

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 50



Видавничий дім
«Гельветика»
2023

Редакційна колегія:

Шапошникова Ірина Василівна – доктор соціологічних наук, професор

Лісєнко 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 № 6 від 26.06.2023 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**СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ****Каретна О.О.**ВПЛИВ СОЦІАЛЬНОЇ НЕРІВНОСТІ У СУСПІЛЬСТВІ
НА СОЦІАЛІЗАЦІЮ МОЛОДІ: СУЧАСНИЙ СТАН.....9**СЕКЦІЯ 2****СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ****Верховод Л.І.**

ПРИКОРДОННЯ ЗА УМОВ МИРУ ТА ВІЙНИ: СОЦІОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ.....14

Rahmatullayeva J.A.PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF THE MODERN SOCIAL SERVICE
INSTITUTE IN AZERBAIJANI.....19**СЕКЦІЯ 3****ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ****Балянська І.В., Казанжи М.Й.**

ВПЛИВ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ НА КОНЦЕНТРАЦІЮ УВАГИ.....25

Зликов В.Л., Лукомська С.О.ІНТЕГРАЦІЯ ВІТЧИЗНЯНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ
У СВІТОВУ СПІЛЬНОТУ: ВИКЛИКИ СУЧАСНОСТІ.....31**Овод Ю.В.**ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ
З НЕПОВНИМИ СІМ'ЯМИ.....36**СЕКЦІЯ 4****ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ****Матвієнко Л.І., Етке О.С.**ВПЛИВ МАЙНДФУЛНЕС-ТЕХНІК НА РОЗВИТОК ПІЗНАВАЛЬНОЇ
ТА ВОЛЬОВОЇ СФЕР ШКОЛЯРІВ.....41**Мирошник О.Г.**КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ЯК ВИЯВ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ
ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ТРИВОЖНОСТІ.....46**Орленко І.М., Бальбуза О.М., Асєєва Ю.О.**ВИЗНАЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ КОМУНІКАЦІЇ ДОШКІЛЬНИКІВ
ІЗ ПОРУШЕННЯМИ МОВЛЕННЯ.....52

Саврасов М.В., Мартинова К.Д., Фащевський Я.О. ВЕРБАЛЬНА ТА НЕВЕРБАЛЬНА КРЕАТИВНІСТЬ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА: СТРУКТУРА ТА ТИПОЛОГІЯ.....	58
--	----

СЕКЦІЯ 5 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

Артюхіна Н.В., Козинець В.І. ТІЛЕСНІ МОДИФІКАЦІЇ ЯК ВІДОБРАЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ	63
Афанасьєва Н.Є. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК АДАПТАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ТА ЗАДОВОЛЕНОСТІ ЖИТТЯМ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ.....	69
Велитченко Л.К. СУБ'ЄКТНА ПАРАДИГМА ОСОБИСТОСТІ ЯК КОМУНІКАТИВНО-ІНТЕРАКТИВНОГО ЯВИЩА.....	74
Ільницька Л.А. ПРОЯВИ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ ЗАЛЕЖНО ВІД МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ.....	80
Левченко В.В., Луценко О.В. ВПЛИВ ВІЙСЬКОВИХ ПОДІЙ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ.....	85
Мельниченко Г.В., Сусол Л.О. ТЕХНІКА КОНТРТЕКСТУ ЯК ЗАСІБ АКТИВІЗАЦІЇ ТВОРЧОГО ПИСЕМНОГО АНГЛОМОВНОГО МОВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ.....	93
Ніколаєв Л.О., Дмитрик І.Я., Горбоконь І.В. РЕСУРС ОСОБИСТОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН.....	98
Папуша В.В. ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....	104
Полшкова С.Г., Максимчук М.О. КОНСТРУКТИВНІ ТА ДЕСТРУКТИВНІ СТРАТЕГІЇ ОПРАЦЮВАННЯ ТРИВОЖНОСТІ: КЛІНІКО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ КОНТЕКСТ.....	110
Сабадаш А.М. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АСЕРТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ У СТРЕСОГЕННИХ СИТУАЦІЯХ.....	115
Сергієні О.В. ТРАНСФОРМАЦІЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ УСТАНОВОК ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВИХ ПОДІЙ В УКРАЇНІ.....	120
Скляренко С.Р. ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ АСЕРТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....	126

Хаметова Л.В. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНО-МОВЛЕННЕВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ.....	131
Чачко С.Л., Швайкін С.А., Афанасьєва В.Г. ОСОБЛИВОСТІ СЕКСУАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ В ОСІБ ІЗ РІЗНИМ САМОСТАВЛЕННЯМ.....	137
Чопко Х.Б. АДАПТАЦІЯ ОПИТУВАЛЬНИКА SMS-28 УКРАЇНСЬКОЮ МОВОЮ: РЕЗУЛЬТАТИ ПЕРЕВІРКИ ВНУТРІШНЬОЇ УЗГОДЖЕНОСТІ.....	142
 СЕКЦІЯ 6 СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ	
Бобровник Ю.В., Неділько В.В. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРАЗНОСТІ ТА ТВОРЧОСТІ В ХОРЕОГРАФІЇ СУЧАСНОСТІ.....	148
Кравчук С.Л. ОСОБЛИВОСТІ ОЦІНКИ ВОЄННО-ПОЛІТИЧНИХ ПОДІЙ ЯК ЕФЕКТИ ВЗАЄМОДІЇ ЛОКАЛЬНОЇ І ГРОМАДЯНСЬКОЇ ІДЕНТИЧНОСТЕЙ.....	153
Мітенко Т.М. СТРУКТУРНИЙ АНАЛІЗ ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ КІННИХ ПІДРОЗДІЛІВ РІЗНИХ КРАЇН	158
Неділько В.В., Бобровник Ю.В.. ТРАВМА І ПАМ'ЯТЬ: ВПЛИВ ІСТОРИЧНИХ ПОДІЙ НА КОЛЕКТИВНУ ПСИХОЛОГІЮ СУЧАСНОЇ УКРАЇНИ.....	163
Нежива С.М., Неділько В.В. ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ: СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА СТРАТЕГІЇ ВЗАЄМОДІЇ.....	167
Самара О.Є., Ташматов В.А. ПСИХОЛОГІЧНЕ СУПРОВОДЖЕННЯ ПОЛІЦЕЙСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УКРАЇНІ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	171
Свідерська О.І., Демид В.М. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТЕНДЕНЦІЇ ДО НАСЛІДУВАННЯ БЛОГЕРІВ ТА ПРОФЕСІЙНОЇ САМОЕФЕКТИВНОСТІ МОЛОДІ.....	176
Чорній О.В. ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ВПЛИВУ НА МАСОВУ СВІДОМІСТЬ.....	181

CONTENTS

SECTION 1**SOCIAL STRUCTURES AND SOCIAL RELATIONS****Karetna O.O.**IMPACT OF SOCIAL INEQUALITY IN SOCIETY
ON SOCIALIZATION OF YOUTH: CURRENT STATUS 9**SECTION 2****SPECIAL AND BRANCH SOCIOLOGIES****Verkhovod L.I.**BORDERLANDS UNDER CONDITIONS OF PEACE AND WAR:
A SOCIOLOGICAL ANALYSIS 14**Rahmatullayeva J.A.**PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF THE MODERN SOCIAL
SERVICE INSTITUTE IN AZERBAIJAN 19**SECTION 3****GENERAL PSYCHOLOGY. HISTORY OF PSYCHOLOGY****Balianska I.V., Kazanzhy M.I.**

THE IMPACT OF INTERNET ADDICTION ON ATTENTION CONCENTRATION 25

Zlyvkov V.L., Lukomska S.O.UKRAINIAN PSYCHOLOGICAL SCIENCE INTEGRATION
INTO THE WORLD COMMUNITY: MODERN CHALLENGES 31**Ovod Yu.V.**THEORETICAL PRINCIPLES OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL WORK
WITH ONE-ONE FAMILIES 36**SECTION 4****DEVELOPMENTAL AND PEDAGOGICAL PSYCHOLOGY****Matviienko L.I., Etke O.S.**THE INFLUENCE OF MINDFULNESS TECHNIQUES ON THE DEVELOPMENT
OF THE COGNITIVE AND VOCATIONAL SPHERE OF SCHOOL STUDENTS 41**Myroshnyk O.H.**BEHAVIORAL COPING STRATEGIES OF ADOLESCENTS
WITH DIFFERENT LEVELS OF ANXIETY 46**Orlenko I.M., Balbuza O.M., Asieieva Yu.O.**DETERMINING THE CHARACTERISTICS OF COMMUNICATION
OF PRESCHOOLERS WITH SPEECH DISORDERS 52**Savrasov M.V., Martynova K.D., Fashchevskiy Ya.O.**VERBAL AND NONVERBAL CREATIVITY OF THE FUTURE PSYCHOLOGIST:
STRUCTURE AND TYPOLOGY 58

SECTION 5**PERSONALITY PSYCHOLOGY****Artiukhina N.V., Kozynets V.I.**

BODY MODIFICATIONS AS A REFLECTION OF PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PERSONALITY 63

Afanasieva N.Ie.

RELATIONSHIP OF ADAPTATIVE SKILLS AND INTERNAL LIFE SATISFACTION DISPLACED PERSONS 69

Velytchenko L.K.

THE SUBJECT PARADIGM OF PERSONALITY AS A COMMUNICATIVE AND INTERACTIVE PHENOMENON 74

Ilnytska L.A.

MANIFESTATIONS OF THE COPING BEHAVIOR DEPENDING ON THE MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION OF PERSONALITY 80

Levchenko V.V., Lutsenko O.V.

IMPACT OF MILITARY EVENTS ON THE MENTAL HEALTH OF CHILDREN..... 85

Melnychenko H.V., Susol L.O.

THE TECHNIQUE OF COUNTER-TEXT AS A MEANS OF ACTIVATING STUDENTS' CREATIVE WRITING IN ENGLISH 93

Nikolaiev L.O., Dmytryk I.Ia., Horbokon I.V.

PERSONALITY RESOURCE AS A PSYCHOLOGICAL PHENOMENON..... 98

Papusha V.V.

COMPARATIVE ANALYSIS OF PERSONALITY AGGRESSIVENESS RESEARCH METHODS 104

Polshkova S.H., Maksymchuk M.O.

CONSTRUCTIVE AND DESTRUCTIVE STRATEGIES FOR DEALING WITH ANXIETY: CLINICAL AND PSYCHOLOGICAL CONTEXT 110

Sabadash A.M.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF ASSERTIVE PERSONALITY IN STRESSFUL SITUATIONS..... 115

Serhiieni O.V.

TRANSFORMATION OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ATTITUDES OF PERSONALITY IN THE CONDITIONS OF MILITARY EVENTS IN UKRAINE..... 120

Skliarenko S.R.

PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF THE FORMATION FEATURES OF PSYCHOLOGISTS-CONSULTANTS' ASSERTIVE BEHAVIOR DURING THE WARTIME 126

Khametova L.V.

COMMUNIKATIVE AND SPEECH COMPETENCE OF FUTURE PSYCHOLOGISTS-CONSULTANTS..... 131

Chachko S.L., Shvaikin S.A., Afanasieva V.H.

FEATURES OF SEXUAL BEHAVIOR IN PERSONS WITH DIFFERENT SELF-ATTITUDES.... 137

Chopko Kh.B.

ADAPTATION OF THE SMS-28 QUESTIONNAIRE IN THE UKRAINIAN LANGUAGE:
RESULTS OF THE INTERNAL CONSISTENCY 142

SECTION 6**SOCIAL PSYCHOLOGY. LEGAL PSYCHOLOGY****Bobrovnyk Yu.V., Nedilko V.V.**

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF EXPRESSIVENESS AND CREATIVITY
IN CONTEMPORARY CHOREOGRAPHY 148

Kravchuk S.L.

FEATURES OF ASSESSMENT OF MILITARY AND POLITICAL EVENTS
AS EFFECTS OF THE INTERACTION OF LOCAL AND CIVIL IDENTITY..... 153

Mitenko T.M.

STRUCTURAL ANALYSIS OF PROFESSIONAL AND PSYCHOLOGICAL TRAINING
OF POLICE CAVALRY UNITS OF DIFFERENT COUNTRIES 158

Nedilko V.V., Bobrovnyk Yu.V.

TRAUMA AND MEMORY: THE IMPACT OF HISTORICAL EVENTS
ON THE COLLECTIVE PSYCHOLOGY OF CONTEMPORARY UKRAINE..... 163

Nezhyva S.M., Nedilko V.V.

PSYCHOLOGICAL ASPECT OF LIFE SAFETY:
MODERN CHALLENGES AND INTERACTION STRATEGIES 167

Samara O.Ie., Tashmatov V.A.

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF POLICE ACTIVITIES IN UKRAINE
DURING THE CONDITIONS OF WAR 171

Sviderska O.I., Demyd V.M.

CORRELATIONAL BETWEEN TENDENCY TO FOLLOW BLOGGERS
AND PROFESSIONAL SELF-EFFICACY OF YOUTH..... 176

Chornii O.V.

PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF INFLUENCE
ON THE MASS CONSCIOUSNESS 181

СЕКЦІЯ 1 СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНОЇ НЕРІВНОСТІ У СУСПІЛЬСТВІ НА СОЦІАЛІЗАЦІЮ МОЛОДІ: СУЧАСНИЙ СТАН

IMPACT OF SOCIAL INEQUALITY IN SOCIETY ON SOCIALIZATION OF YOUTH: CURRENT STATUS

У статті розглядається проблема впливу соціальної нерівності у суспільстві на соціалізацію молоді. Соціальна нерівність у суспільстві проявляється у багатьох аспектах, таких як нерівність у доступі до освіти, здоров'я, роботи, житла та інших ресурсів. На жаль, сьогодні ми можемо говорити про те, що молодь із низьким рівнем соціально-економічного статусу має менше можливостей здобути якісну освіту, це тягне за собою ризик отримання низькооплачуваної роботи, і, відповідно, обмеження нормальних умов проживання, якісного харчування, проведення дозвілля, усвідомлення цих проблем породжує почуття безнадійності та невпевненості у своїх можливостях. Ця проблема по-різному сприймається різними групами, багато що залежить від суспільного розвитку та соціальної системи. Існують і досить гнучкі нормативні уявлення про допустиме майнове розшарування, поняття про найбільш прийнятні доходи, слід спробувати зрозуміти походження таких уявлень та форми їх еволюції. Також у статті розглянуто проблему соціальної нерівності, яка згодом призводить до формування стереотипів і дискримінації, що впливає на соціалізацію молоді. З урахуванням цих проблем важливо забезпечити рівні можливості для всіх молодих людей незалежно від їхнього соціально-економічного статусу. Це можна зробити шляхом забезпечення доступної та якісної освіти, підвищення рівня зайнятості та забезпечення соціального захисту, боротьби зі стереотипами та дискримінацією, а також підтримки ініціатив та участі молоді у громадському житті. Важливо відзначити, що молодь є динамічною групою, яка постійно змінюється і розвивається, а в умовах стрімкого розвитку інформаційно-комунікаційних технологій перед нею відкриваються нові можливості, формується новий світогляд, який відповідає сучасним потребам.

Ключові слова: соціальна нерівність, трансформація суспільства, соціалізація, стра-

тифікація, молодь, освіта, соціально-економічний статус, соціальний захист.

This article deals with the problem of the influence of social inequality in society on the socialization of young people: the current state.

Social inequality in society manifests itself in many aspects, such as inequality in access to education, health, work, housing and other resources. Unfortunately, today we can say that young people with a low level of socio-economic status have fewer opportunities to get a quality education, this entails the risk of getting a low-paid job and, accordingly, restrictions on normal living conditions, quality food, and leisure activities. , awareness of these problems gives rise to a sense of hopelessness and uncertainty in their capabilities. This problem is perceived differently by different groups, much depends on the time of social development and the social system. There are also quite flexible normative ideas about the permissible property stratification, the concept of the most acceptable income, one should try to understand the origin of such ideas and the forms of their evolution. The article also considers the problem of social inequality, which subsequently leads to the formation of stereotypes and discrimination that affects the socialization of young people. Given these challenges, it is important to ensure equal opportunities for all young people, regardless of their socioeconomic status. This can be done, among other things, by providing affordable and quality education, increasing employment and providing social protection, combating stereotypes and discrimination, and supporting youth initiatives and participation in public life. It is important to note that young people are a constantly changing and developing dynamic group, and in the context of the rapid development of information and communication technologies, new opportunities open up before them, a new worldview is formed that meets modern needs.

Key words: social inequality, transformation of society, socialization, stratification, youth, education, socio-economic status, social protection.

УДК 316.343(477) – 053.81
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.1>

Каретна О.О.

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

Постановка проблеми. В умовах трансформації суспільства назріла необхідність переосмислення і перегляду поглядів на процес соціалізації та соціальної нерівності молоді. Проблеми соціалізації та нерівності молодого покоління у суспільстві є багатогранними, які охоплюють різні аспекти життя молодих людей, включаючи доступ до освіти, працевлаштування, охорони здоров'я, житла та участі в політичному житті. Нерівність може проявлятися як усередині країни, так і за її межами, оскільки

дана категорія людей у сучасному суспільстві займає суперечливе становище. Сьогодні можливості молоді залежать не лише від добробуту батьків, територіального проживання та регіональних можливостей, які сприяють удосконаленню людського потенціалу, а й від того, як молодь адаптується до нових умов, викликаних стрімким розвитком інформаційно-комунікаційних технологій та, головним чином, розвитком різних соціальних мереж: Instagram, Facebook, Twitter, TikTok та ін.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідженням проблеми соціалізації та нерівності молоді займаються представники різних соціально-гуманітарних наук, таких як соціологія, психологія, політологія, філософія. Соціологи розглядають вплив соціалізації на соціальну структуру суспільства, систему суспільних відносин і підкреслюють, що за допомогою соціалізації індивіди отримують можливість участі у соціальному житті. До вчених, які досліджують дану проблематику, можна віднести Н. Коваліско, А. Кравченко, В. Москаленко, А. Мудрик, Л. Сокурянську, М. Лукашевича П. Сорокіна, Р. Дарендорфа, П. Бурдье, Дж. Смерзера.

Мета статті полягає у дослідженні особливостей соціалізації молоді у сучасних умовах та виявленні й аналізі основних викликів, перед якими опиняється молодь в умовах соціальної нерівності в суспільстві, та їхнього впливу на подальший процес її соціалізації.

Виклад основного матеріалу. За всіх часів однією з фундаментальних характеристик будь-якого суспільства була соціальна нерівність: так було вчора, так є сьогодні, так буде завжди. Історія розвитку людства свідчить про те, що позбавитися соціальної нерівності неможливо. Усі намагання подолати її, утілюючи на практиці ті чи інші теорії соціальної рівності, не досягли своєї мети, доводячи утопічність таких теорій. Неможливість позбавитися соціального розшарування зумовлюється тим, що навіть за умов гіпотетичної ситуації викорінення власно соціальних причин нерівності завжди будуть залишатися причини, пов'язані зі станом фізичного чи психологічного здоров'я, інтелектуальними здібностями людини, що не дасть їй змоги мати рівний доступ до тих чи інших соціальних благ [4, с. 328].

Із раннього дитинства і протягом усього свого життя ми проходимо етапи соціалізації. У процесі соціалізації люди освоюють норми і правила поведінки, які допомагають їм взаємодіяти в суспільстві. За допомогою соціалізації відбувається формування особистості та індивідуальності кожної людини, що, своєю чергою, впливає на світогляд і життєву позицію.

Соціалізація – це інтерактивний процес спілкування, який включає не лише особистісний розвиток, а й індивідуальний розвиток, особисте усвідомлення і трактування соціальної інформації, динаміку соціальних впливів. Необхідно підкреслити, що соціалізація – це непростий процес, в основі якого лежить теорія суспільного навчання, що є базовим механізмом засвоєння суспільного досвіду. Зберігаючи певну автономність, людина і суспільство утворюють єдність, а суспільство породжується відносинами між його членами. Термін «соціалізація» виражається у літературі через соціальне навчання, передусім через

культуру. Щоб процес соціалізації довів свою ефективність, він повинен розвинути у людини здатність до самоосвіти, уміння розрізняти негативні та позитивні установки суспільства. Глибокі зміни, що відбуваються у суспільстві, позначаються на всіх сферах його життя, у тому числі на системі освіти і виховання [5, с. 57].

Слід також відзначити, що процес соціалізації може бути як позитивним, так і негативним залежно від того, які цінності та норми були освоєні індивідом. Деякі люди можуть не адаптуватися до тих чи інших умов у суспільстві або мати проблеми у спілкуванні з іншими людьми через недостатню або неадекватну соціалізацію. Отже, соціалізація є важливим елементом функціонування суспільства, оскільки забезпечує передачу культурних цінностей та норм від одного покоління до іншого, а також допомагає суспільству зберігати стабільність та узгодженість.

Молодь як окрема від дітей і дорослих група завжди привертала до себе особливу увагу дослідників. Як це не дивно звучить, саме поняття «молодь» усім добре відома, але мало зрозуміла категорія соціального світу. У сучасній науковій літературі існує безліч підходів до дослідження проблем розвитку молоді. Отже, існує безліч різних визначень поняття «молодь». Початок нового часу в цьому сенсі не є винятком. Інтерес до молоді настільки великий, що якраз настав час говорити про «нову молодіжну еру» [6, с. 287].

Молодь як соціальна група схильна до стратифікації, аналіз даного явища дає можливість глибше зрозуміти соціальний стан молоді у суспільстві і виявити можливі проблеми та виклики, які стоять перед нею.

Найбільш популярним є стратифікаційний підхід, основою якого є дослідження соціальної структури суспільства багатомірними критеріями, такими як дохід, влада, наявність власності та ін. Засновником стратифікаційного підходу вважається М. Вебер, на думку якого суспільство ділиться за трьома головними чинниками: власність, престиж і влада. У жодному суспільстві впродовж його розвитку не було рівного або рівномірного розподілу благ.

Власне бачення сутності питань рівності – нерівності і соціальної справедливості – несправедливості виклали у своїх працях Платон і Аристотель. Започатковану ними дискусію продовжили вчені А. Сміт, Д. Рікардо та ін. Їхні ідеї одержали подальший розвиток у працях класиків соціології. Так, фундаментальні дослідження нерівності та її наслідків були виконані М. Вебером, К. Марксом, Р. Дарендорфом [3, с. 408].

Нерівність існує між індивідами, що належать до малих груп, між малими та великими соціальними групами, між соціальними організаціями, спільнотами, інститутами, регіонами

та станами, етнічними та надетнічними групами. Нерівність є ознакою соціальної взаємодії на мікро- і макрорівні, на дрібних або ширших міжнародних масштабах.

Можна зазначити, що більшість визначень соціальної нерівності, які запропоновані вченими, є досить схожими між собою, оскільки вони включають один для всіх головний момент – нерівний доступ соціальних суб'єктів до певних обмежених ресурсів. Під час розгляду стратифікаційного моменту завжди робиться наголос на тому, що з такої позиції соціальна структура є не просто сукупністю статусів, груп, верств та класів, а має ієрархічний порядок, тобто фіксує нерівність у тому, що стосується доступу до ресурсів, які притаманні соціальній систем [2, с. 16].

Скорочення нерівності – одна з 17-ти визначених ООН Цілей сталого розвитку на період до 2030 р., до яких приєдналася Україна, адаптувавши їх згідно з національними особливостями [9, с. 2].

Важливим складником досягнення цієї цілі є зменшення нерівності молоді (вона становить близько половини працездатного населення), значна частина якої не має достатніх доходів (унаслідок незайнятості або меншої конкурентоспроможності на ринку праці порівняно з іншими віковими групами населення), натомість більше ризикує не влаштуватися на роботу чи втратити її через відсутність досвіду й практичних навичок. Своєю чергою, недостатнє матеріальне становище посилює інші життєві проблеми молоді (зокрема, в аспектах житлового забезпечення, доступу до якісних послуг освіти, охорони здоров'я тощо) [1, с. 327].

Стратифікаційна нерівність серед молоді відноситься до відмінностей та викликів у соціальному та економічному становищі молодих людей у суспільстві. Це починає зароджуватися із самого дитинства, коли проявляється різний рівень доходу і багатства серед сімей. Першою причиною прояву даної проблеми є нерівність у різних формах, таких як доступність освіти, охорона здоров'я, працевлаштування, участь у політичному житті, неоплачуване стажування, низька заробітна плата, відповідно, це обмежує можливості молодих людей у сфері освіти, охорони здоров'я та участі у суспільному житті. Більшою мірою дана проблема стосується людей із незабезпечених сімей, що, своєю чергою, істотно обмежує їхні можливості на майбутнє.

Другою причиною нерівності молоді є соціокультурна дискримінація. Багато молодих людей стикаються з проблемами, пов'язаними з расою, статевою, етнічною та релігійною дискримінацією. Це може призвести до того, що молоді люди стають менш зацікавленими брати участь у суспільному житті, навчанні та роботі.

Боротьба зі стратифікованою нерівністю серед молоді вимагає розроблення та впровадження політики, спрямованої на забезпечення рівного доступу до освіти, охорони здоров'я та інших ресурсів. Окрім того, необхідно боротися з відмінностями в доходах і багатстві через соціальну політику. Розвиток соціальних програм і послуг також сприяє поліпшенню соціального становища молодих людей, які стикаються з проблемами нерівності у суспільстві.

Існуючі протиріччя становища молоді є результатом розвитку всього суспільства і відображають його основні проблеми та виклики. Одним із головних протиріч є розрив між очікуваннями молоді та реальністю. Молодь часто має високі очікування щодо свого життя та кар'єри, але стикається з обмеженими можливостями для їх реалізації. Це призводить до почуття розчарування, безнадійності соціальної та економічної винятковості.

Іншим протиріччям є розрив між формальним та неформальним утворенням. Молодь може мати високий рівень освіти, але не мати достатніх навичок та знань для реалізації своїх професійних та особистісних цілей. Це може призводити до низької зайнятості та низького доходу. Ще одним протиріччям є розрив між гендерними ролями та стереотипами. Молодь стикається з нерівністю між статями, яка може виявлятися у вигляді дискримінації на робочому місці, низькій оплаті праці та обмежених можливостях для професійного та особистісного розвитку.

Вирішення цих протиріч вимагає комплексного підходу і включає створення рівних можливостей для всіх молодих людей, підтримку освіти та професійного розвитку, поліпшення соціальної захищеності та доступу до охорони здоров'я і житла, а також боротьбу з гендерними стереотипами та дискримінацією. Стратифікація відбувається у будь-якому суспільстві і є природним процесом, пов'язаним із соціальною організацією. Вона створює соціальну ієрархію, яка визначає статус та можливості, доступні людям у різних соціальних групах. Цей процес може мати різні форми і виявлятися на різних рівнях суспільства – від індивідуального до світового, може бути вертикальним (між різними соціальними верствами) і горизонтальним (усередині одного соціального шару).

Багато соціологів та громадських діячів вважають, що стратифікація є несправедливою і з нею потрібно боротися, щоб забезпечити більш рівний розподіл ресурсів та можливостей у суспільстві.

Соціальна нерівність, яка зростає, трансформується і набуває нових форм і масштабів, несумісна з новою, більш передовою і вимогливою масовою свідомістю, з новими в інформаційній ері можливостями сприймати

весь глобалізований світ і гостро реагувати як на реальні, так і уявні несправедливості. Соціальна нерівність нагадує величезну порохобочку з «тілючим вугіллям», яка рано чи пізно вибухне, якщо її не помічати і нічого не робити для вирішення даної проблеми.

Існування соціальної нерівності можна прийняти за аксіому. Нерівність – універсальна цінність людства, що відноситься до фундаментальних підстав суспільного життя. Проте в повсякденній свідомості цей факт парадоксальний: людська природа не може примиритися із цим фактом. Нерівність впливає на спосіб життя, тривалість нашого життя, сімейне життя, наше дозвілля тощо [7, с. 3].

Проблема соціальної нерівності не відноситься лише до однієї конкретної соціальної науки, вона вимагає комплексного і всебічного осмислення, перш за все з погляду економічної науки, що фіксується строгими кількісними методами, реальний стан майнового розшарування оцінює ймовірність його подальшої динаміки. Ця проблема знаходиться у полі зору культурологів, які досліджують культурні традиції і стереотипи сприйняття нерівності. Політологи аналізують проблематику нерівності в ідеологічних доктринах і політичних програмах, оцінюють різні способи легітимізації нерівності або, навпаки, її стигматизацію для впливу на політичну активність мас.

Слід зазначити, що соціальна нерівність по-різному сприймається різними групами, у часі й у різних соціальних системах. Є й досить гнучкі нормативні уявлення про допустиме майнове розшарування, про прийнятні доходи та зарплати. Аналіз таких змін пов'язаний із соціологією, психологією, дослідженнями уявлень про сприйняття культурної та політичної історії.

Проте кожна із суспільних наук повинна бачити свій аспект проблеми нерівності, освоювати власний ракурс аналізу, відштовхуючись від своїх традиційних методів та інструментарію, а також розробляти нові методи. Для соціології це багато в чому технології масових опитувань, що дають змогу оцінювати стан суспільної думки, її інтерпретацію форм і глибини соціальної нерівності, потенційний зв'язок цих інтерпретацій із соціальними конфліктами й можливою протестною поведінкою [8].

Таким чином, соціальна нерівність серед молоді у процесі соціалізації виступає викликом, який, особливо у сучасних умовах, вимагає комплексного підходу для відповіді на нього:

– створення рівних можливостей для всіх молодих людей, що, своєю чергою, повинно включати в себе забезпечення доступу до освіти, охорони здоров'я, житла і трудових ресурсів. Держава повинна забезпечувати рівний доступ до можливостей для всіх молодих людей незалежно від їхнього соціального та економічного становища;

– підтримка освіти та професійного розвитку. Молодь повинна мати можливість отримати якісну освіту та доступ до професійного навчання. Це допоможе їй отримати необхідні навички і знання для успішної кар'єри і поліпшення свого становища у суспільстві;

– поліпшення соціального захисту. Держава може надавати різноманітні соціальні пільги та допомогу молодим людям, які перебувають у важкій життєвій ситуації, такі як безробіття, бідність або соціальне виключення;

– боротьба зі стереотипами та дискримінацією. Необхідно боротися зі стереотипами та дискримінацією на основі віку, статі, раси, національності та інших чинників. Молодь повинна мати рівні можливості та права незалежно від своїх особистих характеристик;

– підтримка молодіжних ініціатив та участі у суспільному житті. Молодь повинна мати можливість проявляти свої таланти та ідеї, брати участь у суспільному житті та впливати на прийняття рішень, які стосуються їхнього майбутнього;

– розвиток громадянського суспільства і посилення ролі молодіжних організацій. Молодіжні організації можуть відігравати важливу роль у захисті прав та інтересів молоді, а також у підтримці їх соціальної та професійної адаптації;

– підвищення обізнаності молоді про можливість та ресурси, доступні їм для вирішення їхніх проблем та досягнення своїх цілей.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бондар Т.В., Левін Р.Я. Політика зменшення нерівності молоді в умовах децентралізації. Нові конфлікти: шляхи подолання. Харків, 2017. С. 327–328.
2. Дмитрук Д.А. Соціально-економічна нерівність: чинники формування та механізми закріплення. *Український соціум*. 2011. № 1. С. 15–30. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Usoc_2011_1_4.
3. Сасіна Л.О. Забезпечення соціальної справедливості в суспільстві: теоретичний контекст. *Матеріали Міжнародної наукової конференції «Економічний розвиток і спадщина Семеяна Кузнеця»*, м. Харків, 1–2 червня 2017 р. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2017. С. 408–410.
4. Сокурянська Л.Г. Молодь у суспільстві нерівних: ризики та можливості самореалізації. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Соціологічні дослідження сучасного суспільства: методологія, теорія, методи»*. 2017. Вип. 39. С. 327–331.
5. Каретна О.О. Труднощі в процесі соціалізації дітей молодшого шкільного віку. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2022. Вип. 35. С. 57–60.
6. Каретна О.О. Сучасні підходи до визначення поняття «молодь» *Актуальні проблеми політики*. 2009. Вип. 37. С. 287–291.
7. Кривошеєва О.О. Інституційні механізми відтворення соціальної нерівності в суспільстві. *Наукові записки НаУКМА. Соціологічні науки*. 2015. Т. 174. С. 3–8. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/NaUKMA_2015_174_3.

8. Портал Соціологічної асоціації України. «Соціальні нерівності: сприйняття українським суспільством» (2017–2018 рр.) за підтримки Міжнародного фонду «Відродження». URL: <https://sau.in.ua/project/soczialni-nerivnosti-spryjnyattya-ukrayinskym-suspilstvom-2017-2018-rr-za-pidtrymky-mizhnarodnogo-fondu-vidrozhennya/>.

9. Цілі сталого розвитку: Україна. Національна доповідь/Міністерство економічного розвитку і торгівлі України. 2017. URL: <http://un.org.ua/ua/publikatsii-ta-zvity/un-in-ukraine-publications/4203-2017-natsionalna-dopovid-tsili-staloho-rozvytku-ukraina-iaka-vyznachaie-bazovi-pokaznyky-dlia-dosiahnennia-tsilei-staloho-rozvytku-tssr>.

СЕКЦІЯ 2 СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ

ПРИКОРДОННЯ ЗА УМОВ МИРУ ТА ВІЙНИ: СОЦІОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ BORDERLANDS UNDER CONDITIONS OF PEACE AND WAR: A SOCIOLOGICAL ANALYSIS

У статті розглядаються особливості прикордоння за умов миру та війни. Підкреслюється, що воно здебільшого визначається як особливий простір, сформований на стику різних соціальних утворень. Прикордоння стає предметом вивчення таких наук, як географія, історія, економіка, соціологія, політологія. У науковому дискурсі для опису допитних до кордону регіонів окрім поняття «прикордоння» використовуються «пограниччя», «транскордонний регіон», «фронтір». Таким чином, підкреслюється, що прикордоння виступає у різних іпостасях: як особливий соціальний, культурний, символічний та політичний простір. Це територія, де переплітаються елементи двох або більше культур, цінностей, світоглядів. За умов миру така особливість сприяє налагодженню добросусідських відносин між державами, створює фундамент для транскордонного співробітництва.

Указано, що вивчення прикордоння повинно базуватися не лише на підкресленні унікальності та своєрідності. Завдання науковців полягає у визначенні його особливостей, розуміння яких забезпечить інтеграцію регіону у простір держави, а не стане передумовою його дистанціювання від центру.

Кризові періоди розвитку суспільства активізують проблеми прикордоння. Збройний конфлікт між сусідніми державами стає справжнім випробуванням для населення таких регіонів. Не лише руйнуються економічні зв'язки та повсякденні соціальні практики, а й створюються точки небезпеки, невизначеності та постійної напруги. Суспільство, як і будь-яка система, швидко адаптується до нових умов та відповідає на виклики сучасності. Показано, що прагнення вижити в економічному та фізичному сенсі стає основою нових соціальних практик у прикордонні. До основних особливостей прикордоння за умов збройного протистояння можна віднести такі: закриття кордонів або, навпаки, активізація транскордонного співробітництва з дружніми країнами, актуалізація національної ідентичності, поява економічних практик як результат адаптації соціальної системи до нових умов, переформатування економічної еліти регіону та зміна спрямованості діяльності господарюючих суб'єктів.

Ключові слова: прикордоння, фронтір, транскордонний регіон, збройний конфлікт, економічні практики.

This article examines the characteristics of borderlands under conditions of peace and war. It emphasizes that borderlands are largely defined as a special space formed at the intersection of various social formations. Borderlands are studied by disciplines such as geography, history, economics, sociology, and political science. In the scientific discourse, in addition to the concept of "borderland," terms like "border region," "transboundary region," and "frontier" are used to describe regions adjacent to the border. Thus, it emphasizes that borderlands appear in various aspects: as a unique social, cultural, symbolic, and political space. It is a territory where elements of two or more cultures, values, and worldviews intertwine. Under conditions of peace, this particularity contributes to the establishment of good neighborly relations between states and creates a foundation for transboundary cooperation.

