху – значимо зменшує ці негативні переживання. Метою статті є вивчення особливостей соціальної тривоги, страху, що спостерігають (декларують) учасники дослідження у порівняльному аспекті.

Робоча гіпотеза полягала у припущенні, що показники соціального страху, тривожності у осіб, опитаних у 2022 р., відрізнятимуться від показників соціального страху тривожності осіб, опитаних у 2021 та 2023 рр. Також, можливо, існуватимуть відмінності у показниках соціальної тривожності для представників чоловічої та жіночої статі.

У цілях вивчення соціальної тривожності використано Шкалу соціальної тривожності М. Лейбовіца.

Резюмовано, що показники загальної соціальної тривожності були помірно вираженими, що свідчить про ймовірність розвитку тривожного розладу у даній групі. Стосовно субшкал публічної та соціальної тривожності, то публічна тривожність була виражена більшою мірою порівняно із соціальною тривожністю. У жінок показники публічної тривоги, страху були статистично значимо вищими порівняно з чоловіками. Не існувало статистично значимих відмінностей у показниках соціальної тривожності для цих двох груп. Зазначено, що існували статистично значимі відмінності між загальними показниками публічної та соціальної тривож-

ності у досліджуваних групах відповідно до року проведення дослідження.

Ключові слова: соціальна тривога, публічна тривога, порівняльне дослідження, лонгітюдне дослідження, кризовий період.

The article analysed current situation for Ukrainian society is caused by multi-vector crises and stress influences. All challenges are caused by military actions on the territory of Ukraine. Anxiety and fear are usually aggravated in times of crisis. One of the possible exacerbations of stressful, uncertain situations and their circumstances is social fear and anxiety. Highlighted that individuals with high levels of social fear and anxiety often believe that they lack the communication skills to interact with others and that their attempts to establish contact will have disastrous consequences. The factor that reduces the level of personal anxiety is the strength of character, which significantly modifies the experience of fear, anxiety, and stress defined. Social support also significantly modifies the experience of social anxiety and fear; it reduces these negative experiences.

The purpose of this article is to compare the characteristics of social anxiety and participants' observed (declared) fear.

The working hypothesis assumed that the levels of social fear and anxiety of those studied in 2022 differed from those studied in 2021 and 2023. There are differences in social anxiety scores between males and females. Leibowitz's Social Anxiety Scale was used to study social anxiety.

A study with 254 people ranging in age from 15 to 57 years was conducted to test the working hypothesis about levels of social anxiety.

The level of general social anxiety was moderately pronounced, which indicates the probability of developing an anxiety disorder in this group. Regarding the subscales of public and social anxiety, public anxiety was expressed to a greater extent compared to social anxiety. Among women, indicators of public anxiety and fear were statistically significantly higher compared to men. It was noted that there were no statistically significant differences in social anxiety scores for these two groups. There were statistically significant differences between the general levels of public and social anxiety in the studied groups according to the year of the study.

Key words: social anxiety, public anxiety, comparative study, longitude study, times of crisis.

УДК 159.9.072.43
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.38>

Орищин-Буждиган Л.С.

к.психол.н.,
доцент кафедри теоретичної та практичної психології
Національний університет
«Львівська політехніка»

Вступ. Актуальна ситуація для українського соціуму спричинена багатовекторними кризово-стресовими впливами та викликами, спричиненими воєнними діями на території нашої країни. Кризовий стан соціуму інтенсифікує негативні переживання особистості як його частини. Особливо зростають такі емоційні переживання, зумовлені непевністю сьогодення та майбутнього, як тривога та страх. Одним із найбільш стабільних пунктів співвід-

несення, стабільності ідентифікації та водночас хвилювання є інші люди, соціальні ідентифікації та контакти.

Зазвичай у кризових обставинах загострюються тривожність, страх, а одним із можливих загострень у стресових непевних ситуаціях та обставинах може бути соціальний страх та тривожність.

Виклад основного матеріалу. Найчастіше соціальний страх та тривожність проявляються

у молодому та підлітковому віці. У таких осіб розвинута надчутливість до ситуацій соціальної комунікації, де їх можуть негативно оцінити, ситуацій, де потрібно комунікувати публічно, особливо у присутності авторитетних осіб, осіб протилежної статі, незнайомих людей. Переважно соціальні страх і тривожності заго-струються під час переживання інших стресових ситуацій [7].

У результаті проведених емпіричних досліджень Маркус Мірете та колеги [7] встановили, що особи, котрі мали високі показники соціального страху, тривожності, більш чутливо реагували на стрес порівняно з досліджуваними, показники соціальної тривожності котрих були низькими. Автори констатують, що такий чутливий спосіб реакції на стрес може у майбутньому мати негативні наслідки для здоров'я.

Максимальні показники соціального страху, тривожності можуть бути показниками соціально тривожного розладу. У разі такого розладу людина переживає сильний стрес стосовно ситуацій будь-якої соціальної взаємодії або ж ситуацій, пов'язаних хоча б із мінімальною публічною активністю. Такий розлад може мати свій початок у ранньому дитинстві, прогресувати з віком та суттєво впливати на якість соціальних інтеракцій. Причиною такого негативного розладу можуть бути стресові соціальні події (пов'язані із взаємодією та спілкуванням) [2]. Такі особи практично недієздатні (неефективні) у ситуаціях комунікації та взаємодії в школі, на роботі, у колі друзів та сім'ї. У них зазвичай низька самооцінка та поганий рівень життєвого благополуччя [3].

Учені-психологи Р. Ніколас Карлетон, Даніел Л. Пелусо, Келсей К. Коллімор, Гордон Й.Г. Асмундсон (R. Nicholas Carleton, Daniel L. Peluso, Kelsey C. Collimore, Gordon J.G. Asmundson) [2] проводили дослідження того, що наявність у особистому досвіді негативних дистресових переживань може інтенсифікувати посттравматичний стресовий розлад у майбутньому або навіть бути однією з причин такого розладу. Проте результати досліджень свідчать, що не в усіх випадках негативні дистресові соціальні події були пов'язаними із соціальним розладом тривожності [2].

Особи з високими показниками соціального страху та тривожності часто переконані, що у них відсутні комунікаційні здібності для налагодження взаємодії з іншими, а їхні намагання встановити контакт матимуть катастрофічні наслідки. Такі люди мають завищені вимоги та стандарти до міжособистісної комунікації, у котрій беруть безпосередню участь. Завжди прагнуть отримувати схвалення під час взаємодії та бояться отримати засудження, негативну оцінку від інших. Автори називають вище згадані переконання дисфункційними (неадаптивними) і переконують, що вони відігра-

ють важливу роль в інтенсифікації соціального страху, тривожності, змушують повірити у те, що негативні емоції виходять за межу особистого контролю. Тривожні у соціальному аспекті особи, котрі також переконані, що не можуть контролювати свої емоції, переживали більшу інтенсивність стресу, більший спектр негативних емоцій та мали нижчу самооцінку. Проте сутнісні переконання досліджуваних не впливали на їхній рівень добробуту. Вагомим чинником для редукції (зменшення) соціальної тривоги, страху виступало почуття особистого контролю над емоціями [3].

Дуже часто до тих, хто страждає на надмірну соціальну тривожність, належать успішні у професійному плані люди. Інколи надмірний соціальний страх та тривожність стосуються тільки деяких ситуацій соціальної взаємодії: спілкування з привабливими особами протилежної статі, відомими особистостями, керівниками. Надмірну соціальну тривожність часто пов'язують зі страхом виглядати невідповідно, у поганому світлі перед іншими людьми. Тому такі особи побоюються їсти, пити, писати, говорити, червоніти у присутності інших. Вони соромляться будь-яких дій у публічному просторі, особливо у присутності інших осіб. Причиною такої надмірної тривожності може стати попередній негативний досвід засудження та негативної оцінки подібної поведінки у минулому. Соціальна тривожність та страх модифікують раціональну, критичну оцінку інформації та обставин ситуації, у яких перебуває людина [8].

Соціальна тривога може бути культурно-специфічною. Низка досліджень доводить, що західні культури, такі як американська, мають вищий рівень соціальної тривожності порівняно з колективістичними східними культурами, зокрема китайською [4].

Чинником, що зменшує рівень особистої тривожності, є сила характеру, котра значимо модифікує переживання страху, тривоги та стресу [6]. Також систематичне застосування вправ для редукції соціальної тривожності робить її максимально керованою [8]. Соціальна підтримка також значимо модифікує переживання соціальної тривожності і страху – значимо зменшує ці негативні переживання [1].

Метою статті є вивчення особливостей соціальної тривоги, страху, що спостерігають (декларують) учасники дослідження у порівняльному аспекті.

Робоча гіпотеза полягала у припущенні, що показники соціального страху, тривожності у осіб, опитаних у 2022 р., відрізнятимуться від показників соціального страху тривожності осіб, опитаних у 2021 та 2023 рр. Також, можливо, існуватимуть відмінності у показниках соціальної тривожності для представників чоловічої та жіночої статі.

У цілях вивчення соціальної тривожності використано Шкалу соціальної тривожності М. Лейбовіца [5], що містить 24 запитання, які стосуються емоційно негативного ставлення до соціальних та публічних ситуацій спілкування та уникнення згаданих ситуацій. Анкета розроблена американським психіатром-практиком для діагностики тривожного соціального розладу. Опитувальник містить дві субшкали, котрі стосуються проявів тривожності у соціальних ситуаціях (11 тверджень) та публічних ситуаціях (13 тверджень). Кожне твердження досліджуваний має оцінити у чотиривимірній шкалі Лікерта від нуля до трьох (де нуль означає відсутність реагування, а три – значну сильну реакцію) у двох вимірах: наскільки респондент тривожиться стосовно даної ситуації та наскільки часто респондент уникає даної ситуації. Показники тривоги (соціальної та публічної) і уникнення (соціального та публічного) сумуються в один загальний показник соціальної тривоги, котрий може коливатися від нуля до 144. За значення показника загальної соціальної тривоги меншого за 30 автор виключає ймовірність соціального тривожного розладу. Усі твердження шкали соціальної тривожності мали високу внутрішню узгодженість (Альфа Кронбаха – 0,92).

Із метою апробації робочих припущень про показники соціальної тривожності проведено дослідження, у якому взяли участь 254 особи віком від 15 до 57 років. Більша частина досліджуваних була віком від 15 до 30 років (загальний відсоток дорівнює 80,8%, серед них 15–20-річних було 32,3%, осіб у віковому діапазоні 21–30 років – 48,5%). Серед досліджуваних переважали представниці жіночої статі – 77,6%, а чоловіки становили 22% досліджуваної групи. Детально показано на рис. 1.

Дослідження проводилося у трьох незалежних групах: у 2021 р. (39% опитаних осіб взяло участь, дослідження проводилося восени), 41,3% опитаних брало участь у дослідженні восени 2022 р. та 19,7% респондентів брали участь у дослідженні взимку (у січні) 2023 р. Детально проілюстровано на рис. 2.

Показники загальної соціальної тривожності були помірно вираженими ($M = 51,76$, $SD = 26,4$), що свідчить про ймовірність розвитку тривожного розладу у даній групі. Стосовно субшкал публічної та соціальної тривожності, то публічна тривожність ($M = 28,96$, $SD = 14,8$) була виражена більшою мірою порівняно із соціальною тривожністю ($M = 22,79$, $SD = 12,53$). Детально показано на рис. 3.

Ймовірно, чоловіки і жінки відрізнятимуться показниками соціальної тривожності. Із метою підтвердження робочих припущень проведено порівняльний статистичний аналіз за допомогою t-критерію Стюдента.

Виявлено статистично значимі відмінності у показниках загальної публічної тривоги у чоловіків та жінок (чоловіки: $M = 24,82$, $SD = 12,07$, жінки: $M = 30,07$, $SD = 15,33$, при $t = -2,36$, $p = 0,02$). У жінок показники публічної тривоги, страху були статистично значимо вищими порівняно з чоловіками. Не існувало статистично значимих відмінностей у показниках соціальної тривожності для цих двох груп. Проте на якісному рівні тенденції показники соціальної тривоги осіб жіночої статі були вищими порівняно з показниками чоловічої статі. Детально проілюстровано на рис. 4.

Виявлено статистично значимі відмінності у показниках загальної публічної тривоги у чоловіків та жінок (чоловіки: $M = 24,82$, $SD = 12,07$, жінки: $M = 30,07$, $SD = 15,33$, при $t = -2,36$, $p = 0,02$). У жінок показники публічної тривоги, страху були статистично значимо вищими порівняно з чоловіками. Не існувало статистично значимих відмінностей у показниках соціальної тривожності для цих двох груп. Проте на якісному рівні тенденції показники соціальної тривоги осіб жіночої статі були вищими порівняно з показниками чоловічої статі. Детально проілюстровано на рис. 4.

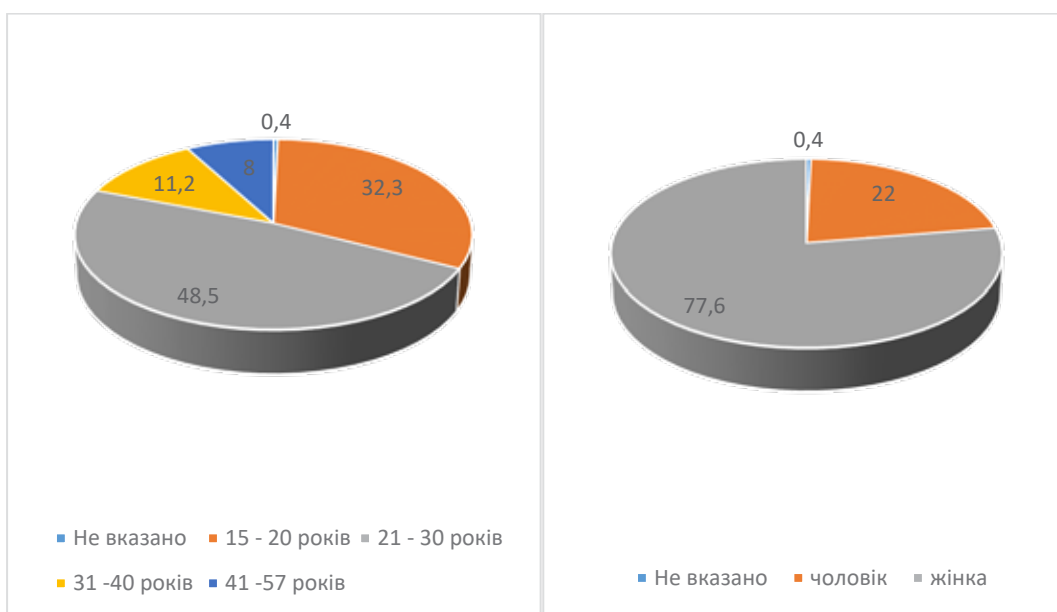


Рис. 1. Демографічні показники респондентів

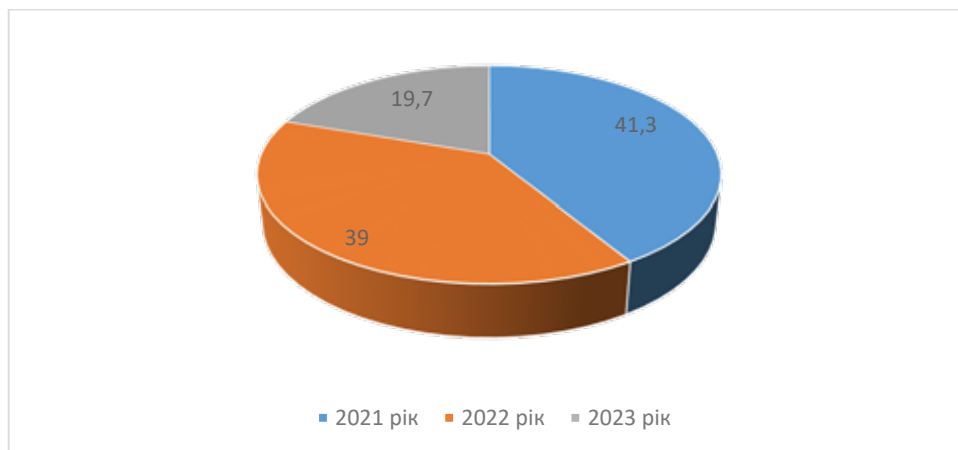


Рис. 2. Рік участі у дослідженні

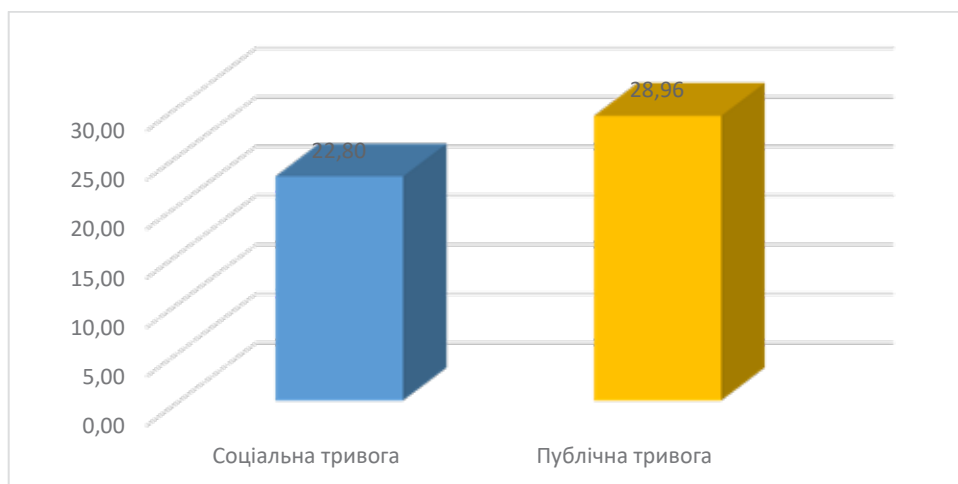


Рис. 3. Загальні показники соціальної та публічної тривожності, страху

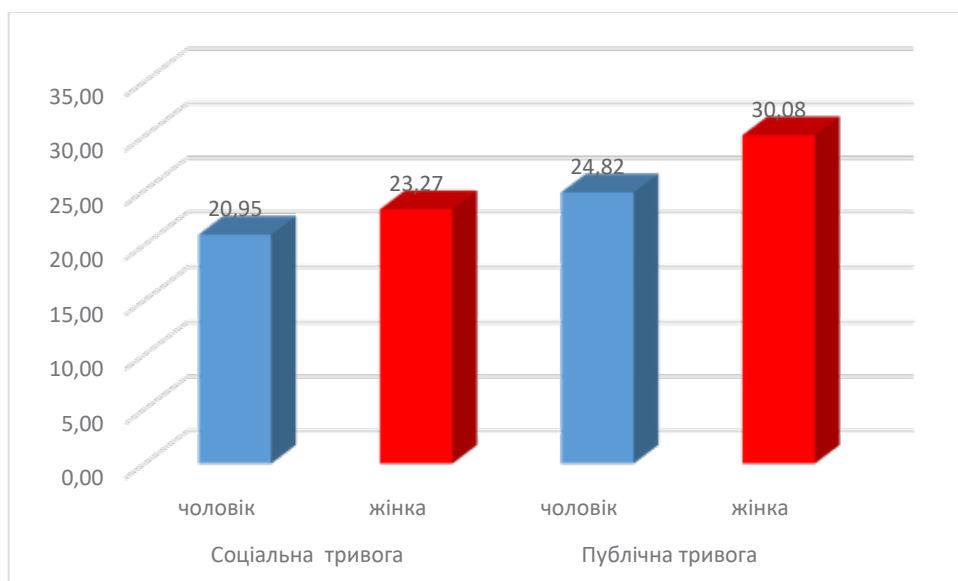


Рис. 4. Загальні показники соціальної та публічної тривожності, страху у чоловіків та жінок

Розгляньмо припущення про існування відмінностей у мірах переживання соціальної тривожності у різних роках проведення дослідження. Із метою підтвердження робочих припущень проведено порівняльний статистичний аналіз за допомогою одночинникового дисперсійного аналізу.