It is stated that the study of borderlands should not only be based on highlighting their uniqueness and distinctiveness. The task of researchers is to determine its characteristics, the understanding of which will ensure the integration of the region into the space of the state, rather than becoming a precondition for its distancing from the center.

Crisis periods in societal development intensify the problems of borderlands. Armed conflicts between neighboring states become a true test for the population of such regions. Not only do economic connections and everyday social practices collapse, but also points of danger, uncertainty, and constant tension are created. Society, like any system, quickly adapts to new conditions and responds to the challenges of the present. It is shown that the desire to survive in economic and physical terms becomes the basis for new social practices in borderlands. The main characteristics of borderlands under conditions of armed conflict can include the following: border closures or, conversely, an intensification of transboundary cooperation with friendly countries, the activation of national identity, the emergence of economic practices as a result of the social system's adaptation to new conditions, the restructuring of the region's economic elite, and a shift in the focus of activities of economic actors.

Key words: borderlands, frontier, transboundary region, armed conflict, economic practices.

УДК

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.2>

Верховод Л.І.

к.соціол.н.,
доцент кафедри філософії та соціології
Луганський національний університет
імені Тараса Шевченка

Прикордоння завжди було актуальною темою дослідження. Воно потрапляє в проблемне поле соціологів, істориків, економістів, політологів, культурологів тощо. Активно розвиваються відповідні напрями наукових досліджень. Ідеться про теоретичну лімологію, історичну лімологію, теорію прикордоння, при-

кордонологію [1, с. 41]. Науковці – спеціалісти у названих галузях підкреслюють особливий статус прикордоння. Його унікальність зумовлюється близькістю іншої держави та значною віддаленістю від центру. При цьому весь простір пронизаний національною символікою (прапори, герб, надписи державною мовою,

формений одяг працівників прикордонної та митної служб тощо), а перетин кордону актуалізує національну ідентичність (починаючи від усвідомлення фізичного кордону і закінчуючи вказанням громадянства). «Пограниччя як специфічні простори створені близькістю реальних чи умовних кордонів і за таким розташуванням менше прив'язані до центру», – зазначає О. Кривицька [2, с. 174].

У мирний час прикордоння розглядається як певне унікальне соціокультурне утворення, яке набуває рис сусідніх держав, характеризується тісними соціальними зв'язками, особливо індивідуальною та груповою свідомістю. Доволі часто кордони жителями найближчих поселень сприймаються як лінія розмежування між своїми [1]. Виникають думки про них як про перепону. Частота соціальних контактів населення може бути настільки високою, що кордон сприймається як прикра незручність.

Якщо за умов миру прикордоння є передусім простором співробітництва, то за умов війни воно набуває нових характеристик, вивчення яких є необхідним для вдосконалення стратегії національної безпеки. Усе це зумовлює **актуальність** вибору даної теми

Ступінь розробленості проблеми. Проблеми прикордоння є предметом спеціального дослідження вітчизняних та зарубіжних науковців. Над теоретичним осмисленням даної теми працюють Т. Зарицький [5], О. Кривицька [2], Т. Чаркіна [4].

О. Шморгун [8], А. Головка [10], В. Волошин [11], З. Живко, Т. Головач, Ю. Боруцька [12] розглядають ризики та загрози прикордоння у сучасних умовах, зокрема висвітлюють масштаби нелегальних економічних практик, підкреслюють роль прикордоння у різних за розмірами державах тощо. Проблема транскордонного співробітництва присвячено праці Ю. Узун [3], С. Устич [7], Н. Черниш [6] та ін.

С. Хобта [1] вивчає кордони та прилеглі території у теоретичному та емпіричному аспектах у рамках соціологічного підходу. Більшість праць присвячено вивченню прикордоння за умов миру, що актуалізує його аналіз за умов збройного протистояння.

Виклад основного матеріалу. Ю. Узун підкреслює, що науково-практичний аналіз феномену державного кордону та прикордоння як простору, який він формує, склався у межах політичної географії [3, с. 297]. Згодом дослідження даної проблематики набуває міждисциплінарного характеру.

В історичній науці досить широко використовується термін «прикордонні території». Їх тлумачать як унікальні утворення на межі двох або більше культур, держав, цивілізацій. Із середини 50-х років ХХ ст. популярною стає концепція фронтиру, автором якої вважають Ф. Тернера [4, с. 95]. Певний час такий підхід

був домінуючим і широко використовувався. Про це свідчать чисельні публікації з даної проблематики. Фронтир визначається як малозаселені землі, які тривалий час не може взяти під свій контроль жодне суспільство, розташоване поряд із ними [4, с. 96]. Як результат, формується унікальна територія зі своїм специфічним символічним простором.

У науковому дискурсі активно використовуються також терміни «прикордоння» та «транскордонний регіон».

У цьому контексті варто згадати підходи до вивчення прикордоння. У рамках модернізаційної теорії проголошувалася теза про мінімізацію важливості простору, а сучасні уніфіковані суспільства повинні були створювати «однорідний простір, де місцеві або регіональні відмінності втрачали своє значення» [5, с. 83]. Принципово інший підхід формується за доби постмодернізму. У науковому дискурсі виокремлюють принаймні два напрями сприйняття простору. Т. Зарицький підкреслює, що в рамках першого підходу відбувається відродження «священного трепету» перед регіональністю, локальністю й іншими рівнями просторової організації, нижчими, вищими або незалежними від логіки поділу на національні держави, а класичним виявом такої тенденції є власне дискурс «прикордоння», пов'язаний із відкриттям його «забутого» розмаїття» [5, с. 84]. Другий напрям зароджується у теорії глобалізації. Вона продукує ідею глокалізації, «у якій глобалізаційна гомогенізація діалектично пов'язана зі зміцненням окремих аспектів місцевої та регіональної ідентичності, котрі до певної міри і є реакцією на глобалізацію чи формою пристосування до неї» [5, с. 85].

Отже, сучасна уніфікація світу стає викликом для концепції прикордоння, надає їй другого дихання.

Якщо «прикордоння» описує статичний стан культур, розділених межею, то «транскордоння» робить цю межу прозорою і створює простір для міжкультурної взаємодії. Трансдордонні процеси характеризують динамічний бік існування кордонів. Вони виникають одразу з фізичною лінією розмежування держав. Н. Черниш визначає трансдордонні процеси як суб'єктну і/або природну взаємодію, що відбувається через кордон [6, с. 28].

«Трансдордонними процесами можна в однаковій мірі назвати, скажімо, військове вторгнення держави на територію іншої чи романтичне спілкування закоханих наперекір кордонам за допомогою поштових голубів», – підкреслює С. Устич [7, с. 49].

Отже, прикордоння передбачає наявність фізичної перепони як кордону з відповідною інфраструктурою (прикордонні пости, межі та їх картографічна фіксація) та унікального соціального простору на межі двох або більше

культур. Воно завжди пов'язане з образом Іншого, який формується у процесі соціальних контактів із носіями іншої системи цінностей та норм. Прикордоння протистоїть уніфікації, породженій глобалізацією, та підкреслює власну культурну своєрідність, що фіксується у концепції регіоналізації. Динамічний бік існування таких регіонів зосереджений у понятті «транскордонні процеси», які стають предметом спеціального дослідження у соціології.

О. Шморгун розмірковує про особливості прикордонних територій у різних за площею державах. Він підкреслює, що в невеликих країнах проблема прикордоння фактично знімається з порядку денного. Із цього приводу дослідник пише: «Через переважно більшу етнічну і мовну однорідність та невелику відстань від центру до державного кордону у незначних за площею країнах різниця між етнічним походженням, менталітетом та способом життя жителів практично всіх регіонів переважно мінімальна» [8, с. 53].

Зовсім інша ситуація у великих за площею країнах. У «короткі мирні часи прикордоння подібних політичних суб'єктів стає зоною транзиту товарних та ресурсних потоків» [8, с. 55]. Це може бути вигідним як для жителів таких регіонів, так і для держави у цілому. Разом із тим «усе це цілком може сприяти відокремленості прикордоння від основної частини економіки держави та її вкрай слабкої інтегрованості у загальнодержавний політичний простір» [8, с. 55]. Як показує практика, це явище стає небезпечним та може погрожувати цілісності країни.

Україна із середньою за розмірами площею має прикордонні регіони з багатьма країнами, що за сприятливих умов може стати запорукою взаємовигідного транскордонного співробітництва.

Н. Нечаева-Юрійчук зазначає, що «історичні традиції прикордоння у поєднанні з політичною та соціально-економічною реальністю справляють безпосередній вплив на формування міжнародних та, відповідно, міждержавних відносин» [9, с. 51].

А. Головка підкреслює, що характер та інтенсивність розвитку прикордоння є однією з основних детермінант суспільно-політичної стабільності, оскільки істотні соціально-економічні диспропорції між прикордонними територіями та географічно близькими регіонами сусідніх країн можуть спричинити як соціальні (масова трудова міграція), так і політичні (політична нестабільність, дезінтеграційні тенденції, які можуть посилюватися унаслідок зовнішнього впливу) наслідки [10, с. 34]. Наприклад, різниця у рівнях життя може бути настільки різною, що нівелює національну ідею, стимулює міграцію або породжує сепаратистські настрої.

Специфіка прикордоння ставить питання про його унікальність, особливо якщо це підтримується на рівні еліт (як наукової, так і політичної). Це у поєднанні із соціально-економічними чинниками стає ґрунтом для «вироснування» ідей про самостійність, відокремленість, принципову відмінність від центру.

Прикордоння пронизане нелегальними та напівлегальними практиками. Найбільш згадуваним видом діяльності у цьому контексті є контрабанда. Вона як протиправне явище передбачає нелегальне переміщення товарів та людей через кордон. Дослідники підкреслюють, що контрабанда суттєво впливає на функціонування економіки. «Нелегальне переміщення продукції і товарів через державний кордон України має не лише негативний економічний аспект (недоотримання у повному обсязі надходжень до державного бюджету, стимулювання ведення недобросовісної конкуренції, деформація ринкової кон'юнктури тощо), а й посилює кримінальний характер розвитку економіки, що проявляється через активізацію діяльності організованих кримінальних угруповань, цілями яких є отримання неправомірної винагороди» [11, с. 57]. Створюється ціла мережа, яка дає змогу здійснювати даний вид діяльності. Існують приклади, коли для переміщення тютюнових виробів, використовувалися дорогі безпілотні летальні апарати, вартість яких швидко окупалася. С. Хобта на основі аналізу емпіричного матеріалу зазначає, що у прикордонні активно працюють «човники», «мурахи», «несуни», які заробляють на легальному (чи напівлегальному) переміщенні дрібних партій товару через кордон [1, с. 48–49].

Контрабанда не обов'язково пов'язана зі зброєю чи забороненими речовинами. Вона стає вагомим джерелом доходів жителів прикордонних територій. Переміщуються товари широкого вжитку – від тютюнових виробів до бензину. Як правило, контрабанда набуває значного поширення у країнах, де встановлено високі митні тарифи, де обмежується обіг якоїсь продукції, існують певні заборони чи обмеження на вивіз цього товару або продукції [12, с. 163]. Це створює умови для розвитку подібного роду діяльності та залучає до неї жителів прикордонних територій. Протяжний та слабо захищений кордон дає змогу обходити митні та прикордонні пости.

До основних причин контрабанди відносять: 1) вигідне географічне і транспортне положення території держави; 2) функціональну неспроможність прикордонної служби забезпечити контроль за перетином державного кордону на всій лінії його протяжності; 3) надмірну кількість контрольних процедур під час митного оформлення продукції, товарів, матеріальних цінностей тощо; 4) високий

рівень корумпованості та бюрократизму державних чиновників; 5) криміналізацію органів державної влади, суб'єктів господарювання та суспільства загалом; 6) високі ставки експортних та імпорتنих мит; 7) низьку ефективність роботи органів правоохоронної та судової системи; 8) психологічні стимули та бажання підприємців до отримання надприбутків; 9) недосконалість системи митно-тарифного регулювання експортно-імпорتنих операцій; 10) поширену практику лобіювання інтересів в органах державної влади представниками великого бізнесу; 11) переважно низький рівень доходів і бідність населення [11, с. 58–59].

Принципово інша ситуація у прикордонні формується за умов збройного протистояння. Війна руйнує усталені соціально-економічні практики, принципово змінює менталітет та економічну поведінку жителів таких регіонів. Із простору співробітництва та постійних взаємовигідних контактів прикордоння перетворюється на простір небезпеки, недовіри та ризику. У ході ескалації військового конфлікту саме ці території першими опиняються під ударом. Прозорість і проникність кордонів трансформується у залізну завісу, яка в будь-який час може стати джерелом небезпеки. Суспільна свідомість також зазнає змін – від категоричного несприйняття конфлікту до його усвідомлення і розуміння неможливості відновлення колишніх соціальних практик «доброго сусідства».

До основних особливостей прикордоння в умовах війни можна віднести такі:

Призупинення або повне припинення міждержавного співробітництва в прикордонних регіонах. У цьому разі кордони закриваються за політичними мотивами або у зв'язку з веденням активних бойових дій.

Актуалізація національної ідентичності у прикордонних регіонах через протиставлення «свій – чужий», «ми – вони», оцінка подій у категорії «справедливо – несправедливо». Відбувається поділ населення на категорії: ті, хто підтримує такий розвиток подій; ті, хто не підтримує такий розвиток подій; ті, хто зайняв вичікувальну позицію з урахуванням перспективи вирішення конфлікту.

Активізація транскордонного співробітництва в регіонах, які стають на той чи інший бік конфлікту, що дає змогу оперативно вирішувати проблеми різних сторін (прийом біженців, надання різного роду допомоги тощо).

Поступовий процес адаптації соціального простору прикордоння до нових умов реальності, поява соціальних практик, які роблять можливим переміщення товарів та людей через кордон (спрощення процедур перетину, пошук лазівок для напівлегальної та нелегальної діяльності).

Ускладнення або повне припинення транспорного сполучення прикордоння з іншими регіонами країни. Це створює передумови для нових економічних практик, пов'язаних із переміщенням товарів та людей (з'являється мережа комерційних перевезень у напрямку як однієї, так і другої сторони конфлікту).

Відбувається переформатування економічної еліти регіону, змінюються спрямованість та характер діяльності господарюючих суб'єктів (утрата ринків збуту, сировини, робочої сили тощо спричиняє зміни в економіці регіону, як і в будь-який період невизначеності та нестійкості, створюються передумови для нового поділу сфер впливу).

Поява у науковому та суспільному дискурсі понять «окуповані території», «звільнені території», «лінія розмежування», «сірі зони» тощо. За таких умов прикордоння набуває нових рис. Воно формується не лише біля державного кордону, а й біля лінії зіткнення.

Висновки. Таким чином, прикордоння здебільшого визначається як особливий простір, сформований на стиску різних соціальних утворень. Як результат, у ньому переплітаються елементи двох або більше культур, цінностей, світоглядів тощо. За умов миру це сприяє налагодженню добросусідських відносин між державами, створює фундамент для транскордонного співробітництва. Разом із тим вивчення прикордоння повинно базуватися не лише на підкресленні унікальності та своєрідності. Така позиція може зумовлювати поширення серед еліти та населення регіону настроїв, які становитимуть загрозу цілісності країни, складовою частиною якої він є. Завдання науковців полягає у визначенні особливостей прикордоння, розуміння яких забезпечить інтеграцію регіону у простір держави, а не стане передумовою його дистанціювання від центру. Особливо це актуально для великих за площею держав.

Кризові періоди розвитку суспільства активізують проблеми прикордоння. Збройний конфлікт між сусідніми державами стає справжнім випробуванням для населення таких регіонів. Не лише руйнуються економічні зв'язки та повсякденні соціальні практики, а й створюються точки небезпеки, невизначеності та постійної напруги. Суспільство, як і будь-яка система, швидко адаптується до нових умов та відповідає на виклики сучасності. Прагнення вижити в економічному та фізичному сенсі стає основою нових соціальних практик у прикордонні, вивчення яких стає актуальною науковою проблемою.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Хобта С.В. Кордон України як соціологічна проблема: суб'єкти, інтереси, інституціоналізація. *Вісник Луганського національного універси-*

тету імені Тараса Шевченка. Соціологічні науки. 2012. № 23. С. 41–58. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vluc_2012_23_5.

2. Кривицька О. Дискурс пограниччя в соціокультурних дослідженнях: теоретико-методологічні аспекти. *Наукові записки ІПіЕНД ім. І.Ф. Курбаса НАН України*. 2015. Вип. 4(78). С. 173–197. URL: https://ipien.gov.ua/wp-content/uploads/2018/07/kryvytska_dyskurs.pdf.

3. Узун Ю.В. Транскордоння: локальні суб'єкти, глокальні простори. *Міжнародні та політичні дослідження*. 2019. Вип. 32. С. 296–299. URL: <http://heraldiss.opu.edu.ua/article/download/179587/193837/431081>.

4. Чаркіна Т. Проблемні питання дослідження прикордонних територій в історичному пізнанні. *Вісник Львівського університету. Серія «Філософсько-політологічні студії»*. 2018. Вип. 16. С. 94–100. URL: http://fps-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/16_2018/15.pdf.

5. Зарицький Т. Парадигма прикордоння і центр-периферійні підходи. *Україна Модерна*. 2011. Т. 18. С. 79–99. URL: https://uamoderna.com/images/archiv/18/5_UM_18_Doslidzennia_Zarycki.pdf.

6. Черниш Н. Місце соціології транскордонних процесів у структурі соціологічного знання. *Геополітика України: історія і сучасність*: спецвипуск збірника наукових праць / вип. ред. І.В. Артьомов. 2014. Вип. 2(13): Система соціологічного забезпечення транскордонного співробітництва: матер. міжнар. конф., м. Ніредьгаза, 24–25.09.2014. С. 20–30. URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/22707>.

7. Устич С. Сутність сучасних транскордонних процесів та їх категоріальне відображення. *Український соціологічний журнал*. 2013. № 1–2. С. 47–53.

8. Шморгун О.О. Проблеми прикордонних відносин у політиці національних держав (засоби протидії сепаратизму та анексії). *Суспільно-політичні процеси*. 2021. № 2(18). С. 46–130. URL: <https://elibrary.ivinas.gov.ua/5044/1/Problemy%20prykordonnykh%20vidnosyn%20u.pdf>.

9. Нечаєва-Юрійчук Н. Прикордоння: політична складова міжетнічної взаємодії в кризових умовах. *Транскордонна співпраця – випробування кризами: пошуки більшої ефективності та результативності*. Чернівці, 2022. С. 51–54.

10. Holovka A.A. Розкриття потенціалу прикордонного регіону та протидія актуальним ризикам в умовах розширених можливостей місцевого самоврядування (на прикладі Закарпаття). *Publishing House «Baltija Publishing»*. 2020. С. 34–49. URL: <https://doi.org/10.30525/978-9934-588-66-2-03>.

11. Волошин В.І. Боротьба з контрабандою на прикордонних територіях як інструмент зміцнення економічної безпеки держави. *Соціально-економічні проблеми сучасного періоду України*. 2014. Вип. 4(108). С. 56–63. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/sep_spu_2014_4_8.

12. Живко З.Б., Головач Т.М., Боруцька Ю.З. Контрабанда та митна безпека: основні схеми контрабандних поставок. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2021. № 3(63). С. 161–168. URL: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2021-63-161-168>.

PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF THE MODERN SOCIAL SERVICE INSTITUTE IN AZERBAIJAN

ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ СУЧАСНОГО ІНСТИТУТУ СОЦІАЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ В АЗЕРБАЙДЖАНІ

The place and role of sociology of social work in the system of sociological knowledge is analyzed. It is emphasized that the sociology of social work reveals and understands the peculiarities of the activities of various groups of social workers, the activity of non-governmental organizations engaged in social protection, social services and institutions, which contributes to the optimization of organizational and technological aspects of professional and voluntary social work.

The article examines issues related to individuals entitled to access social services within the state social service system. Subsequently, various forms of social service provision and the conditions for providing specific types of social services to individuals are discussed. During the examination of these issues, the procedures for applying for the implementation of social services, the rules for the competent authority to make decisions regarding the determination of appropriate types of social services, and matters related to the protection of violated rights in the context of social services are also addressed. The institutional approach to the issue of social services highlights the necessity of analyzing the history of the problem. Throughout the development of human society, all forms of social life implied the existence of a social service institution. Of course, this institution did not emerge immediately. Initially, there were separate elements that, with the formation of the political system of society and the state, constituted the institution of social services. In Azerbaijan, individual services have been provided to the population by private individuals, communities, and later by the state throughout its development. All of these, together, form the fundamental basis for the functioning of the social service institution today. The state, its social policies, and a set of legal norms that ensure social protection of the population play a significant role here. At the same time, the institution of civil society actively contributes to the establishment of various forms of social services, which are crucial for modern individuals. In the context of globalization and the complexity of social relations, as well as the escalation of global issues, the need for improving the performance of the social service institution is evident. In Azerbaijan, various approaches are being implemented today to enhance the human factor, based on which the improvement of the institution of social services and its implementation takes place.

Key words: social service, social protection, social policy, sociology of social work.

Проаналізовано місце і роль соціології соціальної роботи в системі соціологічних знань. Наголошено, що соціологія соціальної роботи розкриває і осмислює особливості діяльності різних груп соціальних працівників, активність недержавних організацій, які займаються соціальним захистом, соціальних служб і закладів, що сприяє оптимізації організаційних, технологічних аспектів професійної і добровільної соціальної роботи.

У статті досліджено питання щодо осіб, які мають право на доступ до соціальних послуг у системі державного соціального обслуговування. Далі розглядаються різні форми надання соціальних послуг та умови надання окремих видів соціальних послуг особам. Під час розгляду цих питань розглядаються порядок звернення за наданням соціальних послуг, правила прийняття уповноваженим органом рішень щодо визначення належних видів соціальних послуг та питання, пов'язані із захистом порушених прав у контексті також звертаються до соціальних служб. Інституційний підхід до проблеми соціальних послуг актуалізує необхідність аналізу історії проблеми. Протягом усього розвитку людського суспільства всі форми суспільного життя передбачали існування інституту соціального обслуговування. Звичайно, цей інститут виник не відразу. Спочатку існували окремі елементи, які з формуванням політичної системи суспільства і держави склали інститут соціального обслуговування. В Азербайджані індивідуальні послуги надавалися населенню приватними особами, громадами, а згодом і державою протягом усього його розвитку. Усе це разом становить основу функціонування закладу соціального обслуговування сьогодні. Значну роль тут відіграє держава, її соціальна політика, комплекс правових норм, що забезпечують соціальний захист населення. Водночас інститут громадянського суспільства активно сприяє становленню різноманітних форм соціальних послуг, які є вкрай важливими для сучасної людини. В умовах глобалізації та ускладнення соціальних відносин, а також загострення глобальних проблем, необхідність покращення діяльності закладу соціального обслуговування стає очевидною. В Азербайджані сьогодні реалізуються різні підходи до посилення людського фактору, на основі яких відбувається вдосконалення інституту соціальних послуг та його впровадження.

Ключові слова: соціальне обслуговування, соціальний захист, соціальна політика, соціологія соціальної роботи.

UDC 323+316

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.3>

2023.50.3

Rahmatullayeva J.A.

Researcher at the State Governance and Personnel Policy Department State Academy of Public Administration under the President of the Republic of Azerbaijan;

Lecturer at the Department of Social and Cultural Activities

Azerbaijan State University of Culture and Arts

Introduction. The comprehensive development strategy of the independent Republic of Azerbaijan, initially established by our national leader Heydar Aliyev, has been successfully continued and further improved since 2003 by President Ilham Aliyev. It is particularly noteworthy to emphasize the political course of Mr. President

towards ensuring high levels of social justice principles and establishing a comprehensive social state in our country. Elevating the social well-being of individuals, ensuring a prosperous life, and strengthening the social support of vulnerable segments of society hold crucial positions among the main objectives of this course. President

Ilham Aliyev, who consistently maintains the focus on increasing state care for socially vulnerable population groups and demonstrates a humanistic approach, has stated that the essence of the policy pursued in Azerbaijan revolves around the human factor [1, p. 7]. Strengthening the social support for vulnerable segments of society, of course, necessitates the improvement of the social service system as one of the significant forms of this support.

In the modern era, with the adoption of the "Law on Social Service" of the Republic of Azerbaijan on December 30, 2011, a new stage has been reached in the formation of the social service system in Azerbaijan. The new social service system is being established in accordance with the conditions, requirements, and standards of the modern state in the social sphere and aligning with its new responsibilities. Analysis of legislative acts shows that social service relations, which are based on equal social relations, are regulated by various normative legal acts. However, the existence of certain gaps and contradictions in these legislative acts complicates their practical application. In this regard, there is a need for the systematization of legislation in the field of social service. This is also confirmed by the experience of foreign countries. For example, in Germany, the Social Code is in force, which systematizes various types of social security and social benefits, as well as forms of social assistance. In general, these norms are aimed at realizing the following objectives of the state:

- ensuring a decent standard of living for individuals;
- facilitating the free development of personality;
- protecting the family;
- promoting social justice;
- providing social protection.

In the modern era, the main responsibility of the state in the social sphere is to effectively address the social problems of its citizens. The state should approach all social issues with sensitivity, form social groups based on social problems, and seek solutions to them. The term "social" is used to denote those problems that have negative consequences for society as a whole, and their resolution can only be achieved through the utilization of the state's financial resources and the implementation of legal regulation at the state level [2, pp. 221–259].

The main development indicator of the state depends on its social function. The social function of the state is understood as its activities aimed at ensuring a decent standard of living for all members of society, regardless of their financial status, age, gender, or health capabilities.

For example, this includes the provision of minimum wages, pensions, allowances for the disabled, the poor, students, children, mothers, and the unemployed; allocation of necessary funds for healthcare, cultural leisure, education,

and housing construction. In general, the social function of the state refers to the state's activities that create conditions for every individual to enjoy freedom and a decent standard of living through designated benefits, and protect individuals who are unable to participate in labor relations due to various reasons [3]. The primary purpose of the state's social function is to ensure general welfare and create equal opportunities for everyone to benefit from this welfare. The more successfully this function is implemented, the stronger social stability and progress in society become, and the higher the level of ensuring a decent life for individuals. Additionally, this creates favorable conditions for the fuller realization of people's social rights, resulting in the elimination or prevention of social tensions and conflicts in society.

In recent years, states have been implementing active and consecutive measures aimed at improving the social sector, with a focus on the differential development of social technologies to serve vulnerable population groups. Such policies are conditioned by the goal of equalizing the living standards of socially vulnerable groups and creating suitable environments for individuals with physical disabilities. The implemented structural changes primarily aim to enhance the accessibility of social services, strengthen the approach of addressing needs in the social service system, improve the normalization mechanism of social workers' labor, and specify the value of social services.

The issue of social service provision for citizens with disabilities has become both a subject of research in various scientific fields and one of the priority directions of any state's policy. The functioning of state systems is based on the priority of social orientation under the modern conditions. "The declaration of such a state status today not only signifies the high level of the country's economic development but also the high degree of democraticness of political systems, the existence of strong compromise relations among political forces, and the high social protection of citizens, especially vulnerable population groups, from a social perspective.»

The degree of research on the problem. As it is known, the extent and implementation level of economic, social, and cultural rights and freedoms largely depend on the economic condition and resources of the state, and therefore, the guarantees of the realization of these rights have developed to a lesser extent compared to civil and political rights [4]. In this regard, without the necessary financial base and organizational structures, the full and effective implementation of the constitutional right to social security, including social services, becomes somewhat difficult or generally impossible. Their establishment is one of the fundamental functions of the welfare state. This is because social security is directly related to the social function of the state [5]. The state

must strive to maximize the efficient and equitable use of available resources in the direction of fully realizing the rights to social security, including social services, in accordance with its obligations. The formation of the institution of social service is being investigated today not only by historians but also by representatives of social work, psychology, and sociology. At the same time, many methodological aspects related to determining the place of the institution of social service in the overall structure of social forms of life are still subject to discussion.

The aim of this article is to identify the peculiarities of the formation of social service as an institution in the history of Azerbaijani society.

Methods.

To achieve this, we have turned to the analysis of individual stages of social development, as well as the current state of social service in the country.

Main content

About the social function of the state as the basis for the formation of the institution of social service

After restoring its state independence, Azerbaijan's social function has formed the basis of its activities. The main objective here was to improve the social legislation applied to all members of society and individuals of different categories, to harmonize it with progressive and internationally accepted standards, and thus ensure the socio-economic rights of all individuals. Social services occupy a special place within the modern forms of social security, along with social insurance and social assistance. In order to further improve the existing social service system in any country and align it with progressive global standards, it is necessary to study the social service institutions and legislation in foreign countries that meet modern requirements, and take into account local conditions and national peculiarities to apply positive experiences accordingly.

In order to ensure reliable social protection for the population in the long term, taking into account international development trends, the continuous adaptation of social services to modern demands, and the utilization of the experience of developed countries in this field, the Republic of Azerbaijan has ratified a number of international documents in the relevant area. These documents, both national legislation and the provisions derived from international documents, aim to ensure the provision of high-quality social services to the population, meeting the needs of vulnerable groups, as well as the establishment of specialized human resources potential and strengthening the material-technical base and expansion of networks of social service institutions. Additionally, the development of relevant standards and norms, the implementation of international experience and innovative technologies, and the fulfillment of obligations in this regard are also envisaged [5, p. 145].

In order to create a better social service system in the country, the state should first identify the factors that create social risks, which depend on human will, so that such risks can be prevented in the future. The direction of applying social services should be clearly defined, and subsequently, fair social services should be implemented according to the social situation. The legislation regulating the social service field should be formulated by drawing on international experience. Conditions should be created for private institutions outside the state to be involved in the social service sphere, and they should be supported by the state. This not only streamlines the work of the state but also enhances people's opportunities and the quality of accessing social services.

The Azerbaijani state, as the guarantor of providing social services to individuals, is actively and consistently implementing social policies in the present period. Social policy is one of the main directions of the state's internal policy and an integral part of public life. This field encompasses not only non-production sectors of the economy such as education, science, healthcare, social protection but also various aspects of the production sectors, such as working hours, minimum wage, determining the protection of labor, and so on. The functional role of the social sphere in society includes the creation and deepening of social relations among the population, as well as the fulfillment and formation of their essential needs. Regardless of the level of development, social policy is an important component of state policy towards the socio-economic advancement of society in all countries of the world. The essence of social policy lies in creating conditions for the improvement of the living standards of individual social groups as well as the entire social group, and the formation of economic incentives for their participation in public life.

The Institute of Social Service in Azerbaijan. The Institute of Social Service in Azerbaijan has a long history of development. Since ancient times, human communities have sought to share services and expand their range. All of this was related to the needs of people, social conditions, and the peculiarities of social-demographic development. Even before the division of labor, support was provided to children, the sick, and the elderly to maintain social stability. However, there were limitations associated with perceptions of health, the value of children and the elderly, living conditions, migration, entertainment, etc.

With the division of labor, the spheres of public life expanded. Consequently, the need for social service grew and transformed. For example, there were more opportunities to meet material and spiritual needs, and the number of individuals capable of doing so increased. Thus, the possibility of organizing social services began to

be utilized more widely. This can be evidenced by historical facts. Services were provided by teachers, doctors, childcare providers, and domestic tasks were carried out (such as shoe and clothing repairs, food preparation, and so on). In different social formations, the systematic nature of this work was achieved through market forces, competition, and the eventual formation of a social structure based on income levels.

With the development of the political organization of society, social needs began to be regulated by the state. Thus, the state gained the ability to control the market of social services and even transfer some of these services to private individuals. With the increase in population and the complexity of social relations, the opportunity for the development of the social institution of social service greatly expanded. This work was conducted in conjunction with other areas of social development related to the institutions of family, household, education, health, religion, and so on. One example of such work can be seen in the activities of the Red Crescent Society: "The Azerbaijan Red Crescent Society, which has a glorious history of over 100 years, is the largest humanitarian organization in the Republic, with its role defined by state law. As a member of the International Red Cross and Red Crescent Movement, which is the world's leading humanitarian institution, the National Society (AzRCS) plays an equal and full-fledged role in our country. The employees and volunteers of the Azerbaijan Red Crescent Society have been providing humanitarian assistance to people since 1920, without discrimination based on nationality, race, religion, social class, or political beliefs" [8].

Over time, the social service has expanded its authority thanks to the active support of the state and charitable organizations. In particular, the forms of service provision to the population expanded during times of war and natural disasters, such as floods, earthquakes, landslides, and so on. It should be noted that the possibilities of social service provision were directly related to the level of social security, including minimum wage, employment of the population, urban and rural population ratio, level of infrastructure development, and the legal framework for ensuring social service provision.

For example, during the period of tsarist rule, there were possibilities for providing social assistance, but they were not used for the needs of the population:

«According to the new land law that came into force in 1901, rural dwellers were required to pay certain taxes related to their lands. Instead of the traditional land tax known as "per land", which was based on perpetual land use, a state fee, representing 10-12% of income, was introduced for the lands they utilized. In addition, they were also obligated to pay a district assembly (zemstvo) fee,

which encompassed all lands, for the lands they used. The district assembly fee was collected to cover the expenses of education, healthcare, veterinary services, and other expenditures. However, it was mainly used for financing the police. During that period, as before, peasant landowners were subject to various obligations towards their landlords, including contributing a portion, ranging from 1/10 to half of the produce, as compensation for land use, grass tax for wintering livestock, compensation for erecting yurts, garden tax for cultivating gardens and vegetables, and others. Overall, the system of social service formation had a historical nature, meaning it changed depending on the development conditions of society itself.

Furthermore, the nature of social service was also directly determined by the social structure of society, the ratio between the middle class and the underprivileged individuals and families. During the years of Soviet rule, the possibilities for social protection of the population and the formation of social service were limited:

"Between 1922 and 1927, primarily in Azerbaijan, as it was a period of restoring the national economy, establishing village associations, and laying the foundations of socialism, the duties of the Commissariat of Social Welfare were carried out by the Azerbaijan People's Commissars and separate councils. This Commissariat primarily worked on improving and enhancing the social welfare system, granting privileges to disabled and working citizens. As a result of the work accomplished, in August 1927, the "Corporation for the Disabled" was established in Baku to address the issues of disabled individuals. Within the system of the Commissariat of Social Welfare, hundreds of disabled individuals were provided with employment in various specialties through 25 collective farms. The responsibility for overseeing the pension system in the Republic was assigned to the People's Commissariat of Social Welfare."

The living situation changed from period to period, which also affected the implementation of tasks in social service. During transitional periods of social development, the number of individuals in need has been rapidly increasing, compelling government structures to intensify their efforts in providing social assistance to the population. Our country has experienced several such periods in its history. In the 20th century, these include the First and Second World Wars, the transitional period during the establishment of Soviet power, the Armenian-Azerbaijani and Nagorno-Karabakh conflicts, and the period of transition to independent development. Each of these periods has had specific contradictions related to the standard of living, human and material losses of society, as well as civilizational and regional peculiarities. Today, war veterans receive the necessary support: "On the occasion of the anniversary of the Victory in the

Second World War, the President of the Republic of Azerbaijan annually signs a Decree to provide one-time financial assistance to the participants of that war, widows of fallen or deceased fighters, and individuals who were awarded orders and medals for their dedicated service on the rear front during the war. The amount of one-time assistance intended for them is increased periodically to meet the changing needs" [11].

It should also be noted that the general direction and development of social institutions associated with the civilizational process also influenced the institution of social service, as a set of conditions related to ensuring human rights and the basic conditions of human existence. The influence on the nature, content and forms of functioning of the institute of social service of other institutions, such as the family, the education system, health care, labor organization, and so on, also changed. The researchers write that «while policy makers widely recognize the fact that education serves as an engine for economic growth through the accumulation of human capital, education is also strongly associated with boosting levels of social capital. Indeed, an important justification for the large expenditures on education within many democratic nations is its social, and not just economic, impact – the benefits an educated electorate brings to civil society» [12]. The worldview of people, depending on social circumstances, forms attitudes and orientations that affect the nature of the functioning of a particular social institution, its role in social development. Thus, the institution of social service, being formed as an independent phenomenon, is at the same time strongly influenced by other aspects of social life, thus it is given the opportunity to develop and change.

The modern level of development of the social service institution indicates significant changes taking place here, related to new approaches in ensuring people's decent life. There is a clear connection between government structures, non-governmental organizations, and charitable programs. This can be judged, at least, by the extensive work that our country has done in providing necessary assistance to all those in need during the post-war period. This includes support for families of the deceased, the wounded, and overall individuals in need of social protection. The following statistics testify to this: "During the post-war period, monthly social payments were provided to 115,000 individuals, including family members of martyrs and war veterans, and insurance payments were made to 3,565 individuals. Services were provided to 83,700 individuals, including family members of martyrs and war participants, at the unified communication centers, etc. Overall, the social support package provided during the post-war period covered 124,000 individuals, with 285,000 services provided to support them" [13].

In general, the institution of social service has a historical character. Today, its formation involves not only official government structures that operate based on adopted laws and legislative acts but also private companies and firms that provide social services. It should be noted that an increasing number of people are resorting to their services. This work is carried out at a professional level. Thus, it can be said that the state's social policy is aimed at ensuring that individuals in need of social protection are fully provided for both through government agencies and by utilizing the opportunities of civil society. Consequently, the social service is becoming sufficiently diverse, in accordance with the richness of social life and various spheres of activity. Work in this direction continues today. Overall, among the forms of social development, the institution of social service is emerging as one of the leading forms of working with people.

Conclusions. The establishment of the institution of social service holds great importance for improving the lives of people, especially those in vulnerable groups. At the same time, it is a significant part of the social structure of society as it serves as a connecting element between all spheres of social life. Studying the history of its development and its current state contributes to the improvement of work in the field of social policy as a whole. As a result, numerous forms of social service are formed, which are essential for people. In Azerbaijan, various directions of this service are being developed based on population categories, areas of activity, people's needs, implementation technologies, and so on. Consequently, the culture of consumption and leisure is enhanced, communication skills and continuity in social experience, necessary for the upbringing of the younger generation, are developed. We believe that qualitative development of education at all levels is necessary to enhance the level of social service. Through this, it is possible to shape a new human capital that meets the modern challenges of the time and is capable of elevating national development to a universally human level.

BIBLIOGRAPHY:

1. Mustafazadeh, A.I. Əlilliyi olan şəxslərin məşğulluğu problemləri / A.İ. Mustafazadə. – Bakı: Elm və təhsil, 2018. 152 s.
2. Briggs, A. The Welfare State at Historical Perspective // *Chives Européennes de Sociologie*, – 1999, – vol. 2, – issue 2, – pp. 221–259.
3. José G Vargas-Hernández. The question of changing the concept, role and functions of state / January 2016rei - *Revista Estudos Institucionais* 1(1) DOI:10.21783/rei.v1i1.19
4. Scott, C. (1989). "The Interdependence and Permeability of Human Rights Norms: Towards a Partial Fusion of the International Covenants on Human Rights". *Osgood Law Journal* Vol. 27.

5. Əsgərov, Z.A. Konstitusiya hüququ. Dərs vəsaiti / Z.A. Əsgərov. – Bakı: Bakı Universiteti nəşriyyatı, – 2002. 632 s.
6. «2020–2026-cı illərdə Azərbaycan Respublikasında sosial xidmətin inkişafına dair Milli Strategiya». Layihə. URL: https://www.sosial.gov.az/uploads/images/image_750x_5d2c2a78da75f.pdf
7. Dövlətin sosial siyasəti. URL: <http://www.ekspress.az/az/kivdf/22759-d-ouml-vletin-sosial-siyaseti>
8. Biz Kimik? URL: <https://yardim.et/az>
9. Azərbaycan tarixi. XIX əsr 7 cildə, IV cild. Bakı: 2007.
10. Azərbaycanda sosial təminat qanunvericiliyi. URL: <https://www.sosial.gov.az/tarixi>
11. İkinci Dünya müharibəsi iştirakçlarına birdəfəlik maddi yardım veriləcək. URL: <https://a-r.az/az/article/11811>
12. What is education's impact on civic and social engagement? By David E. Campbell // Measuring the effects of education on health and civic engagement: proceedings of the Copenhagen symposium – © OECD 2006.
13. Postmüharibə dövründə 124 min şəxsə sosial dəstək xidməti göstərilib. URL: <https://525.az/news/223005>

СЕКЦІЯ 3 ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

ВПЛИВ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ НА КОНЦЕНТРАЦІЮ УВАГИ

THE IMPACT OF INTERNET ADDICTION ON ATTENTION CONCENTRATION

Використання мережі Інтернет є невід'ємною частиною повсякденного життя особистості. Але все більшу стурбованість науковців викликає питання впливу повсякденного використання мережі Інтернет на особистість, у тому числі на її когнітивні функції. У статті наведено стислий огляд досліджень останніх років щодо впливу використання мережі Інтернет на властивості уваги. Метою статті є викладення результатів емпіричного дослідження впливу Інтернет-залежності на концентрацію уваги. Комплекс методик для проведення дослідження складався з методики «Переплутані лінії» для вивчення концентрації уваги та «Шкали Інтернет-залежності Чена (cias)» в адаптації В.Л. Малигіна та К.А. Феліксова для вивчення міри схильності досліджуваних до прояву Інтернет-залежної поведінки. Дослідження проведено у режимі онлайн з використанням інтерактивних форм для збору даних (Google-форми та інтерактивні тести для діагностики концентрації уваги). Вибірку дослідження становили 37 осіб віком від 20 до 49 років, вибірку сформовано за методом «снігового кому». Для кількісного опису отриманих даних використано метод описових статистик. Середнє значення показника рівня концентрації уваги становить $9,41 \pm 4,663$. Аналіз описових статистик за показником рівня концентрації уваги дає змогу зробити висновок, що 68% значень показника знаходиться у діапазоні від низького до середнього рівня. Кількісний (кореляційний) аналіз отриманих емпіричних даних із використанням коефіцієнту кореляції Спірмена показав наявність стійкого від'ємного зв'язку між концентрацією уваги та Інтернет-залежністю (як із загальним показником Інтернет-залежності, так і з окремими його складниками – субшкалами). За допомогою U-критерія Манна – Уїтні виявлено наявність статистично значущих відмінностей між значеннями показників рівня концентрації уваги для груп із високим та низьким рівнями показника Інтернет-залежності. Таким чином, можна зробити висновок, що для досліджуваних із високим рівнем схильності до Інтернет-залежної поведінки характерна нижча здатність до концентрації уваги.

Ключові слова: увага, властивості уваги, концентрація уваги, розлад, пов'язаний із використанням Інтернету, Інтернет-залежність.

The usage of the Internet is an integral part of a person's daily life. However, scientists are increasingly concerned about the impact of everyday Internet usage on a person, including his/her cognitive functions. The article provides a brief overview of recent years' researches of the impact of Internet usage on the properties of attention. The purpose of this article is to present the results of the empirical study of the influence of Internet addiction on attention concentration. The set of methods for conducting the research included «Tangled Lines method» for investigating the attention concentration and «Chen Internet Addiction Scale» (CIAS) adapted by V. L. Malynina and K. A. Feliksova for investigating the degree of predisposition to Internet addictive behavior. The research was conducted online using interactive forms for data collection (Google forms and interactive tests for diagnosing the attention concentration). The research sample consisted of 37 people aged 20–49 years that was formed by means of the «snowball method». The method of descriptive statistics was used for the quantitative description of the obtained data. The average index of the attention concentration level is 9.41 ± 4.663 . The analysis of descriptive statistics of the attention concentration level allows us to conclude that 68% of the index values are in the range from low to medium level. Quantitative (correlation) analysis of the obtained empirical data using the Spearman correlation coefficient demonstrated a stable negative correlation between attention concentration and Internet addiction (both with the general index of Internet addiction and with its separate components – subscales). Mann – Whitney U-criteria revealed the statistically significant differences between the indexes of attention concentration level for groups with high and low levels of Internet addiction. Thus, it can be concluded that those with high level of predisposition to Internet addictive behavior show a lower ability to attention concentration.

Key words: attention, attention properties, attention concentration, Internet Use Disorder, Internet Addiction.

УДК 159.9.075:159.952.4
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.4>

Балянська І.В.

здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 053 – Психологія ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

Казанжи М.Й.

д.психол.н., професор, професор кафедри загальної та диференціальної психології ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

Вступ та сучасний стан досліджуваної проблеми. Використання мережі Інтернет є невід'ємною частиною повсякденного життя особистості. Кількість користувачів мережі у 2023 р. досягла 5,18 млрд осіб, що становить 64,6% світової популяції [14]. У 2021 р. середньостатистичний користувач проводив у мережі 192 хвилини (3,2 години), переважно

використовуючи смартфон [13]. В Україні, за даними Internet World Stats, станом на січень 2022 р. кількість користувачів Інтернету становила 40,9 млн осіб, або 94,5% від загальної кількості населення [10]. Це говорить про те, що використання мережі Інтернет стало практично повсюдним. Але поряд із тим, які великі можливості надає активне, широке та повсяк-

денне використання мережі Інтернет, суспільство все більше хвилює питання, які ризики воно несе із собою, які психологічні, фізіологічні та соціальні наслідки спричиняє.

Вплив поширеного використання мережі Інтернет на когнітивні процеси, у тому числі на увагу, є об'єктом багатьох досліджень. Широко вивчається феномен мультимедійної багатозадачності, який пов'язується з більш активним та широким використанням Інтернету, та вплив його поширення на когнітивні функції. Установлено, що для осіб із високим ступенем багатозадачності характерні менша здатність до концентрації уваги на одному завданні та менша здатність до ігнорування зовнішніх стимулів, із цим завданням не пов'язаних [9, с. 2; 11, с. 15585]. Також експериментальні дослідження виявили, що під час серфінгу в Інтернеті обсяг уваги знижується, і цей ефект може тривати ще деякий час після активності в Інтернеті [12, с. 5].

Вивчаючи вплив нових технологій на школярів, українські дослідниці С. Алексеева, Л. О. Кондратенко та О. В. Онопрієнко відзначають, що для сучасних дітей (так званого «цифрового покоління») характерні погіршення здатності до зосередження, постійні відволікання, багатозадачність, нездатність до концентрації уваги, постійне переключення уваги, «кліпове мислення», поширення розладів уваги. Разом із цим О. В. Онопрієнко також відзначає збільшення обсягу уваги у молодших школярів [1, с. 22; 2, с. 196–197; 3, с. 64; 5, с. 105–106].

Найчастіше вплив використання мережі Інтернет вивчається через вплив на особистість його надмірного використання, яке поєднується із залежними від використання мережі станами. Особливістю Інтернет-залежності як об'єкта дослідження є його швидка мінливість. Із розвитком інформаційних технологій зростає як кількість осіб, залучених у взаємодію зі всесвітньою мережею, так і середня кількість часу, проведеного в мережі. Постійно з'являються нові технології (такі як, наприклад, штучний інтелект) та нові соціальні мережі. Поглиблюються знання про Інтернет-залежність як явище та про її вплив на особистість.

Так, у 2013 р. розлад, пов'язаний з іграми в Інтернеті, був включений до Діагностичного та статистичного посібника з психічних розладів (DSM-5) як стан, що потребує додаткових клінічних досліджень, із можливістю подальшого включення в основний довідник як формальний розлад [7, с. 1]. Від 01.01.2022 набрав чинності 11-й перегляд Міжнародної класифікації хвороб (МКХ-11), до якого вперше був включений ігровий розлад (Gaming Disorder) та виділено окремий його підтип – переважно онлайн-ігровий розлад [16]. Після включення ігрового розладу до МКХ-11 багато

англомовних дослідників перейшли від використання терміна «Інтернет-залежність» або «Інтернет-адикція» (Internet Addiction Disorder) до терміна «розлад, пов'язаний із використанням Інтернету», або PBI (Internet Use Disorder) відповідно до термінології, яка використовується в МКХ-11 [8, с. 1].

У дослідженні 2017 р. виявлено структурні зміни або дефіцити в областях мозку, пов'язані з контролем уваги, обробкою винагороди та мотивацією у тих, хто має PBI, порівняно зі здоровими контрольними групами [9, с. 3].

Темою великої кількості досліджень був взаємозв'язок між проявами PBI та РДУГ (розлад дефіциту уваги та гіперактивності), який, своєю чергою, асоціюється з порушенням деяких властивостей уваги, зокрема концентрації. Систематичний огляд 2017 р. вивчив зв'язок між PBI і РДУГ у 15 незалежних дослідженнях (два когортні дослідження і 13 перехресних досліджень) і виявив, що люди з PBI мали в три рази більшу ймовірність РДУГ, аніж здорові контрольні групи [15, с. 6–8].

Таким чином, дослідження взаємозв'язку між проявами розладів, пов'язаних із використанням мережі Інтернет, та властивостями уваги є актуальною темою і вимагає проведення подальших досліджень, які дадуть змогу глибше вивчити цю проблему.

Метою статті є викладення результатів емпіричного дослідження впливу Інтернет-залежності на концентрацію уваги.

Завдання дослідження:

1. Збір та систематизація інформації щодо проведених досліджень відповідно до визначеної проблематики.
2. Підбір психодіагностичних методик для проведення дослідження.
3. Формування вибірки досліджуваних та збір емпіричного матеріалу.
4. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження.

Методи дослідження.

Теоретична частина дослідження включала збір, аналіз та систематизацію інформації щодо проведених досліджень із визначеної проблематики.

Для проведення емпіричного дослідження було здійснено аналіз основних психодіагностичних методик, які використовуються для діагностики Інтернет-залежності, вибрано методики, які найкраще відповідають меті та завданням дослідження. Комплекс методик для проведення дослідження складався з методики «Переплутані лінії» для вивчення концентрації уваги та «Шкали Інтернет-залежності Чена (CIAS)» в адаптації В. Л. Малигіна та К. А. Феліксова для вивчення міри схильності досліджуваних до прояву Інтернет-залежності.

Вивчення здатності особи концентрувати увагу у дослідженні здійснено за допомогою

методики «Переплетені лінії». Цю методику було вибрано через можливість її переведення в електронну форму для проведення дослідження у режимі онлайн. У різних варіаціях цього тесту стимульний матеріал являє собою зображення 10–25 переплетених ліній. Із початку та кінця кожної лінії вказані числа (або літери). Завдання досліджуваного – за визначений проміжок часу встановити вірну відповідність цих чисел для кожної лінії. Концентрація уваги оцінюється за кількістю вірно вгаданих ліній, відсутністю помилок, витраченим часом [4, с. 100–102].

Для діагностики відсутності чи наявності Інтернет-залежності використано «Шкалу інтернет-залежності Чена (CIAS)» в адаптації В. Л. Малигіна та К. А. Феліксова. Відповіді на 26 запропонованих питань розподіляються по п'яти шкалах. Шкали відповідають п'яти найбільш поширеним симптомам Інтернет-залежності: компульсивні симптоми, симптоми відміни, симптоми толерантності, внутрішньоособистісні проблеми та проблеми зі здоров'ям, проблеми з керуванням часом. Також визначаються інтегральні показники: ключові симптоми Інтернет-залежності (сума перших трьох шкал) та проблеми, пов'язані з Інтернет-залежністю (сума останніх двох шкал). За допомогою загального балу CIAS, який складається із суми всіх п'яти шкал, можна визначити одну зі стадій Інтернет-залежності: мінімальний ризик виникнення Інтернет-залежної

поведінки, схильність до виникнення Інтернет-залежної поведінки (доадиктивний етап), виражений та стійкий патерн Інтернет-залежної поведінки [6, с. 59–60].

Дослідження проведено у режимі онлайн із використанням інтерактивних форм для збору даних (Google-форми та інтерактивні тести для визначення концентрації уваги). Вибірку дослідження становили 37 осіб віком від 20 до 49 років. Вибірку сформовано за методом «снігового кому».

Результати та їх обговорення. Для кількісного опису отриманих даних використано метод описових статистик. Описові статистики за показниками рівня концентрації уваги та Інтернет-залежності наведено в табл. 1.

Середнє значення показника рівня концентрації уваги становить 9,41***4,663. Аналіз описових статистик за показником рівня концентрації уваги дає змогу зробити висновок, що 68% значень показника знаходиться у діапазоні від низького до середнього рівня.

Графік розподілу значень показника рівня концентрації уваги наведено на рис. 1. Візуальний аналіз графіка дає змогу зробити висновок про його зміщення вліво, у бік менших значень показника. Розрахований показник асиметрії становив 0,308, що не перевищує стандартного значення помилки асиметрії - 0,388. Абсолютне значення показника ексцесу також не перевищує значення його стандартної похибки. Це дає змогу відзначити, що

Таблиця 1

Описові статистики

	PKY	Com	Wit	ToI	IH	TM	IA-Sym	IA-RP	CIAS
Середнє значення (Mean)	9,41	9,92	9,95	8,70	11,38	8,86	28,57	20,24	48,81
Стандартне відхилення (Std. Deviation)	4,663	2,793	2,972	2,259	3,737	2,689	5,937	5,756	10,490
Асиметрія (Skewness)	0,308	0,476	0,801	0,239	1,138	0,976	0,720	1,223	1,170
Стандартна похибка асиметрії (Std. Error of Skewness)	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388	0,388
Ексцес (Kurtosis)	-0,485	-0,819	0,319	-0,383	0,799	0,450	-0,233	0,660	0,819
Стандартна похибка ексцесу (Std. Error of Kurtosis)	0,759	0,759	0,759	0,759	0,759	0,759	0,759	0,759	0,759

Примітки. Тут і далі:

1) умовне скорочення показника концентрації уваги: PKY – рівень концентрації уваги; 2) умовні скорочення показників Інтернет-залежності: Com – показник за шкалою компульсивних симптомів; Wit – показник за шкалою симптомів відміни; ToI – показник за шкалою симптомів толерантності; IH – показник за шкалою внутрішньоособистісних проблем та проблем зі здоров'ям; TM – показник за шкалою проблем із керуванням часом; IA-Sym – показник за інтегральною шкалою ключових симптомів Інтернет-залежності; IA-RP – показник за інтегральною шкалою проблем, пов'язаних з Інтернет-залежністю; CIAS – показник загального балу CIAS (загальний показник Інтернет-залежності)

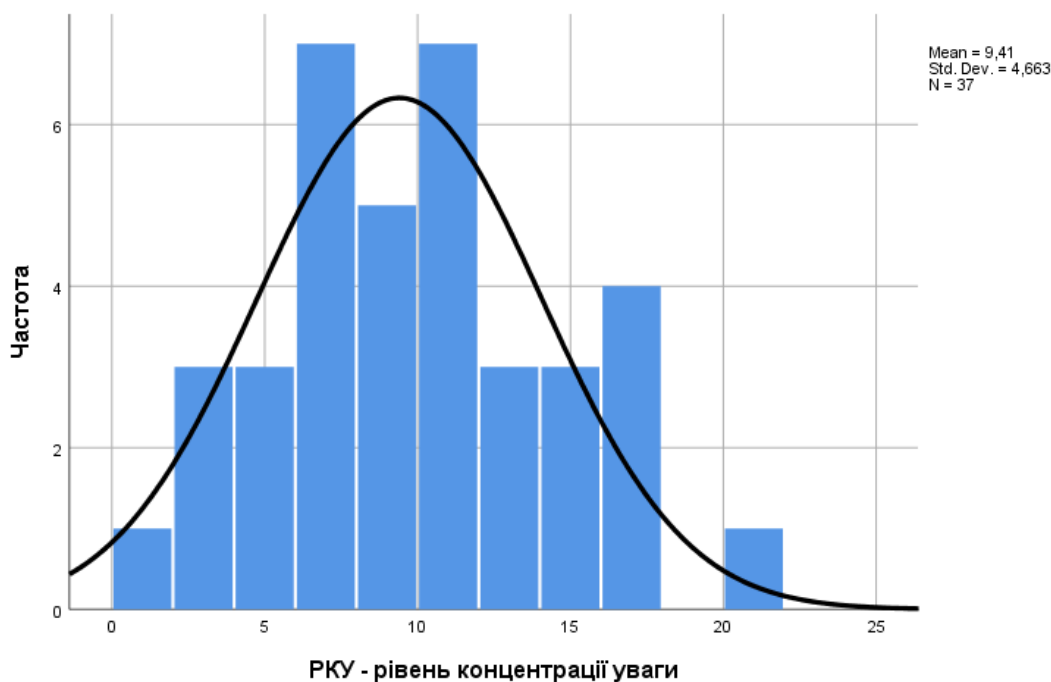


Рис. 1. Гістограма розподілу значень показника рівня концентрації уваги

Таблиця 2

Значущі кореляційні зв'язки між показниками Інтернет-залежності та концентрації уваги

	Показники Інтернет-залежності							
	Com	Wit	Tol	IN	TM	IA-Sym	IA-RP	CIAS
PKU	-373*	<u>-310</u>	<u>-305</u>	<u>-311</u>	-349*	-392*	-411*	-451**

Примітки. Тут і далі:

1) N=37; 2) коми та нулі опущені; 3) ** – значущий кореляційний зв'язок на рівні $p < 0,01$ (1% рівень значущості); * – значущий кореляційний зв'язок на рівні $p < 0,05$ (5% рівень значущості); підкреслено – тенденція до зв'язку

розподіл показника рівня концентрації уваги відповідає нормальному.

Розраховані показники асиметрії та ексцесу показників Інтернет-залежності значно перевищують розмір їх стандартної похибки. Це означає, що розподіл показників за шкалами Інтернет-залежності не відповідає нормальному.

Оскільки розподіл значень загального показника Інтернет-залежності та його субшкал не відповідає нормальному, для підтвердження або відкидання гіпотези щодо наявності взаємозв'язків між показниками Інтернет-залежності та рівня концентрації уваги використано коефіцієнт кореляції Спірмена. Результати розрахунку коефіцієнтів кореляції наведено в табл. 2.

Показник рівня концентрації уваги показав значущий від'ємний кореляційний зв'язок на рівні $p < 0,01$ із загальним показником Інтернет-залежності, а також значущі від'ємні кореляційні зв'язки на рівні $p < 0,05$ із показниками за такими субшкалами показника Інтер-

нет-залежності: шкалою компульсивних симптомів, шкалою проблем із керуванням часом, інтегральною шкалою ключових симптомів Інтернет-залежності, інтегральною шкалою проблем, пов'язаних з Інтернет-залежністю. Також показник рівня концентрації уваги продемонстрував від'ємну тенденцію до зв'язку з показниками за такими субшкалами показника Інтернет-залежності: шкалою симптомів відміни, шкалою симптомів толерантності та шкалою внутрішньоособистісних проблем та проблем зі здоров'ям.

Таким чином, можна зробити висновок про наявність стійкого від'ємного зв'язку між концентрацією уваги та Інтернет-залежністю (як із загальним показником Інтернет-залежності, так і з окремими його складниками – субшкалами).

Відповідно до мети та завдань дослідження, зв'язок між показником Інтернет-залежності та показником рівня концентрації уваги було вивчено за допомогою якісного аналізу. Було виділено дві групи досліджуваних – із високим

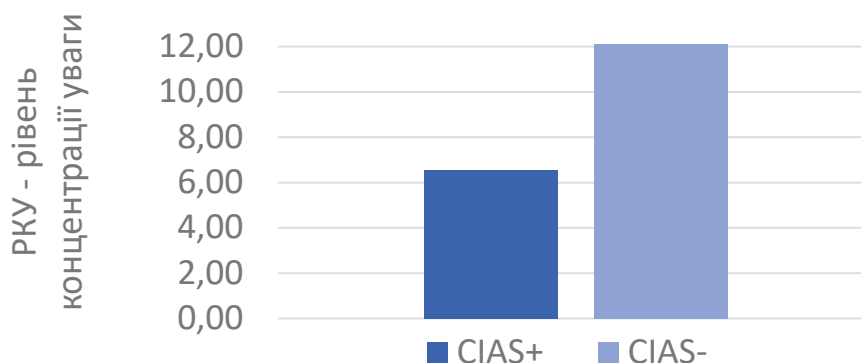


Рис. 2. Рівень концентрації уваги груп осіб із високим (CIAS+; N=9) та низьким (CIAS-; N=10) рівнями Інтернет-залежності

та низьким рівнями показника Інтернет-залежності. Для цих груп був визначений середній рівень показника концентрації уваги. На рис. 2 наведено гістограму значень показника рівня концентрації уваги у групах із високою та низькою схильністю до Інтернет-залежності. У групі з низькою схильністю до Інтернет-залежності показник рівня концентрації уваги значно вищий, аніж у групі з високою схильністю до Інтернет-залежності.

Оскільки розподіл показника Інтернет-залежності не відповідає нормальному, для перевірки гіпотези про наявність статистично значущих розбіжностей між значеннями показника рівня концентрації уваги для груп із високим та низьким рівнями Інтернет-залежності застосовуються непараметричні методи. За допомогою U-критерія Манна – Уїтні виявлено наявність статистично значущих відмінностей між значеннями показників рівня концентрації уваги для груп із високим та низьким рівнями показника Інтернет-залежності.

Висновки. У результаті емпіричного дослідження встановлено наявність значущого від'ємного кореляційного зв'язку на рівні $p < 0,01$ між загальним показником Інтернет-залежності та показником рівня концентрації уваги. Також встановлено наявність статистично значущих відмінностей між значеннями показника рівня концентрації уваги для груп із високим та низьким рівнями Інтернет-залежності. Таким чином, можна зробити висновок, що для досліджуваних із високим рівнем схильності до Інтернет-залежної поведінки характерна нижча здатність до концентрації уваги.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алексеева С. Актуальні проблеми дидактики в умовах інформатизації освіти: індивідуалізація навчання. *Наука і техніка сьогодні. Серія «Педагогіка», серія «Право», серія «Економіка», серія «Техніка», серія «Фізико-математичні науки»*. 2022. № 1(1). С. 18–27. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/730415>.
2. Алексеева С. Нетрадиційне навчання нового покоління дітей (покоління діджиталізації). *Педагогічна компаративістика і міжнародна освіта – 2021: інновації в освіті в контексті європеїзації та глобалізації*: матеріали V Міжнародної наук.-практ. Конференції, м. Київ, 27–28 травня 2021 р. / за заг. ред. О. Локшиної. Тернопіль: Крок, 2021. С. 196–199.

3. Кондратенко Л.О. Психологічні особливості сучасних учнів початкової школи. *Практична філософія і Нова українська школа*: збірник тез Всеукраїнської науково-практичної конференції, м.Київ, 16 травня 2019 р. Київ: НАПН України, Інститут педагогіки НАПН України, 2019. С. 62–64.

4. Москальова А.С., Москальов М.В. Методи психодіагностики в навчально-виховному процесі: навчальний посібник. Київ, 2014. 360 с.

5. Онопрієнко О.В. Навчання дітей «цифрового покоління»: особливості дидактичної взаємодії. *Історія та філософія освіти в незалежній Україні: здобутки і стратегії*: збірник тез Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю, м. Київ, 20 травня 2020 р. Київ; Біла Церква: Авторитет, 2020. С. 104–107.

6. Стрільчук О.В. Соціально-психологічні механізми формування медіакультури у підлітків з Інтернет-захопленістю: дис. ... канд. псих. Наук: 19.00.05; Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, Київ, 2020. 220 с.

7. American Psychiatric Association. Internet Gaming Disorder, 2013. URL: https://www.psychiatry.org/File%20Library/Psychiatrists/Practice/DSM/APA_DSM-5-Internet-Gaming-Disorder.pdf (дата звернення: 23.05.2023).

8. Dieris-Hirche J., te Wildt B.T., Pape M., Böttel L., Steinbüchel T., Kessler H., Herpertz S. Quality of Life in Internet Use Disorder Patients With and Without Comorbid Mental Disorders. *Frontiers in Psychiatry*. 2022. № 13.

9. Firth J.A., Torous J., Firth J. Exploring the Impact of Internet Use on Memory and Attention Processes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. № 17(24). P. 9481.

10. Internet in Europe Stats. Internet User Statistics & 2022 Population for the 53 European countries and regions. *Internet World Stats. Usage and Population Statistics*. URL: <https://www.internetworldstats.com/europa2.htm#ua> (дата звернення: 25.05.2023).

11. Ophir E, Nass C., Wagner A.D. Cognitive control in media multitaskers. *Proceedings of the National*

Academy of Sciences of the United States of America. 2009. № 106(37). P. 15583–7.

12. Peng M., Chen X., Zhao Q., Zhou Z. Attentional scope is reduced by Internet use: A behavior and ERP study. *PLoS ONE*. 2018. № 13(6): e0198543.

13. Petrosyan A. Internet usage worldwide - Statistics & Facts. *Statista –The Statistics Portal*. Apr 26. 2023. URL: <https://www.statista.com/topics/1145/internet-usage-worldwide/#topicOverview> (дата звернення: 23.05.2023).

14. Petrosyan A. Worldwide digital population 2023. *Statista – the statistics portal*. May 22. 2023.

URL: <https://www.statista.com/statistics/617136/digital-population-worldwide> (дата звернення: 23.05.2023).

15. Wang, B.-Q., Yao, N.-Q., Zhou, X., Liu, J., Lv, Z.-T. The association between attention deficit/hyperactivity disorder and internet addiction: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*. 2017. № 17. P. 260.

16. World Health Organisation. ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics (Version:01/2023). URL: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3A%2F%2Fid.who.int%2Ficd%2Fentity%2F1448597234> (дата звернення: 20.05.2023).

ІНТЕГРАЦІЯ ВІТЧИЗНЯНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ У СВІТОВУ СПІЛЬНОТУ: ВИКЛИКИ СУЧАСНОСТІ

UKRAINIAN PSYCHOLOGICAL SCIENCE INTEGRATION INTO THE WORLD COMMUNITY: MODERN CHALLENGES

У статті розглядаються інтегративні процеси у сучасній зарубіжній психологічній науці, аналізуються можливості інтеграції української психології у світовий науковий простір, зокрема це стосується вітчизняних напрацювань часів пандемії та російсько-української війни. Інтеграцію визначено як міру, за якою різні елементи даних і/або різноманітні стратегії аналізу цих елементів поєднуються так, щоб стати взаємозалежними у досягненні спільної теоретичної або дослідницької мети. Наголошено, що перші спроби інтеграції психологічних знань стосувалися інтеграції специфічно соціальних когнітивних процесів у повсякденне функціонування особистості, натомість нині акцентується на тісній співзалежності процесів, структури та розвитку особистості, а звідси й на мультирівневому моделюванні як чиннику інтеграції психологічних знань про особистість. Світоглядною основою інтегративної методології є принцип цілісності, що полягає у розумінні психіки як надзвичайно складної, багаторівневої, здатної до самоорганізації, що володіє здатністю підтримувати себе в стані динамічної рівноваги. На основі проведеного аналізу визначено світоглядну, теоретичну, прикладну, рольову та особистісну галузі інтеграції психологічних знань у контекст інших наукових дисциплін. Інтеграція психологічної науки передбачає також її деідеологізацію (повернення досвіду людей за межі ідеологічних орієнтирів). Акцентовано на необхідності врахування дисонансу інтегративних процесів української психологічної науки у світову, оскільки тривалий час вітчизняна психологія базувалася на пострадянських напрацюваннях, а інтеграція відбувалася переважно в практичній галузі, а не в теоретико-методологічній. Доведено, що загальною тенденцією світової, а нині й української психології є міждисциплінарність та інтеграція науки і практики.

Ключові слова: інтеграція, метапсихоло-

гія, педагогічна психологія, психологія розвитку, особистість.

The article examines the integrative processes in modern foreign psychological science, analyzes the possibilities of integrating Ukrainian psychology into the world scientific space, in particular, it concerns domestic achievements during the pandemic and the Russian-Ukrainian war. Integration is defined as the extent to which different elements of data and/or different strategies for analyzing those elements are combined in such a way as to become interdependent in achieving a common theoretical or research goal. It is emphasized that the first attempts to integrate psychological knowledge were related to the integration of specifically social cognitive processes into the daily functioning of the individual, but now the emphasis is on the close interdependence of processes, structure and development of the individual, and hence on multi-level modeling as a factor in the integration of psychological knowledge about the individual. The worldview basis of the integrative methodology is the principle of integrity, which consists in understanding the psyche as extremely complex, multi-level, capable of self-organization, capable of maintaining itself in a state of dynamic equilibrium. On the basis of the analysis, worldview, theoretical, applied, role and personal fields of integration of psychological knowledge in the context of other scientific disciplines were determined. The integration of psychological science also involves its de-ideologization (the return of people's experience beyond ideological guidelines). Emphasis is placed on the need to take into account the dissonance of integrative processes of Ukrainian psychological science in the world, since for a long time domestic psychology was based on post-Soviet developments, and integration took place mainly in the practical field, not in the theoretical and methodological. It has been proven that the general trend of world and now Ukrainian psychology is interdisciplinarity and integration of science and practice.

Key words: integration, metapsychology, pedagogical psychology, developmental psychology, personality.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.5>

Зливков В.Л.

к.психол.н., доцент,
завідувач лабораторії методології
і теорії психології
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних
наук України

Лукомська С.О.

к.психол.н., доцент,
старший науковий співробітник
лабораторії методології і теорії
психології
Інститут психології імені Г.С. Костюка
Національної академії педагогічних
наук України

Постановка проблеми. Сучасна ситуація у психологічній практиці характеризується протистоянням традиційного (академічного) підходу і величезної кількості шкіл, напрямів, нових терапевтичних та психокорекційних підходів до розуміння теорії і практики цієї науки. Світоглядною основою інтегративної методології є принцип цілісності, що полягає у розумінні психіки як надзвичайно складної, багаторівневої, здатної до самоорганізації, що володіє здатністю підтримувати себе у стані динамічної рівноваги і продукувати нові структури та форми організації. Трансформація пси-

хологічного знання в умовах інформаційного суспільства, а особливо під час кризових ситуацій на кшталт пандемії COVID-19 та нинішньої російсько-української війни, зумовлює безперервні якісні й кількісні зміни, що впливають на вибір тем дослідження, їх організацію, методи та рівні аналізу, що, своєю чергою, ускладнює формування повного концептуального і формалізованого опису «метапсихології» та висуває на передній план динаміку розвитку психологічного знання, що особливо актуально в умовах інтеграції української психології у світовий науковий простір.