Існували статистично значимі відмінності поміж загальними показниками публічної (при $F(2, 251) = 7,49, p = 0,001$) та соціальної тривожності (при $F(2, 251) = 12,01, p = 0,0001$) у досліджуваних групах відповідно до року проведення дослідження.

Із метою деталізації відмінностей застосовано апостеріорний критерій Дункана (статистичний рівень достовірності критерію $p = 0,05$), котрий указав, що найбільшим рівнем загальної публічної тривоги характеризувалися особи, які пройшли дослідження у 2022 р. ($M = 34,17, SD = 15,66$), порівняно з респондентами, опитаними у 2021 ($M = 26,79, SD = 12,53$) та 2023 ($M = 23,20, SD = 14,43$) рр. Аналогічна ситуація спостерігалася також для загальної соціальної тривоги, страху (2022: $M = 26,18, SD = 12,53$, 2023: $M = 18,36, SD = 12,83$, 2021: $M = 21,72, SD = 11,60$). Графічний аналіз представлено на рис. 5.

Із метою глибшого аналізу перевірено наявність відмінностей у двох субшкалах тривоги, страху: власне тривоги та уникнення ситуацій, котрі її викликають, на соціальному та публічному рівнях. Для виявлення відмінностей використано одночинниковий дисперсійний аналіз.

Виявлено статистично значимі відмінності для всіх чотирьох показників. Відповідно до деталізованих відмінностей, за критерієм Дункана за рівня статистичної значимості 0,05

показники публічної тривоги (2022: $M = 17,74, SD = 8,03$, 2023: $M = 11,84, SD = 7,12$, 2021: $M = 13,34, SD = 6,17$, при $F(2, 251) = 14,93, p = 0,0001$), соціальної тривоги (2022: $M = 13,27, SD = 7,78$, 2023: $M = 9,28, SD = 6,56$, 2021: $M = 10,7, SD = 5,63$, при $F(2, 251) = 7,86, p = 0,001$) та публічного уникнення (2022: $M = 16,42, SD = 8,35$, 2023: $M = 11,36, SD = 7,93$, 2021: $M = 13,44, SD = 7,27$, при $F(2, 251) = 7,75, p = 0,001$) були статично значимо вищими у респондентів, котрі брали участь у 2022 р., порівняно з респондентами, які проходили опитування у 2021 та 2023 рр. Стосовно соціального уникнення, то значимо відрізнялися лише досліджувані 2022 та 2023 рр. участі (2022: $M = 12,91, SD = 6,61$, 2023: $M = 9,08, SD = 6,67$, 2021: $M = 11,01, SD = 6,48$, при $F(2, 251) = 5,89, p = 0,003$). Порівняльна ілюстрація на рис. 6.

Висновки з проведеного дослідження. Отже, у підсумку проведеного дослідження висунуті припущення підтвердилися повністю: існували значимі відмінності в узагальнених та часткових показниках соціальної тривоги і страху між чоловіками та жінками та в різні роки проведення дослідження. Статистично вищі показники публічної тривожності у жінок можуть бути зумовленими більшою емоційною чутливістю останніх до соціальних публічних ситуацій. Значимо вищі показники часткових та загальних показників публічної тривоги у 2022 р. зумовлені стресовими переживаннями, викликаними повномасштабними військовими діями на території України. Зменшення показників тривожності на початку 2023 р. дає нам надію на позитивну адаптацію до кризових стресових умов, котрі надалі переживає країна.

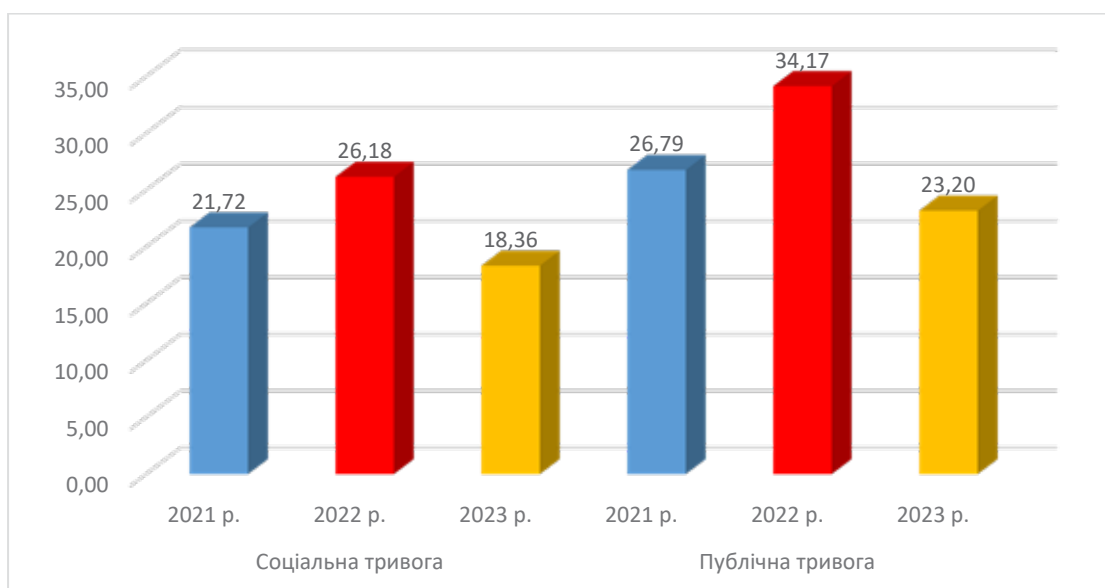


Рис. 5. Загальні показники соціальної та публічної тривожності, страху для різних років дослідження

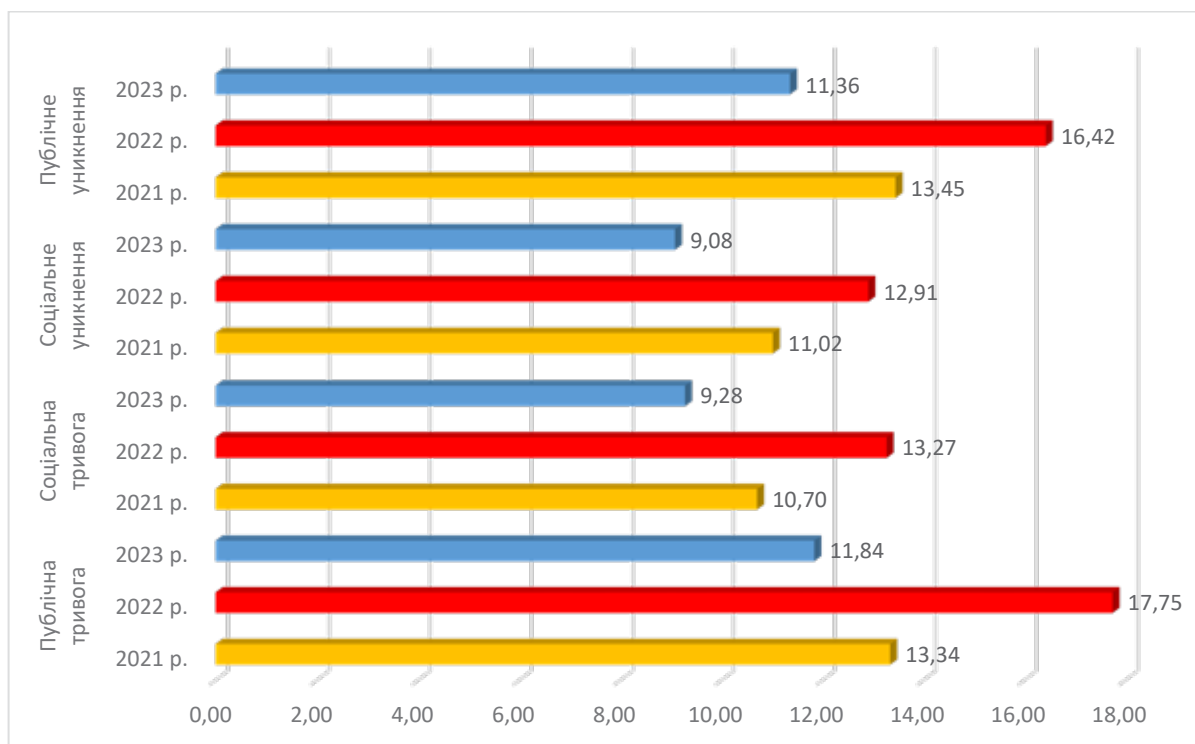


Рис. 6. Показники соціальної та публічної тривожності й уникнення для різних років дослідження

ЛІТЕРАТУРА:

1. Airoso S. and Silva I. Associação entre vinculação, ansiedade, depressão, stresse e suporte social na maternidade. *Psicologia, Saúde e Doenças*: 14(1), 2013. P. 64–77. ISSN: 1645-0086.
2. Carleton R.N., Peluso D.L., Collimore K.C. and Asmundson G.J. Social anxiety and posttraumatic stress symptoms: The impact of distressing social events. *Journal of anxiety disorders*: 25(1), 2011. P. 49–57. URL: <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.08.002>.
3. De Castella K., Goldin P., Jazaieri H., Ziv M., Heimberg R.G. and Gross J.J., Emotion beliefs in social anxiety disorder: Associations with stress, anxiety, and well-being. *Australian Journal of Psychology*: 66(2), 2014. P. 139–148. URL: <https://doi.org/10.1111/ajpy.12053>.
4. Hofmann S.G., Anu Asnaani M.A., Hinton D.E. Cultural aspects in social anxiety and social anxiety

disorder. *Depression and anxiety*: 27(12), 2010. P. 1117–1127. URL: <https://doi.org/10.1002/da.20759>.

5. Liebowitz M.R. Social phobia. *Modern Problems of Pharmacopsychiatry*, 22, 1987. P. 141–173. URL: <https://doi.org/10.1159/000414022>.

6. Li T., Duan W., Guo P. Character strengths, social anxiety, and physiological stress reactivity. *PeerJ*: e3396, 2017. P. 1–13. URL: <https://doi.org/10.7717/peerj.3396>.

7. Mirete M., Molina S., Villada C., Hidalgo V., Salvador A. Subclinical social anxiety in healthy young adults: Cortisol and subjective anxiety in response to acute stress. *Annals of psychology*: vol. 37, 2021. P. 432–439. URL: <https://doi.org/10.6018/analesps.483411>.

8. Strahan E.Y., Conger A.J. Social anxiety and social performance: why don't we see more catastrophes? *Journal of Anxiety Disorders*: 13(4), 1999. P. 399–416. URL: [https://doi.org/10.1016/S0887-6185\(99\)00006-7](https://doi.org/10.1016/S0887-6185(99)00006-7).

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ОПИС ПЕРЕЖИВАНЬ У ПРОФЕСІЙНИЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПОЛІЦІЇ

PSYCHOLOGICAL DESCRIPTION OF EXPERIENCES IN THE PROFESSIONAL ACTIVITIES OF THE POLICE

Стаття презентує теоретичний огляд та емпіричне дослідження професійних переживань у практиці поліціювання. Представлено специфіку та психологічні наслідки переживань у діяльності поліції. Розглянуто наукові доробки українських та закордонних учених, які надають професійним переживанням центральне місце як на етапі підготовки, так і в період професійної діяльності поліцейських. Професійні переживання поліцейських є закономірними реакціями на стресори, котрі можуть призвести до емоційного виснаження, деперсоналізації та стагнації.

Мета дослідження полягає у виявленні та описі особливостей професійних переживань у поліцейських із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності (ОПЗ) та з урахуванням їхніх гендерних розбіжностей. Вибірку дослідження становили 240 осіб, із яких 120 жінок та 120 чоловіків. Із застосуванням авторського опитувальника «Діагностика особистісно-професійної здійсненності поліцейських» було сформовано три групи за рівнями ОПЗ: низький, середній та високий. У групі жінок низький рівень було діагностовано у 28 осіб, середній – у 55 та високий у 37. Чоловіки розподілилися так: низький рівень – у 29 осіб, середній – у 49 та високий – у 42 респондентів. Середній рівень ОПЗ було вилучено з подальшого дослідження. Для досягнення поставленої мети залучено методику «Діагностика переживань у діяльності».

Емпіричне вивчення професійних переживань у жінок та чоловіків поліцейських продемонструвало своєрідність функціонування досліджуваного феномену в означених групах. У жінок-поліцейських із низьким рівнем ОПЗ більш вираженим є відчуття порожнечі, у жінок із високим рівнем – показники задоволення й сенсу. Представниці першої групи відчувають емоційне спустошення, тоді як жінки з високим рівнем ОПЗ попри складність роботи здатні отримувати задоволення від своєї діяльності. У групі чоловіків-поліцейських із низьким рівнем ОПЗ домінує показник зусилля, щодо чоловіків із високим рівнем ОПЗ, то для них характерні показники задоволення та сенсу. Це говорить про те, що офіцери з низьким рівнем ОПЗ змушені більше зусиль докладати під час виконання оперативних завдань, а поліцейські другої групи вправно долають виклики професії та усвідомлюють сенс своїх дій. На підставі якісного аналізу професійних переживань усієї вибірки встановлено, що понад 50% досліджуваних отримують задоволення від своєї професії, 60% розуміють сенс своєї діяльності, більше половини респондентів змушені докладати зусиль для підтримання продуктивності й забезпечення результативності, і лише у 30% досліджуваних спостерігається відчуття спустошення.

Ключові слова: гендер, особистісно-професійна здійсненність, поліцейські, професійна діяльність, професійні переживання.

The article presents a theoretical overview and empirical study of professional experiences in the practice of policing. The specifics and psychological consequences of experiences in police activities are presented. The scientific developments of Ukrainian and foreign scientists, which give professional experiences a central place both at the stage of training and during the professional activity of police officers, are considered. Professional experiences of police officers are natural reactions to stressors that can lead to emotional exhaustion, depersonalization and stagnation.

The purpose of the study was to identify and describe the characteristics of professional experiences of police officers with different levels of personality's-professional fulfillment (PPF) and taking into account their gender differences. The study sample consisted of 240 people, of whom 120 were women and 120 were men. With the use of the author's questionnaire «Diagnostics of the personality's-professional fulfillment of police officers», three groups were formed according to the levels of PPF: low, medium and high. In the group of women, a low level was diagnosed in 28 people, an average level in 55, and a high level in 37 women. Men were distributed as follows: low level in 29 people, medium in 49 and high in 42 respondents. The mean level of PPF was excluded from further study. To achieve the goal, the technique «Experiences in Activity Questionnaire (EAQ)» was involved.

Empirical study of professional experiences of female and male police officers demonstrated the peculiarity of the functioning of the studied phenomenon in the specified groups. Female police officers with a low level of PPF have a more pronounced feeling of emptiness, while women with a high level have indicators of satisfaction and meaning. Representatives of the first group feel emotional devastation, while women with a high level of PPF, despite the complexity of the work, are able to enjoy their work. In the group of male policemen with a low level of PPF, the indicator of effort dominates, in relation to men with a high level of PPF, they are characterized by indicators of satisfaction and meaning. This means that officers with a low level of PPF are forced to exert more effort during operational tasks, and police officers of the second group skillfully overcome the challenges of the profession and realize the meaning of their actions. Based on a qualitative analysis of the professional experiences of the entire sample, it was established that more than 50% of the respondents are satisfied with their profession, 60% understand the meaning of their activities. More than half of the respondents are forced to make efforts to maintain productivity and ensure effectiveness, and only 30% of respondents have a sense of devastation.

Key words: gender, personality's-professional fulfillment, policemen, professional activity, professional experiences.

УДК 159.9
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.39>

Пономаренко Я.С.

к.психол.н.,
доцентка кафедри соціології
та психології факультету № 6
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Постановка проблеми. Поліцейська діяльність містить шкідливу палітру різного роду переживань та вражень, із якими доводиться стикатися поліцейським у ході виконання професійних обов'язків. Різноманітність даних переживань може чинити як негативну, так і позитивну дію на особистість поліціантів, впливаючи на якість їх життєвого функціонування та психологічне здоров'я у цілому. Професія поліцейського є унікальною діяльністю з психологічного погляду, адже людина здатна отримати як велике задоволення, так і глибоке розчарування та виснаження від даної роботи. Розуміння специфіки таких емоційних контрастів у діяльності поліцейських дасть змогу відкрити перспективи для системного підходу до профілактики деструктивних психічних станів серед особового складу поліції.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Численні напрацювання українських та закордонних учених містять дані, які свідчать про високий ризик вигорання, виснаження, емоційного спустошення поліцейських від роботи. Учені наголошують, що поліцейські часто піддаються травматичним подіям, що може призвести до розвитку посттравматичного стресового розладу, якщо вчасно не надати кваліфіковану психологічну допомогу. Так, О. Соколов зазначає, що висока відповідальність, покладена на поліцейських, інтенсифікує у них емоційні переживання щодо правильності виконання своєї роботи та усвідомлення її сутності [5]. Н. Сургунд вчоргове підкреслює високий ризик виникнення синдрому вигорання у поліцейських, який, окрім небезпеки, несе в собі ще тяжкі переживання [6]. Л. Шевченко та О. Шломін указують, що поліцейські, які мають труднощі у виконанні професійних обов'язків, переживають професійну «незабезпеченість» та розчарування в діяльності [8]. Д. Швець констатує, що з професійними переживаннями поліцейські стикаються ще на етапі фахової підготовки [7]. На думку З. Кісіль, кожен із поліцейських по-різному переживає труднощі, з якими доводиться стикатися в професії [1].

Закордонні дослідження наголошують на важливості вивчення професійного стресу у практиці поліціювання. К. Чівілотті (С. Civilotti) з колегами впевнені, що найбільше переживань у діяльності завдають робочі вимоги, які не завжди відповідають наявним знанням, навичкам чи здібностям поліцейських, що ставить під сумнів їхню компетентність й негативно позначається на благополуччі й продуктивності [10]. І. Торрес-Ванс (I. Torres-Vences) зі співавторами вважають, що, насамперед, стрес на роботі є наслідком зв'язку між вимогами роботи та ресурсами або дисбалансом зусилля та винагороди, а найбільш травматичними для поліцейських виступають постійні

критичні ситуації, що загрожують життю, насильство та травми [12]. Дослідники на чолі М. Моджалал (М. Mojallal) упевнені, що вигорання й переживання, із ним пов'язані, можуть бути зумовлені тривалим процесом виснаження ресурсів та неадекватної відповіді на робочий стрес [11]. Р. Б'янкі (R. Bianchi) з колегами вважають, що переживання погіршують самозахисну поведінку та активізують агресивну поведінку, що вимагає контролю рівня й характеру переживань [9].

Постановка завдання. Мета дослідження – визначити особливості професійних переживань у поліцейських відповідно до рівня особистісно-професійної здійсненності (ОПЗ). Завдання дослідження: 1. Провести теоретичні розвідки щодо професійних переживань у практиці поліціювання. 2. Установити особливості професійних переживань у жінок та чоловіків поліцейських із низьким та високим рівнями ОПЗ.

Виклад основного матеріалу дослідження. Емпірична база дослідження становила 240 осіб. У першу групу увійшло 120 жінок, другу групу становили 120 чоловіків. У дослідженні використано авторську методику «Діагностика особистісно-професійної здійсненності поліцейських», завдяки якій поліцейських обох груп було розділено за трьома рівнями ОПЗ. У групі жінок було діагностовано низький рівень у 28 осіб, середній – у 55 та високий – у 37. У групі чоловіків розподіл був таким: низький рівень ОПЗ діагностовано у 29 осіб, середній – у 49 та високий виявлено у 42 чоловіків. Середній рівень ОПЗ було вилучено з подальшого дослідження. Збір даних відбувся завдяки Google Forms. Для діагностики професійних переживань залучено методику «Діагностика переживань у діяльності» [2]. Математико-статистична обробка здійснювалася з використанням t-критерія Стьюдента для незалежних вибірок. Отримані результати ми унаочнили у табл. 1 та 2.