Теоретико-методологічні інтегративні процеси у сучасній зарубіжній психології

№	Напрямок інтеграції (ранжований за кількістю публікацій)	Кількість публікацій	Найбільш цитовані автори
1	Інтеграція якісних методів дослідження у сучасній педагогічній психології	46	В. Кларк (2019); М.Т. Макрудден, Дж. Маршанд і П. Шульц (2019)
2	Інтегративні моделі саморегуляції	37	М. Інзліч, К. Вернер, Дж. Бріскін, В.Б. Робертс (2021); І. Кім, С. Ю, К. Вольтерс, Е. Андермен (2023), Л. Веннерхольд, М. Фріз (2023), Д. Булієва, Дж. Хонг, Т. Нам (2021), Т. Клейнерт, К. Наш, Дж. Леота, Т. Кьонінг, Б. Шиллер (2022)
3	Інтеграція психологічних і теологічних знань	32	Дж Макконнел, В. Бакот, Е.Б. Девіс (2021); А. Ротман (2021); Х. Кешаварзі, Ф. Хан, Б. Алі, Р. Аваард (2020); В. Гатвей, М. Юрхауз (2021); Б. Строун, Е. Ноа (2022)
4	Інтеграція асинхронних і синхронних технологій навчання	18	Х.В. Осей, Х. Кватенг, К. Боатенг (2022); Дж. Когут, Д. Бурсікова, Д. Франк (2022); С. Ор (2023); Ді Фабіо (2020)
5	Інтеграція отриманих під час професійної підготовки знань, умінь та навичок у готовність до роботи психолога та педагога	11	М. Хулм, А. Олсон-Рост, Р. Сілвіян (2022); А.Швейнсберг, М. Дайер (2021); І. Бекфіш, Ан. Лаунчер, К. Стурмер (2021); Е.Д. Креймер, Д. Ріпінг (2020); Д.К. Майер, Р.А. Шульц (2020)
6	Інтеграція у контексті деідеологізації психологічної науки. Глобалізація психології	8	Н. Мальхерб (2022); Т. Тео, Б. Афіш (2020); Р. Перуа (2020); К. Хванг (2020); Дж. Вальзінер (2021)
7	Перспективи розвитку теорії інтеграції функцій (FIT, А. Treisman)	7	Дж.М. Вольф (2020); А. Крістіансен, Х. Егехт (2020); А. Лі, К. Фукуда (2022)
8	Розроблення інтегративної неопіажетівської/неоеріксонівської моделі розвитку	4	Дж. Юнг (2022, 2023)

Аналіз останніх публікацій. Теорію і дослідження особистості та індивідуальних відмінностей можна приблизно згрупувати відповідно до їхніх основних фокусів на структури міжіндивідуальних відмінностей, внутрішньоіндивідуальні процеси, які керують поведінкою та розвитком. Незважаючи на помітні винятки, ці галузі досліджень розвивалися відносно незалежними шляхами і навіть були описані деякими вченими як несумірні. Перші спроби інтеграції психологічних знань стосувалися інтеграції специфічно соціальних когнітивних процесів зі структурами ознак, і навіть було створено декілька таких моделей [1]. Нині ж акцентується на тісній співзалежності процесів, структури та розвитку особистості, які беруть участь у відповіді на те, що ми вважаємо ключовими питаннями психології особистості.

Концепція інтеграції стосується способу, у який різні елементи поєднуються, об'єднуються для досягнення певної епістемічної мети. Інтеграція була і залишається голов-

ним, але не єдиним методологічним принципом сучасної теоретичної психології. П. Базелі і Л. Кемп визначають інтеграцію як цілеспрямовану взаємозалежність між різними джерелами, методами чи підходами. По суті, інтеграція – це міра, у якій різні елементи даних і/або різноманітні стратегії аналізу цих елементів поєднуються так, щоб стати взаємозалежними (оскільки це двосторонній процес) у досягненні спільної теоретичної або дослідницької мети.

З огляду нашого дослідження, важливим є урахування дисонансу інтегративних процесів української психологічної науки у світову, оскільки тривалий час ми лише адаптували зарубіжні теорії та методики, а також базувалися на концепціях, розроблених на пострадянському просторі, за таких умов ми акцентуємо на необхідності визначення основних напрямів інтегративних процесів у зарубіжній психології з метою подолання наявного дисонансу з психологією вітчизняною.

Мета дослідження – проаналізувати напрями інтеграції вітчизняної психологічної науки у світову спільноту в контексті викликів сучасності.

Організація та методи дослідження. Дані цього дослідження було отримано з онлайн-вих баз даних, таких як Web of Science, Scholar.google, ProQuest, EBSCO, PsycINFO та ERIC. Пошук літератури проводився протягом приблизно шести місяців починаючи з 1 грудня 2022 р. Ключовими словами, які використовувалися для відстеження статей, були «інтеграція», «інтегративні процеси», «інтегративна психологія». До нашого дослідження увійшли статті англійською мовою, написані у період із 2019 до 2023 р. На першому етапі здійснено відбір статей відповідно до ключових слів, так було вибрано 163 статті та дисертації; на другому етапі визначено контекст використання інтеграції у психології, тобто аспекти, щодо яких вона відбувається, за результатами даного етапу визначено вісім факторів, кожен з яких містить щонайменше три публікації. Особливу увагу ми приділили працям, присвяченим пандемії COVID-19 та іншим екстремальним ситуаціям.

Виклад основного матеріалу дослідження. Інтеграція, інтегративні процеси виступають і, безумовно, повинні виступати основним феноменом сучасного суспільного розвитку. У сучасній науковій літературі існують різні напрями і підходи до розуміння сутності інтеграційних процесів. Здебільшого інтеграція розглядається як об'єктивний, багатогранний, найскладніший феномен; як процес, що є багатим на протиріччя, пошуки, значні фінансово-економічні, соціальні, правові, політичні та інші експерименти тощо. Утім, ніде фрагментований стан психології не є настільки очевидним, як в емпіричній галузі. У таблиці представлено результати метааналізу теоретико-методологічних інтегративних процесів у сучасній зарубіжній психології.

Інтеграція якісних методів дослідження у сучасній педагогічній психології (В. Кларк, 2019 [4]; М.Т. Макрудден, Дж. Маршанд і П. Шульц, 2019 [9]) спрямована на врахування індивідуальних відмінностей учнів, стосунків у класному колективі та досягнення спільних результатів навчання. Академічну психологію у Сполучених Штатах постійно характеризують як кількісну дисципліну, тісно пов'язану з пост-позитивізмом, яка протягом тривалого часу надає перевагу експериментальним і квазіекспериментальним методам. Спорідненість із гіпodedуктивним підходом досить сильна, що може здатися алогічним застосування різноманітних якісних методів, зокрема у педагогічній психології. Зазначимо, що у психології інтерес до якісних методів посилювався у 80-х роках минулого століття, однак у психологічній тео-

рії та практиці інтеграція кількісних і якісних (так званих змішаних) методів відбулася вже після 2006 р.

Вивчення інтерактивних моделей саморегуляції розпочалося з досліджень М. Інзліч, К. Вернер, Дж. Бріскін, В. Б. Робертс (2021). Саморегуляція є ключовим аспектом функціонування людини, який допомагає успішно досягати особистих цілей [6]. Нині йдеться про те, щоб інтегрувати моделі соціальної психології особистості та когнітивної нейронауки. Оптимальним сьогодні вважається помірний рівень саморегуляції, оскільки у разі високого рівня саморегуляції відбувається формування позитивних емоцій, тобто відстрочення задоволення задля досягнення довгострокових перспективних цілей. І навпаки, низький рівень саморегуляції зумовлює орієнтацією на ситуативні позитивні емоції, а отже, імпульсивні дії, орієнтовані на досягнення короткострокових цілей. Люди з високим рівнем саморегуляції уникають необдуманих учинків частково через передбачувані соціальні наслідки (насамперед, страх), які можуть погіршити їхню репутацію, реальну чи уявну, також безперервне застосування самоконтролю викликає почуття втоми, розчарування та нудьги. Звідси, інтегративними чинниками різних моделей саморегуляції є конфлікт, емоції та когнітивне функціонування. Ураховуючи центральне місце конфлікту в багатьох моделях, деякі вчені (включно з нами) зробили сміливу заяву, що вирішення конфлікту є основою успіху саморегуляції. Іншими словами, ефективна саморегуляція передбачає не лише наполегливе переслідування цілей, а й знання, коли від них слід відмовитися (наприклад, коли вони вимагають занадто багато зусиль контролю). Протягом тисячоліть емоції вважалися ворогом раціональних пошуків, включаючи самоконтроль. Ми можемо побачити цю спадщину класичної думки найбільш чітко в моделях подвійних процесів, деякі версії яких припускають, що поведінка визначається деякою боротьбою між гарячими емоціями та холодним пізнанням. Але навіть якщо на емоції дивитися з погляду сучасного конструкціонізму, їх усе одно ототожнюють зі спокусою, тобто з тим, що відволікає людей від їхніх цілей. Інтегративною моделлю саморегуляції передбачено, що емоції одночасно відволікають (наприклад, імпульсивне бажання) і посилюють (наприклад, провинна, тривога) саморегуляцію. Іншими словами, чим більше люди цінують і, імовірно, емоційно реагують на очікувані майбутні результати, тим більше вони, як правило, мають самоконтроль. Нарешті, емоції можуть сприяти самоконтролю тією мірою, у якій люди уникають поведінки, котра породжує негативні почуття. Сумлінні люди більш схильні до почуття провини, тому вони часто уникають ситуацій та

поведінки, які зумовлюють у них це відчуття. Довго вважалося, що самоконтроль і когнітивний контроль відносяться до однієї загальної конструкції, хоча зараз є переконливі докази того, що показники кожного не пов'язані один з одним (Є. Троль, Ф. Венз, 2022) [12]. Можна помилково припустити, що саморегуляція важлива для різних корисних результатів, тоді як насправді ключовими є когнітивні здібності чи інтелект.

Особливо актуальною є проблема інтеграції психологічних знань та релігієзнавства (Р. Бафорд, В. Вінгертер, 2022 [3]). В Україні ми також спостерігаємо подібну тенденцію, насамперед у працях релігієзнавця, звільненого з полону науковця Ігоря Козловського, який також у своїх колекціях та практичних напрацюваннях намагається поєднувати психологічні та теологічні знання.

Декілька досліджень присвячено аналізу перспектив подальшого розвитку теорії інтеграції функцій, згідно з якою інформація, зібрана про основні функції, може бути використана для спрямування уваги на ймовірні цілі. Так, якщо досліджуваний шукає червону літеру Т, його увага буде спрямована на червоні літери. Дана теорія розроблена в контексті завдань візуального пошуку, постулює, що правильне зв'язування ознак об'єкта вимагає візуальної уваги. Теорія інтеграції функцій відображає те, як основні розробки в нейронауці та психофізиці, з одного боку, та когнітивній психології – з іншого, зійшлися разом [7].

Актуальною також є проблема інтеграції отриманих під час професійної підготовки знань, умінь та навичок у готовність до роботи психолога та педагога [5]. Для України також лишається очевидним фактом те, що випускників вищих навчальних закладів працедавці не сприймають як готових до роботи з клієнтами. Саме готовність до роботи допомагає сформувати професійну ідентичність випускників закладів освіти, а тому інтеграція отриманих у процесі навчання знань полягає у сформованій рефлексивності, емпатійності, навичках активного слухання, комунікативній компетентності та спрямованості на постійне активне навчання.

Перспективним напрямом інтеграції психологічних знань є розроблення інтегративної неопіажетівської/неоеріксонівської моделі розвитку, яка складається з 25 підетапів когнітивного та соціально-афективного розвитку. Модель включає п'ять етапів та п'ять циклічно повторюваних підетапів, які розвиваються по відношенню як до когнітивного (неопіажетівського), так і до соціально-афективного (неоеріксонівського) розвитку (Дж. Юнг, 2023) [13]. У цій моделі неопіажетівські когнітивні кроки описані в термінах позитивного та негативного полюсів, базуючись на біопсихосоціальної

моделі впливу на когнітивну діяльність. Неопіажетівські полюси розрізняються відповідно до концепції психологічного резерву та того, чи може людина підтримувати спрямовану когнітивну діяльність, чи настільки виснажена, що не здатна зробити це.

Пандемія, а потім російсько-українська війна активізували необхідність інтеграції асинхронних і синхронних технологій навчання [10]. Тож питання інтеграції вкотре актуалізувалися в контексті педагогічної психології. Інтеграція в умовах екстремальних ситуацій можлива, коли особистість характеризується позитивним ставленням до себе, творчою активністю та досвідом впевненості у своїй здатності долати різні стресові ситуації. Зазначені риси виявляються у здатності брати на себе відповідальність за власну поведінку, що особливо важливо за умов змішаної форми очно-заочного навчання. Інтегрований підхід до активного дистанційного навчання неможливий без диференціації учнів залежно від мотивації навчання та особистісних характеристик.

Інтеграція психологічної науки передбачає також її деідеологізацію (повернення досвіду людей за межі ідеологічних орієнтирів). Традиційно психологія ідеологічно пов'язана із соціальним порядком, у який вона закладена, і має тенденцію використовуватися для адаптації людей до цього ладу, а не для його зміни чи руйнування. Психологія у цьому сенсі стала ще одним капіталістичним товаром (який, як і всі товари, пронизаний ідеологією), який купують, продають і рекламують на ринку. Сучасними дослідниками стверджується, що психологічна наука не є політичним проектом, вона розвивається поза панівними ідеологіями та не виражається у нормативній раціональності [8]. По суті, те, що пропонує нині російська психологія, унеможлиблює її інтеграцію не лише у світову науку, а й заперечує можливість реалізації інтегративних процесів усередині власне російської психології.

Серед чинників, які негативно позначаються на процесі інтеграції вітчизняної психології у світову, є і дотепер орієнтованість української психології на радянську, а потім і на російську. Дотепер українська психологія сприймається у світовій науці як молодша сестра російською науки. Це чудово ілюструє кількість цитування вітчизняними науковцями російських джерел аж до 24 лютого 2022 р. Після початку повномасштабної війни українські психологи стали більше орієнтуватися на зарубіжні (не російські) напрацювання, тобто інтегрувати в українську науку і практику світовий досвід. Що відбувається з інтеграцією української наукової психології у світову? Припускаємо, що нині ми лише починаємо свій діалог із нею. Нині відомі українськомовні адаптації популярних психодіагностичних методик, визнані світовими спіль-

нотами, психологічна асоціація визнана також світовою спільнотою, однак триває непростий перехід від радянської психологічної парадигми до мультипарадигмальної світової психології, прийняття єдиної мови психології, де поняття українські і світові мають однакові смисли, а не як нині: те, що у світі розуміється під поняттям «особистість», у нас є суб'єктом.

Висновки. На основі проведеного аналізу ми визначили п'ять галузей інтеграції психологічних знань у контекст інших наукових дисциплін: світоглядна, теоретична, прикладна, рольова та особистісна інтеграція. Загальною тенденцією світової, а нині й української психології, є міждисциплінарність та інтеграція науки і практики. Ми наголошуємо, що інтеграція наукового та практичного досвіду не тотожна адаптації зарубіжних методик до вітчизняних реалій, натомість це визнання світовою психологічною спільнотою українського досвіду і його використання, зокрема й у практиці надання психологічної допомоги. Саме такі тенденції нині властиві психодіагностиці та організації психологічної підтримки ветеранам, учасникам бойових дій, дітям та цивільним дорослим, які проживають в Україні, там, де з різною інтенсивністю, однак ведуться бойові дії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Baumert A., Schmitt M. Personality and information processing. *European Journal of Personality*. 2012. Vol. 26(2). P. 87–89.
2. Bazeley P., Kemp L. Mosaics, triangles, and DNA: Metaphors for integrated analysis in mixed methods research. *Journal of mixed methods research*. 2012. Vol. 6(1). P. 55–72.
3. Bufford R.K., Wingerter R., Schollars W.S. Learning Integration: Knowledge Outcomes of a Course Integrating Psychology and Christian Beliefs. *Journal of psychology and Christianity*. 2022. Vol. 41(4). P. 293–301.
4. Clark V.L.P. Meaningful integration within mixed methods studies: Identifying why, what, when, and how. *Contemporary Educational Psychology*. 2019. Vol. 57. P. 106–111.
5. Hulme M., Olsson-Rost A., O'Sullivan R. Developing an online practicum in professional education: a case study from UK teacher education. *Applied Degree Education and the Future of Learning*. 2022. P. 253–271.
6. Inzlicht M., Werner K.M., Briskin J.L., Roberts B.W. Integrating models of self-regulation. *Annual review of psychology*. 2021. Vol. 72. P. 319–345.
7. Li A.Y., Fukuda K., Barense M.D. Independent features form integrated objects: Using a novel shape-color «conjunction task» to reconstruct memory resolution for multiple object features simultaneously. *Cognition*. 2022. Vol. 223. P. 105024–105024.
8. Malherbe N. Deideologization, liberation psychology, and the place of contradiction. *Journal for the Theory of Social Behaviour*. 2022. Vol. 52(2). P. 298–314.
9. McCrudden M.T., Marchand G., Schutz P. Mixed methods in educational psychology inquiry. *Contemporary Educational Psychology*. 2019. Vol. 57. P. 1–8.
10. Osei H.V., Kwateng K.O., Boateng K.A. Integration of personality trait, motivation and UTAUT 2 to understand e-learning adoption in the era of COVID-19 pandemic. *Education and Information Technologies*. 2022. Vol. 27(8). P. 10705–10730.
11. Plano Clark V.L. The adoption and practice of mixed methods: US trends in federally funded health-related research. *Qualitative Inquiry*. 2010. Vol. 16(6). P. 428–440.
12. Troll E.S., Venz L., Weitzenegger F., Loschelder D.D. Working from home during the COVID-19 crisis: How self-control strategies elucidate employees' job performance. *Applied Psychology*. 2022. Vol. 71(3). P. 853–880.
13. Young G. An integrated Neo-Piagetian/Neo-Eriksonian development model II: RAF and supra-theory modeling. *Current Psychology*. 2023. P. 1–16.

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ З НЕПОВНИМИ СІМ'ЯМИ

THEORETICAL PRINCIPLES OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL WORK WITH ONE-ONE FAMILIES

Автором статті розкрито зміст поняття «неповна сім'я», визначено основні проблеми та види неповних сімей. Проаналізовано форми та методи соціально-психологічної роботи з неповними сім'ями та розкрито особливості соціально-психологічної роботи із сім'єю як системою взаємодії соціальних органів держави і суспільства та сім'ї, спрямованої на поліпшення матеріально-побутових умов життєдіяльності сім'ї, розширення її можливостей у здійсненні прав і свобод, визначених міжнародними та державними документами, забезпечення повноцінного фізичного, морального й духовного розвитку всіх її членів, залучення до трудового, суспільно-творчого процесу.

З'ясовано, що соціально-психологічна робота з такими сім'ями полягає у забезпеченні профілактики сімейного неблагополуччя, здійсненні системи заходів, спрямованих на запобігання аморальній, протиправній поведінці дітей та молоді, наданні соціальної допомоги та послуг із метою реалізації програми роботи з неповною сім'єю: наданні допомоги матері (батькові) у розв'язанні складних питань сімейного виховання; здійсненні соціальних послуг; здійсненні соціальної реабілітації.

Зосереджено увагу на тому, що найбільш дієвим видом соціально-психологічної роботи з даною категорією клієнтів є патронаж, у процесі якого використовуються такі форми та методи роботи, як матеріальна підтримка, соціальне та психосоціальне консультування, психотерапія, гештальт-терапія, тренінги, корегувальні методики, педагогічна освіченість батьків, соціальні уміння, навички догляду, індивідуальної підтримки і т. д.

Автор зазначає, що вибір напрямів, форм та методів соціально-психологічної роботи з неповними сім'ями залежить від конкретної життєвої ситуації даної сім'ї.

Ключові слова: неповна сім'я, соціально-психологічна допомога, патронаж, соціально-психологічний супровід.

The author of the article revealed the meaning of the concept of «incomplete family», defined the main problems and types of incomplete families. The article also analyzes the forms and methods of social-psychological work with single-parent families and reveals the features of social-psychological work with the family as a system of interaction between social bodies of the state and society and the family, aimed at improving the material and living conditions of families it, expanding its opportunities in the exercise of rights and freedoms defined by international and state documents, ensuring the full-fledged physical, moral and spiritual development of all its members, involvement in the labor, social-creative process.

It was found that social and psychological work with such families consists in ensuring the prevention of family problems, implementing a system of measures aimed at preventing immoral and illegal behavior of children and youth, providing social assistance and services for the purpose of implementing a program of work with single-parent families by: providing assistance to the mother (father) in solving complex issues of family upbringing; implementation of social services; implementation of social rehabilitation.

The article also focuses on the fact that the most effective type of socio-psychological work with this category of clients is patronage, in the process of which such forms and methods of work as material support, social and psychosocial counseling, psychotherapy, gestalt therapy, trainings, corrective methods are used, pedagogical qualification of parents, social skills, skills of care, individual support, etc.

The author notes that the choice of directions, forms and methods of socio-psychological work with single-parent families depends on the specific life situation of this family.

Key words: single-parent family, social-psychological assistance, patronage, social-psychological support.

УДК37.013.42

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.6>

Овод Ю.В.

к.пед.н., доцент,
доцент кафедри соціальної роботи
і соціальної педагогіки
Хмельницький національний
університет

Постановка проблеми. Традиційно вважається, що неповною є сім'я, яка складається з одного з батьків та однієї або декількох неповнолітніх дітей. Психологи виділяють ще одну категорію неповних сімей – так звані функціонально неповні сім'ї, де є і батько, і мати, але в міру своєї зайнятості, мало часу приділяють сім'ї та дітям або взагалі забувають про свої виховні функції.

Неповні сім'ї виникають, як правило, внаслідок розлучення батьків, позашлюбного народження дитини, смерті одного з батьків або окремого їх проживання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Різні аспекти соціально-педагогічної роботи із сім'єю досліджували О. Вакуленко, А. Андреева, І. Зверева, А. Капська та ін. Поряд

із цим проблеми соціальної роботи з неповною сім'єю є в полі зору таких учених, як Ю. Альшина, К. Аронс, Е. Бене, В. Дружинін, А. Захаров, Л. Обухова, В. Сатир, К. Хорні та ін.

Метою статті є виокремлення особливостей соціально-психологічної роботи із сім'єю, яка полягає у соціальній профілактиці, соціально-психологічній допомозі, патронажу, реабілітації, наданні соціально-психологічної, соціально-медичної, юридичної, інформаційно-консультативної, психотерапевтичної допомоги та підтримки з метою вдосконалення її життєдіяльності.

Виклад основного матеріалу. Соціально-економічні, політичні, демографічні процеси докорінно змінили соціальний складник життя суспільства, що призвело до зростання

соціальних проблем, які стосуються великої частини населення. Швидкими темпами зростають соціальна та майнова диференціація, рівень безробіття, з'явилися біженці, мігранти, несприятливе екологічне становище та складна демографічна ситуація. Усе це призвело до збільшення відсотку соціально незахищеного та уразливого населення.

Окрім цього, збільшилася кількість розлучень та, як наслідок, велика кількість дітей, які проживають у неповних сім'ях. Неповні сім'ї є особливою категорією сімей, які потребують соціального захисту з боку держави, оскільки в них наявна низка проблем, таких як матеріальні, соціально-психологічні, виховні, та прослідковуються певні негативні явища, пов'язані з малозабезпеченістю сім'ї, порушенням традицій розподілу сімейних ролей, вихованням дітей та функціонуванням сім'ї у цілому.

Такі завдання вимагають від фахівців соціальної сфери певних знань, умінь та навичок, а також володіння відповідними професійними та особистісними якостями, необхідними для співпраці з неповними сім'ями.

Розглядаючи різновиди неповних сімей, їхні особливості, можна виділити типові труднощі дітей із неповних сімей. Виявлення цих проблем дасть змогу усвідомити необхідність психолого-педагогічної підтримки дітей із неповної сім'ї.

Матеріальні проблеми – одні з основних у неповній сім'ї. Єдиним годувальником у такій сім'ї є мати, яка не спроможна здебільшого утримувати себе та дитину (дітей). У найгіршому становищі перебувають жінки з низьким рівнем доходів (студентки, жінки, які перебувають у декретній відпустці по догляду за дитиною, жінки, що мають низьку заробітну плату), а також жінки з двома і більше дітьми. Однак у багатьох випадках віднести неповну сім'ю до матеріально незахищених лише на підставі перерахованих критеріїв неможливо. Деякі одинокі матері мають високий рівень доходів, а інші знаходяться на межі втрати робочого місця та відсутності будь-яких засобів до існування.

Проблема поєднання професійної та батьківської ролей. Ця проблема тісно пов'язана з попередньою. Якщо одинока мати не отримує допомоги по догляду за дитиною від родичів, то їй важко працювати повний робочий день. Згідно з дослідженнями, таку підтримку мають 53% матерів від батьків, 7% – від чоловіка, з яким жінка підтримує близькі стосунки, 4% – від подруг, колег, 3% – від сусідів, 3% – від батьків батька дитини, 4% – від самого батька дитини.

Проблема «неповноти» сім'ї – одна зі специфічних проблем неповної сім'ї. Це проблеми, які виникають у матері-одиначки (батька-одинака) в процесі виховання дитини, та проблеми дитини, яка росте у неповній сім'ї.

Неповні сім'ї частіше, ніж повні, не здатні забезпечити для дітей нормальної адапта-

ції в школі, що призводить до зниження рівня успішності. Порівняльний аналіз повних та неповних сімей із дітьми свідчить про те, що школярі з неповних сімей зазвичай орієнтовані на самостійну трудову діяльність та на навчання у ВПУ, а не ЗВО. З одного боку, такі результати свідчать про самостійність, а з іншого – про низьку успішність та низький рівень матеріального становища неповної сім'ї.

Психологічні проблеми – це «батьківська проблема», тобто складність поєднання ролей обох батьків. Що стосується неповних сімей, де діти (дитина) проживають із батьком, у таких сім'ях страждає устрій життя і такі сім'ї негативно сприймаються суспільством.

Відсутність досвіду сімейного життя. Після розлучення одні батьки зберігають гарні стосунки між собою, але поширеним є й варіант, коли батьки конфліктують між собою, коли мати заперечує спілкування між батьком та дитиною або батько сам не цікавиться життям власної дитини, лише допомагає матеріально чи взагалі не підтримує колишню сім'ю у фінансовому відношенні.

Проблема виховання та соціалізації дітей. Неповна сім'я не має цілісної гармонійної системи відносин, батько чи мати не можуть замінити іншого з батьків, відповідно, дитина багато недоотримує в плані виховання. Надмірна зайнятість батьків на роботі, матеріальні проблеми сім'ї призводять до бездоглядності дитини. У таких сім'ях діти більшою мірою педагогічно занедбані. Після розлучення мати відчуває власну провину перед дитиною (дітьми), тому, як результат, такі сім'ї відрізняються гіперопікою, уседозволеністю дітям та їх маніпуляцією дорослими у власних інтересах. В інших випадках мати зганяє власну образу за невдале сімейне життя, звинувачуючи дитину, як результат – конфлікти між батьками та дітьми, особливо в підлітковому віці.

Проблема створення нової сім'ї. Негативний досвід попереднього сімейного життя заважає створити нову сім'ю: розлученням – страх повторної помилки; овдовілим – пам'ять про загиблого з подружжя; одиноким – відсутність досвіду сімейного життя, надмірна самостійність та небажання йти на компроміси.

Проблема відношення до вітчима чи мачухи у дітей:

- змінюється звичний устрій життя дитини;
- виникає проблема у відносинах із новими членами сім'ї (з дитиною вітчима чи мачухи);
- народження спільної дитини;
- проблема відносин між родичами з обох боків.

Проблеми самих дітей:

- відчуття власної неповноцінності (образа, пригніченість, відчуття провини за розлучення батьків);
- психологічна травма;
- переживання розлучення батьками нега-

тивно впливає на формування особистості дитини, порушується формування уявлень про взаємостосунки з протилежною статтю. Такі діти рано вступають у статеве життя та схильні до суїциду (близько 90% самогубств скоюють ті, хто не в змозі та не вміє налагодити стосунки з протилежною статтю);

– відсутність міжособистісного спілкування між батьками та дітьми, відносини з вітчимом (мачухою) стають формальними.

Проблема взаємостосунків між дітьми (своїми та дітьми подружжя, спільно народженими).

Медичні проблеми. Згідно з дослідженнями, у близько 10% жінок після розлучення спостерігаються нейропсихічні захворювання, особливо у тих, які залишилися з маленькими дітьми. Серед розлучених у 2,5 рази більше інвалідів.

У неповних сім'ях діти хворіють у два рази частіше і довше, ніж у повних, оскільки мати не завжди може піти на лікарняний і діти часто залишаються недолікованими. Серед першочергових причин частих захворювань дітей – низький рівень медичної активності матерів. Такі жінки не вважають розлучення психічною травмою для дитини, не звертають увагу на дитячі неврози, не лікують хронічні захворювання.

Але всі ці дані зовсім не свідчать про те, що неповна сім'я обов'язково є неблагополучною у питанні виховання. У багатьох випадках психологічна атмосфера сім'ї сприятлива, і не виникає труднощів у формуванні здорової особистості. Трапляється й навпаки: у повній, але емоційно неблагополучній сім'ї дитина зіштовхується з більш серйозними психологічними проблемами.

Найбільш дієвим видом соціально-психологічної роботи з даною категорією клієнтів є *патронаж*, ц процесі якого використовуються такі форми та методи роботи, як матеріальна підтримка, соціальне та психосоціальне консультування, психотерапія, гештальттерапія, тренінги, корегувальні методики, педагогічна освіченість батьків, соціальні вміння, навички догляду, індивідуальної підтримки і т. д.

Розглянемо деякі з них більш детально.

Соціально-психологічна робота із сім'єю в кризових ситуаціях. Важливим напрямом роботи є корекційні заходи, які спрямовані на зміну взаємовідносин дорослих та дітей з оточуючим середовищем. Однак не всі види проблем, які притаманні неповним сім'ям, удається вирішити за допомогою корегування. Деякі з них вирішуються на початкових етапах, але можуть призвести до погіршення ситуації через зволікання з її вирішенням.

У практиці соціального консультування у кризових ситуаціях доцільним є застосування таких методів, як інтерв'ю та бесіда. Саме вони спрямовані на соціальну підтримку сім'ї та допомогу у складних життєвих обставинах. В основі даних методів – діалог із клієнтом,

який сприяє усвідомленню усіма членами сім'ї наявних проблем.

Групова бесіда та групова терапія полягають у тому, що задається напрям бесіди серед членів однієї або декількох сімей зі схожими проблемами. Даний прийом дає змогу «проговорити» проблему, усвідомити її для себе та порівняти власне сприйняття проблеми зі сприйняттям її іншими членами сім'ї, допомагає подолати бар'єр упередженого ставлення, а також виробити позитивне раціональне відношення до вирішення існуючої проблеми, сприяє цивілізованому ставленню до сімейної терапії.

Сімейне консультування Фуллмера – це метод групового сімейного консультування, основою якого є формування впевненості, що власна поведінка людини є відображенням її життєвої ситуації. Даний метод базується на використанні позитивних зразків сімейних стосунків для формування нових моделей поведінки.

Одним з основних методів групової терапії є соціодрама. Суть її полягає у тому, що різноманітні конфліктні ситуації між членами сім'ї чи сім'єю та оточенням уявляються у стихійно організованих сценках. Як результат, приходить до усвідомлення проблеми завдяки «розслідуванням».

Подібним за своєю сутністю до соціодрами є інший метод – психодрама. Тут також моделюється певна життєва ситуація неповної сім'ї, але всі учасники психодрами обов'язково «приміряють» на себе протилежні ролі, тобто в тій чи іншій ситуації вести себе протилежним чином, так, як ніколи б не вчинив у дійсності. Такий метод дає можливість не лише впливати на власні переживання, а й краще володіти собою у різних ситуаціях та подивитися на проблему з точки зору іншої людини.

Широкого розповсюдження набули також ігрові методи. До даної групи входить і такий метод, як рольова гра.

Рольова гра – це творче моделювання певної життєвої ситуації, що допомагає краще усвідомити причини негативних ситуацій, які виникли у неповній сім'ї, та окреслити шляхи їх урегулювання. Це метод поєднання предметного та соціального змісту певної діяльності, моделювання системи відносин, у ході якого всі учасники процесу беруть на себе певні ролі (як притаманні, так і не притаманні в реальному сімейному житті).

Соціальний тренінг має багато спільного з рольовою грою. Це також певна система моделювання ситуації, однак тренінги проводяться з великою групою людей, і основним завданням тренінгу є сформувати та закріпити у поведінкових реакціях певні позитивні навички поведінки та розвивати комунікативні здібності всіх його учасників.

Етапи співпраці фахівця соціальної сфери з неповними сім'ями

Етапи роботи	Визначення	Заходи діяльності
Профілактичний	Комплекс превентивних заходів щодо організації загальнодоступної медико-психологічної та соціально-педагогічної підтримки	<ul style="list-style-type: none"> ✓ володіння достовірною інформацією; ✓ розроблення спеціальних програм соціального супроводу неповної сім'ї; ✓ заходи щодо попередження проблем взаємостосунків дітей та батьків; ✓ добровільна співпраця фахівця та членів сім'ї; ✓ педагогічна просвіта батьків шляхом створення груп підтримки; ✓ правильний вибір способу спілкування з неповною сім'єю; ✓ атмосфера дружніх партнерських відносин; ✓ проведення тематичних зустрічей; ✓ допомога в усвідомленні відчуття радості від спільно проведеного часу
Діагностичний	Оцінка ситуації у сім'ї у разі необхідності організації консультацій із фахівцями різного профілю залежно від проблеми та збір достовірної інформації про неповну сім'ю, організація зустрічі з її членами та налагодження зворотного зв'язку	<ul style="list-style-type: none"> ✓ період неодноразових зустрічей із сім'єю та дотримання визначених принципів професійної діяльності: <ul style="list-style-type: none"> – об'єктивність під час з'ясування фактів та їх інтерпретації; – достовірність інформації та різноманітність джерел її збору; – клієнтоцентризм; – конфіденційність; – невтручання у приватне життя; ✓ використання діагностичних методик (спостереження, бесіда, анкетування, тести); ✓ шкала оцінювання; ✓ проєктивні методики (визначення неусвідомлених клієнтом станів: прихована агресія, переживання); ✓ асоціативні проєктивні методики (словесні асоціації та незакінчені речення); ✓ аналіз документації (вивчення документів як важливий складник професійної діяльності); ✓ метод соціальних біографій (особисті бесіди, опитування родичів, сімейні альбоми, листування)
Реабілітаційний	Система заходів щодо швидкого та повного відновлення функціонування різних категорій населення	<ul style="list-style-type: none"> ✓ є найважливішим у системі роботи з неповною сім'єю, оскільки здійснюється на всіх етапах спілкування; ✓ цикл соціально-психологічної допомоги включає такі компоненти: знайомство, оцінка проблеми, планування діяльності, виконання усіх завдань, підведення підсумків діяльності; ✓ містить три складники: індивідуальний, груповий та загальний; ✓ індивідуальна частина передбачає використання таких технологій, як консультування та соціальний патронаж; ✓ групова робота: бесіди, лекції, диспути, дискусія; ✓ загальний рівень – організація масових заходів

Також ефективним є метод організації спільного дозвілля. Сюди відносяться організація нетрадиційних зустрічей із батьками з неповних сімей, індивідуальне консультування.

Методи соціально-психологічної роботи з неповними сім'ями розподіляються за рівнями впливу фахівця: профілактичним, діагностичним, реабілітаційним.

Висновки та пропозиції. Таким чином, вибір напрямів, форм та методів соціально-психологічної роботи з неповними сім'ями залежить від конкретної життєвої ситуації даної сім'ї.

Зміст соціальної роботи з неповними сім'ями має включати такі напрями:

- надання кваліфікованої соціальної допомоги з усіх життєво необхідних питань, тобто соціально-правовий, соціально-економічний, соціаль-

но-трудоий, соціально-педагогічний, соціально-медичний, соціально-психологічний напрями;

– допомога членам неповної сім'ї у вирішенні конфліктних та психотравмуючих ситуацій як усередині сім'ї, так і у взаємовідносинах членів сім'ї з оточуючим середовищем;

– розширення діапазону соціально та особистісно притаманних засобів для самостійного вирішення проблем та подолання існуючих труднощів;

– допомога в активізації усіх наявних ресурсів сім'ї (творчих, інтелектуальних, особистіс-

них, духовних, фізичних і т. д.) для повноцінної життєдіяльності усіх її членів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Купина Н.М. Сім'я як об'єкт соціальної роботи. *Соціальна робота в Україні. Теорія і практика*. Київ, 2001. С. 1.

2. Литвиненко І. Якщо батьки розлучаються... *Дошкільне виховання*. 2007. № 6. С. 13–15.

3. Мигович І.І. Соціальна робота з неповною сім'єю. *Науковий вісник УжДУ. Серія «Педагогіка і соціальна робота»*. 2000. № 35. С. 127–132.

СЕКЦІЯ 4 ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ВПЛИВ МАЙНДФУЛНЕС-ТЕХНІК НА РОЗВИТОК ПІЗНАВАЛЬНОЇ ТА ВОЛЬОВОЇ СФЕР ШКОЛЯРІВ

THE INFLUENCE OF MINDFULNESS TECHNIQUES ON THE DEVELOPMENT OF THE COGNITIVE AND VOCATIONAL SPHERE OF SCHOOL STUDENTS

У статті розглянуто наукове підґрунтя щодо використання майндфулнес-технік у системі освіти. Майндфулнес трактується дослідниками як повна безоцінкова сфокусованість, зосередженість уваги на теперішньому моменті реальності з повним її прийняттям, реєстрацією різних аспектів цієї реальності, проте без спроб їх інтерпретації. Зараз цей метод інтенсивно розвивається, розробляються його модифікації до різних груп населення (від навчання дітей у школах до використання його для людей похилого віку та помираючих у хоспісах), до різних видів проблем та розладів. Проте отримані результати є неоднозначними: одні дослідження виявляють поліпшення у переключенні уваги, що пов'язано з тренуванням усвідомленості, а інші не свідчать про значне поліпшення переключення уваги після подібної інтервенції. Отже, питання застосування майндфулнес-технік у системі освіти залишається актуальним. Для дослідження впливу майндфулнес-технік на розвиток пізнавальної та вольової сфер школярів було проведено експериментальне дослідження. Вибірка становила 60 респондентів. До експериментальної групи увійшли 30 учнів, із якими проводилися майндфулнес-практики. До контрольної групи теж увійшли 30 учнів, які не практикували майндфулнес-техніки. Перший етап – збір даних, а саме анкетування та опитування групи досліджуваних. Другий етап полягав у щоденному практикуванні майндфулнес і веденні щоденника (щоденні відмітки про виконання). Майндфулнес-техніки практикувалися з учнями зранку, посередині занять та після завершення навчального дня. Із респондентами контрольної групи майндфулнес-техніки не практикувалися. На початку і в кінці дослідження в обох групах було діагностовано показники пізнавальних процесів (пам'ять, увага, уява) та вольової сфери учнів (визначалися завзятість, терплячість, організованість, вольова саморегуляція, наполегливість, самовладання), а також наявність у них труднощів у поведінці та проблем адаптації. Достовірних розбіжностей за t-критерієм Ст'юдента між показниками респондентів обох груп до і після формувального етапу експерименту не виявлено. Висновки отримано на основі аналізу відсоткових співвідношень, кореляційного аналізу та нарративного методу. Учасники, які практикували Mindfulness, спостерігали у себе поліпшення уваги і мнемічних функцій. Цікаво, що у респондентів експериментальної групи кількість вправ обернено корелює з показниками за шкалою ознак проблем у взаєминах з однолітками. Більшість учасників відзначала появу і посилення суб'єктивного почуття благополуччя,

підвищення працездатності, при цьому іноді підкреслювала появу у зв'язку із цим деякої повільності. Чим більше і частіше респонденти практикували техніки майндфулнесу, тим більше в них покращилися стосунки з ровесниками. Учасники також розповідали про свій досвід використання практики усвідомленості вже після завершення занять та її позитивні ефекти.

Ключові слова: майндфулнес-техніки, усвідомленість, увага, пам'ять, вольова сфера.

The article examines the scientific basis for the use of mindfulness techniques in the education system. Mindfulness is interpreted by researchers as a complete non-evaluative focus, the concentration of attention on the present moment of reality, with its complete acceptance, registration of various aspects of this reality, but without attempts to interpret them. Now this method is intensively developed, its modifications are being developed for different population groups (from teaching children in schools to using it for the elderly and dying in hospices), for different types of problems and disorders. However, the results are mixed, with some studies finding improvements in attention switching associated with mindfulness training, while others have found no significant improvement in attention switching after such an intervention. Therefore, the issue of applying mindfulness techniques in the education system remains relevant. An experimental study was conducted to investigate the impact of mindfulness techniques on the development of the cognitive and volitional sphere of schoolchildren. The sample consisted of 60 respondents. The experimental group included 30 students with whom mindfulness practices were conducted. The control group also included 30 students who did not practice mindfulness techniques. The first stage is data collection, namely a questionnaire and a survey of a group of subjects. The second stage consisted of daily mindfulness practice and journaling (daily performance notes). Mindfulness techniques were practiced with students in the morning, in the middle of classes and at the end of the school day. Mindfulness techniques were not practiced with the respondents of the control group. At the beginning and at the end of the study, both groups were diagnosed with indicators of cognitive processes (memory, attention, imagination) and the volitional sphere of the students (tenaciousness, patience, organization, volitional self-regulation, perseverance, self-control were determined), as well as the presence of difficulties in behavior and adaptation problems. According to the Student's t-test, no significant differences were found between the indicators of the respondents of both groups before and after the formative stage of the experiment. Conclusions are obtained on the basis of percentage analysis, correlation analysis and narrative method. Participants who practiced Mindfulness

УДК 159.922
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.7>

Матвієнко Л.І.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри практичної психології
Київський університет імені Бориса
Грінченка

Етке О.С.

магістрантка Інституту післядипломної
освіти
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

observed an improvement in their attention and mnemonic functions. It is interesting that among the respondents of the experimental group, the number of exercises is inversely correlated with indicators on the scale of signs of problems in relationships with peers. The majority of participants noted the emergence and strengthening of a subjective sense of well-being, increased work capacity, while sometimes emphasizing the emergence of some slow-

ness in connection with this. The more and more frequently the respondents practiced mindfulness techniques, the more their relationships with their peers improved. The participants also talked about their experience of using mindfulness practice already after the classes and its positive effects.

Key words: mindfulness techniques, awareness, attention, memory, volitional sphere.

Постановка проблеми. Серед недидактичних практик освітній процес послуговується фізкультурвилинками (для збереження базової працездатності), релаксаційними паузами (м'язове розслаблення для емоційної стабілізації), музико- й арттерапевтичними техніками (для синхронізації міжпівкулевої взаємодії) – такими, що працюють безпосередньо з тілесними діями та з активним мисленням. За аналогією з фізкультурвилинками майндфулнес-паузи не лише психогігієнічно (профілактика інформаційного, емоційного чи вольового перевантаження) переключають свідомість із ціннісно-рефлексивної роботи на буттєвий рівень, а й забезпечують стратегічне «вловлювання» закономірних змін особистості завдяки зняттю опору перед природним процесом розвитку. Кожна порція навчального матеріалу має відділятися від наступного фрагмента програмної інформації паузою на осмислення реальності: «Зупинімося й просто будьмо присутніми. Із будь-якого діяння переключімося у режим буття. Відчуймо себе свідком вічності, що не знає часу. Спостерігаймо поточний момент, не намагаючись його змінити. Що відбувається? Що я відчуваю? Що бачу? Що чую? У зупинці все спрощується – ніби я помер, а світ продовжує життя» (О. І. Романчук) [9]. Ця пауза без обговорення завершується настановою: отримувати знання можна через присутність і споглядання. Значення таких пауз важко переоцінити й у мнемотехнічному контексті – створення додаткових асоціативних зв'язків на активізації різномодального досвіду.

С. І. Ситник відзначає у своїх працях, що ключовими характеристиками майндфулнес є саморегуляція уваги (здатність бути уважним протягом тривалого часу та володіти навичками самоспостереження, даний аспект використовується як медитативна техніка, коли людина зосереджується на відчуттях власного тіла та на своєму диханні); орієнтованість на досвід (прийняття кожного моменту власного досвіду, під прийняттям мається на увазі відкритість до сприймання реальності у кожний конкретний момент, іншими словами, життя «тут-і-зараз»); часова стабільність і ситуативна специфічність (здатність до саморозвитку за збереження своїх базових психологічних якостей) [10].

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Вивчення майндфулнес-підходу у психокорекції, психотерапії та профілактиці різноманітних негативних станів і розладів започатковано

в працях Д. Кабат-Зінна (1994), Дж. Тісдал (2000), З. Сегал (2007), М. Вільямс (2010), Д. Пенман (2010). В Україні цей напрям представлено в роботах О. Романчука (2012), Т. Гери (2014). Термін mindfulness (у перекладі з англійської означає «повна свідомість», «уважність», «зосередженість») одним із перших увів американський професор медицини Джон Кабат-Зінн (Jon Kabat-Zinn, 1994) у 70-х роках ХХ ст. Mindfulness він тлумачив як безоцінкову усвідомленість, що виникає у результаті свідомого скерування уваги на теперішній момент власного досвіду (І. В. Медінцов) [5]. Майндфулнес трактується дослідниками як повна безоцінкова сфокусованість, зосередженість уваги на теперішньому моменті реальності з повним її прийняттям, реєстрацією різних аспектів цієї реальності, проте без спроб їх інтерпретації [2]. Майндфулнес становить унікальне поєднання філософських та психологічних концепцій. Одна з праць Джона Кабат-Зінна, що демонструє практику майндфулнес, має назву «Куди б ти не йшов, ти вже там» (Wherever You Go, There You Are). Вправи майндфулнес були запозичені з буддизму західною психологією та секуляризовані ще в 70-х роках, коли Джон-Кабат Зінн розробив програму зниження стресу, базовану на майндфулнесі. Сьогодні існує наукове підґрунтя ефективності використання майндфулнесу в роботі зі стресом, депресією, тривогою, хронічним болем, психотичними проявами, розладами особистості, свідчення щодо позитивного впливу майндфулнесу на когнітивні процеси (зокрема, пам'ять, увагу, процес запам'ятовування). Серед багатьох фахівців психічного здоров'я побутує твердження, що здатність бути присутнім у теперішньому моменті та неосудно дивитися на себе і світ на відміну від того, щоб бути залежним від негативних аспектів минулого або переживати щодо майбутнього, зменшує психологічне страждання і також дає змогу відбутися певним корисним психологічним процесам. Техніки усвідомленості навчають спосіб буття, а не діяння (упередженої трансформації світу, часу, себе, соціуму тощо). Є дані, що майндфулнес покращує здатність мозку сприймати й обробляти інформацію, зміцнює імунну систему, поліпшує настрій і зменшує стрес (Т. І. Гера) [1]. В. М. Педоренко стверджує, що майндфулнес містить низку технік, спрямованих на усвідомлення справжнього моменту буття людини, того, що зараз відбувається в її внутрішньому

або зовнішньому світі. Цей момент полягає у тому, що людина входить у роль доброзичливого й зацікавленого спостерігача, який споглядає внутрішні процеси, але не отожднює себе з ними і не дає їм себе поглинути. Ця практика дає можливість свідомо пережити, а не пригнічувати негативні думки і почуття. При цьому людина переконується в їх змінності, отже, негативні почуття сприймаються як менш небезпечні, і, таким чином, зростає готовність їх свідомо переживати [8].

Спираючись на роботи дослідників (Марка Вільямса та Денні Пенмана), О. К. Кравцова [3] вказує на те, що практика усвідомленості суттєво підвищує емоційну стійкість особистості, впливає на здатність протистояти різноманітним важким життєвим ситуаціям, стресам. Для прикладу, учасники після проходження програми майндфулнес мають вищі показники щастя та енергії, менше підлягають стресу, відчують більший контроль над своїм життям, а до проблем починають ставитись як до нових можливостей, а не загроз (О. Паламарчук) [7]. Зараз цей метод інтенсивно розвивається, розробляються його модифікації до різних груп населення (від навчання дітей у школах до використання його для людей похилого віку та помираючих у хоспісах), до різних видів проблем та розладів (досліджуються його роль і значення у допомозі особам із тривожними розладами, порушеннями харчової поведінки, пограничним розладом особистості, посттравматичним стресовим розладом тощо).

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується означена стаття. Результати зарубіжних досліджень свідчать про те, що усвідомленість позитивно корелює з розвинутою увагою і що тренінг усвідомленості може сприяти поліпшенню регулювання уваги. Дослідники виявили, що усвідомлене ставлення позитивно корелює з результатами численних вимірів стійкості уваги. Відкриття щодо взаємодії між усвідомленістю і переключенням уваги, однак, були змішані: одне дослідження показало поліпшення в переключенні уваги, що пов'язано з тренуванням усвідомленості, а інше не свідчить про значне покращення переключення уваги після подібної інтервенції (О. С. Яцків) [11].

Майндфулнес є відносно новим і сучасним методом, що особливо активно розвивається та досліджується протягом останніх 10–15 років. Поки що в Україні не накопичено досвід упровадження майндфулнес-технік у процес навчання, виховання, розвитку й професійної підготовки

Формування цілей статті (постановка завдання). Мета статті – дослідити вплив майндфулнес-технік на розвиток пізнавальної та вольової сфери школярів.

Виклад основного матеріалу. Експериментальне дослідження проводилося з початку лютого 2023 р. до кінця березня 2023 р. Вибірка становила 60 респондентів (хлопців – 70% (42 особи), дівчат – 30% (18 осіб)). До експериментальної групи увійшли 30 учнів, із якими проводилися майндфулнес-практики. До контрольної групи теж увійшли 30 учнів, які не практикували майндфулнес-техніки. Перший етап – збір даних, а саме анкетування та опитування групи досліджуваних. Другий етап тривав із 9 січня по 9 березня і полягав у щоденному практикуванні майндфулнес і веденні щоденника (щоденні відмітки про виконання). Кожен тиждень програми був присвячений окремій темі: 1) основи концентрації; 2) дихання – наш помічник; 3) рух і тіло; 4) звуки, думки і споглядання; 5) прийняття; 6) непрості ситуації і турбота про себе; 7) вдячність; 8) доброзичливість. Окрім того, розроблена програма включала три техніки: «Якір дихання», «Сканування тіла», «Самоспівчуття». Майндфулнес-техніки практикувалися з учнями зранку, посередині занять та після завершення навчального дня. Інша група була контрольною, тобто з учнями у цій групі майндфулнес-техніки не практикувалися. Для дослідження використовувалися такі методики: таблиці Шульте, «Тест зорової ретенції Бентона», опитувальник для самооцінки терплячості Є. П. Ільїна та Е.К. Фещенко; опитувальник самооцінки організованості Є. П. Ільїна; тест-опитувальник для дослідження вольової саморегуляції А. В. Зверкова і Е. В. Ейдмана. На третьому етапі дослідження для респондентів експериментальної групи було запропоновано оцінити суб'єктивний ефект майндфулнесу на розвиток пізнавальних процесів (уваги, цікавості, пам'яті) та психологічне благополуччя досліджуваних (позитивний, негативний, нейтральний).

На початку і в кінці дослідження в обох групах було діагностовано показники пізнавальних процесів (пам'ять, увага, уява) та вольової сфери учнів (визначалися завзятість, терплячість, організованість, вольова саморегуляція, наполегливість, самовладання), а також наявність у них труднощів у поведінці та проблем адаптації.

На першому етапі експерименту респонденти мали середньо розвинений рівень пізнавальних процесів (уява, пам'ять, інтерес, завзятість, терплячість, наполегливість, самовладання, загальна вольова саморегуляція) і були достатньо соціально адаптованими. Установлено, що в обох групах домінує середній рівень сформованості уваги (50% учнів з експериментальної групи та 53% – із контрольної). У школярів, які не практикували майндфулнес-техніки, рівень розвитку пізнавальних процесів та вольових якостей (напо-



Рис. 1. Відсотковий розподіл школярів в експериментальній та контрольній групах за рівнем розвитку уваги (початкові та кінцеві заміри)

легливість, пам'ять, увага, уява, самовладання, загальна вольова саморегуляція, організованість, завзятість і терплячість) за час дослідження не змінилися.

Однак респонденти експериментальної групи, що використовували протягом досліджуваного періоду майндфулнес-техніки, на шостому уроці демонстрували вищі показники уваги і проявляли більший інтерес до навчального предмету. Установлено зміни у відсотковому розподілі старших школярів, які практикували і не практикували майндфулнес-техніки, за рівнем розвитку уваги (рис. 1).

Так, на початку дослідження в обох групах переважали учні із середнім рівнем розвитку уваги (63% в експериментальній групі та 67% у контрольній групі). Кількість учнів із низьким і високим рівнями уваги була приблизно однаковою: відповідно 20% і 17% в експериментальній групі та 16% і 17% у контрольній групі.

У кінці дослідження розподіл школярів у групі, яка не практикувала майндфулнес-техніки, залишився приблизно таким самим: 15% – із низьким рівнем уваги, 68% – із середнім і 17% – із високим. А от у групі школярів, які практикували майндфулнес-техніки, за період дослідження дещо знизилася частка учнів із низьким рівнем уваги (із 20% до 13%) і зросла частка дітей із високим рівнем уваги (із 17% до 23%).

В експериментальній групі на першому етапі дослідження було виявлено обернену кореляцію між показниками за шкалою гіперактивності та показниками за шкалою завзятості ($r=-0,56$), на третьому етапі дослідження після розвиваючого етапу експерименту такий взаємозв'язок не підтвердився. У процесі дослідження рівень гіперактивності цих учнів знизився, вони стали більш зібраними та уважними.

Цікаво, що у респондентів експериментальної групи кількість вправ обернено корелює з показниками за шкалою ознак проблем у взаєминах з однолітками ($r=-0,41$). Тобто чим більше досліджувані учні старшого шкільного віку практикували майндфулнес-техніки, тим менше мали труднощів у спільних із ровесниками видах діяльності (іграх, заняттях тощо). Стаючи більш уважними та зосередженими, респонденти краще «зчитують» свої власні потреби, бажання, емоційні переживання, а також можуть краще зрозуміти і своїх ровесників.

За час дослідження в учнів з експериментальної групи зберігся і навіть дещо посилювався взаємозв'язок між такими вольовими якостями, як вольова саморегуляція, самовладання, наполегливість і завзятість. Як на початку, так і в кінці дослідження у них спостерігаються прямі кореляції між показниками за шкалою завзятості та показниками за шкалами вольової саморегуляції ($r=0,50$ та $r=0,65$), наполегливості ($r=0,48$ та $r=0,55$) і самовладання ($r=0,39$ та $r=0,58$). Окрім того, після розвиваючого етапу експерименту проявився прямий взаємозв'язок між терплячістю учнів та загальним рівнем їхньої вольової саморегуляції ($r=0,39$).

Упродовж дослідження у контрольній групі збереглися взаємозв'язки між завзятістю, вольовою саморегуляцією, наполегливістю, організованістю та самовладанням. Так, у цій групі на початку і в кінці дослідження показники за шкалою завзятості прямо корелюють із показниками за шкалами вольової саморегуляції ($r=0,50$ та $r=0,57$), наполегливості ($r=0,40$ та $r=0,46$), організованості ($r=0,39$ та $r=0,39$) і терплячості ($r=0,50$ та $r=0,54$). Прямий взаємозв'язок показників за шкалою завзятості з показниками за шкалою самовладання

($r=0,37$) у школярів із контрольної групи проявлявся лише на початку дослідження.

Для якісної оцінки динаміки був застосований нарративний (оповідний) метод. Учасникам обох груп після завершення занять було запропоновано написати рефлексивні есе. У тексті есе школярі могли описати свої враження після двох місяців роботи і позначити зміни або їх відсутність унаслідок регулярних практик. У ході аналізу текстів були виділені основні сфери, зміни у яких найбільш часто відзначали учасники.

Респонденти (60%), які працювали з Mindfulness, відзначали у себе збільшення швидкості реакції на різні подразники після завершення курсу, що підтвердилося результатами тестування: швидкість виконання ними завдань (параметр «продуктивність») зросла після закінчення занять. У своїх рефлексивних есе учасники, які практикували Mindfulness, у когнітивній сфері спостерігали у себе поліпшення уваги і мнемічних функцій (73,3% і 60% відповідно): вони стали швидше й якісніше справлятися із завданнями, які вимагають підвищеної уваги і запам'ятовування. Більшість учасників експериментальної групи спостерігала підвищення працездатності (53,3%), появу і посилення почуття благополуччя (73,3%). Також вони описували у себе появу відчуття зростання залученості у вирішення різних завдань, зростання обдуманості та осмисленості раніше автоматичних дій, при цьому іноді підкреслювали появу у зв'язку із цим деякої повільності. За відгуками учнів, найбільш корисною виявилася техніка «Само-співчуття». Дана вправа не так розвиває уважність чи навичку присутності, як доброзичливе ставлення до себе.

Висновки з проведеного дослідження.

Достовірних розбіжностей за t-критерієм Стьюдента між показниками респондентів обох груп до і після формувального етапу експерименту не виявлено. Висновки отримано на основі аналізу відсоткових співвідношень, кореляційного аналізу та нарративного методу. Учасники, які практикували Mindfulness, спостерігали у себе поліпшення уваги і мнемічних функцій. Більшість учасників відзначала появу і посилення суб'єктивного почуття благополуччя, підвищення працездатності, при

цьому іноді підкреслювала появу у зв'язку із цим деякої повільності. Учасники також розповідали про свій досвід використання практики усвідомленості вже після завершення занять та її позитивні ефекти. Однак, на нашу думку, застосування технік майндфулнесу в системі освіти потребує подальших досліджень.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гера Т. І. Майндфулнес-техніка на заняттях із психології як елемент психологічного супроводу майбутніх педагогів. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2014. Вип. 2. Т. 1. С. 174–179.
2. Жмай О. В. Медитація та майндфулнес у контексті здійснення управлінської діяльності. *Соціальна економіка*. 2021. № 62. С. 78–87.
3. Кравцова О. К. Стресостійкість особистості як психологічний феномен: основні теоретичні підходи. *Вісник післядипломної освіти. Серія «Соціальні та поведінкові науки»*. 2019. Вип. 7. С. 98–117.
4. Максимович З.С. Майндфулнес-паузи як спосіб розвитку у дітей навичок критичного мислення. *Роль інновацій у трансформації образу сучасної науки* : матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції. Київ : Інститут інноваційної освіти, 2019. 280 с.
5. Медінцов І. В. Динаміка та ефекти практики усвідомленості. *Теорія і практика сучасної психології*. 2020. № 2. С. 52–56.
6. Мілютіна К.Л. Баланс в умовах невизначеності : робочий зошит для самодопомоги. ГО «МНГ», 2022. 92 с.
7. Паламарчук О., Короцінська Ю. Технології розвитку емоційної саморегуляції в осіб юнацького віку. *Науковий вісник Мукачівського державного університету*. 2020. Вип. 1. С. 266–269.
8. Педоренко В.М. Психологічні особливості формування суверенних моральних цінностей майбутніх психологів : дис. ... канд. наук ; Національний університет «Острозька академія». Острог, 2019. 175 с.
9. Романчук О. І. Майндфулнес-орієнтована КПТ – новий ефективний метод попередження рецидиву депресії. *Нейро News*. 2012. № 3. С. 40–45.
10. Ситник С. І. Практика майндфулнес як засіб подолання стресу в часи пандемії. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Психологія»*. 2021. Вип. 3. С. 50–53.
11. Яцків О. С. Нейропсихологічний підхід у діяльності практичного психолога дошкільного навчального закладу. *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 31. С. 594–606. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2016_31_51.

КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ЯК ВИЯВ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ПІДЛІТКІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ ТРИВОЖНОСТІ

BEHAVIORAL COPING STRATEGIES OF ADOLESCENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF ANXIETY

У статті надано теоретичне обґрунтування та результати емпіричного вивчення особливостей копінг-стратегій поведінки підлітків із різним рівнем розвитку тривожності. Вихідними положеннями дослідження є розуміння копінг-стратегій як способів перцепції та інтерпретації підлітком стресової ситуації, що забезпечують зниження психологічного напруження та є засобом підвищення стресостійкості. Тривожність розглядається як психологічний чинник, що впливає на вибір підлітком стратегій опанування стресу.

У дослідженні застосовано методіку копінг-тесту за Р. Лазарусом та шкалу тривожності Ч. Спілбергера в адаптації Ю. Л. Ханіна. Вибіркова сукупність становила 60 осіб віком від 14 до 15 років. Результати емпіричного дослідження дають змогу визнати роль тривожності як індивідуально-психологічної властивості підлітка у виборі копінг-стратегій у ситуації переживання стресу. Підлітки з низьким рівнем тривожності частіше використовують стратегію позитивної переоцінки події, що викликала переживання стресу, порівняно з респондентами з високим та середнім рівнями тривожності. Установлено статистичну відмінність частоти прояву стратегій планування та вирішення проблеми для підлітків із високим рівнем особистісної тривожності порівняно з особами, що мають середній рівень тривожності. Водночас підлітки з низьким рівнем розвитку особистісної тривожності частіше використовують цю стратегію порівняно з підлітками із середнім рівнем розвитку цієї властивості. Низька тривожність – це суб'єктивний чинник, що надає перевагу підліткам у здатності сприймати позитивні боки стресової ситуації, бачити у неї не лише загрози, а й потенційні можливості. Висока тривожність спонукає до інтерпретації ситуації як такої, що потребує негайного втручання, спроби її вирішення та виконує роль засобу зниження впливу стресового триггеру. Однак підлітки із середнім показником розвиненості тривожності проявляють більшу різнобічність у виборі стратегій опанування, що забезпечує їм продуктивне ставлення до стресової ситуації з урахуванням її особливостей. Отже, прямої залежності між рівнем тривожності та перевагами у виборі стрес-долаючої поведінки не встановлено. Скоріше можна говорити про наявність своєрідності реагування на стрес підлітків із відповідним показником розвиненості особистісної тривожності.

Ключові слова: стрес, стресостійкість,

копінг-стратегія, підліток, реактивна тривожність, особистісна тривожність.

The article provides a theoretical justification and the results of an empirical study of the peculiarities of the coping strategies of the behavior of adolescents with different levels of anxiety development. The starting points of the study are the understanding of coping strategies as ways of perception and interpretation of a stressful situation by a teenager, which provide a reduction in psychological stress and are a means of increasing stress resistance. Anxiety is considered as a psychological factor that influences a teenager's choice of a stress management strategy. The research used the coping test method according to R. Lazarus and the anxiety scale of Ch. Spielberger adapted by Yu. L. Khanin. The sample consisted of 60 people aged 14 to 15 years. The results of the empirical study allow us to recognize the role of anxiety, as an individual psychological characteristic of a teenager, in the manifestation of coping strategies in a situation of experiencing stress. Adolescents with a low level of anxiety more often use the strategy of positive reappraisal of the stressful event compared to respondents with a high and medium level of anxiety. A statistical difference in the frequency of manifestation of the planning strategy and problem solving was established for teenagers with a high level of personal anxiety compared to individuals with an average level of anxiety. At the same time, adolescents with a low level of development of personal anxiety more often use this strategy than adolescents with an average level of development of this trait. Low anxiety is a subjective factor that gives teenagers an advantage in the ability to perceive the positive aspects of a stressful situation, to see in it not only threats, but also potential opportunities. High anxiety prompts the interpretation of the situation as requiring immediate intervention and attempts to resolve it, acting as a means of reducing the impact of the stress trigger. However, adolescents with an average indicator of the development of anxiety show greater versatility in choosing coping strategies, which provides them with a productive attitude to a stressful situation, taking into account its characteristics. Therefore, a direct relationship between the level of anxiety development and stress-coping behavior has not been established. Rather, we can talk about the presence of a unique response to stress in teenagers with a corresponding indicator of the development of personal anxiety.

Key words: stress, stress resistance, coping strategy, adolescent, reactive anxiety, personal anxiety.

УДК 159.922:83:159.944

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.8>

Мирошник О.Г.

к.психол.н.,

доцент кафедри психології

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Постановка проблеми. Підлітковий вік характеризується значними змінами у розвитку особистості. Ці зміни викликані соматичними, соціальними та психологічними чинниками. Маргінальний статус підлітка підвищує вірогідність переживання ним складних ситуацій взаємодії з дорослими та однолітками як стресових. Продуктивне опанування

копінг-поведінки в ситуаціях стресу є важливою особистісною компетентністю та засобом підвищення стресостійкості [12]. Розуміння чинників, що впливають на психологічне здоров'я, здатність підлітків протистояти стресу, виявляючи стресостійкість, є актуальним завданням сучасної психологічної науки та практики.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проблема стресу та стресостійкості у наукових розвідках включає вивчення структури цих феноменів [6; 14; 16] та чинників, що мають вплив на їх функціонування [7; 8]. Копінг-стратегії розглядаються у статусі зовнішнього чинника стресостійкості особистості [4; 5; 11; 12].

Стрес-долаюча поведінка стала предметом вивчення багатьох дослідників, серед яких: Р. Лазарус, С. Фолкман [17], Е. Фриденберг, Р. Льюїс [15], Г. Дупчак [3], Л. Карамушка [4], М. Корольчук [7], М. Кононова [5], О. Мирошник [19], В. Олефір [8], Ю. Снігур [10], Н. Ярош [14] та ін. У цих дослідженнях надано теоретичне обґрунтування ролі опанувальної поведінки в ситуації стресу, розглянуто різновиди копінгу, досліджено предиктори, що визначають вибір певного копінгу. Значну кількість публікацій присвячено особливостям переживання стресу представниками різних професій. Дослідження західних психологів С. Кобейса, С. Мадді [16] значно розширили дискурс проблематики стресостійкості, зокрема й у дитячому віці. Ідеться про явище життєстійкості (hardiness) як універсальної готовності до подолання складних подій та обставин. Значна увага приділяється програмам, що сприяють підвищенню стресостійкості та включають формування навичок саморегуляції, самоконтролю, опанувальних стратегій поведінки в ситуації стресу в підлітковому віці [1; 6; 17].

Разом із тим визначення індивідуально-психологічних особливостей емоційної сфери підлітків, що мають зв'язок зі стресостійкістю та вибором копінг-стратегій, потребує подальшого уточнення.

Виклад результатів дослідження. Мета дослідження полягала у вивченні особливостей копінг-поведінки підлітків із різним рівнем розвитку тривожності.

Аналіз стресогенних сфер у житті і діяльності підлітків дав змогу визначити найбільш типові кризові ситуації для цього вікового етапу: взаємодія з батьками, братами та сестрами; спілкування з учителями та однолітками; ситуації втрати близьких та аутомортальна тривога; особисте майбутнє; політична ситуація у країні [12]. Виявилось, що серед різноманіття емоційних переживань підлітків у кризових ситуаціях пріоритет належить переживанням страждання, смутку, страху, безвихідності, тобто емоційним переживанням групи «печаль». Проблема психологічного подолання підлітками негативних переживань у ситуаціях стресу передбачає розуміння не тільки базових психологічних механізмів переживання, а й значення ролі особистісних чинників, що впливають на вибір способу роботи з переживанням, тобто копінг-дії. Під копінгом, або опануванням, розуміються «когнітивні та поведінкові способи подолання специфічних

зовнішніх та внутрішніх вимог, які оцінюються людиною як такі, що перевищують її можливості» [17, с. 141].

Отже, копінг-стратегії – це специфічні форми цілеспрямованої поведінки, що забезпечують подолання причин стресу або пом'якшують результати негативного впливу стресогенних чинників. Традиційно проблематика копінгу включає такі напрями дослідження: вивчення ролі копінгу та захисних механізмів у психологічному благополуччі людини (Дж. Вейлант, П. Крамер); розгляд чинників стресу та типів реакції на нього (Р. Лазарус, С. Фолкман); аналіз ролі копінг-стратегій у процесах саморегуляції, їхнього впливу на ефективність діяльності та соціально-психологічну поведінку (К. Карвер, М. Шейер).

Особливий інтерес для нас представляє когнітивно-феноменологічна теорія опанування стресу Р. Лазаруса та С. Фолкмана. На думку науковців, причиною емоційних переживань є когнітивна оцінка ситуації, яка надається людиною. Процес оцінювання включає два етапи. На етапі первинної оцінки визначається ступінь небезпечності ситуації (байдужа, злегка позитивна і стресова). Вторинна когнітивна оцінка здійснює розпізнавання можливостей і вибір стратегії вирішення ситуації. Відповідно до результату когнітивної оцінки здійснюється вибір стратегії її вирішення. Основна мета копінг-поведінки – забезпечення фізичного та психічного здоров'я людини [18].

Значна увага дослідників приділяється розробленню типології копінг-стратегій. Єдиної класифікації стрес-долаючої поведінки не існує. Насамперед, виділяють базові копінги: «розв'язання проблем», «пошук соціальної підтримки» й «уникання» [14]. Л. Карамушка та Ю. Снігур [4] пропонують розрізняти копінг за ступенем активності (активні – пасивні), мірою ефективності (конструктивні, відносно конструктивні та неконструктивні), гнучкістю у використанні копінгу. Р. Лазарус та С. Фолкман у межах власного підходу розрізняють такі копінг-стратегії: конфронтація, дистанціювання, самоконтроль, пошук соціальної підтримки, ухвалення відповідальності, уникнення – втеча, планове розв'язання проблеми, позитивна переоцінка [17].

Предметом особливої уваги дослідників є індивідуальні відмінності людей у здійсненні механізму оцінки ситуації як стресової. Серед важливих особистісних властивостей підлітка найбільш уразливою у ситуації стресу є підвищена тривожність [12]. Тривожність як психічна властивість притаманна кожній людині. Вона виконує захисну та мотиваційну функції, забезпечуючи передбачення небезпеки та готовність до неї [2]. Водночас висока тривожність сприяє перебільшенню загрози та зниженню якості життя. Відомо, що К. Ізард

розглядав тривогу як складну емоцію, до змісту якої входять страх, смуток, сором, гнів, збудження, провина. Переважаючою емоцією у синдромі тривожності є страх [12].

Отже, тривожність проявляється у переживанні емоційного дискомфорту, пов'язаного з очікуванням неблагополуччя, з передчуттям можливої небезпеки. Прийнято розрізняти стан тривоги (реактивна тривожність) та тривожність як психічну властивість особистості або рису темпераменту (особистісна тривожність). Тривожність є складником емоційної стійкості людини, що має зв'язок зі стресостійкістю [7]. Для визначення ролі тривожності в особливостях прояву копінг-стратегій для подолання стресової ситуації підлітками було проведено емпіричне дослідження.

Програма емпіричного етапу дослідження включала такі завдання: формування вибіркової сукупності; визначення рівня та форми тривожності підлітків, аналіз домінуючих копінг-стратегій поведінки в ситуації стресу; вивчення особливостей тривожності у підлітків із різними стратегіями стрес-долаючої поведінки.

Для виявлення тривожності використано шкалу тривожності Ч. Спілбергера в адаптації Ю.Л. Ханіна. Вивчення копінг-поведінки здійснювалося за методикою копінг-тесту Р. Лазаруса. Дослідження проводилося на базі загальноосвітніх шкіл м. Полтава. У ньому взяли участь 60 учнів 9-х класів (із них 30 хлопців та 30 дівчат).

Результати дослідження. Дослідження особливостей рівнів розвитку тривожності та особливостей форм у вибірковій сукупності показало, що 50% респондентів мали середній рівень розвиненості ситуативної тривожності (серед них 27% хлопців, 23% дівчат) та 50% – особистісної тривожності (серед них 20% хлопців, 30% дівчат).

Щодо підгрупи з високим рівнем ситуативної тривожності, то до її складу увійшло 24% респондентів (11% хлопців та 13% дівчат). У 20% підлітків визначено високий рівень особистісної тривожності (10% хлопців та 10% дівчат). До групи з низьким рівнем ситуативної та особистісної тривожності увійшло відповідно 26% (13% хлопців та 13% дівчат) та 30% (20% хлопців та 10% дівчат) респондентів. Установлений розподіл показників рівня розвитку форм тривожності підлітків відповідає даним дослідження інших науковців [12]. Середній рівень тривожності становить 50% від загальної чисельності досліджуваних.

Дослідження домінуючих копінг-стратегій поведінки підлітків у ситуації стресу дало такі результати. Показники прояву копінг-стратегій, що є яскраво вираженими, у вибірковій сукупності становили: конфронтація – 3%; дистанціювання – 13%; самоконтроль – 33%; пошук соціальної підтримки – 20%; при-

йняття відповідальності – 23%; втеча – уникнення – 13%, планування рішення – 27%; позитивна переоцінка – 33%.