Аналіз показників переживання у професійній діяльності жінок-поліцейських, наведених у табл. 1, дав змогу окреслити низку відмінностей між досліджуваними групами. У жінок-поліцейських із високим рівнем ОПЗ спостерігаються вірогідно більші показники задоволення та сенсу (в обох випадках $p \leq 0,05$). Тобто у цій групі наявні переживання в професії свідчать про здатність отримувати задоволення від діяльності, яке поєднується з відчуттям сенсу професії. Така комбінація переживань є вдалою, оскільки єдність задоволення й сенсу продукує комплексне переживання радості, що свідчить про захопленість своєю професією та усвідомленість її цінності. У групі жінок із низьким рівнем ОПЗ встановлено вірогідно більший показник порожнечі ($p \leq 0,05$), що визначає ймовірність психологічної ентропії,

Таблиця 1

Особливості професійних переживань у жінок-поліцейських із різним рівнем ОПЗ (M±σ)

Шкали	Жінки-поліцейські (низький рівень ОПЗ)	Жінки-поліцейські (високий рівень ОПЗ)	t	P
Показник задоволення	3.08 ± 1.01	5.68 ± 0.74	2.08	0.05
Показник сенсу	3.17 ± 0.94	5.43 ± 0.60	2.03	0.05
Показник зусилля	4.20 ± 1.11	3.57 ± 0.76	0.47	-
Показник порожнечі	3.86 ± 0.88	1.51 ± 0.77	2.01	0.05

Таблиця 2

Особливості професійних переживань у чоловіків-поліцейських із різним рівнем ОПЗ (M±σ)

Шкали	Чоловіки-поліцейські (низький рівень ОПЗ)	Чоловіки-поліцейські (високий рівень ОПЗ)	t	P
Показник задоволення	1.54 ± 0.96	4.44 ± 1.04	2.05	0.05
Показник сенсу	1.80 ± 1.07	5.13 ± 1.11	2.16	0.05
Показник зусилля	5.50 ± 0.92	2.46 ± 1.18	2.03	0.05
Показник порожнечі	3.33 ± 1.19	2.78 ± 0.95	0.36	-

яка порушує стабільність процесу життєдіяльності, зумовлює переживання невизначеності, хаосу та безладдя у діяльності. Це стає джерелом переживань, руйнівних для благополуччя особистості, задоволеності діяльністю та здатності опиратися стресам.

У групі чоловіків-поліцейських із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності встановлено значущі розбіжності, які ми унаочнили у табл. 2.

Згідно з табл. 2, у групі чоловіків-поліцейських із високим рівнем ОПЗ встановлено вірогідно більші показники задоволення та сенсу (в обох випадках $p \leq 0,05$). Таким чином, високий рівень ОПЗ незалежно від гендеру знаходить свій вираз у більшій внутрішньо узгодженій активності щодо подолання труднощів діяльності, що зумовлюється розумінням сенсу своєї роботи й упевненістю у професійній кваліфікації. Більш істотне задоволення професією мотивує як чоловіків, так і жінок до подальших кар'єрних успіхів та надає їм відчуття впевненості щодо власної компетенції. У групі чоловіків із низьким рівнем ОПЗ виявлено вірогідно більший показник зусилля ($p \leq 0,05$). Дане переживання є позитивним чинником у професійній діяльності, котрий формує готовність працівника докладати зусиль у роботі та сприяє вдосконаленню його професійної майстерності. Однак надмірні зусилля та постійне залучення значної кількості особистісних ресурсів за умови неможливості їх поповнення негативно впливає на самопочуття, психологічне благополуччя суб'єкта і провокує виснаження.

Якісний аналіз відповідей досліджуваних працівників та працівниць поліції, проведений на загальній вибірці, свідчить, що для більшості респондентів робота приносить задоволення, попри складність роботи вони можуть відчувати позитивні емоції від неї. Понад 50%

поліцейських знають заради чого вони працюють, усвідомлюють цінність і важливість своєї професії, покладені на них обов'язки та очікувані результати, що співпадає з їхніми особистими прагненнями та цілями. Водночас чималий відсоток (31,6%) досліджуваних досить рідко відчуває радість від роботи. Ми припускаємо, що такий результат є наслідком того, що професія поліцейського є надмірно вимогливою та складною, містить виснажливі та психологічно затратні ситуації небезпеки, загрози життю, взаємодії та комунікації з людьми, які скоїли злочини чи є потерпілими, тощо. У відповідях на питання: «Мені доводиться докладати зусиль, щоб зробити те, що потребують на роботі» респонденти поділилися майже порівну: на тих, хто змушений зрідка докладати зусиль під час виконання професійних завдань, і тих, хто виконує свою роботу без надмірних намагань, а в комфортному для себе темпі та ритмі. Варто окремо виділити 28,1% досліджуваних, які в ході роботи не відчувають жодних почуттів. Із психологічного погляду це можна пояснити так званою «втомою від співчуття» у офіцерів та офіцerek поліції. У ході своєї професійної діяльності поліцейські зазнають значних емоційних витрат, які з часом акумулюються й відбиваються на їхній спроможності екологічно опрацьовувати наслідки екстремальних подій, свідками чи учасниками яких вони стають доволі часто. У практиці поліціювання «втома від співчуття та співпереживання» пов'язана із сильним бажанням поліцейських допомогти та врятувати людей, які найбільше цього потребують. Але слід зауважити, що недостатньо психологічно підготовлені поліцейські накопичуватимуть подібний негативний досвід, котрий призводить до негативних наслідків для здоров'я та самопочуття поліцейських.

Отже, постає питання якісного наповнення лав поліції працівниками, які будуть здатні ефективно справлятися з подібними ситуаціями та при цьому зможуть відчувати себе щасливими, не знижуючи рівень свого психоемоційного добробуту. На нашу думку, високий рівень особистісно-професійної здійсненності у поліцейських здатен посилити їх психологічну «обороздатність», спроможність долати стресові ситуації, розв'язувати проблемні питання, застосовувати свої здібності, вміння та ще при цьому отримувати задоволення від своєї діяльності.

На питання: «Я насолоджуюся роботою» розподіл респондентів виявився майже однаковим за всіма варіантами відповідей – від «майже ніколи» до «майже завжди». Ми припускаємо, що значна кількість поліцейських уже має ознаки психоемоційної втоми. Наші попередні дослідження показали, що поліцейські, які отримують задоволення від роботи, відчують себе успішними та мотивованими; здійсненність дає їм змогу відчути та оцінити важливість своєї роботи, якість послуг, які вони дають суспільству та громадянам [3]. Окрім того, поліцейські з високим рівнем ОПЗ характеризуються розвиненим співчуттям, демонструють кращу результативність у діяльності, більш віддані своїм обов'язкам і вважають себе реалізованими в житті [4].

Обнадіює той факт, що понад 70% респондентів не вважають свою роботу рутинною та нудною. Понад 50% чітко усвідомлюють мету своєї професійної діяльності, слідує їй та намагаються виконати свої обов'язки на високому професійному рівні, однак слід зауважити, що 26% досліджуваних від загальної вибірки не бачать сенсу своєї діяльності.

Майже 60% поліцейських указали, що відчують напруження від роботи. Поліцейська діяльність є надзвичайно напруженою, адже працівникам доводиться часто стикатися з різними фізичними загрозами своїм життю та здоров'ю. Це контрастує з відповідями на питання: «Під час роботи я відчуваю порожнечу», де майже 81% поліцейських указав, що майже ніколи або доволі рідко відчуває порожнечу у своїй роботі. Це засвідчило, що у цих поліціантів превалює виражене прагнення служити й допомагати громаді. Майже 60% респондентів уважають, що для них важливо сприяти позитивним змінам у діяльності, котрі забезпечують ефективне виконання службового обов'язку.

Висновки з проведеного дослідження. У статті здійснено теоретичний та емпіричний аналіз проблеми професійних переживань у професійній діяльності поліції. У наукових працях як закордонних, так й українських учених дана проблематика є доволі обговорюваною. Закордонні дослідники наголошують,

що норми професійної поведінки поліцейських вимагають, щоб офіцери залишалися спокійними, емоційно стійкими та вміли себе контролювати. Ці науковці підкреслюють, що професійні переживання в поліції пов'язані з трагічними ситуаціями, які виникають у ході роботи. Низка українських дослідників зосереджує увагу на значній емоційній напруженості поліцейської професії, оскільки вона вимагає від працівників самовіддачі, психологічної стійкості та підготовки у подоланні негативних наслідків професійних переживань.

Емпіричне дослідження специфіки професійних переживань у контексті гендерних особливостей поліціантів у контексті рівня вираженості ОПЗ показало такі результати. Поліцейським із високим рівнем ОПЗ незалежно від гендерної приналежності більш притаманними є такі переживання, як задоволення й відчуття сенсу, що свідчить про їхню здатність долати виклики професії, відчувати задоволення від результатів своїх дій, усвідомлюючи цінність та важливість своєї професії. Жінки з низьким рівнем ОПЗ у своїй роботі відчують емоційне спустошення, тоді як представниці поліції, які мають високий рівень ОПЗ, здатні попри складність роботи отримувати задоволення від своєї діяльності, усвідомлюючи сенс роботи та покладену на них відповідальність. Припускаємо, що діагностовані професійні переживання у жінок із низьким рівнем ОПЗ є для них обтяжливими або перевищують їхні ресурси долати негативні наслідки стресів, що загрожує їхньому благополуччю та виступає підставою вважати їх групою ризику професійного вигорання та втоми. Щодо групи чоловіків-поліцейських, то офіцери з низьким рівнем ОПЗ змушені докладати більше зусиль під час виконання службових завдань, що може виражатися через їх відчуженість чи апатичну поведінку.

Нами був проведений більш детальний аналіз професійних переживань на загальній вибірці поліцейських. Що стосується основних показників професійних переживань, то понад 50% вибірки отримують задоволення від своєї роботи, понад 60% чітко розуміють сенс своєї діяльності. Більше половини респондентів змушені докладати зусиль для підтримання продуктивності й забезпечення результативності, хоча лише у 30% досліджуваних простежуються спустошення та втрата інтересу до своєї професії.

Ми вважаємо, що подальшими емпіричними розвідками може стати студіювання механізмів долаття стресу у поліціантів із різним рівнем ОПЗ, що може допомогти підвищити обізнаність щодо психологічних проблем, особливо тих, які негативно позначаються на благополуччі та професійній ефективності поліцейських.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кісіль З.Р., Кісіль Р.-В.В. Психологічні чинники професійного стресу у працівників Національної поліції України. *Соціально-правові студії*. 2019. № 1(3). С. 22–31.
2. Пономаренко Я.С. Психодіагностика особистісної та професійної здійсненності: методичні матеріали в допомогу психологу поліції. Харків : ХНУВС, 2023. 100 с.
3. Пономаренко Я.С. Психологічний зміст емоцій у поліцейських із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності. *Вісник Львівського університету. Серія «Психологічні науки»*. 2022. № 12. С. 100–106.
4. Пономаренко Я.С. Самореалізація у контексті часової перспективи у поліцейських із різним рівнем особистісно-професійної здійсненності. *Перспективи та інновації науки*. 2021. № 5(5). С. 803–813.
5. Соколов О.А. Особливості особистісно-професійної відповідальності поліцейських : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.06. Харків, 2021. 25 с.
6. Сургунд Н. Профілактика професійного вигорання у поліцейських в умовах COVID-19. *Psychology Travelogs*. 2022. № 1. С. 152–162.
7. Швець Д.В. Формування особистості поліцейського в умовах фахової підготовки та професійної діяльності: правові та психологічні аспекти : дис. ... д-ра. юрид. наук : 19.00.06. Харків. 454 с.
8. Шевченко Л.О., Шломін О.Ю. Специфіка професійного самотавлення працівників підрозділів превентивної діяльності Національної поліції. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2019. № 1. С. 321–326.
9. Bianchi R., Fiorilli C., Angelini G., Dozio N., Palazzi C., Palazzi G., Vitiello B., Schonfeld I.S. Italian version of the Occupational Depression Inventory: Validity, reliability, and associations with health, economic, and work-life characteristics. *Frontiers in Psychiatry*. 2022. № 22(13). P. 1061293.
10. Civilotti C., Acquadro Maran D., Garbarino S., Magnavita N. Hopelessness in Police Officers and Its Association with Depression and Burnout: A Pilot Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022. № 19. P. 5169.
11. Mojallal M., Simons R.M., Quevillon R.P., Hatwan M.L. Associations of experiential avoidance with burnout, wellbeing, and productivity loss among police officers: The mediating role of negative and positive affect. *Journal of Clinical Psychology*. 2022 № 78(11). P. 2260–2280.
12. Torres-Vences I.N., Pérez-Campos Mayoral E., Mayoral M., Pérez-Campos E.L., Martínez-Cruz M., Torres-Bravo I., Alpuche J. Burnout Syndrome and Related Factors in Mexican Police Workforces. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2022. № 19. P. 5537.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОЗУМНОСТІ У ПОЛІЦЕЙСЬКИХ У ПЕРІОД ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ

FEATURES OF PSYCHOLOGICAL MINDEDNESS IN POLICE OFFICERS DURING PROFESSIONAL TRAINING

У статті розглядається психологічна розумність як важлива характеристика особистості, яка простежується у здатності поліцейських до самоаналізу, розпізнавання та інтерпретації власних та чужих емоцій. Поняття «психологічна розумність» є динамічним конструктом, який побудований на когнітивних та емоційних навичках поліцейських, котрі можуть із часом удосконалюватися. Метою статті є дослідження проявів психологічної розумності у курсантів-поліцейських у період фахової підготовки. Вибірка налічувала 120 осіб, які були розподілені на три групи. У першу групу увійшло 40 респондентів першого курсу, друга група налічувала 40 осіб другого курсу та третю групу становили 40 досліджуваних, які є представниками третього курсу (випускники). У роботі був використаний опитувальник «Шкала психологічної розумності» М. Шилл та М. Ламлі.

Доведено, що психологічна розумність у курсантів різних курсів демонструє вірогідні відмінності. Емпірично встановлено, що курсанти першого курсу у найбільш тривожних ситуаціях схильні обговорювати свої переживання з іншими людьми. Психологічна розумність досліджуваним цієї групи слугує механізмом у подоланні проблем у період навчання, приносить їм когнітивну та емоційну користь та поліпшує загальне психологічне благополуччя. У курсантів другого курсу було діагностовано найнижчий показник бажання й готовності обговорювати свої переживання. Ці респонденти починають поступово інтегрувати здобутий досвід та знання у свою Я-схему та розвивають більш позитивне відчуття себе. Представники другого курсу відчують силу, усвідомлюють свою унікальність, що позитивно позначається на їхніх самооцінці та стресостійкості. Щодо курсантів третього курсу, то вони найбільше зацікавлені у розумінні своїх переживань та емоцій інших людей. Вони готові ділитися власними почуттями, якщо це допоможе їм розв'язати проблемну ситуацію та призведе до позитивних змін. Психологічна розумність допомагає респондентам даної групи виконувати завдання впорядкованим чином і наполегливо долати труднощі, збільшує у курсантів-випускників почуття своєї сили й забезпечує відчуття емоційної стабільності.

Ключові слова: емоції, курсанти, особистість, період навчання, поліцейські, профе-

сія, психологічна розумність, фахова підготовка.

The article considers psychological mindedness as an important characteristic of the personality, which can be traced in the ability of police officers to introspect, recognize and interpret their own and other people's emotions. The concept of «psychological mindedness» is a dynamic construct that is built on the cognitive and emotional skills of police officers, which can improve over time. The purpose of the article is to study the manifestations of psychological mindedness in police cadets during their professional training. The sample consisted of 120 people, who were divided into 3 groups. The first group included 40 first-year respondents, the second group included 40 second-year respondents, and the third group consisted of 40 respondents who are representatives of the third year (graduates). The questionnaire «Psychological Mindedness Scale» by M. Shill and M. Lumley was involved in the work.

It has been proven that the psychological mindedness of cadets of different courses has probable differences. It has been empirically established that first-year cadets in the most disturbing situations tend to discuss their experiences with other people. The psychological mindedness of the subjects of the first group serves as a mechanism for overcoming problems during the study period, brings them cognitive and emotional benefits and improves general psychological well-being. Second-year cadets were diagnosed with the lowest rate of willingness and readiness to discuss their experiences. Second-year respondents gradually begin to integrate the acquired experience and knowledge into their self-schema and develop a more positive sense of self. The representatives of the second year feel strong, aware of their uniqueness, which has a positive effect on their self-esteem and stress resistance. As for third-year cadets, they are most interested in understanding their own experiences and the emotions of other people. They are ready to share their own feelings if it helps them to solve a problematic situation and leads to changes in their calling. Psychological mindedness helps the respondents of this group to perform tasks in an orderly manner and to persevere in overcoming difficulties, increases the sense of their own strength and provides a sense of emotional stability in cadets-graduates.

Key words: emotions, cadets, personality, training period, police officers, profession, psychological mindedness, professional training.

УДК 159.9
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.40>

Резнік К.О.

аспірантка кафедри соціології та психології
Харківський національний університет внутрішніх справ

Постановка проблеми. Професійне становлення є значущим періодом у житті людини. Розуміння своїх здібностей, знань і можливостей є запорукою успіху майбутнього професіонала. У професійній підготовці кадрів поліції особливого значення надають якостям і компетенціям майбутнього поліцейського. Робота поліцейського є надзвичайно складною, яка

потребує значних зусиль, знань та стресостійкості. Ми вважаємо, що в сьогоденнішніх реаліях у поліцейських повинна бути розвинута психологічна розумність, котра є не лише корисною характеристикою, а й позначається на здатності людини до самоаналізу, контролю, самоспостереження, інтроспекції, розуміння себе та інших. Психологічна розумність

є тією фаховою компетенцією, котра містить у собі навички розпізнавати та бачити зв'язок між проблемами й рішеннями, а також здатність локалізувати свої сили та контролювати їх у всіх сферах свого життя. Зазвичай науковцями даний феномен трактується як психологічний атрибут, який є важливим для обробки та інтерпретації особистих думок і соціальних сигналів із навколишнього середовища. Для поліцейської діяльності даний конструкт є вкрай необхідним, однак для ефективної інтерпретації почуттів потребує немалих когнітивних здібностей, внутрішньої мотивації та контролю. Звідси, вельми актуальним є вивчення даного феномену у поліцейських у період їх фахової підготовки.

Ми припускаємо, що труднощі на початкових етапах входження у професію призводять до змін у когнітивних здібностях та емоціях, пов'язаних із вимогами професійної діяльності, які надалі можуть істотно позначитися на виконанні професійних обов'язків та призвести до глобальних особистісних змін.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивчення психологічної розумності є доволі розроблюваною проблемою в психології. Із моменту першого опису психологічної розумності багато хто з науковців намагався операціоналізувати дане поняття й надати власне його тлумачення. Німецькі дослідники Ю. Крупп, Л. Лізен та А. Гамбургер представили німецький варіант опитувальника психологічної розумності та виокремили таку характеристику досліджуваного феномену, як здатність особистості розуміти те, що робить і говорить інша людина [9]. П. Патак та С. Джоші трактують психологічну розумність через здатність розпізнавати та застосовувати несвідомі компоненти розуму до власних труднощів [12].

Я. Пономаренко вказує, що психологічну розумність можна розглядати у двох аспектах: у першому описується інтерес особистості до власних психологічних станів і процесів, а також здатність обмірковувати їх; у другому звертається увага на здатність людини оцінити власні емоції та проаналізувати стосунки з навколишніми, при цьому розумово вміти охарактеризувати їх [5].

І. Клименко пояснює, що психологічна розумність є готовністю поліцейських зрозуміти себе та інших, їх віра в користь від обговорення проблем, сприйнятливість нових ідей та бажання досліджувати власні почуття [3].

О. Євдокімова та Я. Пономаренко визначили розумність поліцейських через здатність збагнути себе та зрозуміти інших, це комплексна здатність, побудована на когнітивних та емоційних навичках, які з часом можуть удосконалитися [1].

Д. Швець, ґрунтовно досліджуючи питання фахової підготовки поліцейських кадрів,

зазначає, що психологічна розумність є динамічною конструкцією, котра формується під впливом середовища, у якому перебувають поліціанти, та залежить від якості міжособистісних контактів [7].