Ранжування за частотою прояву копінг-стратегій показало, що на першому місці знаходиться стратегія позитивної переоцінки та самоконтролю. Е. Фриденберг та Р. Льюїс [15] відносять ці стратегії до продуктивного стилю поведінки у стресі. Позитивна переоцінка полягає у фокусуванні підлітка на позитивних аспектах ситуації, умінні проявляти оптимістичний погляд на речі, нагадувати собі про те, що є люди, які перебувають у гіршому становищі. Самоконтроль як спосіб опанування ґрунтується на здатності підлітків контролювати свої емоції, думки та дії. Цей копінг потребує розвиненої здатності до саморегуляції, довільного контролю за перебігом власних процесів та психічних станів.

На другому місці за результатами діагностичного дослідження знаходяться стратегії планування та вирішення проблем. Цей різновид копінгу також відноситься до продуктивного типу та виявляється у прагненні зрозуміти проблему, знайти шляхи її вирішення. Копінг, орієнтований на розв'язання проблеми, може зменшувати негативний вплив стресових чинників тривалої дії. Н. Ярош зазначає, що використання копінгу, сфокусованого на проблемі, має зв'язок зі зниженням депресії й поточного дистресу [14].

Далі йдуть стратегії прийняття відповідальності та пошуку соціальної підтримки. Прийняття відповідальності проявляється у здатності підлітків визнавати свою роль у виникненні проблем та перешкод, готовності взяти відповідальність за їх усунення. Водночас ця стратегія може за певних обставин сприяти невірній самокритиці та незадоволеності собою. Стратегія соціальної підтримки за типологією Е. Фриденберга та Р. Льюїса [15] відноситься до проміжного стилю подолання. Вона проявляється у прагненні підлітків поділитися своєю проблемою з іншими, заручитися підтримкою, схваленням. Дослідники відносять її до активних копінг-стратегій, спрямованих на усунення або послаблення впливу стресової ситуації [3]. Останню сходинку у цьому переліку займають дистанціювання, втеча – уникнення та конфронтація. Ці стратегії відносять до деструктивних, непродуктивних. Дистанціювання виявляється в ігноруванні проблеми, її свідомому блокуванні. З одного боку, ця стратегія запобігає інтенсивним емоційним реакціям, з іншого – може знецінювати власні переживання, сприяти ігноруванню можливостей активного подолання проблемних ситуацій. Утеча – уникнення дає можливість швидко знизити емоційну напругу, однак відсутність спроб вирішення проблеми сприяє накопиченню труднощів. Конфронтація як копінг-дія

Таблиця 1

Домінуючі копінг-стратегії у підлітків із різними показниками тривожності (%)

Назва копінгу	Низький рівень		Середній рівень		Високий рівень	
	ситуативна	особистісна	ситуативна	особистісна	ситуативна	особистісна
Конфронтація	-	11	7	-	-	-
Дистанціювання	38	22	7	13	-	-
Самоконтроль	38	33	33	27	43	50
Пошук соціальної підтримки	25	22	13	13	25	22
Прийняття відповідальності	-	-	27	27	43	50
Втеча/ уникнення	13	-	13	13	13	33
Планування Вирішення проблеми	13	44	20	7	29	50
Позитивна переоцінка	25	56	27	27	29	17

проявляється в імпульсивності поведінки, іноді з елементами ворожості та конфліктності. Цей копінг при цьому втрачає свою організованість та цілеспрямованість та стає способом зменшення напруги.

Наступний етап дослідження включав процедуру порівняльного аналізу особливостей домінуючих копінг-стратегій у підлітків із різним рівнем розвитку тривожності. Результати кількісного аналізу особливостей копінг-дій у підлітків із різними показниками тривожності подано в табл. 1.

Дані розподілу частоти прояву домінуючих стратегій копінгу у підлітків із різним рівнем особистісної та ситуативної тривожності показали, що для підлітків із низьким рівнем тривожності не є властивим прояв прийняття відповідальності та втечі – уникнення. Цьому є логічне пояснення. Так, низька тривожність, що супроводжується безтурботністю, а інколи байдужістю, не має зв'язку з прагненням передбачати події, контролювати наслідки власних дій, а тому брати за них відповідальність. Недооцінка складності проблем не потребує від підлітка сприймати їх як загрози, яких треба уникати. Натомість у ситуації стресу вони найчастіше проявляють такі копінг-стратегії, як позитивна переоцінка, планування, вирішення проблеми, самоконтроль. Ці копінг-дії належать до активних стратегій, що виявляються у цілеспрямованому усуненні або послабленні впливу стресової ситуації. Водночас у цій групі підлітків встановлено наявність неконструктивних стратегій опанування, зокрема дистанціювання та конфронтації.

У групі підлітків із середнім рівнем тривожності домінують такі копінг-стратегії: самоконтроль, позитивна переоцінка, прийняття відповідальності. Меншою мірою для них є характерними прояв пошуку соціальної під-

тримки, втеча – уникнення. Показник частоти прояву копінгу планування та вирішення проблем для реактивної та особистісної тривожності в групі цих підлітків має суттєві статистичні відмінності за критерієм Фішера ($\varphi = 2,157$ для $p=0,05$). Підлітки з таким рівнем тривожності використовують цю копінг-стратегію для зниження поточного дистресу скоріше лише в окремих ситуаціях. Для групи підлітків із високим рівнем тривожності домінуючими є такі копінг-стратегії: прийняття відповідальності, самоконтроль, планування та вирішення проблеми. Ці стратегії подолання відносяться до групи активних та продуктивних. Підлітки цієї групи не використовують конфронтацію та дистанціювання, хоча в їхньому арсеналі знаходиться також стратегія втечі та уникнення.

Аналіз широти діапазону домінуючих копінг-стратегій показав перевагу підлітків із середніми рівнем тривожності порівняно з групою підлітків, що мають низький та високий рівні розвиненості цієї властивості. Іншими словами, ця група підлітків проявляє більшу гнучкість та різнобічність у виборі стратегій опанування. На думку Н. Ярош [14], така здатність забезпечує продуктивне ставлення до стресової ситуації з урахуванням її особливостей.

Із метою перевірки на статистичну значущість визначених відмінностей відсоткових часток домінуючих копінг-стратегій підлітків із різними ознаками розвитку тривожності використано критерій φ (непараметричний критерій кутового перетворення Фішера).

За результатами статистичного аналізу було встановлено наявність статистичних відмінностей у частоті прояву копінг-стратегій позитивної переоцінки, планування та вирішення проблем у групах респондентів із різним рівнем тривожності.

Так, у підлітків із низьким рівнем особистісної тривожності частка тих, хто використовує стратегію позитивної переоцінки, більша, ніж у підлітків із середнім ($\varphi = 2,005$ для $p=0,05$) та високим ($\varphi = 2,258$ для $p=0,01$) рівнями тривожності. Стратегія планування та вирішення проблеми частіше використовується підлітками з високим рівнем тривожності порівняно з підлітками, що мають середній рівень тривожності ($\varphi = 3,030$ для $p=0,01$). Статистичну відмінність у частоті прояву цієї стратегії встановлено також під час порівняння групи підлітків із низьким та середнім рівнями тривожності ($\varphi = 3,069$ для $p=0,01$).

Висновки. Результати емпіричного дослідження дають змогу визнати роль тривожності як індивідуально-психологічної особливості підлітка у прояві його копінг-стратегій у ситуації переживання стресу. Установлено існування відмінностей частоти прояву копінг-дій у групах підлітків із різними показниками розвиненості особистісної тривожності.

Підлітки з низьким рівнем тривожності частіше використовують стратегію позитивної переоцінки події, що викликала переживання стресу, порівняно з респондентами з високим та середнім рівнями тривожності.

Установлено статистичну відмінність частоти прояву стратегії планування та вирішення проблеми для підлітків із високим рівнем особистісної тривожності порівняно з особами, що мають середній рівень тривожності. Водночас частка підлітків із низьким рівнем розвитку особистісної тривожності, що використовують цю стратегію, більша, ніж частка підлітків із середнім рівнем розвитку цієї властивості.

Виходячи з положень когнітивно-феноменологічного підходу, копінг-стратегії мають забезпечувати зниження психологічного напруження, що породжується суб'єктивними чинниками та особливостями перцепції, інтерпретації ситуації. Низька тривожність – це суб'єктивний чинник, що надає перевагу підліткам у здатності сприймати позитивні боки стресової ситуації, бачити у ній не тільки загрози, а й потенційні можливості. Висока тривожність спонукає до інтерпретації ситуації як такої, що потребує негайного втручання та спроби її вирішення, виконуючі роль засобу зниження впливу стресового триггеру. Однак підлітки із середнім показником розвиненості тривожності проявляють більшу гнучкість та різнобічність у виборі стратегій опанування, що забезпечує їм продуктивне ставлення до стресової ситуації з урахуванням її особливостей.

Усе зазначене дає змогу зробити висновок про те, що не існує прямої залежності між рівнем розвиненості тривожності та перевагами у виборі стрес-долаючої поведінки. Скоріше можна говорити про наявність своєрідності реагування на стрес підлітків із різними показниками розвиненості особистісної тривожності.

Перспективою подальшого дослідження є розроблення психокорекційних програм підвищення стресостійкості, що враховують психологічний профіль особистості підлітка.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гірняк Н. Стресостійкість як чинник вибору копінг-стратегій у старшому підлітковому віці. *Студентський науковий вісник*. 2014. № 35. С. 104–108.
2. Гринечко А. Особливості прояву тривожності як наслідок впливу психотравмуючих подій на розвиток особистості. *Проблеми гуманітарних наук. Серія «Психологія»*. 2017. Вип. 41. С. 32–44.
3. Дубчак Г.М. Формування професійної стресостійкості майбутніх фахівців соціономічних професій. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2017. № 3(1). С. 173–179.
4. Карамушка Л.М., Снігур Ю.С. Копінг-стратегії: сутність, підходи до класифікації, значення для психологічного здоров'я особистості та організації. *Актуальні проблеми психології*. Т. I. Вип. 55. С. 23–29.
5. Кононова М.М., Кучма Т.В. Сутність стресу як психологічної категорії. *Молодий вчений*. 2021. С. 22–23.
6. Кормило О., Чип Р., Гончаровська Г. Особливості стресостійкості та вибір копінг-стратегій старшими підлітками. *Вісник Львівського університету. Серія «Психологічні науки»*. 2022. Вип. 12. С. 68–78.
7. Корольчук М.С., Крайнюк В.М. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: навчальний посібник. Київ: Ніка-Центр, 2009. 576 с.
8. Олефір В.О. Взаємозв'язок життєстійкості, копінг-стратегій та психологічного благополуччя. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2011. № 981. Вип. 47. С. 168–172.
9. Смольська Л.М. Стресостійкість та життєстійкість: креативна модель формування у сучасних умовах. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2021. Вип. 4. С. 113–117.
10. Снігур Ю.С. Зв'язок копінг-стратегій керівників закладів загальної середньої освіти з чинниками мікрорівня. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2019. № 2–3(17). С. 114–121.
11. Соломка Е.Т., Хома Т.В., Хлопек А.Б. Опанувальна поведінка особистості в психологічних дослідженнях та деякі методи управління стресом. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2021. Вип. 2. С. 23–27.
12. Шатковська О.І., Кушнір Ю.В. Особливості шкільної тривожності в підлітковому віці як соціально-педагогічна проблема. *Молодий вчений*. 2017. № 11(51). С. 835–838.
13. Шпак М.М. Стресостійкість особистості в дискурсі сучасних психологічних досліджень. *Габітус*. 2022. Вип. 39. С. 199–203.
14. Ярош Н.С. Аналіз досліджень внутрішніх предикторів стрес-долаючої поведінки. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2015. № 58. С. 60–64.

15. Frydenberg, E., & Lewis, R. Teaching Coping to adolescents: when and to whom? *American Educational Research Journal*. 2000. № 37. P. 727–745.

16. Maddi S. The Story of Hardiness: 20 Years of Theorizing, Research and Practice. *Consulting Psychology Journal*. 2002. Vol. 54. № 1. P. 173–185.

17. Lazarus, R.S., Folkman, S. Stress, appraisal, and coping. New York, 1984. 460 p.

18. Lazarus, R.S. Toward Better Research on Stress and Coping. *American Psychologist*, 2000. № 55. P. 665–673.

19. Myroshnyk O., Titov I., Titova T., Teslenko M. Sanogenic reflection and coping behavior of university students. *Journal of Positive School Psychology*. 2022. Vol. 6. № 6. P. 4189–4196.

ВИЗНАЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ КОМУНІКАЦІЇ ДОШКІЛЬНИКІВ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ МОВЛЕННЯ

DETERMINING THE CHARACTERISTICS OF COMMUNICATION OF PRESCHOOLERS WITH SPEECH DISORDERS

УДК 376.1:373.3

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.9>

Орленко І.М.

доктор філософії PhD,
завідувач
Одеський обласний ресурсний центр
підтримки інклюзивної освіти;
старший викладач кафедри психології,
соціальної роботи та інклюзивної освіти
КЗВО «Одеська академія неперервної
освіти Одеської обласної ради»

Бальбуза О.М.

доктор філософії PhD,
методист
Одеський обласний ресурсний центр
підтримки інклюзивної освіти;
старший викладач кафедри психології,
соціальної роботи та інклюзивної освіти
КЗВО «Одеська академія неперервної
освіти Одеської обласної ради»

Асєєва Ю.О.

д.психол.н., доцент,
академік Національної академії наук
вищої освіти України,
завідувач кафедри мовної та психолого-
педагогічної підготовки
Одеський національний економічний
університет

Статтю присвячено дослідженню несформованості комунікативних навичок у дітей із порушеннями мовлення. Авторами розроблено програму дослідження комунікативної та мовленнєвої активності та наявності внутрішньоособистісних конфліктів у дітей дошкільного віку з мовленнєвими порушеннями. Зазначено, що комунікативні проблеми дітей дошкільного віку з порушеннями мовленнєвих функцій виявляються у процесі спілкування з однолітками та дорослими у спільній навчальній та побутовій діяльності та партнерській грі. Вторинна соціалізація дитини в групі однолітків зазнає ускладнень, що впливає на вміння зважати на інтереси партнера, будувати соціальні відносини, збірною комунікативний досвід дитини та визначає знижений соціальний статус дитини в групі однолітків. Результати емпіричного дослідження розкривають виражені прояви комунікативної дезадаптації у дітей дошкільного віку, підвищений рівень тривоги, знижену самооцінку на тлі мовленнєвих порушень та недорозвиток емоційно-вольової сфери. Мовленнєві порушення та їх характер заважають дитині зайняти більш високе становище у системі особистих взаємин з однолітками і призводять до порушень у комунікативній сфері. Аналіз даних спостереження комунікативної поведінки, що потребує мовленнєвої активності дітей, показує суттєве зниження кількісних показників числа ініціативних висловлювань під час вільної ігрової діяльності у дітей із мовленнєвими порушеннями порівняно з дітьми, які не мають мовленнєвих порушень. Окреслено, що корекційно-розвиткова робота з використанням арттерапевтичних методів сприятиме розвитку комунікативної адаптації дитини з порушеннями мовлення до соціального середовища.

Ключові слова: комунікативні навички, дошкільний вік, порушення мовлення, соціомовний компонент, самооцінка.

The article is devoted to the study of lack of communication skills in children with speech disorders. The authors developed a program for researching communicative and speech activity and the presence of intrapersonal conflicts in preschool children with speech disorders. It is noted that communication problems of preschool children with impaired speech functions are revealed in the process of communication with peers and adults in joint educational and household activities and partner games. The secondary socialization of the child in the peer group suffers complications, which affects the ability to consider the interests of the partner, the ability to build social relationships, and impoverishes the child's communicative experience and determines the child's reduced social status in the peer group. The results of the empirical study reveal pronounced manifestations of communicative maladaptation in preschool children, an increased level of anxiety, low self-esteem against the background of speech disorders, and underdevelopment of the emotional and volitional sphere. Speech disorders and their nature prevent the child from occupying a higher position in the system of personal relationships with peers and lead to violations in the communicative sphere. The analysis of observational data of communicative behavior that requires children's speech activity shows a significant decrease in the quantitative indicators of the number of initiative statements during free play in children with speech disorders compared to children who do not have speech disorders. It is outlined that corrective and developmental work using art-therapeutic methods will contribute to the development of communicative adaptation of a child with speech disorders to the social environment.

Key words: communication skills, preschool age, speech impairment, sociolinguistic component, self-esteem.

Розвиток комунікації та мови є одними із найважливіших завдань дошкільного віку. Однак із кожним роком збільшується кількість дітей із тими чи іншими порушеннями мовлення. До кінця дошкільного віку у дітей виявляються виражені проблеми розгортання та підтримки комунікації за допомогою мови у різних соціальних ситуаціях. Зросла кількість дітей із функціональними розладами мовлення, у яких страждають функції планування, контролю, узагальнююча функція. Соціомовний компонент мовленнєвої компетенції дитини дошкільного віку порушений, що потребує нових способів компенсації мовленнєвих порушень. Але для створення ефективної корекційно-розвиткової програми щодо розвитку комунікативних та соціомовних навичок дошкільника потрібна якісна програма дослідження для дітей дошкільного віку щодо виявлення актуального стану розвитку комунікативної сфери дитини.

Метою дослідження є вивчення комунікативної та мовленнєвої активності та наявності внутрішньоособистісних конфліктів у дітей дошкільного віку з мовленнєвими порушеннями.

За даними досліджень, 85% дітей 5 років володіють мовленням на рівні 3-річних (А. Богуш). Взаємозумовленість мовленнєвих та комунікативних навичок у дітей дошкільного віку призводить до проблеми повноцінного спілкування дітей із мовленнєвими порушеннями і, як наслідок, до зниження потреби у спілкуванні, несформованості діалогічного й монологічного мовлення, небажання спілкуватися [1].

У дітей дошкільного віку з мовленнєвими порушеннями особливості мовлення з віком дедалі більше травмують дитину, впливають на розвиток особистості, призводять до проблем комунікації, до невміння орієнтуватися у ситуації спілкування, негативізму. Також є причи-

Соціометричний вибір

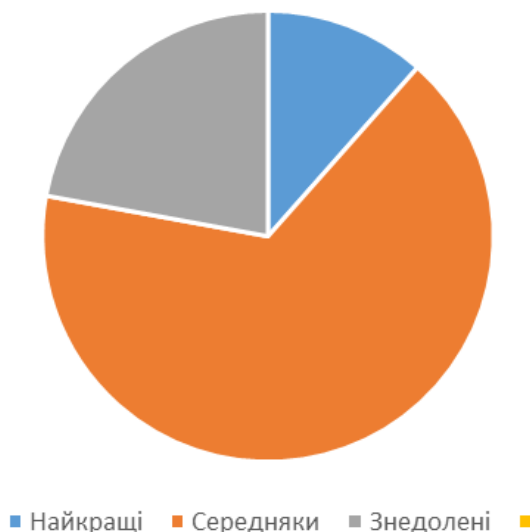


Рис. 1. Соціометричне дослідження статусу дитини з мовленнєвими порушеннями у групі однолітків

ною несвоечасної появи вікових психологічних новоутворень початку внутрішньої мови, з якою пов'язане становлення самосвідомості, саморегуляції, понятійного мислення, формування позаситуативно-пізнавальної (особистісної) форми спілкування [2; 4].

Тож для проведення якісної корекційно-розвиткової роботи з дітьми дошкільного віку, які мають порушення мовлення та несформовані комунікативні навички, було розроблено програму психодіагностичного дослідження з таких методик: а) соціометрія Дж. Морено, дані якої потрібні для розуміння статусу дитини з мовленнєвими порушеннями у групі однолітків; б) спостереження щодо комунікативної та мовленнєвої активності; в) проєктивна методика «Дитячий апперцептивний тест» (Children's Apperception Test – CAT), розроблений Леопольдом та Сонею Беллак, що виявляє наявність внутрішньоособистісних конфліктів, динамічні та структурні особливості поведінки дитини серед однолітків; г) проєктивна методика Казки Луїзи Дюсс; г) методика «Диференційована уява» для дослідження творчої та емоційної уяви дитини; д) проєктивна методика «Колірний тест Люшера», що дає змогу визначити емоційне самопочуття дитини, її емоційний стан, у якому дитина частіше знаходиться, а також її оціночне ставлення до дитячого садка [3; 5].

Вибірку становили діти логопедичних груп та інклюзивних груп закладів дошкільної освіти м. Одеси віком 4–5 років у кількості 68 осіб.

Діагностичні дані за методикою соціометричного дослідження Д. Морено показують, що спостерігається чітка кореляція в перева-

гах дітей із мовленнєвими порушеннями. Соціальний статус дитини у групі однолітків залежить від ступеня мовленнєвого порушення, до групи найкращих увійшли діти з найкращими показниками мовленнєвого розвитку (12%), а до групи «знедолених» потрапили діти з вираженим порушенням мовлення (22%).

Це чітко показує якісну динаміку того, що ступінь мовленнєвого порушення відображається на соціальному статусі дитини у групі. Зрозуміло, що мовленнєва активність у цієї категорії дітей буде розвиватися меншою мірою, ніж у інших, через обмеженість спілкування, зумовлену вираженим ступенем мовленнєвих порушень. Таким чином, мовленнєві порушення та їх характер заважають дитині зайняти більш високе становище у системі особистих взаємин з однолітками і призводять до порушень у комунікативній сфері.

Аналіз даних спостереження комунікативної поведінки, що потребує мовленнєвої активності дітей, показує суттєве зниження кількісних показників числа ініціативних висловлювань під час вільної ігрової діяльності у дітей із мовленнєвими порушеннями порівняно з дітьми, які не мають мовленнєвих порушень. Аналіз сформованості «алгоритму бесіди» показав, що стійкість уваги дітей із мовленнєвими порушеннями до співрозмовників недостатня, місце однолітка у системі соціальної взаємодії дитини не має чіткого визначення, цілісна комунікативна дія часто не має завершення, уміння чекати інформацію і відповідно до неї будувати поведінкову взаємодію не сформоване. Мовленнєві порушення, вочевидь, мають виражені прояви низького рівня

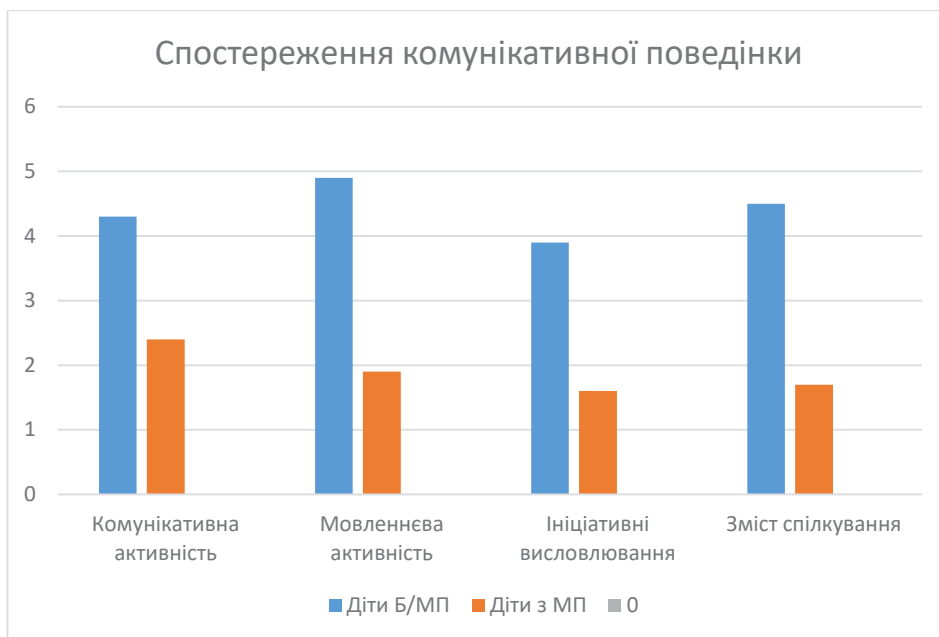


Рис. 2. Спостереження під час ігрової діяльності. Умовні позначення: діти Б/МП – діти, які не мають мовленнєвих порушень, діти з МП – діти, які мають мовленнєві порушення

засобів комунікації, що впливає на низьку мовленнєву та комунікативну активність.

Дані спостережень під час гри дали змогу дати оцінку станів нервової напруги, психічної активації, мотивації на комунікацію, емоційного тону та комфортності групи дітей дошкільного віку. Аналіз даних цих психічних станів показує, що рівень психічної активації, мотивації на комунікацію, емоційного тону, комфортності дітей зі зниженою функцією мовлення виявився низьким або середнім, ближче до низького рівня (психічна активація), а рівень напруженості, навпаки, високий. Загалом можна говорити про те, що мовленнєві порушення впливають на розвиток комунікативних навичок і взаємодію та характеризується зниженням показників у розвитку афективної та комунікативної сфер дошкільнят, що проявляється у скруті формування механізмів соціальної перцепції, еталонів соціально-психологічної поведінки у діалозі та комунікативної компетенції.

Дослідження за проективними методиками були проведені індивідуально, отримані дані після інтерпретації були ранжовані за кількістю проявів.

Дані, отримані після інтерпретації, були ранжовані за кількістю проявів стану.

Під час проведення тесту діти охоче та докладно описували думки та почуття персонажів, які збігаються з ними за статтю та віком, уживали пряму мову. Ми можемо спостерігати у табл. 1 тенденцію до патологічних відповідей у групі дітей із порушенням мовленнєвої функції практично по всіх малюнках- субтестах. У групі дітей із порушенням мовленнєвої функції

у малюнку 1 («Курчата за столом») виявлено тиск середовища, тобто сили, що впливають на «героя» ззовні, практично взаємодія з однолітками представляє небезпеку, основні проблеми пов'язані з фрустрацією. Як бажання героя, так і вплив середовища ми оцінювали за п'ятибальною шкалою залежно від інтенсивності, тривалості, частоти та значення їх у сюжеті оповідання. Водночас діти з розвиненими мовленнєвими можливостями отримують певне задоволення через взаємодію з іншими. Розвинені мовленнєві функції дитини сприяють розвитку внутрішнього успішного плану дій, що випереджає практичну взаємодію. Інтерпретуючи історії дітей за малюнком 7 («Розлючений тигр і мавпа»), ми бачимо у дітей із порушенням мовлення наявність страхів, бачимо ступінь напруги дитини, бажання взагалі ухилитися від будь-якої агресії. Водночас діти з нормотиповим розвитком мовленнєвих функцій розкуті, впевнені в перемозі та власних силах. Суттєва відмінність на очікування взаємодії з дорослим і, що важливіше, сприйняття думки інших щодо власної особи ми бачимо у малюнку 8 («Доросла мавпа розмовляє з маленькою мавпочкою»). Діти з порушеннями мовлення сприймають світ та взаємодію через очікування догани, глузувань інших, що пригнічує дитину і впливає на її комунікативні навички. Водночас діти, які не мають мовленнєвих порушень, сприймають взаємодію з іншими позитивно, із задоволенням своїх власних дитячих інтересів. Аналіз історій щодо малюнку 9 («Зайчєня в темній кімнаті») дає змогу інтерпретувати наявність вікових

Таблиця 1

Дитячий аперцептивний тест (Children's Apperception Test – CAT)

№ малюнку	Група дітей із мовленнєвими порушеннями	Група дітей без мовленнєвих порушень
малюнок 1 («Курчата за столом»)	Їжа як небезпека. Основні проблеми пов'язані з фрустрацією	Їжа як підкріплення доброго самопочуття, впевненості. Основні проблеми пов'язані із задоволенням
малюнок 7 («Розлючений тигр і мавпа»)	Страхи, уникнення агресії та засоби боротьби з ними. Очевидний рівень напруги дитини, страх сильного суперника	Середній рівень агресії, напругу дитина не відчуває, розкута, впевнена в перемозі і власних силах
малюнок 8 («Доросла мавпа розмовляє з маленькою мавпочкою»)	Мавпа робить догану, що пригнічує дитину. Поруч інші сміються над нею, говорять, що вона глупа, а в неї лише добре серце	Добра мавпа розказує, які плани на вечір, що можна подивитися у телефоні, підуть по морозиво чи шоколадку
малюнок 9 («Зайченя в темній кімнаті»)	Страх темряви, самотності, страх бути покинутими батьками, неможливість знайти те, що придасть сили та хоробрості	Страх темряви, але з альтернативним вирішенням питання за допомогою ліхтарика, відкритої двері

Таблиця 2

Казки Луїзи Дюсс	Група дітей із мовленнєвими порушеннями	Група дітей без мовленнєвих порушень
Страх	взаємодії, відторгнення, боїться чудовиська, яке хоче вкрасти його і з'їсти; боїться, що його залишать одного	темряви, собаки, боїться, що його покарають, тому що вів себе погано
Новина	залишиться вдома, не піде у дитячий садок; діти у групі будуть брати до своєї гри; мама сказала, що піде завтра разом із ним у дитячий садок; хтось помер; хоче покарати за те, що він грає з машинкою без дозволу	куплять нові іграшки; поїдуть на ігрові майданчики; сьогодні до нас прийдуть гості; увечері ми підемо до бабусі; тато приніс тобі цуценя
Поганий сон	їй наснилося, що мама померла; їй наснилося, що вона померла; її забрали незнайомі люди; їй наснилося, що її залишать у дитячому садку	не знаю, що йому/їй наснилося; спочатку пам'ятала, а потім забула, що наснилося; один страшний фільм жахів; їй наснився страшний звір
Від'їзд	імена дітей із групи/дитячого садка, вихователя	не знаю хто, може, продавщиця, а може, той, хто мене ображає

страхів в обох групах дітей, із тією різницею, що діти з порушенням мовлення не можуть знайти те, що придасть сили та хоробрості, а діти групи без мовленнєвих порушень винайшли альтернативні вирішення питання.

Інтерпретація тесту надає валідні дані, у яких особистість проявляється як континуум психічного. Таким чином, інтерпретуючи дитячі аперцептивні історії, ми змогли виявити загальну тенденцію низки оповідань, пов'язану із загальними чинниками поведінки. Діти з мовленнєвими порушеннями знаходяться у стані фрустрації, нервової напруги, демотивації більшою мірою, ніж діти, які не мають порушень мовленнєвої функції. Реалізм та

велика кількість деталей під час опису бажань, імовірно, свідчать про безпосередню подібність до їхніх проявів у реальному житті дитини.

За проективною методикою Казки Луїзи Дюсс ми отримали такі дані (табл. 2).

Аналіз інтерпретації дав змогу зробити висновок, що у дітей, які мають мовленнєві порушення, відповіді більшою мірою мають патологічний характер порівняно з відповідями дітей без порушень мовленнєвих функцій. Їхній вибір може свідчити про залежність від інших людей, неспроможність приймати власні рішення, для них важлива підтримка оточуючих. Мають місце не тільки вікові страхи, а й загальний стан тривожності та занепоко-

Оцінка результатів емоційного стану за Люшером	Група дітей із мовленнєвими порушеннями	Група дітей без мовленнєвих порушень
4 бали. Сприятливий емоційний стан	4%	12%
3 бали. Задовільний емоційний стан	16%	74%
2 бали. Емоційний стан дитини незадовільний. Потрібна допомога психолога	78%	14%
1 бал. Дитина перебуває у кризовому стані, потрібна допомога спеціалістів (психолога)	2%	-



Рис. 3. Аналіз ступенів розвитку типів уяви за методикою «Диференційована уява»

ення. Про наявність тривожного чинника свідчить повторюваність тем у попередніх казках.

Аналіз ступенів розвитку трьох типів уяви: рефлексивної, афективної, когнітивної за методикою «Диференційована уява» (модифікація методики «пісочної терапії» Маргарет Ловенфельд) дав змогу відзначити, що значний і виражений ступінь розвитку уяви обстежуваних дітей із мовленнєвими порушеннями не відзначається (0%). Очевидно, це пов'язано як із віковими особливостями даного періоду, так і з нестачею розвитку уяви за наявності затримки мовленнєвого розвитку. Найчастіше спостерігається помірний і середній ступені сформованої уяви: афективної (28%), когнітивної (39%), рефлексивної (33%).

Структура цих рівнів розвитку уяви відображає типовий для дошкільника психологічний профіль. Можна припустити, що він відображає загальну вікову закономірність, що характеризується переходом від домінування афективної сфери в ранньому віці, переважання психосемантичної сфери, передумов довільності в середньому дошкільному віці до розвитку когнітивної сфери у старшому дошкільному/молодшому шкільному віці. Велике значення у вигляді новоутворення старшого дошкіль-

ного віку має рефлексивна сфера (розвиток самосвідомості, внутрішнього плану дій, психосемантичних елементів мовної діяльності).

Можна зробити висновок, що у цьому віці випереджальний розвиток афекту формує рефлексивні новоутворення, які закладають основу для становлення інтелекту як «зони найближчого розвитку». Оцінка рівня диференційованої уяви має велике значення для арттерапевтичної роботи.

Емоційний стан дитини, її ставлення до дитячого садка та групи однолітків ми визначали за допомогою тесту Люшера. Сумарне відхилення від аутогенної норми (СО) ми розраховували, порівнюючи місця кольорів, їх вибір дитиною порівняно з «ідеальним» розташуванням (34251607). Різниця між реально займаним місцем та нормативним положенням кольору (їх абсолютні величини без урахування знаку) і є значення СО. Значення СО відображає стійкий актуальний емоційний стан дитини.

За результатами оцінки емоційного стану дітей за тестом Люшера бачимо, що 78% дітей із порушеннями мовленнєвих функцій мають незадовільний емоційний стан та їм потрібна допомога психолога і лише 16% мають задовільний емоційний стан. Водночас 74% дітей без мовленнє-

вих порушень мають задовільний емоційний стан і лише 14% потребують консультації психолога щодо незадовільного емоційного стану. Тобто порушення мовленнєвої функції мають безпосередній вплив на емоційний стан дитини, розвиток емоційної та комунікативної сфер.

Комунікативні проблеми дітей дошкільного віку з порушеннями мовленнєвих функцій виявляються у процесі спілкування з однолітками та дорослими у спільній навчальній та побутовій діяльності та партнерській грі. Вторинна соціалізація дитини в групі однолітків зазнає ускладнень, що впливає на вміння зв'язати на інтереси партнера, будувати соціальні відносини, збіднює комунікативний досвід дитини та визначає знижений соціальний статус дитини в групі однолітків.

Без своєчасної корекційно-розвиткової роботи щодо комунікативної сфери в психічному розвитку дитини можуть сформуватися стійкі відхилення, які з початком шкільного навчання можуть стати причиною шкільної дезадаптації. Є всі підстави розглядати арттерапію як унікальне джерело розвитку комунікативної адаптації дитини до соціального середовища. Арттерапія дає змогу долучитися до важливих культурних феноменів, які дошкільник ще не пережив у реальному житті.

Таким чином, застосування емпіричних методів дослідження дало змогу виявити у дітей виражені прояви комунікативної дезадаптації, підвищеного рівня тривоги, знижену самооцінку на тлі мовленнєвих порушень та недорозвитку емоційно-вольової сфери.