Т. Сайто з колегами пропонують розглядати психологічну розумність у контексті прихильності особистості, котра базується на внутрішніх робочих моделях, які допомагають людині інтерпретувати дії інших та ще й учитися на них. На думку вчених, подібні навички є важливими компонентами соціального та емоційного життя, які утворюють структуру, котра дає змогу зрозуміти мотиваційні та емоційні стани інших [13].

На думку В. Сокурєнко, спосіб управління глибинними та потенційно несвідомими емоціями та когнітивними здібностями виступає важливою професійною компетенцією поліцейських [6].

Поліцейські з високим рівнем психологічної розумності є більш самостійними у прийнятті рішень, оптимістично налаштовані на позитивні результати своєї діяльності та мають більшу ймовірність краще застосувати свої вміння та навички [15].

В. Остапович зі співавторами вказують, що розвинута розумність поліцейських відбивається у меншій схильності приписувати результати подій зовнішнім обставинам, що говорить про їх низький зовнішній локус контролю, адже вони звикли покладатися на себе та свої здібності [11].

О. Магні та Н. Тодак уважають, що розумність допомагає поліцейським стримувати тривогу та розвинути сильні особистісні якості. Згідно з науковцями, такі поліцейські демонструють більшу здатність чітко розуміти інших людей, вони є емоційно чутливими та уважними до проблем навколишніх [10].

Особи з високим рівнем розумності можуть характеризуватися як низькою самооцінкою, що може бути пов'язано з підвищеним рівнем самосвідомості, так і більш реалістичною самооцінкою, дійшли висновку А. Костянтіні з колегами [8].

Згідно з З. Кісіль та Р.-В.В. Кісіль, розумність є зворотно пов'язаною із соціальною тривоگو. Автори вважають, що поліцейські з високим рівнем психологічної розумності частіше залишатимуться спокійними та уважними в надзвичайних ситуаціях [2].

Розумність також може асоціюватися з такою характеристикою поліціантів, як відкритість до досвіду [4].

Постановка завдання. Мета дослідження – виявити особливості вияву психологічної розумності у курсантів-поліцейських у період фахової підготовки. Завдання дослідження: 1. Провести теоретичний аналіз психологічної розумності у царині психології.

2. Дослідити особливості психологічної розумності у курсантів поліцейського вишу на етапі їх фахової підготовки.

Виклад основного матеріалу дослідження. Вибірку дослідження становили курсанти поліцейського вишу, які навчаються за освітньою програмою зі спеціальності 262 «Правоохоронна діяльність». Термін навчання за денною формою навчання становить 2 роки 10 місяців. Загальна чисельність респондентів становила 120 осіб. У першу групу увійшло 40 респондентів першого курсу, друга група налічувала 40 осіб другого курсу та третю групу становили 40 досліджуваних, які є представниками третього курсу (випускники). Для досягнення поставленої мети була використана «Шкала психологічної розумності» М. Шилл та М. Ламлі. Інструмент налічує 45 пунктів та формує 5 шкал [14]. Математико-статистична обробка здійснювалася з використанням t-критерія Стьюдента для незалежних вибірок. Нами було здійснено порівняльний аналіз показників психологічної розумності у виділених групах, результати представлено в табл. 1 та 2.

Аналіз табл. 1 та 2 показав вірогідні відмінності у сформованих групах за низкою показників. За шкалою «Зацікавленість у сфері переживань» показник у першій групі становив 10.11 ± 0.59 , у другій групі – 11.23 ± 0.60 та третій групі – 13.45 ± 0.51 . Показник за цією шкалою був вірогідно меншим у курсантів першого та другого курсів ($t = 4.28, p \leq 0,001$ та $t = 2.82, p \leq 0,05$). З урахуванням довірчих інтервалів показник за цією шкалою у першій та другій групах знаходиться на верхній межі серед-

нього рівня, у третій групі – на нижній межі високого рівня. Отже, курсанти третього курсу краще розуміють важливість глибинних причин того чи іншого у власній поведінці, мають більший інтерес до істинних мотивів поведінки інших людей порівняно з курсантами, які лише починаються знайомитися зі своєю професією та більше зосереджені на опануванні нових знань та навичок, тому є менш зацікавленими у сфері суб'єктивних переживань.

За шкалою «Доступність переживань» показник у першій групі становив 8.23 ± 0.70 , у другій групі – 8.65 ± 0.66 , у третій – 9.35 ± 0.49 . Вірогідні відмінності між групами встановлені не були. З урахуванням довірчих інтервалів показник за цією шкалою у трьох групах належить до середнього рівня. Таким чином, досліджуваним усіх груп притаманними є середня вираженість ступеня суб'єктивної доступності сфери переживань для розуміння та аналізу, тенденції до занурення в свої почуття, розуміння своїх емоцій, уміння їх ідентифікувати, чутливість до змін у власних почуттях.

За шкалою «Користь від обговорення переживань» показник у першій групі становив 12.33 ± 0.57 , у другій групі – 10.97 ± 0.64 , у третій – 10.19 ± 0.51 . Визначено вірогідно більший показник у першій групі щодо третьої за $t = 2.80, p \leq 0,05$. Урахування довірчих інтервалів дає змогу віднести даний показник у курсантів третього курсу до нижньої межі високого рівня, у першого – до середнього рівня. Тобто курсанти першого курсу характеризуються більш вираженою схильністю вважати, що розмова з ким-небудь про власні проблеми часто призводить до поліпшення стану, допо-

Таблиця 1

Показники психологічної розумності у курсантів-поліцейських (M ± m)

Шкали	Перша група (I курс)	Друга група (II курс)	Третя група (III курс)
Зацікавленість у сфері переживань	10.11 ± 0.59	11.23 ± 0.60	13.45 ± 0.51
Доступність переживань	8.23 ± 0.70	8.65 ± 0.67	9.35 ± 0.49
Користь від обговорення переживань	12.33 ± 0.57	10.97 ± 0.64	10.19 ± 0.51
Бажання і готовність обговорювати переживання	6.05 ± 0.66	5.31 ± 0.70	7.72 ± 0.82
Відкритість новому досвіду (змінам)	6.00 ± 0.64	6.95 ± 0.59	7.88 ± 0.63

Таблиця 2

Значимість відмінностей показників психологічної розумності

Шкали	t			P		
	1:2	1:3	2:3	1:2	1:3	2:3
Зацікавленість у сфері переживань	1.33	4.28	2.82	-	0.001	0.05
Доступність переживань	0.43	1.31	0.84	-	-	-
Користь від обговорення переживань	1.59	2.80	0.95	-	0.05	-
Бажання і готовність обговорювати переживання	0.70	1.59	2.24	-	-	0.05
Відкритість новому досвіду (змінам)	1.09	2.09	1.08	-	0.05	-

магає краще зрозуміти ці проблеми і знайти нові шляхи їх вирішення. Цілком закономірним є те, що на початкових етапах професійного становлення молодим фахівцям важливо мати змогу спілкуватися та отримувати підтримку, це дає їм змогу знизити тривожність та надає впевненості. Стан тривоги – це тимчасовий емоційний стан або стан, що характеризується почуттям страху та напруги, а також активацією вегетативної нервової системи. Отже, на початкових етапах навчання необхідно стабілізувати подібні емоційні прояви, що вимагає реалізації відповідних психологічних заходів.

За шкалою «Бажання і готовність обговорювати переживання» показник у першій групі становив 6.05 ± 0.66 . Однак у другій групі – 5.31 ± 0.70 , цей показник є вірогідно меншим щодо респондентів третьої групи – 7.72 ± 0.82 ($t = 2.24$, $p \leq 0,05$). З урахуванням довірчих інтервалів показник у третій групі знаходиться у межах середнього рівня, у другій – на верхній межі низького рівня. Отримані відмінності дають змогу вважати, що курсантам третього курсу притаманним є більш виражене прагнення відкрито обговорювати різні аспекти свого особистого життя з іншими людьми, виявляти більш активний інтерес до думок навколишніх та їхніх порад про те, як змінити свої способи дій, які разом із цим мають середню вираженість.

За шкалою «Відкритість новому досвіду (змінам)» показник у другій групі становив 6.95 ± 0.59 . За даною шкалою показник першої групи 6.00 ± 0.64 виявився вірогідно меншим, аніж у третій групі – 7.88 ± 0.63 , за $t = 2.09$, $p \leq 0,05$. Урахування довірчих інтервалів дає змогу віднести показники обох груп до середнього рівня. Разом із цим представники першого курсу характеризуються більшою зацікавленістю у новому досвіді, нових ідеях, новій діяльності, навіть якщо це поєднується з певним ризиком.

Висновки з проведеного дослідження. Теоретичний аналіз засвідчив, що здатність передбачати та розуміти дії та слова інших є ключовим компонентом психологічної розумності. Учені сходяться у думці, що в поліцейській діяльності особи, які виявляють більшу психологічну розумність, мають нижчий рівень тривоги, оскільки вони мають більший особистісний ресурс, котрий забезпечує адекватну оцінку себе та оточуючих.

Поточне дослідження спрямоване на вивчення специфіки психологічної розумності у курсантів-поліцейських різних років навчання. Емпірично було встановлено, що курсанти першого курсу відчують тривогу та схильні обговорювати свої переживання з іншими людьми. Психологічна розумність допомагає першій групі у подоланні важких ситуацій у період навчання та приносить їм

когнітивну та емоційну користь. Обговорення проблем респондентами першої групи позитивує їхній настрій та підтримує загальне психологічне благополуччя.

У курсантів другого курсу було діагностовано найнижчий показник готовності обговорювати свої переживання. Це дає змогу вважати, що ці респонденти лише починають поступово інтегрувати здобутий досвід та знання у свою Я-схему та розвивати позитивне сприйняття себе.

Курсанти третього курсу є більш зацікавленими у сфері переживань, вони готові обговорювати свої переживання і приймати зміни. Зрозуміло, що на випускному курсі курсанти вже готуються до практичного оволодіння професією, активне входження в професійне середовище істотно позначається на їх налаштованості на зміни. Психологічна розумність у цьому разі збільшує у курсантів-випускників почуття впевненості й забезпечує відчуття емоційної стабільності.

Психологічна розумність у контексті професійної діяльності поліції може бути забезпечена шляхом психологічного втручання, яке здійснюють із метою поліпшення соціального та емоційного функціонування майбутніх поліцейських, що є важливим у даній професії ще на початкових етапах.

Перспективними подальшими розвідками можуть бути емпіричні дослідження психологічної розумності в період професійної діяльності та з урахуванням досвіду роботи, що збагатить наявні знання щодо психологічної розумності та її важливості для особистісного та професійного функціонування працівників поліції. Розуміння ключових параметрів даного явища здатне не лише позитивно вплинути на особистість, а й підвищити ефективність людини як фахівця.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Євдокімова О.О., Пономаренко Я.С. Соціальний інтелект поліцейських у контексті їх комунікативної толерантності. *Право і безпека*. 2018. № 1(68). С. 31–38.
2. Кісіль З.Р., Кісіль Р-В.В. Психологічні чинники професійного стресу у працівників Національної поліції України. *Соціально-правові студії*. 2019. № 1(3). С. 22–31.
3. Клименко І.В. Психологічні засади професійної підготовки поліцейських : монографія. Харків : Фоліо, 2018. 424 с.
4. Пономаренко Я.С. Психологічна структура особистості поліцейських у контексті професійної здійсненності. *Габітус*. 2022. № 36. С. 283–288.
5. Пономаренко Я.С. Специфіка взаємозв'язків заздрості з психологічною розумністю у чоловіків і жінок поліцейських. *Особистість, суспільство, закон* : тези доп. учасників міжнар. наук.-практ. конф., присвяч. пам'яті проф. С.П. Бочарової, м. Харків, 24 квітня 2020 р. Харків, 2020. С. 276–280.

6. Сокурєнко В.В. Окремі питання формування особистості сучасного поліцейського. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України* : тези доп. наук.-практ. конф., м. Харків, 27 березня 2020 р. / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2020. С. 225–227.
7. Швець Д.В. Формування особистості поліцейського в умовах вищої професійної освіти. *Науковий вісник Ужгородського Національного університету. Серія «Право»*. 2018. № 2(49). С. 90–93.
8. Costantini A., Ceschi A., Viragos A., De Paola F., Sartori, R. The role of a new strength-based intervention on organisation-based self-esteem and work engagement: a three-wave intervention study. *Journal of Workplace Learning*. 2019. № 31. P. 194–206.
9. Krupp J., Liesen L., Hamburger A. Die Messung Psychologischer Mentalität: eine Validierungsstudie zur deutschsprachigen Version des Balanced Index of Psychological Mindedness (BIPM). *Z Psychosom Med Psychother*. 2020. № 66(2). P. 164–177.
10. Magny O., Todak N. Emotional intelligence in policing: a state-of-the-art review. *Policing: An International Journal*. 2021. № 6(44). P. 957–969.
11. Ostapovich V., Barko V., Okhrimenko I., Yevdokimova O., Ponomarenko Y., Prontenko K., Antonova O., Sydoruk N., Sokolovskyi O., Bloshchynskiy I. Psychological Profile of Successful Criminal Police Officer. *International Journal of Applied Exercise Physiology*. 2020. № 9(3). P. 120–133.
12. Pathak P., Joshi S. Psychological Mindedness and Procrastination among University Students. *The International Journal of Indian Psychology*. 2017. № 86. P. 5–18.
13. Saito T., Takeda S., Yamagishi Y., Kubo R., Kitamura T. Psychotherapy Training on Psychological Mindedness in a Japanese Nurse Population: Effects and Personality Correlates. *Healthcare*. 2017. № 5(3). P. 43.
14. Shill M.A., Lumley M.A. The Psychological Mindedness Scale: Factor structure, convergent validity and gender in a non-psychiatric sample. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*. 2002. № 75. P. 131–150.
15. Shvets D., Yevdokimova O., Okhrimenko I., Ponomarenko Y., Aleksandrov Y., Okhrimenko S., Prontenko K. The New Police Training System: Psychological Aspects. *Postmodern Openings*. 2020. № 11(1). P. 200–217.

ПРОБЛЕМА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я МОРЯКІВ У КОНТЕКСТІ ПАНДЕМІЇ COVID-19 ТА ВІЙНИ В УКРАЇНІ

THE PROBLEM OF THE MENTAL HEALTH OF SEAFARERS IN CONTEXT OF THE PANDEMIC COVID-19 AND WAR IN UKRAINE

Статтю присвячено актуальній проблемі психічного здоров'я моряків в умовах пандемії COVID-19 та війни. Загальновідомим фактом є те, що робота на морі є однією з найбільш небезпечних професій щодо особистого здоров'я та безпеки моряків, що може призвести до психологічних проблем. Окрім нещасних випадків, моряки схильні до деяких серйозних захворювань і небезпеки для здоров'я через характер роботи на борту, зміну кліматичних умов, тип вантажу, що перевозиться, робочий час, матеріали, що переробляються, епідемічні та ендемічні захворювання, особисті звички тощо. Водночас професійна діяльність моряків супроводжується ускладненням професійних обов'язків, що також може викликати певну психологічну напругу. Незважаючи на те що способи подолання ситуації та стратегії подолання так само численні й різноманітні, як і фактори стресу, які їм передують, широко обговорюються, проте поведінка моряків у подоланні ситуації залишається практично невивченою, а також стратегії подолання, які використовуються для подолання криз, умов і вимог, які оцінюються як тривожні. Основним завданням дослідження є виявлення, аналіз і попередження розвитку патологічних процесів, що призводять до тимчасової або стійкої втрати працездатності, здійснення заходів вторинної профілактики в практиці криїнгових агентств. Наше дослідження може бути корисне для вивчення специфіки психологічного стану моряків та адаптаційних механізмів для подальшого розроблення системи психотерапевтичних заходів, спрямованих на поліпшення якості життя осіб, які перенесли травматичний досвід.

Ключові слова: війна, пандемія, стрес, психічне здоров'я, негативні стани, моряки, перевтома.

The article is dedicated to the current day problems of the mental health of seafarers in the minds of the COVID-19 pandemic and war in Ukraine. It is a well-known fact that working at sea is one of the most hazardous occupations, in regards to seafarers' personal health and safety concerns that can lead to psychological problems. Apart from accidents, seafarers are prone to certain serious diseases and health hazards due to the nature of onboard work, change in climatic conditions, type of cargo carried, working hours, materials being handled, epidemic and endemic diseases, personal habits etc. At the same time, seafarers' professional activities are accompanied by complication of professional duties, which can also cause a certain psychological stress. While the coping strategies and coping strategies are as many and varied as the stressors that precede them are widely discussed, the coping behavior of seafarers remains largely unexplored, as well as the coping strategies that are used to deal with crises. conditions and requirements that are rated as alarming. The main objective of the study is to identify, analyze and prevent the development of pathological processes leading to temporary or permanent disability, the implementation of secondary prevention measures in the practice of crewing agencies. Our study can be useful in studying the specifics of the psychological state of sailors and adaptive mechanisms for the further development of a system of psychotherapeutic measures aimed at improving the quality of life of people who have had a traumatic experience.

Key words: war, pandemic, stress, mental health, negative conditions, seafarers, shifts.

УДК 159.944.4:347.793
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.41>

Волкова О.О.

аспірант кафедри диференціальної і спеціальної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

На нашу думку, дослідження проблеми психічного здоров'я моряків в умовах війни має теоретичне і прикладне значення для вирішення питань, пов'язаних із залежністю, депресією та запобіганням скоєнню самогубств серед українських моряків. До психологічних та фізичних розладів, які можуть виникати після довготривалого стресу, належать: інвалідність, алкоголізм, наркозалежність, втрата соціального статусу, роботи, житла, близьких людей, скоєння злочинів. Але багато моряків, які переживають травмуючі обставини або сильний стрес, відмовляються від професійної психологічної допомоги, тому

що лікування психічного захворювання може стати причиною незаключення контракту або дострокового його припинення. Професійна діяльність моряків супроводжується складністю професійних обов'язків та високим рівнем значущості для суспільства. Пандемія та війна вплинули на безпеку та благополуччя моряків та рибалок, їхню здатність прибути на свої судна та повернутися додому, а також на майбутню зайнятість.

Учасниками нашого дослідження стали 210 українських моряків. За останні три роки було проведено дослідницьке спостереження, опитування та тестування, яке дало

зможу зробити деякі висновки щодо психологічного здоров'я моряків у надзвичайних умовах. Російська агресія призвела до втрати домівок, стабільної роботи та існування багатьох тисяч родин на території України, які мали трудові відносини з іноземними компаніями. За різними даними, приблизно 120–150 тис українських моряків зазнали труднощів із працевлаштуванням під час війни та ще частина втратила своїх близьких та майно. Пандемія та війна вплинули на безпеку та благополуччя моряків та рибалок, їхню здатність прибути на свої судна та повернутися додому, а також на майбутню зайнятість. За словами голови Української спілки моряків Кристини Король, в Україні немає власного торговельного флоту, тому моряки вимушені шукати роботу за кордоном. Стресові чинники, пов'язані зі специфікою життя на борту судна, можуть серйозно вплинути на здоров'я моряків. Такі стресфактори можуть бути розділені на такі групи: соціальні, професійні, особисті та непередбачені травмуючі обставини. Проблеми, з якими зіткнулися моряки в умовах пандемії COVID-19 та війни в Україні, належать до непередбачених травмуючих обставин, які впливають на психологічний стан моряків і можуть нести негативні наслідки для суспільства.

Метою статті є розгляд проблеми психологічного здоров'я моряків в умовах пандемії COVID-19 та війни в Україні.