Дані контрольного дослідження підтверджують гіпотезу про те, що діти чотирьох-шести

років із мовленнєвими порушеннями мають свою специфіку у становленні сфери психіки, зумовлену, з одного боку, органічним дефектом, з іншого – своєрідністю комунікативної діяльності, що призводить до неповної реалізації вікового потенціалу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Банарюк-Вавдійчик О.Б. Особливості сформованості комунікативних навичок у дошкільників із порушеннями інтелектуального розвитку. Кам'янець-Подільський, 2020. URL: <http://elar.kpnu.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/4408/Banariuk-Vavdiichyk-O.B.-KorL1-M19z-free.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
2. Бальбуза О.М. Використання нетрадиційних технік малювання дітей з особливими освітніми потребами. *Південноукраїнські наукові студії* : матеріали IV Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів та молодих вчених із міжнародною участю, м. Одеса, 15 грудня 2021 р. Одеса, 2022. С. 103–106.
3. Боряк О.В. До проблеми визначення системного недорозвинення мовлення. *Науковий часопис. Корекційна педагогіка. НПУ імені М.П. Драгоманова*. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/16373/Boryak.pdf?sequence=1>.
4. Михальська С.А. Соціальна ситуація розвитку дитини дошкільного віку. *Проблеми сучасної психології*. 2017. № 38. URL: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2017-38.%p>.
5. Рібцун Ю.В. Дитячий апперцептивний тест у комплексній логопсиходіагностиці темпоритмічних розладів. *Діти з особливими потребами: від рівних прав – до рівних можливостей* : матеріали VII Міжнародного конгресу зі спеціальної педагогіки та психології. Київ : Симоненко О.І., 2021. С. 155–159.

ВЕРБАЛЬНА ТА НЕВЕРБАЛЬНА КРЕАТИВНІСТЬ МАЙБУТНЬОГО ПСИХОЛОГА: СТРУКТУРА ТА ТИПОЛОГІЯ

VERBAL AND NONVERBAL CREATIVITY OF THE FUTURE PSYCHOLOGIST: STRUCTURE AND TYPOLOGY

Дослідження присвячено теоретико-методологічному аналізу та характеристиці структури і типології вербальної та невербальної креативності майбутніх психологів. Виявлено, що описовими характеристиками креативності майбутнього психолога можуть бути творчі здібності, творче мислення, творча активність, творчий розвиток, готовність до творчої діяльності, творчий саморозвиток, творча і комунікативно-творча функції, професійно-творчий саморозвиток, обдарованість, творча реалізація, творча самореалізація, творчий досвід, творча самодіяльність тощо. Велике концептуальне значення має теза про те, що будь-яка психологічна характеристика людини як особистості, індивідуальності чи суб'єкта, яка певним чином зумовлює продуктивність його діяльності (із погляду появи нового продукту, рішення, концепції, способу рішення, теорії) у ситуаціях, що характеризуються високим рівнем невизначеності, фактично описує креативність людини (як креативну особистість, як своєрідність креативного функціонування її психіки, як джерело активності, котра призвела до появи креативного продукту). Завдяки використанню типологічно-рівневого аналізу образної та вербальної креативності майбутніх психологів на різних роках навчання встановлено процес ускладнення структури креативності протягом оволодіння майбутньою професією. Доведено, що на початку навчання у вищій школі майбутнього психолога загалом рівень розвитку образної креативності переважає над рівнем вербальної креативності. Також у середині навчання у ЗВО відбувається зміна такого співвідношення, і помірно рівню вербальної креативності відповідає помірно-високий рівень невербальної креативності майбутнього психолога. Нарешті, наприкінці навчання у виші відбувається узгодження у рівні розвитку всіх параметрів креативності, і студентам-психологам найбільш притаманне поєднання помірно-високих показників як вербальної, так і невербальної креативності.

Ключові слова: майбутній психолог, особистість, здібності, вербальна креатив-

ність, невербальна креативність, структура, типологія, кластер.

The study is devoted to the actual problem of theoretical and methodological analysis and characteristics of the structure and typology of verbal and non-verbal creativity of future psychologists. It was revealed that the descriptive characteristics of the creativity of the future psychologist can be creative abilities, creative thinking, creative activity, creative development, readiness for creative activity, creative self-development, creative function, communicative-creative function, professional-creative self-development, giftedness, creative realization, creative self-realization, creative experience, creative self-activity, etc. The thesis that any psychological characteristic of a person as a person, individuality or subject, which in a certain way conditions the productivity of his activity (from the point of view of the appearance of a new product, decision, concept, method of decision, theory) in situations has an important conceptual significance, characterized by a high level of uncertainty, actually describes the creativity of a person (as a creative personality, as a peculiarity of the creative functioning of his psyche, as a source of activity that led to the appearance of a creative product). Thanks to the use of a typological-level analysis of figurative and verbal creativity of future psychologists at different years of study, the process of complexity of the structure of creativity during mastering the future profession has been established. It has been proven that at the beginning of higher education of a future psychologist, the level of development of visual creativity prevails over the level of verbal creativity. Also, this ratio changes within the training in vocational schools, and a moderate level of verbal creativity corresponds to a moderate-high non-verbal creativity of the future psychologist. Finally, at the end of higher education, the level of development of all parameters of creativity is harmonized, and psychology students are most likely to have a combination of moderately high indicators of both verbal and non-verbal creativity.

Key words: future psychologist, personality, abilities, verbal creativity, non-verbal creativity, structure, typology, cluster.

УДК 159.9.072

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.10>

Саврасов М.В.

д.психол.н., доцент,
професор кафедри загальної психології
ДВНЗ «Донбаський державний
педагогічний університет»

Мартінова К.Д.

аспірантка кафедри психології
ДВНЗ «Донбаський державний
педагогічний університет»

Фащевський Я.О.

аспірант кафедри психології
ДВНЗ «Донбаський державний
педагогічний університет»

Професійна діяльність психолога за своєю специфікою вимагає від нього високорозвинених психічних якостей відповідальності, самостійності, активності, цілеспрямованості тощо. У типовій у вітчизняній психології парадигмі дані якості на різних рівнях прояву за сприятливих умов професійної підготовки формують ядро такого психічного утворення, як креативність. Природно, постає питання про її місце у структурі здібностей майбутнього психолога, особливості прояву, механізми та закономірності креативності психолога, що уможлиблює її подальше цілеспрямоване формування,

уможливлюючи при цьому його подальше професійне зростання.

При цьому звертати увагу на особливості становлення такої важливої особистісно-професійної риси, як креативність майбутнього психолога, слід уже на різних щаблях його професійної підготовки в умовах сучасного вітчизняного вишу. Це стосується різних видів креативності (як вербальної, так і невербальної) на різних рівнях її розвитку. Водночас у доступних нам джерелах, на нашу думку, відчувається суттєва нестача емпіричних даних з окресленої проблематики. Власне, ці

міркування і зумовлюють актуальність нашого дослідження.

У сучасному науковому психологічному розумінні креативність постає, перш за все, як «...здібність до генерування нових ідей, рішень, методів, теорій, узагалі яких-небудь нових продуктів діяльності» [5, с. 199]. Тобто креативність може розглядатися як умотивована здатність до будь-якої інноваційної діяльності.

С. Д. Максименко розглядає креативність як один із принципів побудови генетико-моделюючого методу дослідження особистості. Він зазначає, що «...вже сама по собі дана особистість є результатом та продуктом творчості. І нужда, втілена у ній, має величезний креативний потенціал» [3, с. 65]. Автор говорить про те, що «...креативність є глибинною, первісною та абсолютно природною ознакою особистості – це є вища форма активності, яка створює і залишає слід, втілюється» [3, с. 88].

О. М. Ігнатович, вивчаючи психологічні особливості творчої самодіяльності особистості як умови професійної підготовки майбутніх психологів, зазначає що як психологічний механізм даного процесу доцільно розглядати процес взаємодії мотиву самоактуалізації, локалізації суб'єктивного контролю в інтернальній зоні, адекватної самооцінки інтелекту та креативності. Психологічними критеріями наявності здатності студентів до творчої самодіяльності дослідниця вважає високі рівні розвитку та ступінь сполучення внутрішньої потреби студентів у творчій самодіяльності (самоактуалізації), опредмечування і розпредмечування досвіду творчої самодіяльності (інтелектуальних функцій, креативності, суб'єктивного контролю, самооцінки й фізичної кондиції) [1].

Л. В. Мова зазначає, що важливим складником процесу фахової підготовки майбутніх психологів є забезпечення їхньої особистісної самореалізації, що характеризується такими критеріями особистісної, як: низький рівень особистісної тривожності; низький рівень агресивності; виражена сила «Я»; гнучкість поглядів; розвинута емпатія; високий рівень креативності; упевненість у собі; емоційна стійкість; самостійність (незалежність суджень) [4].

Т. М. Розова відзначає наявність тісного взаємозв'язку креативності та професійно-комунікативних здібностей студентів (контактність, легкість вступу у професійно-комунікативні контакти, здібність слухати і розуміти інших, здійснювати психологічний вплив у процесі комунікації, розрізняти первинний і глибинний зміст повідомлень клієнтів, адекватно розуміти вербальні і невербальні комунікативні сигнали, здатність долати комунікативні бар'єри тощо), результативності вирішення професійно-комунікативних завдань у майбутніх психологів та низки інших психологічних чинників [6].

Н. М. Макаренко серед психологічних чинників розвитку креативного мислення майбутніх практичних психологів виділяє мотиваційно-особистісні (особистісна креативність, внутрішня мотивація, рівень самооцінки, комунікативні, емпатичні професійно важливі якості), когнітивно-операційні (інтелектуальний рівень, стиль мислення, компетентність у вирішенні професійних завдань), а також середовище навчального закладу [2].

М. В. Саврасов серед теоретико-методологічних передумов дослідження креативності розглядає доволі широкий спектр трактувань і значень, які так чи інакше, прямо чи опосередковано описують різні явища, механізми, особливості творчої активності людини з погляду її продуктивності, результативності, оригінальності, можливо, навіть унікальності [7, с. 86].

Уважаємо, що описовими характеристиками креативності майбутнього психолога можуть бути творчі здібності, творче мислення, творча активність, творчий розвиток, готовність до творчої діяльності, творчий саморозвиток, творча і комунікативно-творча функції, професійно-творчий саморозвиток, обдарованість, творча реалізація, творча самореалізація, творчий досвід, творча самодіяльність тощо. На цьому етапі важливо усвідомлювати, що будь-яка психологічна характеристика людини як особистості, індивідуальності чи суб'єкта, яка певним чином зумовлює продуктивність його діяльності (із погляду появи нового продукту, рішення, концепції, способу рішення, теорії) у ситуаціях, що характеризуються високим рівнем невизначеності, фактично описує креативність людини (як креативну особистість, як своєрідність креативного функціонування її психіки, як джерело активності, котра призвела до появи креативного продукту).

Метою роботи є аналіз та характеристика вербальної та невербальної типології та структури креативності майбутніх психологів. Відповідно до поставленої мети дослідження, визначено такі завдання: 1) визначити сучасні науково-теоретичні передумови дослідження креативності у майбутніх психологів; 2) емпірично описати особливості структури креативності майбутніх психологів; 3) розширити наукові відомості про психологічну типологію креативності майбутніх психологів. Як методи дослідження нами використовуються аналіз та синтез психолого-педагогічної літератури з теми дослідження, психолого-діагностичне обстеження, методи статистичної обробки матеріалу (кількісний та якісний, структурний та рівневий аналіз отриманих у ході експерименту даних, кластерний аналіз тощо). У процесі дослідження використано такі психолого-діагностичні методики: тест невербальної креативності Е. Торренса та тест вербальної креативності С. Медніка.

Дослідження креативності майбутнього психолога доцільно здійснювати, передусім, розглядаючи окремо вербальний та невербальний компоненти креативності та аналізуючи типології вербальної та образної креативності, які можуть більш детально описати основні групи студентів за їхніми провідними особливостями креативності. Ураховуючи вищезазначені міркування, нами було здійснено кластеризацію значень показників окремо вербальної та образної креативності особистості студентів-психологів на першому (бакалаврський рівень вищої освіти), третьому (бакалаврський рівень вищої освіти) та п'ятому (магістерський рівень вищої освіти) роках навчання.

Установлено, що існує три типи образної креативності особистості студента-першокурсника відповідно до трьох кластерів, де перший утворений високими показниками образної швидкості, оригінальності, абстрактності назви, супротиву замиканню та розробленості. До групи студентів за даним кластерним профілем входить 75% вибірки першокурсників. Отже, можна вважати, що загалом на початку навчання у виші у студентів-психологів переважає високий рівень образної креативності. Другий кластер утворений високими показниками образної швидкості, абстрактності назви, розробленості, помірним рівнем показників образної оригінальності та супротиву замиканню. 15% вибірки першокурсників відповідають цьому типу образної креативності. Третій кластер утворений низькими показниками образної швидкості, помірним рівнем показників образної оригінальності, розробленості та супротиву замиканню і високими показниками абстрактності назви. Цьому профілю відповідає 10% досліджуваних.

Загалом досліджувані першокурсники – майбутні психологи нерівномірно представлені за групами за визначеними кластерами ($\chi^2_{\text{Емп}} = 78,508$, $p < 0,0001$), тож можна достовірно стверджувати, що серед першокурсників переважає високий рівень образної креативності. У результаті кластеризації показників вербальної креативності було визначено існування трьох типів вербальної креативності майбутнього психолога на початку навчання у виші.

Перший кластер утворений помірним рівнем показників вербальної біглості та низькими показниками вербальної гнучкості, оригінальності та розробленості. 17% досліджуваних першокурсників було віднесено до типу за цим кластером. Другий кластер утворений високими показниками вербальної біглості та помірно високими показниками вербальної оригінальності, гнучкості та розробленості. 61% досліджуваних студентів першого курсу входять до групи за цим типологічним профілем вербальної креативності. Третій кластер утворений високими показниками усіх пара-

метрів вербальної креативності. 22% досліджуваних студентів першого курсу відносяться до цього типу креативності.

Визначено, що загалом досліджувані першокурсники – майбутні психологи нерівномірно представлені за групами за визначеними кластерами ($\chi^2_{\text{Емп}} = 34,823$, $p < 0,0001$), тож можна достовірно стверджувати, що серед першокурсників переважає помірний рівень вербальної креативності.

Студенти-психологи першого курсу з високим рівнем образної креативності нерівномірно розподілені за типами вербальної креативності з перевагою належності до типу, якому відповідає помірний рівень вербальної креативності ($\chi^2_{\text{Емп}} = 76,632$, $p < 0,0001$). Отже, найбільш поширеним серед першокурсників є поєднання високого рівня образної креативності та помірного рівня вербальної креативності. Студенти-психологи першого курсу з помірним рівнем образної креативності загалом рівномірно представлені за типами вербальної креативності ($\chi^2_{\text{Емп}} = 0,087$, $p < 0,0001$). Першокурсники з помірно низьким рівнем образної креативності представлені лише помірним та високим рівнями вербальної креативності, серед них жоден не відноситься до групи з низьким рівнем вербальної креативності.

Серед студентів-психологів із низьким рівнем вербальної креативності переважають студенти з високим рівнем образної креативності і немає жодного з низьким її рівнем. Серед студентів із помірним рівнем вербальної креативності відзначається домінування типу образної креативності, якому властиві її високі показники ($\chi^2_{\text{Емп}} = 118,119$, $p < 0,0001$). Студенти-психологи з високим рівнем вербальної креативності за типами образної креативності розподілені майже рівномірно ($\chi^2_{\text{Емп}} = 3,999$, $p < 0,0001$).

Отже, можна стверджувати, що на початку навчання вербальна та невербальна креативність майбутніх психологів або узгоджується між собою у специфічному типі, якому відповідає домінування образної креативності над вербальною (54,3% досліджуваних за вибіркою), або компенсує одна одну – типу з низькими показниками образної креативності відповідають типи з підвищеними показниками вербальної креативності (9,3% досліджуваних по вибірці) чи, навпаки, типу з низьким рівнем вербальної креативності відповідають типи з підвищеними показниками образної креативності (16% по вибірці).

Розглянемо типологічні профілі образної креативності студентів-психологів третього курсу. Перший кластер утворений високими показниками образної біглості та помірними показниками образної оригінальності, абстрактності назви, супротиву замиканню, розробленості. 26,9% досліджуваних представлені

цим типом образної креативності. Другий кластер утворений помірно високими показниками всіх параметрів образної креативності, окрім високого рівня образної біглості. 41,5% досліджуваних представлено цим типом. Третій кластер утворений високими показниками всіх параметрів образної креативності. 11,7% третьокурсників мають цей профіль. Четвертий кластер утворений низькими показниками образної біглості та помірними показниками інших параметрів образної креативності. 13% студентів третього курсу належать до цього типу креативності. П'ятий кластер утворений низькими показниками образної креативності, окрім параметру абстрактності назви, який радше свідчить про високу вербальну креативність. Тому типологічний профіль був названий «Низький рівень образної креативності», йому відповідають 7,2% вибірки третьокурсників – майбутніх психологів.

Перший кластер утворений низькими показниками вербальної креативності і представлений 7,8% досліджуваних. Другий кластер утворений високими показниками вербальної біглості та помірно високими показниками інших параметрів вербальної креативності. 46,6% студентів третього курсу відповідають групі за цим кластером. Третій кластер утворений високими показниками вербальної біглості, гнучкості та розробленості та помірно високими показниками вербальної оригінальності. 23% досліджуваних відповідають цьому типу креативності за кластером. Четвертий кластер утворений високими показниками вербальної біглості на тлі низьких показників інших параметрів вербальної креативності. 22,4% досліджуваних відповідають цьому типу креативності за кластером.

Серед студентів-психологів із помірно високим рівнем образної креативності переважають ті, які мають помірний та високий рівні вербальної креативності ($\chi^2_{\text{Емп}} = 22,395$, $p < 0,0001$). Серед студентів із помірним рівнем вербальної креативності представлені групи з різними типами образної креативності нерівномірно з домінуванням помірно високого рівня ($\chi^2_{\text{Емп}} = 23,96$, $p < 0,0001$). Серед студентів-психологів із високим рівнем вербальної креативності також домінує представленість типу вербальної креативності, якому властиві помірно-високі показники ($\chi^2_{\text{Емп}} = 10,8$, $p < 0,05$). Інші типи вербальної креативності не мають специфіки розподілу за типами образної креативності.

Розглянемо типологічні особливості креативності студентів-психологів наприкінці навчання у ЗВО, отримано чотири отриманих типологічні профілі образної креативності студентів-магістрів спеціальності 053 «Психологія».

Перший кластер утворений високими показниками образної швидкості та абстрактності назви образу, середніми показниками

образної оригінальності, супротиву замиканню та розробленості. Профіль був названий «Помірний», до групи студентів-психологів із цим профілем увійшло 30% осіб із вибірки студентів-магістрів. Другий профіль утворений помірно-високими показниками образної креативності і був названий «Помірно-високий». 37% студентів-магістрів спеціальності 053 «Психологія» характеризуються даним типологічним профілем. Третій профіль утворений низькими показниками образної креативності та середнім рівнем показника абстрактності назви. Загалом профіль можна назвати «Низький». До даного типу креативності відносяться 15% студентів-магістрів. Четвертий профіль утворений високими показниками образної креативності та був названий «Високий». Серед студентів-магістрів із цим типом креативності було встановлено 18%. Серед студентів-магістрів чисельно переважають ті, хто відноситься до помірно-високого типу образної креативності ($\chi^2_{\text{Емп}} = 12,72$, $p < 0,01$).

Розглянемо типи вербальної креативності майбутнього психолога наприкінці навчання у ЗВО. Перший кластер утворений нижчими за середні показниками вербальної креативності. Профіль був названий «Низький». Цей профіль становили 12,5% магістрів. Другий кластер утворений помірно-високими показниками вербальної креативності і був названий «Помірно-високий». Цьому профілю відповідає 49% студентів. Третій кластер утворений низькими показниками вербальної біглості та високими показниками всіх інших параметрів вербальної креативності. Профіль був названий «Помірно-високий повільний». Йому відповідає лише 12,5% досліджуваних. Четвертий профіль складений високими показниками вербальної креативності і був названий «Високий». До групи студентів-магістрів спеціальності 053 «Психологія» із цим типом віднесено 26% досліджуваних. Серед типів вербальної креативності найбільш розповсюдженим є помірно-високий ($\chi^2_{\text{Емп}} = 54,765$, $p < 0,0001$).

Висновки з проведеного дослідження.

За результатами проведеного дослідження можемо зробити такі висновки: 1) наявні достатні теоретичні та методологічні передумови експериментального дослідження вербальної та невербальної креативності майбутнього психолога (аргументована феноменологія, розгалужена термінологія, ґрунтовні методи та валідні методики дослідження даного концепту); 2) типологічно-рівневий аналіз образної та вербальної креативності студентів-психологів різних курсів навчання дає змогу констатувати процес ускладнення структури креативності протягом оволодіння майбутньою професією; 3) на початку навчання у вищій школі рівень розвитку образної креативності майбутнього

психолога переважає над рівнем вербальної креативності; 4) у середині навчання у ЗВО відбувається зміна такого співвідношення, і помірному рівню вербальної креативності відповідає помірно-високий невербальної креативності; 5) наприкінці навчання у виші відбувається узгодження у рівні розвитку всіх параметрів креативності, і студентам-психологам найбільш притаманне поєднання помірно-високих показників як вербальної, так і невербальної креативності.

Перспективним напрямом досліджень у даній царині лишається питання проектування, організації, апробації та поступового впровадження розвивального забезпечення різних видів креативності у структурі професійної підготовки майбутнього психолога.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ігнатович О.М. Психологічні особливості творчої самодіяльності особистості як умови професійної

підготовки майбутніх психологів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2004. 21 с.

2. Макаренко Н.М. Психологічні чинники розвитку креативного мислення майбутніх практичних психологів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2008. 20 с.

3. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості : монографія. Київ : КММ, 2006. 256 с.

4. Мова Л.В. Психологічні особливості забезпечення особистісної самореалізації майбутніх психологів у процесі фахової підготовки : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2003. 20 с.

5. Психологічна енциклопедія / авт.-упоряд. О.М. Степанов. Київ : Академвидав, 2006. 422 с.

6. Розова Т.М. Креативність як чинник розвитку професійно-комунікативних здібностей майбутніх психологів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2007. 18 с.

7. Саврасов М.В. Регулятивні чинники креативності суб'єкта навчально-професійної діяльності : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07. Одеса, 2021. 484 с.

СЕКЦІЯ 5 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

ТІЛЕСНІ МОДИФІКАЦІЇ ЯК ВІДОБРАЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ

BODY MODIFICATIONS AS A REFLECTION OF PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF PERSONALITY

У статті наведено результати дослідження впливу характерологічних особливостей, самооцінки та самоставлення особистості на її ставлення до власного тіла й тілесних модифікацій. Визначено, що, власне, тілесні модифікації існують в культурно-історичному просторі людського буття досить тривалий термін. Тату, пірсинг і шрамування були поширені в усіх куточках світу й набули своєї популярності та масовості завдяки молодіжним субкультурам упродовж останніх 60 років. Наголошено, що така глобальна популяризація свідчить про зв'язок тілесних модифікацій із підсвідомою частиною психіки. Татування та інші тілесні модифікації є фізичною реалізацією несвідомої психічної діяльності, практикою розміщення на тілі символічного зображення з певним архетиповим змістом. Визначено, що саме ця архетиповість і глибокий символізм надають тілесним модифікаціям важливого сенсу, й тому вони продовжують своє поширення як культурний феномен, при цьому також маючи взаємозв'язок із особистісними особливостями їх власників, зокрема з самооцінкою та типом особистості. Підкреслено, що іноді тілесні модифікації стають способом компенсації низької самооцінки. Це пов'язано з особливостями функціонування Суперєго, аутоагресією, а також із такими мотивами здійснення тілесних модифікацій, як: бажання бути індивідуальним або йти за модою, бажання бути ризикованим, подолання власної слабкості та незахищеності, самовдосконалення, демонстрація власного авторитету, компенсація самоцінності за допомогою малюнка на тілі. Обґрунтовано, що тип особистості та тілесні модифікації також мають певний взаємозв'язок. Він полягає в тому, що, залежно від характеристик, які притаманні певному типу особистості, респонденти мають або різну мотивацію нанесення тату, або тип особистості може взагалі вливати на факт наявності/відсутності модифікацій.

Ключові слова: тіло, тілесні модифікації, татування, пірсинг, шрамування, самооцінка, самоставлення, характерологічний тип особистості.

The article presents the results of studying the influence of characterological features, self-esteem and self-attribution of the individual on their attitude to their own body and body modifications. It is pointed out that the bodily modifications themselves exist in the cultural-historical space of human existence for quite a long time. Tattoos, piercings, and scarring have been common in all corners of the Earth and gained their popularity in the mass circles thanks to youth subcultures during the last sixty years. It is emphasized that such global popularization testifies to the connection of body modifications with the subconscious part of the psyche. Tattoos and other body modifications are the physical realization of unconscious mental activity, practice of placing a symbolic image on the body with a certain archetypal meaning. It is determined that precisely this archetype and deep symbolism gives body modifications an important meaning, and therefore they continue to spread as a cultural phenomenon, while also having a relationship with the personal characteristics of their owners, including self-esteem and personality type. It is emphasized that sometimes body modifications become a way of compensating for low self-esteem. This is related to the peculiarities of the Super-ego's functioning, auto-aggression, as well as such motives for carrying out bodily modifications as: the desire to be individual or to follow fashion, the desire to be risky, overcoming one's own weakness and insecurity, self-improvement, demonstrating one's own authority, and also with the compensation of self-worth with the help of a drawing on the body. It is argued that personality type and body modifications also have a certain relationship. It is reflected in the fact that, depending on the characteristics inherent to a certain type of personality, the respondents have either different motivations for tattooing, or the type of personality can generally influence the fact of the presence/absence of modifications.

Key words: body, body modifications, tattoo, piercing, scarring, self-esteem, self-attitude, personality type.

УДК 159.923.2
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.11>

Артюхіна Н.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри загальної психології
і психології розвитку особистості
Одеський національний університет
імені І.І. Мечникова

Козинець В.І.

бакалавр кафедри загальної психології
і психології розвитку особистості
Одеський національний університет
імені І.І. Мечникова

Проблема дослідження впливу характерологічних особливостей, самооцінки та самоставлення особистості на її ставлення до власного тіла й тілесних модифікацій є досить актуальною сьогодні. Починаючи з первісних часів, існують різноманітні практики дослідження власного тіла, тілесності та довколишнього світу за допомогою саме тілесних модифікацій [3]. Тілесні модифікації – це зміни первинного вигляду тіла через фізичне втру-

чання ззовні. До них традиційно належать шрамування, пірсинг і татування. Найбільш цікавим, на нашу думку, є татування як один із феноменів давніх часів, який отримав нове життя в світовій культурі і культурі сучасної України зокрема. Серед європейських народів, зокрема слов'ян, татування з давніх-давен було поширене саме як метод прикрашання свого тіла. Описуючи татування слов'ян, іракський мандрівник та дипломат А. Ібн-Фадлана

у Х ст. писав, що тіла багатьох людей прикрашали візерунки, проте були вони не лише прикрасою, а й знаком захисту [3; 4; 5].

Аналіз культурної спадщини людства також свідчить про те, що удосконалення багатьох років людської історії тілесні модифікації були частиною різноманітних етнічних культур, у такий спосіб впливаючи й на формування свідомості окремої спільноти [1]. Наприклад, татування було не тільки одним із первісних видів мистецтва. Воно часто мало й ритуальний характер та було доказом належності до певної соціальної групи. При цьому татування впливало також і на формування власної ідентичності людини.

Через поширення тілесних модифікацій у сучасному світі дедалі частіше виникають питання про те, як вони розкривають характерологічні особливості особистості або чи можна пов'язати певні модифікації тіла з типом особистості, самооцінкою та самоставленням. У деяких дослідженнях було визначено, що татування можуть бути пов'язані зі змінами в самооцінці. У глобальному сенсі поняття самооцінки має стосунок до того, як людина оцінює саму себе, зокрема й власне тіло, тому тілесні модифікації також віддзеркалюють самоцінність людини. Наприклад, С. Кертзмен (S. Kertzman) виявив зв'язок між зображеннями на тілі жінок та їх порівнянням себе з ідеалами, прийнятими в суспільстві, що, безумовно, демонструє й зв'язок тату з самооцінкою молодих жінок [6]. Також тілесні модифікації, які є частиною тілесного образу «Я», можуть стати віддзеркаленням типу особистості людини. На це звернув увагу відомий психіатр А. Лічко. Він писав, що під час огляду підлітків епілептоїдного типу нерідко впадає в вічі велика кількість татувань: як символічних, котрі відображають реакції емансипації, групування тощо, так і просто таких, що прикрашають тіло. Зв'язок типу особистості з тілесними модифікаціями продемонстровано також і в дослідженнях таких авторів, як: А. Борохов (A. Borokhov), А. Белкін (A. Belkin), Т. Е. Шоумейкер (T. A. Shoemaker).

Як соціальний феномен тілесні модифікації вивчалися в межах соціо-антропологічних досліджень, наприклад у роботах Ч. Ломброзо, Е. Реклю, М. Медникової. Згодом проблематика татування як одного з проявів тілесного образу «Я» увійшла до сфери наукових інтересів і стала основою для робіт таких науковців: Н. Артюхіної, Ю. Касперович, М. Мар'їна, К. Новгородової, М. Смирнової, М. Федченко, П. Фішерової, А. Баламут, Дж. Раша, Б. М. Хілл (B. M. Hill), С.М. Оглітрі (S.M. Ogletree), К.М. МакКей (K.M. McCay), К. Дженней (K. Janney), С. Кертзмена (S. Kertzman), Н. Салех (N. Saleh), А. Дж. Пейджор (A. J. Pajor), С. Неухаус (C. Neuhaus), Р. Сінгх (R. Singh), С. А. Танвар (S. A. Tanwar).

Дослідження тілесних модифікацій з'являються щороку. Але недостатньо вивченими є питання впливу характерологічних особливостей, самооцінки й самоставлення особистості на її ставлення до власного тіла та тілесних модифікацій. Саме цим питанням присвячене наше теоретико-емпіричне дослідження.

Постановка завдання зумовлена планом теоретико-емпіричного дослідження загалом, а саме: проведенням теоретичного аналізу наукової літератури на предмет впливу характерологічних особливостей особистості на її ставлення до тіла та тілесних модифікацій; емпіричним визначенням характерологічних особливостей, самооцінки та самоставлення людей з різними тілесними модифікаціями, а також встановленням взаємозв'язку між наявністю тілесних модифікацій, типом особистості та самооцінкою. **Мета статті** полягає у теоретичному визначенні та емпіричному дослідженні впливу характерологічних особливостей, самооцінки й самоставлення особистості на її ставлення до тіла і тілесних модифікацій.

У дослідженні брали участь 100 осіб обох статей віком 20–25 років. Із них 50 осіб – із тілесними модифікаціями та 50 осіб – без них. Метод психодіагностичного тестування містить такі методики, як: методика дослідження самооцінки (автор – С. Будассі), методика дослідження самоставлення (автори – С. Пантїлеев і В. Столін), методика дослідження типу особистості «Акцент 2-90» Шмішека-Мюллера, адаптація М. Вігдорчика [2], авторська анкета з 15 відкритими питаннями. Питання в анкеті були спрямовані на те, аби дізнатись особисте ставлення респондентів до тіла та тілесних модифікацій, виявити, що саме вони розуміють під тілесними модифікаціями. Питання про те, які причини для тату чи пірсингів мають інші люди, було спрямоване на механізм проєкції, аби розширити відповідь опитуваного. Інші питання стосуються персонального значення тілесних модифікацій для респондента чи причин відмови від них. Всі питання були розглянуті індивідуально.

Під час дослідження нами були отримані такі результати за методикою С. Будассі: переважна кількість респондентів обох вибірок мають середню адекватну самооцінку (48% людей у вибірці без тілесних модифікацій і 52% людей у вибірці з тілесними модифікаціями). Це свідчить про нормативний зв'язок «Я-реального» та «Я-ідеального», адекватне ставлення до самих себе та достатню самоцінність у респондентів. 28% людей без тілесних модифікацій та 32% людей з тілесними модифікаціями мають високу адекватну самооцінку. Це свідчить про високий рівень самоцінності і самоприйняття, про можливу схильність дещо

Таблиця 1

Середньогрупові показники самоствалення

№	Шкали методики	Середньогруповий суб'єкт			
		Без тілесних модифікацій		З тілесними модифікаціями	
		Чоловіки	Жінки	Чоловіки	Жінки
1.	Внутрішня чесність	6,28	6,27	6,5	5,76
2.	Самовпевненість	6,85	6,61	5,75	6,33
3.	Самокерівництво	6,14	6,22	6,25	6,09
4.	Відображене самоствалення	6,42	6,22	5,75	5,9
5.	Самоцінність	7,57	7,83	7,5	7,28
6.	Самоприйняття	6,57	6,83	5,5	6,61
7.	Самоприв'язаність	5,57	5,33	4,25	5,09
8.	Внутрішня конфліктність	4,85	4,72	5,25	5,38
9.	Самозвинувачення	4,57	4,44	5	5,14

переоцінювати себе, але в адекватних межах. 16% опитуваних без тілесних модифікацій та 8% з тілесними модифікаціями мають високу неадекватну самооцінку. Це свідчить про неадекватне завищення власної цінності, дещо нереалістичний зв'язок між «Я-ідеальним» та «Я-реальним». Слід звернути увагу на те, що ці показники виявилися вищими саме в респондентів без тілесних модифікацій. Отже, ми можемо припустити, що люди з тілесними модифікаціями менш схильні до завищення власної цінності і мають нижчі показники самооцінки, ніж люди без татування та пірсингів. 8% людей без тілесних модифікацій і так само 8% людей з тілесними модифікаціями мають низьку неадекватну самооцінку. Це свідчить про неадекватне заниження власної цінності. Тобто респонденти обох вибірок виявились однаково схильними до недооцінювання самих себе. Жодна з вибірок (0%) не має респондентів, які мають низьку адекватну самооцінку.

Отже, завдяки отриманим результатам нами було визначено, що показники самооцінки в опитуваних без тілесних модифікацій та з ними є доволі подібними, проте респонденти без тілесних модифікацій мають переважаючі результати в зоні неадекватних високих показників, а особи з тілесними модифікаціями – в зоні високих і адекватних. Із цього виходить, що загалом досліджувані без тілесних модифікацій більш схильні до неадекватного переоцінювання себе, ніж люди з тілесними модифікаціями. В обох вибірках чоловіки більш схильні до середньої адекватної самооцінки, а жінки – до високої адекватної.

За показниками методики дослідження самоствалення С. Пантілеєва і В. Століна було з'ясовано, що в респондентів без тілесних модифікацій переважають середні значення показників внутрішньої чесності (у 88% респондентів), самокерівництва (64%), відображеного самоствалення (80%), самоприйняття (60%), самоприв'язаності (60%) та внутрішньої конфліктності

(64%). Остання шкала самозвинувачення також переважно демонструє середні значення (56%), але з невеликим відривом від низьких показників (40%). Серед опитуваних також переважають високі показники самоцінності (60%) та самовпевненості (44%). Респонденти з тілесними модифікаціями мають дещо інші результати. Серед них переважають середні показники по шкалам внутрішньої чесності (у 92% респондентів), самовпевненості (80%), самокерівництва (56%), відображеного самоствалення (72%), самоприйняття (52%), самоприв'язаності (80%) та внутрішньої конфліктності (80%), а шкала самоцінності має однаково кількість середніх (48%) та високих (48%) показників у вибірці. За останньою шкалою самозвинувачення переважають середні (72%) показники і, на відміну від результатів респондентів без тілесних модифікацій, низькі значення за цією шкалою має невелика кількість опитуваних (16% опитуваних). Загалом всі показники обох вибірок перебувають в межах норми. Причому показники середньогрупового суб'єкта без тілесних модифікацій завжди дещо вищі, ніж у суб'єкта з наявними модифікаціями, окрім останніх двох шкал: внутрішньої конфліктності та самозвинувачення, за якими люди з тату та пірсингом мають вищі результати (див. табл. 1).