За результатами нашого дослідження виявлено, що діяльність в екстремальних умовах передбачає високі вимоги до представників ризикованих професій на прикладі українських моряків. Виконуючи свої професійні обов'язки, моряки стикаються зі специфічними проблемами психологічного плану, серед яких: відчуття підвищених ризиків щодо COVID-19, пов'язаних із рейсами до портів різних держав із несприятливою коронавірусною обстановкою, а також із перельотами із судна та на судно; відсутність нормального відпочинку між рейсами через обмеження або пряму заборону звільнення на берег у багатьох портах світу; затримки суден щодо входу в порт, виходу з порту, а також затримання суден із причин коронавірусу SARS-CoV-2, що ламають як графік роботи судна, так і особисті плани моряків; проблеми зі зміною екіпажів, пов'язані з фактичним припиненням регулярного авіаційного сполучення, закриттям кордонів держав, карантинними затримками; можливі значні перевищення контрактних термінів роботи на борту судна через неможливість змінного екіпажу прибути на судно. Через російську агресію моряки не можуть покинути країну, що призводить до втрати контракту та залишає моряків та їхні сім'ї без засобів існування [16, с. 325].

Сектор морського судноплавства зайнятий перевезеннями понад 80% всієї світової торгівлі та відіграє вирішальну роль у глобальній економіці. Морські судна перевозять більшу частину товарів світової торгівлі, а рибальство забезпечує необхідним морепродуктами. На судах усіх типів і розмірів, які перевозять вантажі з усього світу, здійснюють їх розвантаження та подальше завантаження, працюють загалом 1,6 млн моряків. Протягом століть морські перевезення були одним із найважливіших шляхів сполучення між країнами та континентами. І зараз на них припадає 80% обсягу світової торгівлі. «Світ залежить від судноплавства, а судноплавство – від моряків. Пандемія COVID-19 сильно вплинула на їхнє життя та роботу. Протягом усієї кризи вони стикалися з величезними проблемами, пов'язаними з поверненням на батьківщину, поїздками, належним доступом до вакцинації та медичного обслуговування», – йдеться у посланні голови ООН Антонію Гутерріша [19, с. 50].

Обмеження операторів суден у проведенні зміни екіпажів або недопущення такого проведення спричинило гуманітарну кризу, за якої приблизно 300 тис моряків виявилися замкненими на борту суден, не в змозі повернутися на батьківщину; приблизно така сама кількість моряків залишилася без роботи на березі, оскільки вони не в змозі потрапити на борт судна. Для тих, хто залишився на борту, подовжили контракти, іноді на термін понад 17 місяців, що призвело до перевтоми, проблем фізичного здоров'я, психічного здоров'я та у деяких випадках до самоушкодження та суїциду. Війна на території України та проблеми, пов'язані з COVID-19, значною мірою впливають на психологічне здоров'я моряків [17, с. 191].

Всесвітня організація охорони здоров'я визначає психічне здоров'я як «стан благополуччя, у якому кожна людина усвідомлює свій потенціал, може впоратися зі звичайними життєвими стресами, може працювати продуктивно та плідно і може зробити свій внесок у свою спільноту». У рекомендаціях Міжнародної благодійної організації моряків (ISWAN) запроваджено правила, дотримуючись яких моряк зможе захистити себе від зайвих переживань і скоригувати реакцію на стресові ситуації. Морякам рекомендують: фокусуватися на хороших подіях, планувати свій порядок дня наперед, бути ввічливими з іншими людьми і намагатися порозумітися з ними. Як стверджує консультант із клінічної психології доктор Пенні Блекберн, важливим складником міцної психіки є здоровий спосіб життя, який базується на трьох китах: дієті, повноцінному сні та фізичній активності [20, с. 51].

Удослідженні, проведеному у США за участю понад 3 тис моряків торгового флоту, було

виявлено, що лише 20% мають високий психологічний рівень добробуту або «процвітання». Ми маємо велику кількість доказів, що показник добробуту постійно зростає, що робить людей щасливими і що покращує їхнє благополуччя, і що ми можемо контролювати багато із цих речей. Тепер ми знаємо, що є кілька критичних факторів, які характеризують людей із добрим самопочуттям; людей, які «процвітають» у своєму житті. До них відносяться позитивні емоції, залученість, позитивні відносини та почуття сенсу, мети та досягнення. Є багато доказів того, що навмисна участь у діяльності щодо зміцнення нашого психологічного благополуччя матиме позитивний ефект, і якщо ми зможемо перетворити їх на звички, вони будуть мати тривалий вплив на наше самопочуття та фізичне здоров'я [8, с. 126].

Окрім потенційно обмеженої зайнятості, моряки постають перед обличчям: значних проблем у тому, щоб прибути на борт судна і залишити його в порту, ураховуючи, що щомісяця у зміні екіпажів бере участь близько 100 тис моряків; обмежень на проїзд та карантинних обмежень, із якими стикаються моряки міжнародного плавання навіть після проходження ними медичного обстеження; заборони на повернення додому або як мінімум відстрочення від'їзду; обмежених можливостей у тому, щоб зійти на берег для лікування; обмежень на доставку на борт судна основних ліків, палива, води, запчастин та провізії, у тому числі в умовах, коли судну забороняється зайти до порту; відсутності масок, спецодягу та інших засобів індивідуального захисту, найчастіше через обмеження на доставку; продовження плавання понад строку, який зазначений у трудовій угоді або національному законодавстві, що викликає втому; проблем із проходженням навчання чи перепідготовки для отримання кваліфікаційного свідоцтва; закінчення строку дії кваліфікаційних посвідчень та медичних довідок, що видаються на обмежений строк; посилення стресу, ізоляції та соціального тиску, яких зазнають моряки та їхні сім'ї; обмежень на доступ до портових соціальних послуг.

Моряки на круїзних лайнерах стикаються з особливими проблемами. Після висадки пасажирів круїзні судна прямують на якірну стоянку або швартуються біля віддаленого причалу, а моряки залишаються на борту без медичної допомоги та можливості повернутися додому. Багато моряків продовжують плавання. Незважаючи на можливість лікування легких нездужань на борту судна, морякам із тяжкими інфекційними захворюваннями може бути відмовлено у доступі до берегової медичної допомоги. Зважаючи на напружену фізичну працю рибалок, що викликає втому, особлива проблема виникає, коли не вдається змінити команду, внаслідок чого рибалки зму-

шені перебувати в морі тривалий час [14, с. 53]. Зв'язок і взаємозумовленість психічних станів і емоційно-вольових процесів полягають у самостійності психічних станів, неправомірності і неприпустимості їх підміни емоціями, почуттями і настроями. Водночас слід мати на увазі, що психічні стани відчують сильний вплив об'єктивних умов через емоції, почуття і настрої [4, с. 21].

Для попередження появи цих різноманітних психічних розладів важливі щоденний якісний сон, правильні фізичні навантаження, дотримання режиму дня, стабільні сім'ї та ін. Правильне ставлення до свого життєвого оточення дасть змогу уникати стресових ситуацій, депресій і повністю насолоджуватися життям. Важливо захистити себе від впливу психологічних маніпуляторів, яких з'явилася величезна кількість в останні кілька років. Серед рекомендацій: морякам необхідно регулярно робити фізичні вправи, у міру технічної можливості підтримувати зв'язок із рідними за допомогою Інтернету, не уникати спілкування і якомога частіше спілкуватися з іншими членами екіпажу. Окрім того, великим плюсом також є уважний і розуміючий капітан, який стежить, щоб члени екіпажу не замикалися в собі [6, с. 107].

У наукових дослідженнях, присвячених психічним станам, можливо спостерігати їх залежність від якостей і властивостей особистості людини, його світогляду, моральних підвалин, патріотичної свідомості, духовної орієнтації. На думку К.К. Платонова, «жодне психічне явище, будь то процес, стан або властивість особистості, що виявляється в діяльності, і сама ця діяльність, і її елементи – дії і вчинки – не можуть бути правильно зрозумілі без урахування особистісної їх зумовленості». Однак і це, безумовно, вірне та науково обґрунтоване твердження не тільки не виключає, а й передбачає необхідність урахування безпосереднього впливу на психічні стани зовнішніх чинників [14, с. 84].

Стрес завжди спрямований на мобілізацію життєвих сил організму незалежно від подальшої спрямованості емоцій. Стресові реакції змінюються у часі та мають різні рівні інтенсивності, які залежать від характеру стресорів. Стресор – значний за силою чи тривалістю подразник, що впливає на організм. Стресором є подразник, який людина сприймає як загрозову ситуацію, небезпечний чинник. Розрізняють стресори психологічні та фізіологічні. Величина стресової реакції залежить від сили стресора та інколи може перевищувати його. Залежно від виду стресора та характеру його впливу виділяються фізіологічний стрес та психологічний стрес [2, с. 59].

Фізіологічний стрес – це безпосередня реакція організму на вплив певного стимулу, як

правило, фізико-хімічної природи. У цьому разі стани виражені змінами у функціонуванні фізіологічних систем та відчуттями дискомфорту фізіологічного характеру (головні болі, дратівливість, розсіяність та втома, слабкість імунної системи тощо). Дискомфорт зачіпає різні психічні функції та боки особистості. У зв'язку з тим, що існують індивідуальні особливості особистості, то переживання дискомфорту може залежати як від зовнішніх подразників, так і від особистісних показників людини, що переживає стресовий стан: мотивів поведінки, вольових якостей, системи саморегуляції, інших особливостей. Як правило, фізіологічний дискомфорт виникає за невідповідності умов життєдіяльності характеру діяльності або фізіологічних потреб [7, с. 287].

Стрес – це автоматика мозку. У нейронній мережі гіпокампа – однієї з частин лімбічної системи головного мозку – зберігається інформація про всі небезпеки в нашому житті. Причому та, яку ми особисто не пережили, а про яку просто почули, прочитали й яку побачили. Коли виникає стимул доквілля, мозок проганяє його із цієї бази даних. Якщо мозок розпізнав ситуацію як небезпечну, він передає інформацію в мигдалеподібне тіло. Воно запускає стресову реакцію, дає організму сигнал про мобілізацію. Через 250 мілісекунд про це дізнаємося і ми. Ось мозок визначив, що стимул стресовий, і запустив роботу мигдалеподібного тіла. Відразу виділяється мозковий норадреналін – передається нейрохімічний імпульс і запускається обвальна реакція по організму. Починає роботу симпатична нервова система. Маємо декілька фізіологічних проявів на стрес: моментально розширюється зіниця, зменшується виділення слюни, розширюються бронхи, дихання стає інтенсивним, збільшується частота скорочень серця, стимулюється виділення глюкози печінкою, стимулюється виділення адреналіну, сповільнюється травлення – шлунок тимчасово перестає перетравлювати їжу, розслаблюється сечовий міхур, скорочується пряма кишка. Організм не витрачає енергію на процеси гомеостазу. Він готовий відобразити небезпеку чи втекти від неї [5].

Якщо стрес разовий, ці процеси відбуваються нормально. А якщо хронічний, дуже часто страждає шлунок. У нашому шлунку міститься соляна кислота. Щоб він не перетравив себе, спеціальні клітини у слизовій оболонці виділяють захисний гель. За хронічного стресу спазмуються мікрокапіляри, що пронизують слизову оболонку, клітини працюють погано, гель виходить розведеним. Розвивається неінфекційний гастрит і потім виразка. За хронічного стресу їжа вже не обробляється соляною кислотою, не всмоктується через стінки кишечника і перетворюється на калове

каміння. Може початися дивертикулез кишечника як фізіологічна реакція на стрес.

Психологічне благополуччя означає, що ми можемо добре функціонувати, ми загалом добре ставимося до себе та до життя, ми відчуваємо задоволення життям, відчуваємо мету та відчуття того, що наше життя на правильному шляху. Психологічне благополуччя – це час, коли справи йдуть добре, а також те, як ми справляємося, коли справи складніші. Йдеться як про добре самопочуття, так і про добре функціонування. Якщо ви почуваетесь добре, тоді ви дієте ефективніше, а якщо ви дієте ефективніше, ви почуваетесь краще. Але важко нормально функціонувати, якщо ви погано почуваетесь. Стан, як ви почуваетесь в повсякденному житті, може змінюватися, і на нього впливають різні речі в нашому житті і навколишньому середовищі. Наше відчуття психологічного благополуччя не фіксоване, воно включає те, наскільки ми щасливі, але це більше ніж просто наше почуття щастя або настрої, у якому ми зараз знаходимося. Деякі науковці визначили його як точку балансу між повсякденними проблемами, з якими ми стикаємося, та ресурсами та навичками, які у нас є, щоб упоратися із цими проблемами [3, с. 179].

Психологічний стрес характеризується включенням складної ієрархії психічних процесів. Найбільш типовими проявами такого стресу є зміни у протіканні різних психічних процесів, в емоційних реакціях, змінах мотиваційної структури діяльності, порушенні рухової та мовленнєвої поведінки. Психологічний стрес як особлива сукупність психічних станів є своєрідною формою реакції надзвичайного подразника, сила якої залежить від специфіки відображення людиною екстремального чинника чи ситуації.

Комплекс психічних станів при стресі включає такі групи. Перша група включає психічні стани, пов'язані з процесом сприйняття та когнітивною переробкою інформації стрес-фактора. До другої групи можна віднести переживання психологічної адаптації. До третьої групи – психічні стани, що виникають під час мобілізації ресурсів організму. Четверта група включає емоційні стани процесу психологічної дезадаптації [1, с. 10].

Стресогенні фактори морської праці. Віділяють такі фактори морської праці, які викликають хронічний або короточасний стрес: загроза аварій та травм; сенсорна депривація; стресори, що виникають під час взаємодії людини з виробничим середовищем судна; стресори, що виникають під час взаємодії людини з макросередовищем у морському рейсі; утрата важливих психічних зв'язків, відносна соціальна ізоляція; сімейно-побутові стресори; стресори, що виникають під час

взаємодії людини із соціально-психологічним середовищем екіпажу; економічні та комерційні стресори; інформаційний голод; фрустрація низки потреб; гіподинамія та гіпокінезія; пандемія COVID-19 та війна в Україні [9, с. 55].

Стомлюваність – це психологічний та фізіологічний стан людини, який суб'єктивно відчувається як втома. Майже кожна людина відчувала втому, яка за своєю виразністю перевершує звичайну: порушується сон, виникає дратівливість, знижуються апетит, працездатність та мотивація. Однак не завжди стомлюваність проявляється почуттям втоми. За високої зацікавленості та відповідних життєвих установок людина може ігнорувати інші ознаки стомлюваності: зниження ефективності праці, уваги, пам'яті, зміни артеріального тиску та частоти серцевих скорочень.

Синдром хронічної втоми – хвороба цивілізованих країн. Її іноді називають синдромом імунної дисфункції, синдромом поствірусної астенії, міалгічним енцефаломієлітом. Найяскравіший симптом – постійний занепад сил, що зберігається навіть після відпочинку. У групі ризику знаходяться люди, робота яких пов'язана з підвищеною відповідальністю. До них належать лікарі, пожежники, авіадиспетчери, оператори залізничного транспорту, підприємці та моряки. Неблагополучна санітарно-екологічна обстановка, хронічні захворювання та деякі вірусні інфекції підвищують шанси заробити синдром хронічної втоми навіть у молодому віці. Також захворювання провокує незбалансоване емоційно-інтелектуальне навантаження. Виникнення синдрому хронічної втоми пов'язують із розвитком специфічного неврозу центральних регуляторних центрів вегетативної нервової системи. Якщо не лікувати синдром хронічної втоми, то він може перерости в депресію, а також спричинити інфекційні та алергічні захворювання. Синдром хронічної втоми часто виникає через перевтому організму, як фізичної, так і розумової. За фізичної перевтоми у м'язах виникає дефіцит актину та міозину – білків, які відповідають за скорочення м'язових волокон. У результаті м'язи втрачають тонус і «відмовляються» скорочуватися, людина відчуває слабкість та нездатність нормально працювати. До того ж у м'язах може накопичуватися молочна кислота, через яку з'являється больовий синдром, який розповсюджується на все тіло. Розумова перевтома виникає через велику кількість емоційних та інтелектуальних навантажень та повну відсутність фізичної активності. У людини виробляються і накопичуються гормони стресу, він стає дратівливим, відчуває небажання щось робити і занепад сил, часто хворіє.

Для того щоб позбутися перевтоми, достатньо вирушити на відпочинок – іноді навіть кілька

днів перепочинку допомагають вирішити проблему. Однак якщо довго жити у стані перевтоми, то може виникнути синдром хронічної втоми, і в цьому разі не допоможе й місячна відпустка. Виділяють чотири ступені втоми. Утома першого ступеня – мало виражена, коли самопочуття людини трохи відрізняється від нормального функціонального стану. При цьому ступені стомлення виникають помилки під час точних рухів із незначним м'язовим зусиллям, але робота з максимальним зусиллям відбувається точно. З'являються проблеми із засипанням та пробудженням. Утома другого ступеня – для неї характерне зниження працездатності та витривалості. Збільшується кількість помилок під час роботи, хоча втома ще може бути компенсована зусиллям волі. Утома третього ступеня – виражена, характеризується помітним зниженням працездатності та витривалості. Збільшується час реакції та знижується швидкість роботи. Виникають парадоксальні реакції: робота, що вимагає незначних зусиль, виконується насилу, а коли потрібні максимальні зусилля – робота відбувається досить легко. З'являється сонливість удень, втома виникає за мінімального навантаження, але може бути частково компенсована вольовим зусиллям. Утома четвертого ступеня – сильно виражена, характеризується ультрапарадоксальними реакціями, що призводять до травм та аварій. Утома не йде після відпочинку, порушується сон – аж до розвитку безсоння.

Підвищена стомлюваність найчастіше виникає за таких захворювань: анемія, цукровий діабет, гіпотиреоз, злоякісні новоутворення, хронічні вірусні інфекції (гепатит, ВІЛ-інфекція), туберкульоз, паразитарна інвазія, депресія, синдром хронічної втоми, серцева недостатність, системні запальні захворювання, до яких відносяться ревматоїдний артрит, системний червоний вовчак, а також захворювання органів дихання, таких як бронхіальна астма, хронічні захворювання органів дихання, хронічні інтоксикації важкими металами, чадним газом, пестицидами, а також гострі бактеріальні та вірусні захворювання.

Утрата енергії, абсолютне небажання вставати з ліжка, постійна сонливість – це наслідки скаженого ритму великого міста і нескінченного стресу. Перевтома особливо проявляється у другій половині дня, її симптомами можуть стати головний біль, повна або часткова втрата уваги і навіть зниження гостроти зору. На жаль, працюючій людині з подібною проблемою доводиться стикатися нерідко, залишається лише знайти способи посиленої боротьби з тяжким станом [13].

Висновки та перспективи подальшого дослідження. Розглянуто проблему психологічного здоров'я моряків в умовах

пандемії COVID-19 та війни. Благополуччя в морі – досить важливий аспект для психологічного здоров'я моряків. Цілоком нормально і досить часто використовується на практиці – що ми повинні дбати про своє фізичне здоров'я. На суднах є тренажерні зали або тренажери, і багато компаній заохочують здорове харчування та вибір здорового способу життя для збереження здоров'я моряків. Коли ми відчуваємо фізичний біль, перше, що ми робимо, – здебільшого намагаємося розповісти про це комусь із близьких. Ми можемо навіть звернутися до лікаря. Проте це нечасто трапляється практично. Коли у нас поганий настрій і нас непокоїть дискомфорт, ми стикаємося скоріше із психологічними проблемами, ніж із фізичним здоров'ям. Коли моряк, перебуваючи далеко від сім'ї та друзів, із меншою ймовірністю говоритиме про поганий настрій чи почуття, пов'язані з нещастям, аніж у тих, хто на березі бачить своїх близьких щодня. Так само як засоби зв'язку з домом можуть бути обмежені, моряки можуть зіткнутися з іншими обмеженнями для їхнього благополуччя, наприклад обмежена відпустка на березі, монотонний розпорядок дня, тривалий робочий день, зміна компанії та мало можливостей для фізичних вправ або спілкування. Життєво важливо приділяти увагу своєму психічному здоров'ю, тому що воно впливає на те, як ми думаємо, відчуваємо та діємо. Більшість факторів, що негативно впливають на людину в морі та на суші, неможливо усунути, тому морським фахівцям необхідні вміння та навички саморегулювання, володіння ефективними стратегіями подолання стресогенних впливів. Наше дослідження може бути корисним у практиці психотерапевта під час діагностики психологічного стану моряків та механізмів адаптації для подальшого розвитку системи психотерапевтичних заходів, спрямованих на підвищення якості життя осіб, які пережили травматичний досвід.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита. *Психологический журнал*. 1994. № 1. С. 3–18.
2. О психофизиологических показателях в оценке работоспособности, утомления и переутомления моряков / И.А. Блощинский и др. *Военно-медицинский журнал*. 2002. № 10. С. 58–65.
3. Брайт Д., Джонс Ф. Преодоление стресса. Стресс. Теории, исследования, мифы. Санкт-Петербург : ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2003. С. 179–209.
4. Броневицький Г.А. Психологія військових моряків: психічні стани : підручник. 2002. С. 21–25.
5. Berti A: The impact of COVID-19 on the global shipping sector: Part 2, silver linings, Ship Technology. URL: <https://www.ship-technology.com/analysis/impact-of-coronavirus-on-shipping/>.
6. Волкова О.О. Концепція емпіричного вивчення психологічних особливостей та копінг-поведінки моряків в умовах невизначеності та ризику. *Габітус*. 2022. № 35. С. 106–111.
7. Вигдорчик М.И. Методы психодинамической диагностики в комплексном медицинском освидетельствовании моряков : дис. ... канд. мед. наук : 14.01.34 ; ГП «Украинский НИИ морской медицины». Одесса, 1999. С. 287–289.
8. Добряков И.В. Оказание психологической и психиатрической помощи при чрезвычайных ситуациях : учебное пособие. Бишкек : Папирус-Print, 2013. 366 с.
9. Егоров В.А., Белов В.В. Прогнозирование профессиональной пригодности моряков к деятельности в экстремальных условиях. *Военно-медицинский журнал*. 1992. № 12. С. 55–57.
10. Грановская, Р.М., Никольская И.М. Совладание – осознанные защитные стратегии. Защита личности: психологические механизмы. Санкт-Петербург : Знание, 1999. С. 242–266.
11. Зверев В.Ф. Особенности возникновения и течения невротических реакций у корабельных специалистов. *Военно-медицинский журнал*. 1971. № 11. С. 62–66.
12. Зейгарник Б.В. Психология личности: норма і патологія. *Клінічна психологія* : підручник. Москва : МПСІ ; Воронеж : МОДЕК, 2007. 352 с.
13. Из-за пандемии 200 тысяч моряков по-прежнему не могут сойти на берег. *ООН*. URL: <https://news.un.org/ru/story/2021/06/1405352>.
14. Истомина О.А. Профессиональная психология моряка : методические указания. Владивосток, 2006. 83 с.
15. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : методичний посібник / З.Г. Кісарчук та ін. Київ : Логос, 2015. 207 с.
16. Кузів О.Є. Психофізіологія: курс лекцій : навчальний посібник. Тернопіль : ТНТУ ім. І. Пулюя, 2017. 194 с.
17. Куликов Л.В. Преодоление трудных жизненных ситуаций. *Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики* : учебное пособие. Санкт-Петербург : Питер, 2004. С. 325–334.
18. Либина Е.В., Либин А.В. Стили реагирования на стресс: психологическая защита или совладание со сложными обстоятельствами? *Стиль человека: психологический анализ*. Москва : Смысл, 1998. С. 190–204.
19. МПС: Coronavirus (COVID-19): Guidance for ship operators for the protection of the health of seafarers, Marisec, London 2020. URL: <https://www.ics-shipping.org/wp-content/uploads/2020/11/covid19-guidance-for-ship-operators-for-the-protection-of-the-health-of-seafarers-v3-min.pdf>.
20. Новиков В.С. Предупреждение дезадаптивных изменений у моряков в плавании. *Военно-медицинский журнал*. 1982. № 4. С. 50–52.
21. Платонов К.К. Структура и развитие личности. Психология человека. Москва : Высшая школа, 2005. 219 с.
22. Psychological Wellbeing At Sea – SeafarerHelp 2018. URL: <https://www.seafarerhelp.org/assets/downloads/Psychological-Wellbeing-at-Sea.pdf>.

23. Рекомендации для судоходных компаний по предупреждению распространения COVID-19. URL: https://www.rospotrebнадзор.ru/files/news/recomend_sudohod.pdf.

24. Coronavirus disease (COVID-19) Pandemic. IMO. URL: <https://www.imo.org/en/MediaCentre/HotTopics/Pages/Coronavirus.aspx>.

25. Corey L.M. Keyes. The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of Health and Social Behavior*. Vol. 43. № 2. Selecting Outcomes for the Sociology of Mental Health: Issues of Measurement and Dimensionality, (Jun., 2002), pp. 207-222 URL: <http://www.jstor.org>.

26. Совместное заявление, призывающее все правительства незамедлительно признать клю-

чевую роль моряков и предпринять скорейшие эффективные действия по устранению препятствий для проведения смены экипажа, с тем чтобы разрешить гуманитарный кризис, угрожающий сектору судоходства, обеспечить безопасность на море и способствовать экономическому восстановлению после пандемии COVID-19. URL: <https://www.icao.int/Security/COVID-19/PublishingImages/Pages/Statements/%28%20%D0%A0%D1%83%D1%81%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%29.pdf>.

27. COVID-19 и морское судоходство и рыболовство. *International Labour Organization*. URL: https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_dialogue/---sector/documents/briefingnote/wcms_749291.pdf.

СИТУАТИВНА ДИСФОРІЯ В КОНТЕКСТІ СТЕНІЧНИХ І АСТЕНІЧНИХ ПРОЯВІВ

SITUATIONAL DYSPHORIA IN THE CONTEXT OF STHENIC AND ASTHENIC MANIFESTATIONS

Дисфорія може бути описана як настрій, а також як відчуття дискомфорту щодо окремих станів тіла та самопочуття. З боку темпоральних характеристик виділяють дисфорію як стан, який відображає стійкі особистісні характеристики, а також дисфорію як ситуативну реакцію. Дисфоричний стан частіше відображає психопатологічні процеси, а дисфоричне реагування – набуті неефективні практики повсякденного спілкування. Метою даного дослідження є вивчення співвідношення проявів ситуативної дисфорії з деякими стеничними й астенічними чинниками.

Дослідження підтвердило, з одного боку, наявність стеничних і астенічних структурних елементів у дисфорії, з іншого – надало можливість стверджувати, що немає підстав виділяти окремі форми дисфорії, зокрема, з направленістю на зовнішній світ, з одного боку, та на себе – з іншого. Було виявлено, що ситуативна дисфорія являє собою єдність стеничних і астенічних компонентів, водночас направленість агресії орієнтована переважним чином на предметний світ. Ступінь впливу предметної агресії на виникнення ситуативної дисфорії майже вдвічі переважає вплив іншого психологічного компоненту – тривоги.

Зроблено припущення, що чинником виникнення ситуативної дисфорії є механізм конструювання реальності, елементи якої значною мірою не збігаються з об'єктивною дійсністю. Уявний образ реальності, вірогідно, є способом зменшення тривоги суб'єкта. У разі незбігу образу ситуації з реальним перебігом подій суб'єкт починає відчувати дисфорію. Дисфоричні прояви прив'язані саме до якоїсь ситуації і можуть не проявлятися в інших умовах. Отже, дисфорію можна описати як модуляторний механізм, що трансформує реальність суб'єкта, на основі неадекватного відображення об'єктивної зовнішньої події або конструйованої викривленої реальності.

Ключові слова: дисфорія, ситуативна дисфорія, тривога, депресія, агресія, предметна агресія.

Dysphoria can be defined as a mood, as well as a feeling of discomfort in relation to certain states of one's own body and well-being. From the side of temporal characteristics, dysphoria is distinguished as a state and as a situational reaction. A dysphoric state often reflects psychopathological processes, and a dysphoric response reflects acquired ineffective ways of everyday communication.

The purpose of this study is to study the correlation of manifestations of situational dysphoria with some sthenic and asthenic factors. The study confirmed, on the one hand, the presence of sthenic and asthenic structural elements in dysphoria, on the other hand, it allowed us to assert that there are no grounds to single out separate forms of dysphoria, in particular, with a focus on the outside world, on the one hand, and on oneself, on the other. It was found that situational dysphoria is a unity of sthenic and asthenic components, while the direction of aggression is focused on the objective world. The degree of influence of objective aggression on the occurrence of situational dysphoria is almost two times higher than the influence of anxiety.

On the basis of the study, it was concluded that the factor in the occurrence of situational dysphoria is the construction of reality, in the image of which individual elements do not coincide with objective reality. This image is probably a way to reduce the subject's anxiety. If the image of the situation does not coincide with the real course of events, the subject begins to feel dysphoria. At the same time, dysphoric manifestations are associated precisely with a certain situation and may not appear under other conditions. Dysphoria, therefore, can be described as a modulatory mechanism that transforms the reality of the subject, based on an inadequate display of an objective external event or a constructed distorted reality.

Key words: dysphoria, situational dysphoria, anxiety, depression, aggression, subject aggression.

УДК 616.895.4:616.89-008.19-052-008.46
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.42>

Іванова Т.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології, політології
та соціокультурних технологій
Сумський державний університет

Шалатонова Ю.Р.

студентка гр. ПЛ-01
Сумський державний університет

Постановка проблеми. Однією з характерних ознак сучасного світу є зростання рівня психічних розладів, поширення граничних відхилень різної нозології. У цьому ж контексті можна зазначити збільшення питомої ваги поліемоційних розладів, що включають різноманітний спектр відхилень, які складно описати в межах моносимптоматики. Формувана ситуація передбачає необхідність формування додаткових підходів до категоріального опису тих чи інших одиниць психоемоційних відхилень, а також необхідних психологічних втручань у контексті роботи з такими розладами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. До психоемоційного розладу, що має досить широкий спектр симптоматичної представленості, належить дисфорія. У структурі афективних розладів термін «дисфорія» можна позначити як парасольковий, тому що він уживається в контексті означення, хоча загалом негативних, але досить різноманітних станів [7]. Зокрема, термін «дисфорія» уживається як синонім туги або суму; на означення субдепресії; як специфічна суміш переживань тривоги та депресії; для опису комплексу негативних емоційних станів, особливістю яких є загальне незадоволення [2].

Водночас дисфорія розглядається як додаткова ознака в межах деяких захворювань, або ж дисфорію означають за допомогою інших нозологічних одиниць. Наприклад, у DSM-5 описаний дисфоричний настрій, який включає смуток, тривогу або дратівливість; стан, у якому людина відчуває сильні почуття депресії, незадоволення, а іноді – байдужість до навколишнього середовища [6, с. 451]. Як ми можемо зазначити, уже в даному визначенні присутні різноманітні інтенції (наприклад, існування водночас емоцій стеничного й астеничного спектра), а також використовується визначення через інші досить широкі симптомокомплекси (тривога та депресія), щодо співвідношення яких (це два різні захворювання або різні стадії одного) і нині точаться дискусії [10, с. 1715].

Також досить активно вивчається «передменструальний дисфоричний розлад» (далі – ПМДР), який класифікується як депресивний розлад, що включає різноманітні емоційні стани: дратівливість, гнів, депресивний настрій, тривогу, емоційну нестабільність [8]. У даному разі ми бачимо, що дисфорія описується вже не як окрема структурна одиниця, а як елемент складного соматопсихологічного розладу [14, с. 1175]. Тобто можна зазначити, що вживання поняття «дисфорія» у контексті ПМДР підсилює уявлення про те, що дисфорія являє собою неспецифічний неприємний стан.

Ще однією нозологічною одиницею, що описується в контексті дисфоричних розладів, є ґендерна дисфорія, яка характеризується активним незадоволенням власною статтю та запереченням накладених суспільством стереотипів поведінки, що передують виникненню проблем із соціальною адаптацією [5]. Тобто в такому разі специфічні ознаки дисфорії деякою мірою переходять на другий план, втрачають переважну кількість власних характеристик [4].

Також дисфорію описують як компонент посттравматичного стресового розладу, до характерних ознак якого відносять: нездатність пригадувати негативні переконання про себе чи світ, звинувачення себе чи інших, стійкі негативними емоції, пов'язані із травмою, зниженням інтересу до участі у важливих заходах, відчуттям відстороненості, нездатністю переживати позитивні емоції, дратівливістю, спалахами гніву, безрозсудною, саморуйнівною поведінкою, проблемами з концентрацією, порушеннями сну [17, с. 98]. У даному разі, навпаки, ознаки дисфорії фактично цілком представлені в описі ПТСР, що позбавляє дисфоричний розлад об'єктивної специфічності.

Отже, дисфорію можна описати, з одного боку, як настрої з усіма властивими йому характеристиками: стійкість, відсутність інтенційного об'єкта, невмотивованість, ригід-

ний стан, що переживається як неприємний, дискомфортний, негативний і пригнічуючий [1, с. 995], який, у свою чергу, формує систему відносин індивіда до світу, інших і самого себе [9]. Тобто із цих позицій дисфорію можна описати як складний емоційний стан, що важко переноситься суб'єктом.

З іншого боку, дисфорію можна представити як відчуття дискомфорту щодо деяких станів власного тіла та самопочуття [13]. Як уже зазначалось, у психіатрії та клінічній психології розглядаються такі стани, як ґендерна дисфорія (стан дискомфорту та дистресу, який виникає під час оцінювання власного тіла); передменструальна дисфорія (самопочуття, яке заважає нормальному функціонуванню індивіда); 3) нейрорептична дисфорія (занепокоєння та дискомфорт, пов'язані з відчуттям психічної та рухової незручності, які людина вважає наслідком прийому нейрорептиків) [16]. Тобто в такому разі в основі дисфоричних переживань лежить відчуття спотворення або невідповідності – чогось, що пішло не так і заважає жити.

З боку темпоральних характеристик виділяють дисфорію як стан, який відображає досить стійкі особистісні характеристики [11, с. 556], а також дисфорію як ситуативну реакцію [12]. Якщо дисфоричний стан – це зазвичай прояв психопатологічних процесів, то дисфоричне реагування (ситуативної дисфорії) включає значно ширший діапазон чинників, на одному полюсі якого може бути усталене реагування, що базується на ендогенних процесах, а на іншому – набуті неефективні практики повсякденного спілкування. Саме тому вивчення ситуативної дисфорії становить значний інтерес саме для психологів, тому що деякі форми ситуативного дисфоричного реагування можна скоригувати за допомогою відповідних практик психокорекції.

Варто зазначити, що дисфорія є досить складним процесом, який включає комплекс психоемоційних станів і реакцій, що мають різнонаправлені тенденції. Наприклад, досить часто дисфорію описують як депресивний стан, навіть для діагностування наявності дисфорії використовують опитувальники для вимірювання депресивного стану [3]. З іншого боку, більш глибокий аналіз показує наявність помітних відмінностей між депресією та дисфорією. Досить характерними особливостями дисфорії є незадоволення, відчуття нещастя, дратівливість, що проявляється екстерналізованим способом (звинуваченням інших у власних почуттях, гнівом) і полегшується через, здавалося б, цілеспрямовану, але соціально небажану поведінку (наприклад, спалахами гніву). З іншого боку, у разі депресії почуття більш пригнічені, сумні, ангедонічні; цей стан має більш інтерналізований вияв (звинувачу-

чення себе, відчуття провини), а полегшується зменшенням цілеспрямованості, пасивністю, безцільною діяльністю.

Отже, під час вивчення ситуативної дисфорії важливо зафіксувати – переважання саме яких компонентів має місце: астенічних (туга, сум, пасивність) або стенічних (лють, роздратованість, конфліктність). Виділення цих компонентів допоможе побудувати більш логічну тактику психологічної корекції. Саме це стало **метою** зазначеного дослідження – вивчення співвідношення проявів ситуативної дисфорії з деякими стенічними й астенічними чинниками.

Дослідження було проведено в період із 26 вересня до 19 листопада 2022 р. Зважаючи на воєнний стан в Україні, ми запропонували респондентам у доступний для них час пройти методики у форматі онлайн, що були оформлені за допомогою Google Форми та розповсюджені через соціальні мережі Telegram та Instagram у чатах.

У дослідженні взяли участь 278 осіб віком 18–32 роки, з них жінок – 154 (55,4%), чоловіків – 124 (44,6%), за віком респонденти розподілились так: 18–20 років – 106 осіб (38,12%), 21–25 років – 90 осіб (32,33%), 26–32 роки – 82 особи (29,55%).

Для діагностики рівня тривоги та депресії була використана методика «Госпітальна шкала тривоги і депресії (HADS)» [15, с. 292]. Для дослідження наявності та вираженості вербальної, фізичної, предметної, емоційної агресії та самоагресії був використаний «Тест агресивності» [18]. Ситуаційна дисфорія вимірювалась із використанням опитувальника «Шкала ситуаційної дисфорії (SITDS)» [3].

Обробка результатів проводилась за допомогою програмного пакету Statistika.

У таблиці 1 наведені результати дескриптивної статистики (середнє, стандартна помилка, стандартне відхилення, коефіцієнт варіації).

Показники практично за всіма шкалами всіх трьох тестів перебувають у середніх межах.

Показник «Самоагресія» має значущу відмінність порівняно з іншими, але теж перебуває на середньому рівні. Виняток становить показник «Тривога» (Госпітальна шкала тривоги і депресії), який перебуває на рівні вище середнього.

Варто зазначити наявність досить високого рівня варіативності ознак за всіма шкалами, що свідчить про різноманітність вибірки та дає можливість припустити, що отримані результати більшою мірою відображають особливості генеральної сукупності, аніж конкретної групи.

Отже, у межах Тесту агресивності два показники мали деякі відмінності від інших (переважання рівня параметра «Самоагресія» у порівнянні з іншими показниками та досить високий рівень показника «Фізична агресія»). Цей факт потребував додаткового уточнення співвідношення окремих параметрів агресивності, тому був проведений кластерний аналіз з використанням показників Тесту агресивності.

Результати кластерного аналізу наочно свідчать про існування трьох окремих груп ознак: першу групу становлять предметна, емоційна та вербальна агресія, другу – фізична агресія, третю – самоагресія (Рис. 1). Виділення самоагресії як окремого кластера, вірогідно, пов'язане з тим, що вона, на відміну від інших, орієнтована на самого суб'єкта переживання даної агресії, тому має ознаки деструкції не щодо навколишнього світу, а до самого себе. Щодо іншого показника – рівня вираження орієнтації суб'єкта на фізичну агресію, то він відображає, вірогідно, у деяких випадках не ситуативні, а психопатологічні прояви, за цією ознакою має принципові відмінності від інших форм і проявів агресії. Саме тому дана ознака (фізична агресія) виявилась із найвищим рівнем варіативності, тому що вона включає поведінкові реакції різної етіології.

Наступним етапом було проведення кореляційного аналізу для виявлення взаємозв'язку між параметром «Ситуативна дисфорія» й іншими показниками інших тестів.

Таблиця 1

Дескриптивна статистика показників «Тесту агресивності», «Госпітальної шкали тривоги та депресії», «Шкали ситуаційної дисфорії»

Тест агресивності	Mean	S. D.	V. C. (%)
Вербальна агресія	3,72 ± 0,09	1,67	44,74
Фізична агресія	2,63 ± 0,10	1,89	71,58
Предметна агресія	2,95 ± 0,09	1,60	54,21
Емоційна агресія	2,78 ± 0,08	1,56	55,98
Самоагресія	4,32** ± 0,10	1,93	44,60
Госпітальна шкала тривоги і депресії			
Тривога	8,25** ± 0,20	3,78	45,79
Депресія	6,60 ± 0,16	2,96	44,80
Шкала ситуаційної дисфорії			
Ситуаційна дисфорія	42,13 ± 0,1,09	20,35	48,31

p** ≤ 0,01

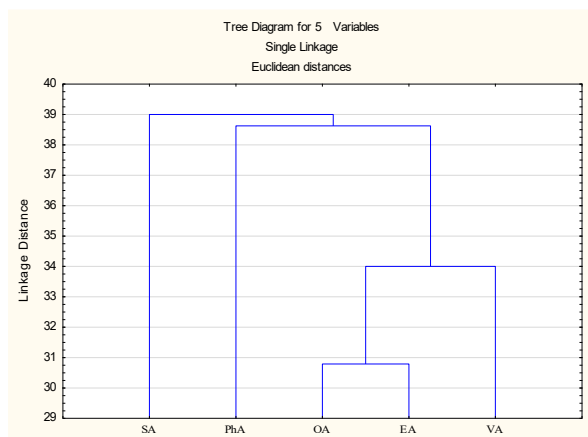


Рис. 1. Дендрограма видів агресії.

Примітка: SA – самоагресія; PhA – фізична агресія; OA – предметна агресія; EA – емоційна агресія; VA – вербальна агресія

Результати кореляційного аналізу (табл. 2) досить наочно підтверджують зазначену вище особливість дисфорії – поєднання стеничних і астенічних компонентів – про це свідчить наявність значущої кореляції між показником «Ситуативна дисфорія» та формами вербальної, предметної, емоційної агресії (стеничний модус) і між показником «Ситуативна дисфорія» та параметрами самоагресії, тривоги та депресії (астенічний модус). Варто зазначити, що значущий кореляційний зв'язок між параметрами «Фізична агресія» та «Ситуативна дисфорія» відсутній, що є підтвердженням раніше висловленого припущення щодо різних передумов, що сприяють виникненню фізичної агресії, з одного боку, та інших видів агресії – з іншого.

Можливість зафіксувати наявність кореляційних зв'язків між окремими показниками ще не дає інформації щодо форми та залежності між вказаними величинами. Тому наступним етапом був обраний регресійний аналіз, де залежною змінною був обраний параметр «Ситуативна дисфорія», а незалежними (після усунення мультиколінеарності) – предметна агресія та тривога.

Показники, наведені в таблиці 3, показують статистичну значущість лінійної регресії [F = 0,408, p = 0,000 < 0,05]. Виправлене значення R становить 0,166. Відповідно до цього значення зрозуміло, що 16,6% варіативності у прояві ситуативної дисфорії залежать від рівня тривоги та предметної агресії. Рівняння регресії для простих лінійних залежностей між змінними:

$$\text{Ситуативна дисфорія} = 18,019 + 2,038 * \text{Предметна агресія} + 1,342 * \text{Тривога}.$$

Виходячи з отриманого рівняння, можна зазначити, що ситуативна дисфорія є станом, що, з одного боку, залежить від рівня переживання тривоги (суб'єктивний модус), з іншого – проявляється в рівні агресивного ставлення до предметного світу (поведінковий модус).

Обговорення. Як уже зазначалось, дисфорія, зокрема й ситуативна дисфорія, згідно з феноменологічним підходом до її вивчення, являє собою комплекс різнонаправлених психічних станів. Дане уявлення базується передусім на психіатричних спостереженнях, досить мало підкріплених психологічними дослідженнями, що, безумовно, потребує вивчення даного психічного процесу в руслі психологічної парадигми.

Щоб зафіксувати та докладніше вивчити складові частини ситуативної дисфорії, зокрема її стеничних і астенічних елементів, були використані методики для психічних станів різного спектра – з одного боку, тривоги та депресії, з іншого – схильності до агресивного реагування.

Необхідно зазначити, якщо використання тестів з вивчення депресії для визначення наявності дисфоричних проявів є досить поширеним, хоча, може, і не досить об'єктивним, з огляду на протилежні модуси депресії (пригніченість, зниження тону су й активності загалом) і дисфорії (значна частка в загальній картині симптомів належить таким станам, як роздратування, невдоволення, лють, тобто станам активного полюсу), то використання тестів для вимірювання агресії та психічної напруги не у традиції під час діагностування

Таблиця 2

Кореляційна матриця взаємозв'язку параметрів за різними тестами

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Вербальна агресія	1,00							
2. Фізична агресія	0,28	1,00						
3. Предметна агресія	0,34	0,05	1,00					
4. Емоційна агресія	0,25	0,05	0,29	1,00				
5. Самоагресія	0,19	-0,12	0,26	0,42	1,00			
6. Тривога	0,24	0,02	0,37	0,41	0,42	1,00		
7. Депресія	0,01	-0,05	0,10	0,24	0,21	0,35	1,00	
8. Ситуативна дисфорія	0,20***	0,06	0,29***	0,24***	0,19***	0,35***	0,18**	1,00

p** ≤ 0,01; p*** ≤ 0,001

Таблиця 3

Показники регресійного аналізу

Model	Non-Standardized Coefficient	Non-Standardized Coefficient	Beta	T	Sig.
	B	Std. error			
Константа	18,019	3,94023		4,573149	0,00
Предметна агресія	2,038	0,811942	0,159	2,510227	0,013
Тривога	1,342	0,356642	0,227	3,763431	0,000
Залежна змінна: Ситуативна дисфорія					
F Value = 9,007	p = 0,000				
R = 0,408	R ² = 0,166	Adjusted R ² = 0,148			

дисфоричних проявів. Тому використання методик на вимірювання агресії в даному дослідженні дозволяє деяким чином заповнити цю прогалину. За результатами описової статистики всі показники агресії були в середньонормативних межах, деяка різниця була тільки за показником мінливості (хоча рівень мінливості всіх показників є досить високим) – найвищий рівень мінливості виявився в показника «Фізична агресія». Додатково кластерний аналіз виявив виділення фізичної агресії в окремий фактор, а регресійний аналіз надав додаткові докази того, що фізична агресія не є елементом ситуативної дисфорії.

Висновки. Проведений аналіз підтвердив розуміння дисфорії як складного психологічного феномену, що включає стенічні й астенічні елементи, водночас не можна стверджувати, що існують окремі форми дисфорії, зокрема, з направленістю на зовнішній світ, з одного боку, та на себе – з іншого. Ситуативна дисфорія, у даному випадкові, являє собою єдність стенічних і астенічних компонентів, водночас направленість агресії орієнтована переважно на предметний світ. Ступінь впливу предметної агресії на виникнення ситуативної дисфорії майже вдвічі переважає вплив іншого психологічного компоненту – тривоги.

Можна припустити, що в основі виникнення ситуативної дисфорії лежить механізм конструювання реальності, елементи якої значною мірою не збігаються з об'єктивною дійсністю. Вірогідно, уявний образ реальності не стільки орієнтований на забезпечення ефективної взаємодії з нею індивіда, скільки служить способом зменшення тривоги суб'єкта. У разі незбігу образу ситуації з реальним перебігом подій суб'єкт починає відчувати дисфорію. До того ж дисфоричні прояви прив'язані саме до ситуації і можуть не проявлятися в інших умовах.

Отже, можна стверджувати, що дисфорія перебуває між суб'єктивним полем її існування та поведінковою реакцією індивіда. Дисфорію, у контексті даного бачення, можна описати як модуляторний механізм, що трансформує

реальність суб'єкта, на основі неадекватного відображення об'єктивної зовнішньої події або навіть конструйованої викривленої реальності. Адекватна відповідь, з погляду суб'єкта, але фактично дисфоричний відгук, формується в контексті зазначеного неадекватного образу. Фактично, ці механізми, що модулюють відгук на деякі зовнішні чинники, у разі дисфорії дають збій або стають нерегульованими, з нездатністю контролювати власні емоції. Вони можуть підсилитись такою мірою, що суб'єкт починає цілком від них залежати. У важких випадках може відбуватись ототожнення суб'єкта із власними емоційними реакціями із втратою меж між Я й об'єктом.

Емоції, а також їх окремі втілення, як-от дисфорія, були і залишаються не досить вивченою сферою у психології, що передбачає багатоаспектний простір для їх розвідок. Перспективним вважаємо формування узгодженої категоріальної системи понять щодо терміна «дисфорія» з подальшим створенням відповідного інструментарію для їх вимірювання.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Psychopathological concepts of dysphoria / P. Berner et al. *Psychopathology*. 1987. № 20 (2). С. 93–100.
2. The interictal dysphoric disorder: recognition, pathogenesis, and treatment of the major psychiatric disorder of epilepsy / D. Blumer et al. *Epilepsy Behav.* 2004. № 5 (6). Р. 826–840. DOI: 10.1016/j.yebeh.2004.08.003.
3. Assessing situational dysphoria in borderline patients: Development and preliminary validation of the Situational Dysphoria Scale (SITDS) / A. D'Agostino et al. *Clinical Neuropsychiatry*. 2017. № 6. Р. 415–423.
4. Davy Z., Toze M. What Is Gender Dysphoria? A Critical Systematic Narrative Review. *Transgend Health*. 2018. № 3 (1). Р. 159–169. DOI: 10.1089/trgh.2018.0014.
5. Mental health and gender dysphoria: A review of the literature / C. Dhejne et al. *Int Rev Psychiatry* 2016. № 28 (1). Р. 44–57. DOI: 10.3109/09540261.2015.1115753.
6. DSM-5. *Supplement to Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Fifth Ed. American Psychiatric Assoc. Publishing, 2018. 970 p.
7. Frank G.R. Dysphoria: A major symptom factor in persons with disability or chronic illness. *Psychiatry Research*. 1992. V. 43 (3). Р. 231–241.

8. Hofmeister S., Bodden S. Premenstrual Syndrome and Premenstrual Dysphoric Disorder. *Am Fam Physician*. 2016. № 94 (3). P. 236–40.
9. Joormann J., Siemer M. Affective processing and emotion regulation in dysphoria and depression: Cognitive biases and deficits in cognitive control. *Social and Personality Psychology Compass*. 2011. № 5 (1). P. 13–28.
10. Groß Julia, Bayen Ute J. Effects of dysphoria and induced negative mood on the processes underlying hindsight bias. *Cognition and Emotion*. 2017. 31 : 8. P. 1715–1724. DOI: 10.1080/02699931.2016.1249461.
11. Liebowitz M.R., Klein D.F. Hysteroid Dysphoria. *Psychiatric Clinics of North America*. 1979. № 2 (3). P. 555–575.
12. Models of borderline personality disorder: recent advances and new perspectives / A. D'Agostino. *Curr. Opin. Psychiatry*. 2018. № 31 (1). P. 57–62.
13. Minority stress, pandemic stress, and mental health among gender diverse young adults: Gender dysphoria and emotion dysregulation as mediators / M. Pease et al. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*. Advance online publication. 2022. DOI: 10.1037/sgd0000574.
14. Selective serotonin reuptake inhibitors for premenstrual syndrome and premenstrual dysphoric disorder: a meta-analysis / N.R. Shah et al. *Obstetrics and gynecology*. 2008. № 111 (5). P. 1175–1182.
15. Snaith R.P., Zigmond A.S. The hospital anxiety and depression scale. *Br. Med. J. (Clin. Res. Ed.)*. 1986. 292 (6516) – 344. DOI: 10.1136/bmj.292.6516.344.
16. Voruganti L., Awad A.G. Neuroleptic dysphoria: towards a new synthesis. *Psychopharmacology*. 2004. № 171 (2). P. 121–132.
17. Understanding heterogeneity in PTSD: fear, dysphoria, and distress / L.A. Zoellner et al. *Depress, Anxiety*. 2014. № 31 (2). P. 97–106. DOI: 10.1002/da.22133.
18. Почебут Л.Г. Теорія міжкультурної комунікативної компетентності. *Наукові праці : науково-методичний журнал. Серія «Соціологія»*. Миколаїв, 2012. Вип. 172. Т. 184. С. 14–19.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ У ПІДЛІТКІВ ІЗ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

PECULIARITIES OF THE MANIFESTATION OF THE POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER (PTSD) IN ADOLESCENTS FROM INTERNALLY DISPLACED PERSONS

У статті розкрито сутність понять «стрес», «травматичні події», «посттравматичний стресовий розлад». Описано основні ознаки та чинники виникнення посттравматичного стресового розладу. Зроблено акцент на підлітках, особливо вразливій категорії, яка потрапляє під дію посттравматичного стресового розладу. Розкрито психологічні особливості особистості підліткового віку. Деталізовано описано спектр посттравматичних симптомів у підлітків на фізіологічному, емоційному, когнітивному і поведінковому рівнях. Зроблено акцент на психологічній діагностиці та корекції посттравматичного стресового розладу в підлітковому віці. Зазначено вплив посттравматичного стресового розладу на поведінку підлітка, на психіку, взаємовідносини з оточуючими, стосунки в родині тощо. Розкрито сутність психотерапевтичної допомоги підліткам, які мають ознаки посттравматичного стресового розладу, та зазначено основні стратегії психотерапії. Проаналізовано психотерапевтичні методи при ПТСР: раціональна психотерапія, методи зняття напруги та тривожності, когнітивна психотерапія, особистісно-орієнтована психотерапія, гештальт-терапія, позитивна психотерапія тощо. Підібрано та апробовано психодіагностичні методи дослідження та емпірично виявлено особливості прояву складників посттравматичного стресового розладу; обґрунтовано критерії та визначено рівні діагностичних індикаторів посттравматичного порушення.

Представлено результати емпіричного дослідження з підлітками, які мають ознаки посттравматичного стресового розладу. У дослідженні взяли участь внутрішньо переміщені особи й особи, які не змінювали свого місця проживання і не перебували в зонах активних бойових дій. Доведено важливість та необхідність своєчасної діагностики та психологічної корекції особистості підліткового віку з метою збереження психічного та фізичного здоров'я.

Ключові слова: стрес, адаптаційний синдром, психологічна травма, посттравматичний стресовий розлад, підлітки.

The article reveals the essence of the conceptions of stress, traumatic events, and post-traumatic stress disorder. The main characteristics and factors of the occurrence of the post-traumatic disorder are explained. The emphasis is placed on adolescents, as the most vulnerable category that is under the influence of post-traumatic disorder. The psychological characteristics of the personality of the adolescents are revealed.

The spectrum of post-traumatic symptoms in adolescents at the psychological, emotional, cognitive, and behavioral levels is described in detail.

The emphasis is placed on the psychological diagnosis and correction of post-traumatic stress disorder during the teenage years. The influence of post-traumatic stress disorder on the adolescent's behavior, psyche, and relationships with family and others is indicated. The essence of psychotherapeutic assistance to adolescents with signs of post-traumatic stress disorder is revealed and the main strategies of psychotherapy are indicated. The following psychotherapeutic methods for stress are analyzed: rational emotive behavior therapy, methods of relieving tension and anxiety, cognitive psychotherapy, personality-oriented psychotherapy, Gestalt therapy, positive psychotherapy, etc. The psychodiagnostics research methods are selected and adopted; The features of the manifestation of the components of PTSD are empirically revealed; The criteria are substantiated and the levels of diagnostic indicators are determined.

The results of an empirical study of adolescents with signs of PTSD are presented. The research was conducted with the participation of internally displaced persons and persons who did not change their place of residence and were not in active combat zones. To preserve both mental and physical health, the importance of timely diagnosis and psychological correction of adolescents has been proven.

Key words: stress, adaptation syndrome, psychological trauma, post-traumatic stress disorder, adolescents.

УДК 159.99 (159.91)

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.46.43>

Куліш О.В.

к.пед.н.,

доцент кафедри психології

Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

Сірик І.В.

к.псих.н.,

доцент кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації

Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького

Актуальність. Сьогодні українське суспільство проживає складні часи, які зумовлені війною. Уже рік триває війна, зростає кількість внутрішньо переміщених осіб з окупованих територій. Десятки тисяч людей змушені були покинути свої домівки і тимчасово переміститися в інші регіони нашої країни та поза її межі. За даними «Укрінформ», понад 4 867 106 людей стали внутрішніми переселенцями, із них 1 976 72 – діти [9]. Майже 40% дітей віком 7–12 років та більше половини дітей віком

13–18 років стали безпосередніми свідками подій, що пов'язані з війною. Це сім'ї, які втратили житло, своїх близьких, рідних, зазнали поранень. Безумовно, такі події є травмуючими для психіки особистості як дорослого, так і дитини.

Підлітки нездатні захистити себе, не мають достатньо досвіду, щоб упоратися з травмуючою ситуацією, і є особливо вразливими до травматичних подій. Найчастішою формою психічних порушень у підлітків, які пережили

небезпечні для життя ситуації, є посттравматичні стресові розлади (ПТСР). Особливість їх у тому, що вони не лише не зникають із часом, а стають більш вираженими та можуть раптово проявитися на тлі загального благополуччя. Тому надзвичайно важливим є вивчення особливостей прояву посттравматичного стресового розладу у підлітків із внутрішньо переміщених осіб, діапазону прояву симптоматики на різних рівнях функціонування.

Виклад основного матеріалу. Переважна більшість людей у сучасному суспільстві знаходиться під впливом дії стресових чинників у зв'язку зі збільшенням війн, катастроф, природних катаклізмів, тому в останній час поняття стресу набуло особливої актуальності. Протягом тривалого часу дослідники вивчали поняття стресу, причини виникнення, особливості протікання тощо. Уперше поняття «стрес» було застосовано канадським біологом, лікарем Г. Сельє (1907–1982), який зробив висновок про існування загального адаптаційного синдрому, що забезпечує пристосування організму до умов середовища, що змінюються [4]. Також дослідженням стресу займалися Б. Вілсон, М. Горовиць, Р. Грін, С. Палмер, Т. Пікеринг та ін.

Розглядаючи поняття «стрес», слід зауважити, що він має фізіологічні, психологічні, особистісні та медичні ознаки. Помітною рисою стану стресу є загальне порушення, що охоплює різні рівні функціонування організму. На рівні поведінкових реакцій стан стресу може виявитися у: характерних рисах міміки та жестів; наявності напруженості у вигляді мимовільної напруги м'язів, закритості пози, пасивної поведінки; наявності особливої рухливості, іноді невмотивованої, нехарактерної для суб'єкта; мимовільних рухах очей; зміні кольору шкіри (почервоніння, збліднення); виражених змінах в артикуляції, в інтонації голосу; неадекватних учинках і відповідях на питання; порушенні критичності мислення, чіткості вираження думок; різкій зміні настрою тощо [3].

Основними причинами виникнення стресових розладів є: патологічні спадкові чинники; психологічні особливості особистості; вік (підлітковий, юнацький); кризові періоди життя; травматичні події (смерть/розлучення); стихійні лиха; війни; катастрофи; фізичні та емоційні перенапруження тощо [6]. Кожна людина є індивідуальною, тому по-різному реагує на стрес. Виникнення і переживання стресу залежить не лише від об'єктивних, а й від суб'єктивних чинників, від особистісних особливостей людини. Переживання людиною стресових ситуацій викликає порушення у психологічній сфері. У людини порушується почуття безпеки під дією переживання травматичного стресу, психологічні наслідки якого є різноманітними.

Одним із наслідків переживання травматичного стресу людиною є поява у них у майбутньому посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Термін «посттравматичний стресовий розлад» уперше був запропонований М. Горовіц. Ним були розроблені діагностичні критерії ПТСР, які були прийняті за основу під час складання Американської класифікації хвороб. Відповідно до МКХ-10 (Міжнародного класифікатора хвороб – основного діагностичного стандарту в європейських країнах), визначається, що вслід за травмуючими подіями, які виходять за межі звичайного людського досвіду, може розвиватися посттравматичний стресовий розлад [5, с. 53–56].

Чинники ризику виникнення посттравматичного стресового розладу: попередні психотравмуючі події, особливо в молодому віці; переживання кимось із сім'ї ПТСР або депресії; ранні епізоди фізичного або сексуального насильства; зловживання психоактивними речовинами; якщо раніше в людини була депресія, тривога або інші психологічні та емоційні проблеми; інтенсивний щоденний стрес; недостатність підтримки після психотравмуючої події; відсутність/недостатність здібностей долати психологічні проблеми.

Посттравматичний стресовий розлад характеризується трьома групами симптомів: повторне переживання психотравмуючої події; прагнення уникнути стимулів, що нагадують про психологічну травму; підвищена вегетативна активація, у тому числі посилена реакція занепокоєння, тривога, емоційне збудження. ПТСР проявляється як довготермінова реакція на стрес – його дія спостерігається щонайменше після чотирьох тижнів після травматичної події. Діагностують ПТСР, якщо сила симптомів наростає, що заважає нормальному функціонуванню людини, та коли їх тривалість перевищує місяць від пережитої травматичної події.

Ознаками ПТСР є часті, повторювані спогади про травматичні події, флеш-беки; відчуження, неприйняття події; високий рівень гніву; відчуття дратівливості, відчуженості; почуття провини, сорому або самозвинувачення; почуття недовіри, безвиході тощо [7]. Частими є ознаки підвищеної чутливості до стресових ситуацій, психопатологічні переживання нових стресів, уникнення або втрата лінійності подій у пам'яті, витіснення важливих компонентів травматичної події, підвищена пильність, яка зберігається понад місяць після пережитої психотравми. У психологічних дослідженнях було доведено, що діти, підлітки, жінки, люди похилого віку більш уразливі до появи психопатологічних реакцій на стрес. У жінок та підлітків частота посттравматичного стресового розладу в середньому в два рази вища, ніж у чоловіків.

Для ПТСР характерно загострення інстинкту самозбереження, що призводить до зміни повсякденної поведінки. Наприклад, постраждали, що перенесли бомбардування, увійшовши в приміщення, відразу ж затуляють вікна, оглядають кімнату, вибирають безпечне місце, де можна сховатися у разі повтору бомбардування. У осіб, які зазнали впливу травмивної події, може розвиватися так звана набута безпорадність: думки постраждалих часто супроводжуються тривожним очікуванням повторення травмивної події, переживаннями, пов'язаними з пережитими подіями. Різні звуки, запахи або ситуації можуть легко стимулювати спогад про події, пов'язані з травмою, а це призводить до спогадів про свою безпорадність [8].

Однією з найуразливіших вікових категорій, які підпадають під дію стресу, є підлітки. Це зумовлено змінами організму на фізіологічному та психологічному рівнях. Події, які відбуваються останнім часом в українському суспільстві, досить сильно впливають на психіку особистості. Війна вплинула на кожного українця, і наслідки переживання травмивних подій, зумовлених війною, є різними. Підлітки, які навіть не були посвячені в суть і деталі травматичних подій, можуть спостерігати їх через ЗМІ, бачити страх та розгубленість батьків, чути тривожні або агресивні висловлювання з боку оточуючих. На дітей можуть вплинути зміни у звичайному перебігу сімейних справ, переїзди або присутність «третіх» осіб у домі.

Переживання підлітком травматичної події залежить від їхніх індивідуальних особливостей, від особливостей взаємодії з батьками, того, як себе поведуть дорослі у стресових ситуаціях. Зазвичай підлітки справляються краще, коли поруч знаходяться сильні, спокійні дорослі, коли є почуття захисту, безпеки. Якщо цього дитина не отримує, можуть виникати певні порушення в поведінці, адже підлітки віддзеркалюють способи реагування на події довкола. У підлітків можуть виявлятися такі самі реакції дистресу, як і у дорослих (відсутність будь-якої реакції, агресія, уникання, заперечення та ін.).

Унаслідок травматичного досвіду підлітки переживають стани, які спричиняють нестабільність і втрату контролю над ситуацією, власним життям:

- утрата автономності («Я не керую процесом. Мене кудись несе»);
- утрата суб'єктивності («Це не я приймаю рішення у своєму житті. Хтось зверху вирішує»);
- порушення ідентичності;
- розгубленість (на рівні думок не можуть зосередитися на завданнях, до яких звикли);
- регрес;

- побоювання відторгнення (що їх будуть ідентифікувати з ворогами);
- відчуття незахищеності;
- стан жертви;
- злість та пошук «зовнішнього ворога» (хтось має за це заплатити);
- відсутність можливостей прогнозувати майбутнє;
- сором, низька самооцінка, почуття провини;
- функціональні симптоми, психосоматичні розлади, зловживання психоактивними речовинами;
- реакції на тяжкий стрес і порушення адаптації, у тому числі посттравматичний стресовий розлад.

Спектр посттравматичних симптомів у підлітків включає у себе зміни на фізіологічному, емоційному, когнітивному і поведінковому рівнях. Загальні посттравматичні симптоми, характерні для підліткового віку:

На емоційному рівні:

- Страх – це найперша реакція на пережитий стрес.
- Невмотивовані коливання настрою. Дратівливість, плаксивість.
- Неможливість контролювати ситуацію.
- Несумісність нового досвіду зі звичною реальністю.
- Гнів. Злість спрямована на тих, хто поряд: однокласників, сусідів, батьків.
- Почуття провини за те, що трапилось: сприймають хвилювання і страхи батьків як викликані власною поведінкою. Розвивається емоційна холодність.
- Утрата стабільності та впевненості в собі. Незвичні обставини порушують звичний спосіб життя. Це стає джерелом тривоги і невпевненості.

На когнітивному рівні:

- Погіршення концентрації уваги. Неможливість зосередитися.
- Порушення пам'яті: стають забудькуватими, часто не можуть пригадати важливу персональну інформацію, зазвичай травматичного характеру.
- Дисоціативна fuga. Характеризується нездатністю згадати минуле, спостерігається плутанина думок, утеча з дому.
- Погіршення вже сформованих когнітивних навичок.
- З'являються думки про смерть [2, с. 63].

На фізіологічному рівні:

- Різні порушення сну, часті пробудження внаслідок кошмарних сновидінь.
- Скарги на біль у животі, головний біль, що не мають фізичних причин.
- Тремтіння, тіки, посмикування.
- Розлад процесів травлення.
- Схематизація – стан, пов'язаний із рецидивуючими та соматичними скаргами тривалістю кілька років.

На поведінковому рівні:

– Різка зміна поведінки: не хочуть розлучатися з батьками, навіть ненадовго, мають потребу в їх постійній присутності, контакті і заспокоєнні.

– Регрес у поведінці. Багато підлітків часом повертаються до поведінки, яка властива більш молодшому віку, втрачають навички охайності, смочуть пальці, гризуть нігті або взагалі поведуться, як малюки.

– З'являються впертість, гнів, агресивність. Поведінка характеризується ворожістю і конфліктністю у стосунках з оточуючими.

– Відзначається широке коло проявів поведінки страху або уникання, таких як страх виходити з дому, залишатися одному або бути в замкненому просторі.

– Порушення розвитку соціальних навичок [3].

Інтенсивність переживань може бути занадто сильною для підлітків, і вони стають дуже вразливими. Тому підліткам, які пережили психотравмуючі події, необхідна психосоціальна підтримка. Сьогодні не існує сталої точки зору на результати психотерапії посттравматичного стресового розладу. Одні дослідники вважають, що ПТСР – виліковний розлад, інші – що його симптоми повністю не можуть бути усунені. ПТСР зазвичай викликає порушення у соціальній, навчальній та інших важливих сферах життєдіяльності. Очевидно одне: лікування посттравматичного стресового розладу – процес тривалий і може продовжуватися декілька років. Загалом психотерапія працює на підкріплення захисних чинників, оскільки відбувається переосмислення подій, що сталися, і посилення механізмів адаптації [3].

Психотерапевтична допомога підліткам із посттравматичним стресовим розладом передбачає звільнення від спогадів про минуле, що переслідують, від емоційних переживань, які нагадують про травмівну подію, а також допомагає адаптуватися до сьогодення. Ключовим моментом психотерапії підлітка з ПТСР є інтеграція того чужого, неприйнятнього, жахливого і незбагненого, що з ним сталося, у його уявленні про себе (образ Я). У зв'язку із цим існує чотири стратегії терапії, що дають змогу досягти цієї мети:

1) підтримка адаптивних навичок Я (одним із найбільш важливих аспектів тут є створення позитивного ставлення до терапії);

2) формування позитивного ставлення до симптомів (сенс даної стратегії полягає у тому, щоб навчити підлітка сприймати свої розлади як нормальні для тієї ситуації, яку він пережив, і тим самим запобігти його подальшій травматизації самим фактом існування цих розладів);

3) зниження уникнення (тому що прагнення підлітка уникати всього, що пов'язане з пси-

хічною травмою, заважає йому переробити її досвід);

4) нарешті, зміна атрибуції сенсу (мета цієї стратегії – змінити сенс, який підліток додає перенесеній психічній травмі, і, таким чином, створити у підлітка відчуття «контролю над травмою»).

Психотерапевтичні методи при посттравматичному стресовому розладі:

1. Раціональна психотерапія – коли підлітку роз'яснюють причини і механізми ПТСР.

2. Методи психічної саморегуляції для зняття симптомів напруги і тривоги: аутотренінг, прогресивна м'язова релаксація, активна візуалізація позитивних образів.

3. Когнітивна психотерапія – використовується для переосмислення дезадаптивних думок і зміни негативних установок.

4. Особисто-орієнтована терапія – дає змогу змінити ставлення постраждалого до психотравмуючої ситуації і прийняти відповідальність якщо не за неї, то за своє ставлення до неї.

5. Позитивна терапія, гештальт-підхід, засновані на уявленні, що існують не лише проблеми та хвороби, але і способи, і можливості їх подолання, властиві кожній людині [7].

У зв'язку з війною в Україні у статті ми зробили акцент на комплексній психологічній допомозі дітям із внутрішньо переміщених родин. Виділяють три основні напрями роботи психологів із дітьми, які знаходилися у ситуації гострого стресу: робота із середовищем, у якому перебувають діти, робота з близьким оточенням дитини, робота із самою дитиною. Необхідно допомогти підліткам перемогти невпевненість, підняти рівень самооцінки, краще пізнати себе, розвинути відчуття власної гідності, навчити підлітків способів самопомоги тощо. У роботі з підлітками важливо використовувати як індивідуальну, так і групову форму відновлювальної психотерапії, яка допоможе подолати наслідки пережитої травматичної ситуації.

Дослідження. Військові події, що відбуваються в Україні, привертають увагу спеціалістів до проблеми збереження психічного та фізичного здоров'я підлітків. Необхідність своєчасної та ефективною діагностики психологічних змін, що відбуваються з підлітками в ситуації, пов'язаній із війною, виходить із загальновищого положення про психотравматизацію, якою буде обумовлений можливий розвиток як психічної, так і психосоматичної патології у підлітків.

У дослідженні взяла участь 21 особа з числа внутрішньо переміщених осіб віком від 14 до 17 років та 21 особа (контрольна група) віком від 14 до 17 років, які є місцевими жителями смт Чорнобай і які проживають у цій місцевості від народження. Вони навчаються у Чорноба-

ївській загальноосвітній школі № 1 Черкаської області.

Як показала практика роботи з підлітками, які мають ознаки ПТСР, існує необхідність мати адаптований до соціокультурного середовища відповідний психодіагностичний інструментарій. Для вирішення завдань експрес-діагностики українським дослідником, психологом О.А. Бліновим був розроблений авторський опитувальник скринінгу ОС ПТСР [1]. У роботі з постраждалими внаслідок дії травматичного стресу він звертає першочергову увагу на емоційний стан, у якому знаходиться людина, а також термін часу після критичного інциденту, важкість захворювання, гостроту протікання і тривалість проявів наслідків травматичного стресу. Цю методику ми використали у своєму дослідженні. Питання опитувальника відображають зміст критеріїв ПТСР згідно з DSM-V. Час для проведення процедури опитування та обробки результатів – до 2 хв.

Також для діагностики посттравматичного стресового розладу застосовано **методику PTSS-10** (нім. версія: Maercker, 1999), де перераховано проблеми, які можуть зустрічатися у людей, що пережили дуже важку травматичну подію. Респонденти повинні вибрати з переліку ті проблеми, які турбували їх протягом останніх семи днів.

Проаналізувавши результати опитувальника скринінгу посттравматичного стресового розладу О.А. Блінова, отримано такі результати: 2 підлітки із внутрішньо переміщених осіб мають наявні підпорогові ознаки ПТСР (розлади адаптації), 14 респондентів потребують поглибленого обстеження на предмет ПТСР, а в 5 підлітків їх відповіді в опитувальнику вказують на ймовірність наявності ПТСР (рис. 1). Кількість підлітків, які мають високу вірогідність ПТСР, у другій вибірці відсутня.

За методикою PTSS-10 із перерахованого списку проблем, які можуть зустрічатися у людей, що пережили дуже важку подію, рес-

понденти вибирали з переліку ті проблеми, які турбували їх протягом останніх семи днів. Найчастіше підлітки вибирали: розлади сну, страшний сні про події, що сталися; пригнічений настрій, похливість від різких звуків і рухів; дратівливість; перепади настрою; страх, коли щось нагадує про місце події. А також фізичне напруження та потреба уникати інших людей. Показник «посттравматичний обтяжливий стан» спостерігається у 5 підлітків із внутрішньо переміщених осіб (рис. 2).

Для підтвердження отриманих даних за двома методиками – опитувальником скринінгу посттравматичного стресового розладу О.А. Блінова та методикою PTSS-10 для оцінки посттравматичних реакцій – були встановлені кореляційні зв'язки (рівень значущості $\alpha = 0,05$ за t-критерієм Стьюдента). Проведено кореляційний аналіз структурних компонентів обох методик, який здійснювався шляхом порівняння для двох вибірок та зіставлення усереднених значень двох інтегральних показників із вищезгаданими показниками вибірок 1 і 2.

Установлено, що у цілому рівень кореляції високий. Найбільша кореляція між показниками скринінгового опитувальника ОС ПТСР і методикою PTSS-10 – $p \leq 0,001$ – за шкалою ПТСР.

Отже, за отриманими результатами підлітки із внутрішньо переміщених осіб мають достовірно вищі всі діагностичні показники психопатологічної симптоматики. При цьому в них усереднені значення «загального індексу важкості симптомів» (GSI) та «загальної кількості стверджувальних відповідей» (PST) знаходяться між показниками «норма» та «ПТСР», що достатньо логічно узгоджується з результатами за іншими методиками та фактом тривалого перебування під впливом травмуючих подій.

Висновок. Отже, згідно з результатами проведеного дослідження, можемо зробити висновок, що у кожного п'ятого підлітка із внутрішньо переміщених осіб наявний посттрав-

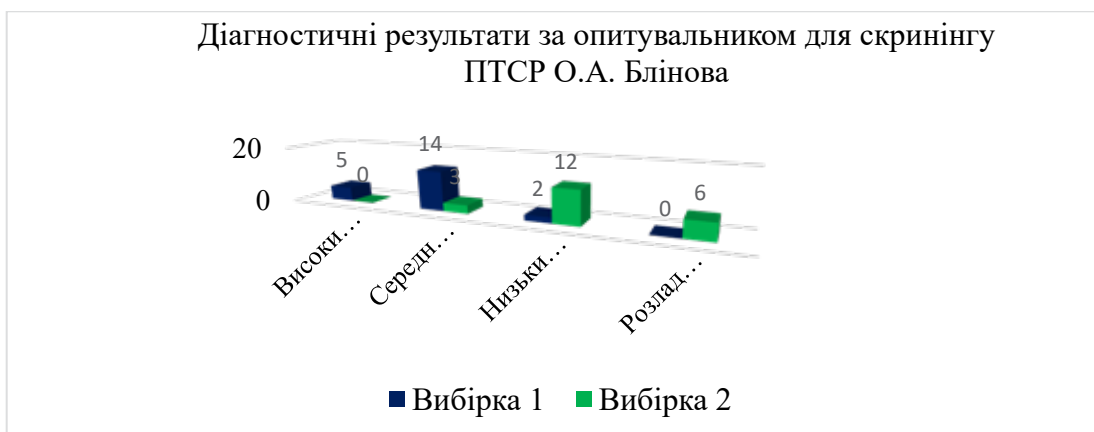


Рис. 1

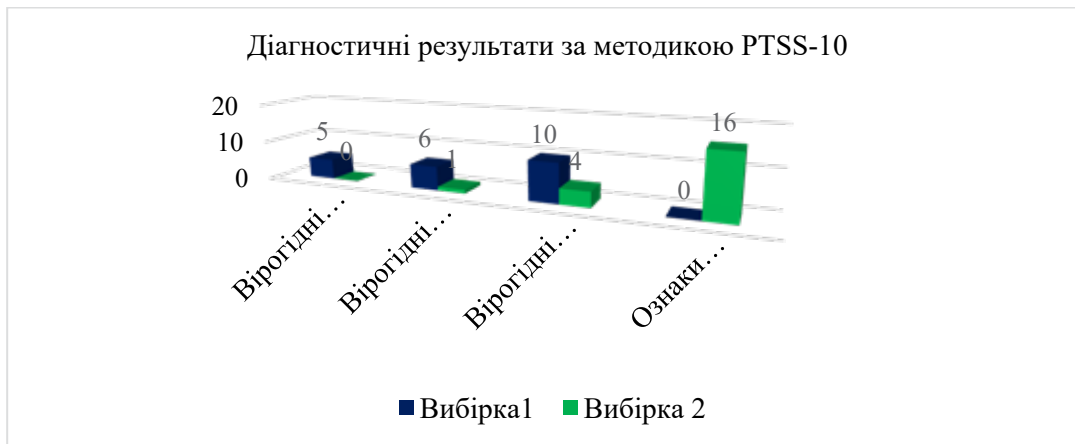


Рис. 2

матичний стресовий розлад, значний відсоток усіх підлітків має високий рівень тривожності, фрустрації, агресивності та невротизації. Таким чином, наше припущення, що підлітки, які зазнали впливу війни, переживають фрустрацію, мають підвищену тривожність та наявні ознаки ПТСР, є підтвердженим відносно проведеного емпіричного дослідження. Згідно з результатами дослідження, у 20–25% осіб, що пережили травматичний стрес, розвивається ПТСР.

Завдяки своєчасній та комплексній діагностичній та психокорекційній роботі з підлітками, котрі пережили травматичні ситуації, мають ознаки ПТСР, можливим є зменшення наслідків впливу травмуючих ситуацій на особистість підлітка. Ураховуючи вищевикладений матеріал статті перед психологами постає важливе завдання у наданні психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам, особам, які постраждали від війни, особливо вразливій категорії населення – підліткам.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Блінов О., Максименко С.Д., Черненко І.О. Опитувальник скринінгу посттравматичного стресового розладу (ОС ПТСР) : науково-методичне видання. Київ : Талком, 2019. 23 с.

2. Брагіна К., Симанкова О., Стрельникова І. Влияние психотравмирующих факторов на развитие психосоматических расстройств у студентов. *Український вісник психоневрології*. 2002. Т. 10. Вип. 1(30) (додаток). С. 156–157.

3. Психологічні особливості прояву ПТСР у підлітків, які зазнали впливу війни : методичний посібник / упоряд. В.І. Синьоок. Чорнобай, 2022. 45 с.

4. Селье Г. Психофизиология стресса. Москва : Педагогика, 1991. 318 с.

5. Тарабрина Н., Лазебная Е. Синдром посттравматических стрессовых нарушений: современное состояние и проблемы. *Психологический журнал*. 1992. Т. 13. № 2. С. 14–29.

6. Туриніна О. Психологія травмуючих ситуацій : навчальний посібник. Київ : Персонал, 2017. 160 с.

7. Харченко В., Шугай М. Психологічна діагностика та корекція посттравматичного стресового розладу особистості : методичний посібник. Острог : Острозька академія, 2015. 160 с.

8. Шнейдер Л. Кризисные состояния у детей и подростков: направления работы школьного психолога : курс лекций. *Школьный психолог*. 2009. № 22. URL: <http://psy.1september.ru/index.php?year=2009&num=22>.

9. Мультимедійна платформа іномовлення України. *Українформ*. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3649695-v-ukraini-oficijno-zareestrivali-4-867-106-pereselenciv.html>.

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 46

Коректура • *В. Ізак*

Комп'ютерна верстка • *Ю. Семенченко*

Формат 60x84/8. Гарнітура Pragmatica.

Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 21,86. Ум. друк. арк. 31,16.

Підписано до друку 28.02.2023. Замов. № 0423/241. Наклад 100 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»

65101, м. Одеса, вул. Інглєзі, 6/1

Телефон +38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08

E-mail: mailbox@helvetica.ua

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи

ДК № 7623 від 22.06.2022 р.