Вибірка опитуваних із тілесними модифікаціями загалом також характеризується невеликою різницею показників шкал. Але слід звернути увагу на те, що середньогрупові значення представників чоловічої статі з тілесними модифікаціями за шкалою внутрішньої чесності виявилися вищі, ніж у жінок, а жінки своєю чергою показали вищі результати за шкалою самовпевненості. Жінки також демонструють вищі значення за шкалами самоприйняття та самоприв'язаності, ніж чоловіки. У вибірці опитуваних без тілесних модифікацій значних відмінностей за статтю не виявлено, як і у вибірці респондентів із тілесними модифікаціями, окрім деяких окремих шкал. Чоловіки з тату і пірсингом є більш вну-

трішньочесними, тобто мають вищий рівень саморефлексії та самосвідомості, ніж жінки з модифікаціями. Зі свого боку жінки є більш самовпевненими, більше схильні до прийняття й прив'язаності до себе та власного тіла.

За методикою «Акцент 2-90» було встановлено, що в респондентів без тілесних модифікацій переважаючими типами акцентуацій виявилися гіпертимність, екзальтованість та циклотимність. Ці показники в опитуваних мають переважно високий рівень. Також підвищені результати наявні за шкалами демонстративності, застрягання та емотивності. Переважна кількість респондентів має низькі значення за шкалою дистимності та інтроверсії. Спираючись на описи цих типів за К. Леонгардом, опитуваних можна назвати досить емоційними та лабільними, схильними до швидких змін настроїв, надмірного оптимізму й екстраверсії. Респонденти з тілесними модифікаціями за шкалами демонстративності, гіпертимності, екзальтованості та циклотимності мають досить широкий розподіл отриманих показників: ці шкали переважають у спектрі як високих балів, так і завищених. Тобто абсолютна більшість опитуваних із тілесними модифікаціями має наднормові показники вищевказаних шкал. Підвищеною також є й шкала емотивності. Шкала тривожності розподілена у вибірці майже порівну: половина опитуваних мають підвищений рівень тривожності, інша половина – низький рівень. Також переважна кількість респондентів із тілесними модифікаціями має знижену дистимність й інтроверсію. Тобто, окрім демонстративності, постійної активності та надмірної емоційності, вони виявляють екстраверсію й емоційну нестабільність, швидкий перехід з одного емоційного стану в інший.

Окремим важливим аспектом цього дослідження було з'ясування схильності респондентів із тілесними модифікаціями до екстра- або інтроверсії. Згідно з отриманими результатами переважна кількість опитуваних має низькі показники інтроверсії (24 особи, або 48%), 18 осіб (36%) мають підвищені результати та 8 осіб (16%) мають середні значення. Високих показників за шкалою інтроверсії визначено не було. Отже, переважна кількість респондентів демонструє схильність до екстраверсії та амбіверсії.

Аналіз питань авторської анкети показав, що, відповідаючи на питання «Як ви думаєте, чому інші люди роблять собі тілесні модифікації?», респонденти без тілесних модифікацій найчастіше вказували такі причини: «самовираження» (20%), «естетичні вподобання» (16%), «щось покращити в собі» (16%), «виділитися з натовпу» (16%). Нагадаємо, що ця вибірка характеризується переважними значеннями за показниками гіпертимності,

екзальтованості та циклотимності за методикою «Акцент 2-90». На питання «Чи бажаєте ви зробити тату або пірсинг у майбутньому?» переважна кількість осіб відповіла таким чином: «Тілесні модифікації не є для мене естетичними» (28,57%), «Не маю бажання й потреби в тілесних модифікаціях» (21,42%), «Не маю фінансових можливостей для тілесних модифікацій і «Не хочу окремо відкладати на це кошти» (по 14,27%). Слід зазначити, що причину «Тілесні модифікації не є для мене естетичними» вказували респонденти з високими значеннями демонстративності, застрягання та емотивності, а також опитувані з високими показниками самоцінності за методикою дослідження самоствалення. Респонденти з причиною «Не маю бажання й потреби в тілесних модифікаціях» не вказували протягом дослідження жодного інтересу до тілесних модифікацій. І хоча 28 осіб (56%) відповіли, що не бажають робити тілесні модифікації в майбутньому, інша частина вибірки (22 особи, або 44%) вказала, що хоче мати татування чи пірсинг у майбутньому. На питання «Чому досі не зробили пірсинг або татування?» опитувані переважно обирали відповіді: «Тимчасово не маю фінансових ресурсів на тілесні модифікації» (36,36%), «Ще не наважуюсь на тілесні модифікації» (27,27%), «Боюся болю від тілесних модифікацій, чекаю на психологічну готовність до переживання болю» (18,18%), «На момент опитування вже перебуваю в процесі підготовки до виконання тілесної модифікації» (18,18%). Слід звернути увагу на кореляції в межах цього питання. Причину «Ще не наважуюсь на тілесні модифікації» вказали особи, в яких високе значення циклотимності за методикою «Акцент 2-90». Причину «Боюся болю від тілесних модифікацій, чекаю психологічної готовності до переживання болю» вказали опитувані з високим значенням за шкалою екзальтованості. Причину «На момент опитування вже перебуваю в процесі підготовки до виконання тілесної модифікації» вказали опитувані з гіпертимною акцентуацією.

На питання «Як ви думаєте, чому інші люди роблять собі тілесні модифікації?» у групі респондентів із тілесними модифікаціями найбільшу кількість здобули відповіді: «Естетичні вподобання, краса» (24%), «Тілесна модифікація як пам'ять на тілі про певну подію, спогад» (16%), «Тілесна модифікація має глибокий особистісний символічний сенс» (12%), «Тілесна модифікація як мистецтво або творчість на тілі» (12%), «Самовираження» (12%). Оскільки середньогруповий суб'єкт із тілесними модифікаціями демонструє перевагу за шкалами демонстративності, екзальтованості, емотивності, циклотимності, а також має високі показники гіпертимності, то вважаємо, що в такому разі тілесні модифікації можуть

бути зумовлені емоційністю, чутливістю та нестабільністю опитуваних. І тут тілесні модифікації можуть стати як певним якорем, який надає опитуваним можливість стабілізуватися хоча б на рівні тіла, так і проявом бажання помістити творчі образи на власне тіло й у такий спосіб виразити свої цінності та погляди, своє внутрішнє «Я». Крім того, 44 респонденти (88% опитуваних) із тілесними модифікаціями прагнуть зробити тілесні модифікації повторно, і тільки 6 осіб (12%) не хочуть більше модифікацій із власним тілом. Можна припустити, що тілесні модифікації відіграють важливу роль в психічному стані респондентів, виконують певні особистісні функції для опитуваних, від яких їм важко відмовитися, що й стає причиною робити їх повторно.

На запитання «Чи змінилося ваше ставлення до тіла після модифікації? Якщо так, то як саме?» були отримані досить неоднотипні відповіді. 56% респондентів указали, що їх ставлення до тіла змінилося на краще. На їхню думку, тілесні модифікації були зроблені доцільно і виконали ту основну функцію, яку несе будь-яка тілесна модифікація, зокрема покращили сприйняття тіла, змінюючи його. Але 44% опитуваних відповіли, що їх ставлення до тіла жодним чином не змінилося. Можна припустити, що в такий спосіб респонденти дійсно використали модифікації в якості якоря на рівні тіла, не рефлексуючи зміни на рівні емоцій та когніцій.

Для визначення значущості зв'язків між шкалами застосованих у дослідженні методик було використано кореляційний аналіз за Спірменом, для дослідження значущих відмінностей у двох різних групах респондентів було застосовано U-критерій Манні-Уїтні. Кореляційний аналіз за Спірменом виявив, що взаємозв'язки між результатами методики дослідження самооцінки та показниками шкал методики дослідження самоствавлення в опитуваних без тілесних модифікацій не досягають значущих для досліджень значень. Але між результатами методики дослідження самооцінки та показниками шкал методики дослідження типу особистості в групі опитуваних без тату існує від'ємний кореляційний зв'язок на 0,5% рівні між самооцінкою та показником педантичності (-0,419). Тобто за умови збільшення в опитуваних педантичності їх самооцінка падає. Це можна пояснити тим, що педантичність часто сприяє перфекціонізму та надмірній скрупульозності, а також сумнівам у самому собі, тим самим призводячи до знецінювання себе і своїх успіхів. Аналіз взаємозв'язків між результатами методики дослідження самоствавлення та показниками шкал методики дослідження типу особистості в опитуваних без тату показав, що в разі підвищення значень демонстративності в опитуваних також зростає самокерівництво

(0,435) на 0,5% рівні статистичної значущості, тобто що демонстративнішою є особистість, то більшою для неї є значущість власного «Я» і тим більше виникає контроль за власними емоціями, поведінкою. При підвищенні показників застрявання зростають значення самоцінності (0,618) та самоприв'язаності (0,617) на 1% рівні значущості. Можна припустити, що застрявання надає особистості надмірну фіксацію на власних почуттях, а отже, і надмірну чутливість до самої себе та зумовлює відсутність готовності до змін (самоприв'язаність) через цю надчутливість. При підвищенні показників педантичності зростає самоцінність особистості (0,435), рівень статистичної значущості 0,5%. При підвищенні збудливості в респондентів зростає внутрішня конфліктність (0,483), рівень статистичної значущості ($p \leq 0,05$), тобто вони емоційніше та інтенсивніше переживають певні зміни, як зовнішні так і внутрішні, таким чином породжуючи нові внутрішні конфлікти. При підвищенні гіпертимності в опитуваних зростають показники внутрішньої чесності (0,454), самокерівництва (0,461) та віддзеркаленого самоствавлення (0,424), рівень статистичної значущості 0,5%. Це є досить закономірним, бо гіпертими здебільшого є активними, лідерськими та емоційними особистостями, отже, такі опитувані більш схильні до відкритості до себе та інших, мають сильний внутрішній стрижень та віру у власну цінність для оточення. При підвищенні тривожності зростає показник самозвинувачення (0,401), що також є закономірним: висока тривожність зумовлює сумніви в собі та почуття провини. При підвищенні екзальтованості зростає внутрішня конфліктність (0,516) та самозвинувачення (0,401), тобто екзальтовані опитувані, які схильні до високої емоційності та надчутливості, також можуть виявляти цю надчутливість до самих себе, а отже, надмірно себе звинувачувати та створювати внутрішні конфлікти. Значна кореляція на 1% рівні також наявна між показниками циклотимності, внутрішньої конфліктності (0,722) та самозвинувачення (0,644), рівень статистичної значущості 1%, що дає змогу стверджувати, що опитувані з нестабільним емоційним фоном і змінами настрою схильні до створення внутрішніх конфліктів та звинувачень себе через будь-які невдачі. Також наявна зворотна кореляція: при збільшенні циклотимності зменшується самовпевненість (-0,457), тобто нестабільний емоційний фон негативно впливає на самовпевненість респондентів. Інші шкали не демонструють значущих кореляційних зв'язків.

У респондентів із тілесними модифікаціями при підвищенні показника самооцінки на 0,5% рівні зростає самовпевненість (0,45), самокерівництво (0,472) та самоприв'язаність (0,479), а на 1% рівні значущості – самоцінність (0,538). Тобто що вища самооцінка особисто-

сті, то більше вона відчуває власну цінність і самодостатність, силу власного «Я». Цікаво, що, незважаючи на таку закономірність і досить вагому кореляцію самооцінки з самоприв'язаністю, респонденти все одно змінюють власне тіло і додають до нього модифікації. Вагомих кореляційних зв'язків між результатами методики С. Будассі та «Акцент 2-90» у групі респондентів із тілесними модифікаціями визначено не було. Було встановлено, що в групі з тілесними модифікаціями існують кореляційні взаємозв'язки між самоставленням та типом особистості. Отже, у респондентів із тілесними модифікаціями при підвищенні самовпевненості на 0,5% рівні зростають демонстративність (0,464) та застрявання (0,405), а на 1% рівні – гіпертимність (0,678). Підвищення за показником самоставлення «Самокерівництво» призводить до зростання на 0,5% рівні таких показників типу особистості, як демонстративність (0,438) та застрявання (0,398); на 1% рівні – до зростання гіпертимності (0,556). Тобто що більше людина схильна до звернення на себе уваги оточення або до фіксації на певних емоційних станах, то більшу впевненість в собі вона відчуває і менше готова до певних змін у собі. Схожу кореляцію мали й опитувані без тілесних модифікацій. При збільшенні збудливості в респондентів із тату зростає самоприв'язаність. Можна припустити, що саме надмірна збудливість стає перешкодою до відкритості і готовності особистості до власних змін. Вагому кореляцію шкала гіпертимності має також на 0,5% рівні з показниками віддзеркаленого самоставлення (0,428), самооцінності (0,491) та самоприв'язаності (0,491). Як було згадано вище, така кореляція є досить закономірною, бо гіпертими здебільшого є активними, лідерськими та емоційними особистостями, тож такі опитувані більш схильні до відкритості до себе та інших, мають сильний внутрішній стрижень та віру у власну цінність для оточення. При підвищенні дистимності спостерігається й зростання самозвинувачення (0,391) на 0,5% рівні, тобто в осіб з модифікаціями дистимність стає джерелом для частих звинувачень самих себе у життєвих невдачах. Так само, як у вибірці опитуваних без тату, шкала циклотимності корелює з внутрішньою конфліктністю (0,549) та самозвинуваченням (0,481), тобто що нестабільнішим є емоційний стан респондентів, то більше вони схильні до самокопання та докорів самим собі. Інших кореляційних взаємозв'язків

за допомогою кореляційного аналізу Спірмена в двох групах респондентів визначено не було.

Суттєвих розбіжностей між показниками двох груп за всіма методиками за допомогою U-критерію Манна-Уїтні в цьому дослідженні визначено не було. Отже, ця тема, на нашу думку, потребує подальших наукових розробок.

Висновки. З вищесказаного можна зробити такі висновки. Тема пошуку зв'язку між характерологічними особливостями особистості та зробленими нею тілесними модифікаціями залишається актуальною і потребує подальших досліджень. Адже, як написав у своїй книзі «Татування, шрамування й інші прикраси тіла» чеський науковець М. Рихлік: «Татування привертало і досі привертає мало уваги соціологів, істориків, знавців мистецтва і культури. Водночас це єдиний вид мистецтва, який використовує в якості матеріалів живі тканини» [7]. Дослідження творчого ставлення особистості до власного тіла, коли саме воно виступає об'єктом для творчості, з метою вивчення впливу особистісних особливостей на цей процес може стати вагомим внеском психології у дослідження культурно-історичної природи феномена тілесних модифікацій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Артюхіна Н. Феномен татування як засіб самовизначення та самопрезентації особистості в юнацькому віці. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2016. Том 1. Випуск 5. С. 17–23.
2. Вігдорчик М. Психодинамічний підхід до проблеми акцентуації. Акцент 2-90. Одеса, 1995. 40 с.
3. Касинюк Л., Яровицька Н. Феномен тіла: філософський вимір. URL: <https://fip.dp.ua/index.php/FIP/article/download/818/948>.
4. Марті Й. Тіло як культура. Татування тіла та процеси глобалізації. URL: <http://dSPACE.nbuv.gov.ua/bitstream/handle/123456789/37928/15-Marti.pdf>.
5. Муха О. Формати ставлення до власного тіла: парадокс духовності 20 сторіччя. *Наука. Релігія. Культура* : збірник наукових статей. Донецьк, 2006. № 1. С. 141–146.
6. Kertzman S. Do young women with tattoos have lower self-esteem and body image than their peers without tattoos? A non-verbal repertory grid technique approach. URL: <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0206411>.
7. Rychlík M. Tetování, skarifikace a jiné zdobení těla. 2005. URL: https://www.researchgate.net/publication/258997411_Tetovani_skarifikace_a_jine_zdobeni_tela.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК АДАПТАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ТА ЗАДОВОЛЕНОСТІ ЖИТТЯМ У ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

RELATIONSHIP OF ADAPTATIVE SKILLS AND INTERNAL LIFE SATISFACTION DISPLACED PERSONS

У статті представлено результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження проблеми адаптації та задоволеності різними аспектами життя у внутрішньо переміщених осіб. Україна зазнала найбільшу хвилю міграції за всі роки існування. Необхідність покинути рідні міста виникла внаслідок російської збройної агресії, від якої потерпають східні та південні регіони країни. Більшість мігрантів становлять жінки, діти та люди похилого віку. Людям доводиться долати психологічний стрес, який виникає як реакція на переміщення до нового місця існування, підтримувати життєдіяльність на задовільному рівні, працевлаштовуватися, організовувати навчання дітей, медичне обслуговування тощо. Адаптація внутрішньо переміщених осіб – це складний поступовий процес, успішність якого залежить від багатьох об'єктивних та суб'єктивних чинників.

Результати емпіричного дослідження свідчать, що у чоловіків спостерігається помітне зниження адаптаційного потенціалу, що виявляється у різного роду порушеннях поведінки, взаємодії з колегами та оточуючими людьми, емоційній нестійкості. Зниження здатності до адаптації робить особистість більш уразливою щодо руйнівних впливів дійсності і спілкування з оточуючими. У чоловіків фіксуються негативні зрушення в емоційній сфері, підвищилася тривожність, спостерігаються знижене тло настрою, відчуття неспокою, депресивні стани; вони мають знижений рівень працездатності, активності, швидше втомлюються за однакового навантаження порівняно з колегами. Задоволеність різними аспектами життя критично низька у чоловіків та жінок дослідженої категорії.

Виявлено пряму лінійну залежність між показниками адаптаційних здібностей і задоволеності життям: комунікативні здібності і задоволеність міжособистісними стосунками; нервово-психічна стійкість і задоволеність собою, своїм психічним станом; моральна нормативність і задоволеність ситуацією, її динамікою; усі адаптаційні параметри і задоволеність життєдіяльністю, собою та власним психічним станом. Також виявлено пряму кореляційну залежність між показниками професійної дезадаптації і рівнем задоволеності різними аспектами життя. У цілому чоловіки біль-

шою мірою дезадаптовані та незадоволені всіма аспектами життя, ніж жінки.

Ключові слова: адаптація, міграція, задоволеність життям, адаптаційний потенціал.

The article presents the results of theoretical analysis and empirical research on the problem of adaptation and satisfaction with various aspects of life among internally displaced persons. Ukraine experienced the biggest wave of migration in all the years of its existence. The need to leave their hometowns arose as a result of Russian armed aggression, which is affecting the eastern and southern regions of the country. The majority of migrants are women, children and the elderly. People have to overcome psychological stress that arises as a reaction to moving to a new place of existence; maintain life activities at a satisfactory level; get a job; organize children's education, medical care, etc. Adaptation of internally displaced persons is a complex gradual process, the success of which depends on many objective and subjective factors. The results of the empirical study show that men have a noticeable decrease in adaptation potential, which is manifested in various kinds of behavioral disorders, interaction with colleagues and surrounding people, and emotional instability. A decrease in the ability to adapt makes a person more vulnerable to the destructive effects of reality and communication with others. In men, negative shifts in the emotional sphere are recorded, anxiety has increased, there is a reduced mood background, a feeling of restlessness, depressive states; they have a reduced level of work capacity, activity, get tired faster with the same workload compared to their colleagues. Satisfaction with various aspects of life is critically low among men and women of the studied category. A direct linear relationship between indicators of adaptation abilities and satisfaction with life was revealed: communicative abilities and satisfaction with interpersonal relationships; neuropsychological stability and self-satisfaction with one's mental state; moral normativity and satisfaction with the situation and its dynamics; all adaptation parameters and satisfaction with life activities, oneself and one's own mental state. A direct correlation between indicators of professional maladjustment and the level of satisfaction with various aspects of life was also revealed. In general, men are more maladjusted and dissatisfied with all aspects of life than women.

Key words: adaptation, migration, life satisfaction, adaptation potential.

УДК 159.9.072.43
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.12>

Афанасьєва Н.С.

д.психол.н., професор,
професор кафедри
соціальної економіки
Харківський національний університет
імені Семена Кузнеця

Однією з багаточисельних категорій соціально незахищених осіб є громадяни, які переміщуються усередині країни. За даними Міжнародної організації з міграції, в Україні нині зареєстровано понад 7 млн внутрішньо переміщених осіб (ВПО), офіційно зареєстровано 4 867 106. За територіальним розподілом найбільше внутрішньо переміщених осіб

у Центральному та Західному регіонах України. Приблизно 70% внутрішньо переміщених осіб переїхали в невеликі міста, селища та села. Більшість із них становлять жінки, діти та люди похилого віку, які вимушені кидати рідні домівки внаслідок війни.

Внутрішньо переміщена особа – громадянин України, який постійно проживає в Укра-

їні, якого змусили або який самостійно покинув місце свого проживання у результаті або з метою уникнення негативних наслідків збройного конфлікту, тимчасової окупації, повсюдних проявів насильства, масових порушень прав людини та надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру [3].

Проблеми ВПО в Україні досліджують такі науковці: М. Сірант, М. Пархоменко, О. Блинова, А. Путінцев, Ю. Пащенко, О. Василенко, Т. Доронюк, Ю. Корнев, Е. Лібанова, І. Тітар, Н. Мазіна, О. Осінкіна, У. Садова та ін.; зарубіжні фахівці: А. Фурхам, С. Бочнер, Р. Дженнінгс та ін. Але дотепер теоретичні та методологічні розробки проблеми стосуються лише її окремих аспектів.

На думку фахівців, які досліджують питання внутрішньої міграції, основними її причинами є збройний конфлікт, системне порушення прав людини, стихійні або техногенні лиха. Ці причини знищують можливість подальшого перебування у місцях, де сталася катастрофа. Міграція може здійснюватися добровільно та примусово. У будь-якому разі відбувається навантаження на системи адаптації ВПО. Людям потрібно долати психологічний стрес, який виникає як реакція на переміщення до нової домівки, підтримувати життєдіяльність на задовільному рівні, працевлаштовуватися, за потреби – організувати навчання дітей, медичне обслуговування тощо. Адаптація ВПО – це складний поступовий процес, успішність якого залежить від багатьох об'єктивних та суб'єктивних чинників. Адаптація супроводжується негативними психічними станами, які пов'язані з переживанням втрати контролю над ситуацією, невизначеністю майбутнього, порушеннями ідентичності та автономності, розгубленістю, незахищеністю, почуттям провини, психосоматичними розладами, зловживанням психоактивних речовин, симптомами посттравматичного стресового розладу тощо.

Механізми адаптації забезпечують можливість існування організму в умовах, що постійно змінюються. В. Васютинський визначає процес адаптації як процес одночасної зміни суб'єкта і ситуації, поступове накопичення цих змін із метою досягнення оптимального співвідношення між ними. Основний результат адаптації – врівноваження завдяки набуттю нової системної якості [2].

На думку О. Михеевої та В. Середи, адаптація – це складова частина пристосувальних реакцій системи на зміну умов середовища, що виражається у тому, що система реагує на зміни, перебудовує свої структурні зв'язки для збереження функцій, що забезпечують її існування як цілого [5].

Адаптаційні здібності людини багато в чому залежать від психологічних особливостей особистості, які визначають можли-

вість оптимальної регуляції функціонального стану організму в різноманітних умовах життя і діяльності. Така інтегральна характеристика носить назву особистого адаптаційного потенціалу, який визначає особливості психологічної адаптації кожної людини.

Психологічні аспекти діяльності людини необхідно розглядати у взаємозв'язку із зовнішнім середовищем. Об'єкти і явища зовнішнього середовища певним чином впливають на людину, визначають умови здійснення діяльності. Параметри зовнішнього середовища мають незначний інтервал зміни характеристик, у межах яких організм може нормально функціонувати. Упродовж життя людина постійно стикається з різними ситуаціями, які зумовлені природними явищами, діяльністю або поведінкою самої людини.

Чинники, які зумовлюють виживання людини як виду, пов'язані зі здатністю організму регулювати параметри внутрішнього середовища і здатністю опосередкованого відображення людиною дійсності. Саме вони значною мірою визначають можливість виживання, оскільки забезпечують процес адаптації людини до умов навколишнього середовища.

Під час розгляду проблем адаптації людини прийнято виділяти три функціональні рівні: фізіологічний, психологічний і соціальний, а іноді до цього додають психофізіологічну та соціально-психологічну адаптацію. Ба більше, існують певні фізіологічні та психологічні механізми, що забезпечують процес адаптації на цих трьох рівнях. Виділені рівні адаптації взаємопов'язані між собою, впливають один на одного і визначають інтегральну характеристику загального рівня функціонування всіх систем організму. Адаптація протікає нормально, доки вимоги зовнішнього середовища не перевищують певний адаптаційний бар'єр [8].

На думку О. Блинової, адаптивні механізми – це процеси, за допомогою яких людина досягає або не досягає стану адаптованості. Вони можуть бути: захисними – це дії особистості, які здійснюються за допомогою захисних механізмів психіки; незахисними – це дії особистості, які для досягнення адаптованості використовують пізнавальні процеси, цілеутворення, спілкування і обмін інформацією тощо. Виходячи з різновидів адаптивних механізмів, умовно можна виділити дві групи людей: орієнтовані на стан та орієнтовані на дію [1]. Ті люди, які орієнтовані на стан, переважно використовують захисні адаптивні механізми, прагнуть не вирішувати проблеми, а відкладати їх. Результат використання таких стратегій призводить до накопичення стресу, унаслідок чого адаптація може набути патологічного характеру, особистість зазнає глибоких змін, які не сприяють її самоактуалізації і самовдосконаленню. У цьому разі правильно

говорити про пристосування, а не про адаптацію. Люди, орієнтовані на дію, використовують для адаптації незахисні механізми, застосовують свої внутрішні ресурси, підвищують рівень активності пізнавальних процесів.

Під час планування дослідження ми виходили з припущення про те, що внутрішньо переміщені чоловіки та жінки мають різний адаптаційний потенціал та задоволеність різними аспектами життєдіяльності. Традиційно вважається, що жінки краще пристосовуються до змін умов існування.

Метою статті є висвітлення результатів дослідження взаємозв'язку адаптаційних здібностей та задоволеності різними аспектами життя у внутрішньо переміщених осіб.

Для вирішення завдань дослідження та досягнення мети використано психодіагностичні методи: для дослідження рівня розвитку адаптаційних здібностей особистості – багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ) А. Г. Маклакова, С. В. Чермяніна, «Опитувальник для оцінки професійної дезадаптації» О. Родіної; для дослідження задоволеності різними аспектами життя – опитувальник «Осада» С. Яковенко. Для математичної та статистичної обробки результатів – t-критерій Стьюдента і r-критерій рангової кореляції Пірсона.

У дослідженні брали участь внутрішньо переміщені особи віком від 25 до 45 років, кількістю 58 осіб, із яких 33 жінки та 25 чоловіків. Виходячи із завдань емпіричного дослідження, респонденти були розділеними на дві групи: до першої групи увійшли жінки, до другої – чоловіки.

Результати дослідження адаптаційних здібностей ВПО за допомогою методики «Адаптивність» (МЛО-АМ) А. Г. Маклакова, С. В. Чермяніна представлено в табл. 1.

У чоловіків порівняно з жінками значно знижені адаптаційні здібності. Отримано значущі відмінності в показниках за всіма шкалами опитувальника. За шкалою «Нервово-психічна стійкість» показники значно вище у жінок ($p \leq 0,05$ за t-критерієм Стьюдента). Це вказує на те, що жінки мають достатньо високий рівень нервово-психічної стійкості та поведінкової регуляції, високу адекватну самооцінку і реалістичне сприйняття дійсності. Чоловіки мають знижений рівень поведінкової регуляції, схильність до нервово-психічних зривів, неадекватність самооцінки і сприйняття дійсності.

За шкалою «Комунікативні здібності» показники жінок значно вищі, ніж показники чоловіків ($p \leq 0,05$). Це означає, що жінки мають високий рівень розвитку комунікативних здібностей, достатньо легко встановлюють контакти з оточуючими, неконфліктні. Чоловіки виявляють утруднення у побудові взаємодії з оточуючими, можуть проявляти агресивність, підвищену конфліктність.

За шкалою «Моральна нормативність» жінки так само мають значно вищі показники, ніж чоловіки ($p \leq 0,05$). Це свідчить про те, що вони реально оцінюють власну роль у спільноті, орієнтуються на дотримання загальноприйнятих соціальних норм поведінки. А у чоловіків спостерігається зниження здатності до загальногрупової ефективної діяльності. Вони часто не можуть адекватно оцінити свої місце і роль у спільноті, не вважають за потрібне дотримуватися загальноприйнятих норм поведінки.

Показник особистісного адаптаційного потенціалу значно вище у жінок порівняно з чоловіками ($p \leq 0,05$). Досліджувані жінки входять до групи високої і нормальної адаптації. Вони достатньо легко пристосовуються до нових умов діяльності, нової групи, адекватно орієнтуються у ситуації, швидко виробляють нову страте-

Таблиця 1

Показники адаптаційних здібностей ВПО (у стенах)

Шкали	I група (жінки)	II група (чоловіки)	t	p-рівень
Нервово-психічна стійкість	6,8	4,6	2,1	$\leq 0,05$
Комунікативні здібності	7,1	3,8	2,4	$\leq 0,05$
Моральна нормативність	8,4	5,3	2,4	$\leq 0,05$
Особистий адаптивний потенціал	7,4	4,6	2,3	$\leq 0,05$

гію поведінки. Як правило, неконфліктні, мають високий рівень емоційної стійкості.

Досліджувані чоловіки входять до групи задовільної адаптації. Більшість осіб цієї групи має ознаки різної акцентуації, яка у звичних умовах частково компенсована і може виявлятися за зміни середовища, діяльності, тому успіх їхньої адаптації залежить від зовнішніх умов. Вони, ймовірно, мають невисокий рівень

емоційної стійкості, можливі асоціальні дії, прояв агресії та конфліктності. Досліджувані цієї групи вимагають індивідуального підходу, постійного спостереження, коректувальних заходів.

Таким чином, дослідження адаптаційних можливостей ВПО показало, що у чоловіків спостерігається помітне зниження адаптаційного потенціалу, що виявляється у різного

Таблиця 2

Показники професійної дезадаптації пожежних-рятувальників (у балах)

Ознака	I група (жінки)	II група (чоловіки)	t	p-рівень
I. Погіршення самопочуття				
1. Емоційні зрушення	5,3±1,7	9,4±2,7	2,2	≤0,05
2. Особливості окремих психічних процесів	2,1±0,4	4,4±1,5	1,3	>0,05
3. Зниження активності	3,8±1,4	6,7±2,5	1,6	>0,05
4. Відчуття втоми	4,6±1,9	8,3±2,2	2,1	≤0,05
II. Сомато-вегетативні порушення	17,6±4,8	31,7±5,9	2,3	≤0,05
III. Порушення циклу «сон – неспання»	4,6±1,3	8,7±2,6	2,2	≤0,05
IV. Особливості соціальної взаємодії	7,8±3,1	13,4±3,7	2,4	≤0,05
V. Зниження мотивації до діяльності	2,2±0,5	4,6±2,1	1,4	>0,05
Загальний показник	48,0	87,2	2,4	≤0,05

Таблиця 3

Показники рівня задоволеності у внутрішньо переміщених осіб (у балах)

Шкали	I група (жінки)	II група (чоловіки)	t	p-рівень
Задоволеність собою, своїм психічним станом	12,4±3,2	13,8±3,6	1,2	>0,05
Задоволеність ситуацією, її динамікою	13,2±3,7	12,7±3,5	1,3	>0,05
Задоволеність міжособистісними стосунками	14,7±3,8	13,2±3,7	1,3	>0,05
Задоволеність функціональним станом	12,5±3,6	14,6±3,8	2,2	≤0,05
Задоволеність життєдіяльністю	13,3±3,4	15,2±4,2	2,1	≤0,05

роду порушеннях поведінки, взаємодії з колегами і оточуючими людьми, емоційній нестійкості. Зниження здатності до адаптації робить особистість більш уразливою щодо руйнуючих впливів дійсності і спілкування з оточуючими. Для того щоб визначити, у яких саме сферах психічного життя наслідки цих дій виявляються в першу чергу, було проведено дослідження рівня професійної дезадаптації за допомогою методики О. Родиної, результати якого представлено в табл. 2.

Представлені результати свідчать про те, що у жінок фіксується помірний рівень професійної дезадаптації (48 балів), а у чоловіків – виражений рівень професійної дезадаптації (87,2 бали). Окрім того, виявлено значущі відмінності між показниками досліджуваних за такими шкалами: емоційні зрушення значно частіше спостерігаються у чоловіків ($p \leq 0,05$ за t-критерієм Стьюдента). Це означає, що у них відбулися негативні зрушення в емоційній сфері, підвищилася тривожність, спостерігаються знижене тло настрою, відчуття неспокою, депресивні стани. Відчуття втоми значно частіше фіксують у себе також чоловіки ($p \leq 0,05$), тобто вони мають знижений рівень працездатності, активності, швидше втомлюються за однакового навантаження порівняно з колегами. Сомато-вегетативні порушення значно частіше спостерігаються у чоловіків ($p \leq 0,05$), що вказує на руйнуючий вплив ситуації на фізіологічні процеси організму. Пору-

шення сну також частіше відзначають у себе чоловіки ($p \leq 0,05$), тобто вони мають розлади циклу «сон – неспання», які, зокрема, можуть бути пов'язані з режимом роботи та можуть призводити до виникнення нервово-психічних розладів. Порушення соціальної взаємодії також більшою мірою властиві чоловікам ($p \leq 0,05$) та є одним із проявів соціальної дезадаптації.

Таким чином, дослідження рівня адаптаційних здібностей і професійної дезадаптації дає змогу стверджувати, що у чоловіків спостерігаються зниження адаптаційного потенціалу і збільшення ознак дезадаптації, які призводять до порушень в емоційній, соціальній, фізіологічній сферах.

Рівень задоволеності собою та різними аспектами життя досліджувався за допомогою методики «Осада» С. Яковенко. Отримані результати представлено в табл. 3.

Слід відзначити, що ВПО обох груп мають ознаки переживання життєвої кризи, вони не задоволені собою та різними аспектами власного життя. Значущі відмінності отримано між показниками жінок та чоловіків за шкалами «Задоволеність функціональним станом» ($p \leq 0,05$), «Задоволеність життєдіяльністю» ($p \leq 0,05$). У жінок спостерігається вищий рівень задоволеності цими аспектами життя.

Із метою дослідження особливостей взаємозв'язку між адаптаційними здібностями та задоволеністю життям був використаний коефіцієнт кореляції Пірсона. Отримані резуль-

тати вказують на те, що існує пряма лінійна залежність між такими показниками адаптаційних здібностей і задоволеності життям: комунікативні здібності і задоволеність міжособистісними стосунками, тобто чим більше розвинені у людини комунікативні здібності, тим вище вірогідність побудувати гармонійні взаємини з оточуючими, навіть у новому соціальному середовищі; нервово-психічна стійкість і задоволеність собою, своїм психічним станом, тобто чим вище рівень нервово-психічної стійкості особистості, тим із більшою часткою ймовірності вона сприймає себе, ситуації і, можливо, власне життя у цілому як явище виняткове, не схоже на інших; моральна нормативність і задоволеність ситуацією, її динамікою, тобто чим вище у особистості схильність дотримуватися соціальних норм і правил, тим вище задоволеність тим, що відбувається, життя сприймається як прогнозоване та стабільне; а також усі адаптаційні параметри і задоволеність життєдіяльністю, собою та власним психічним станом, тобто чим краще адаптована особистість, тим менше вірогідність виникнення незадоволеності.

Окрім того, виявлено пряму кореляційну залежність між показниками професійної дезадаптації і рівнем задоволеності різними аспектами життя. Пряма залежність спостерігається між показником «погіршення самопочуття» – емоційні зрушення і такими параметрами задоволеності: функціональним станом ($p \leq 0,05$), міжособистісними стосунками ($p \leq 0,05$), життєдіяльністю. Особливості окремих психічних процесів і задоволеність психічним станом ($p \leq 0,05$). Сомато-вегетативні порушення пов'язані із задоволеністю функціональним станом ($p \leq 0,05$). Порушення циклу «сон – неспанья» – із задоволеністю ситуацією, її динамікою ($p \leq 0,05$). Особливості соціальної взаємодії – із задоволеністю міжособистісними стосунками ($p \leq 0,05$). Зниження мотивації до діяльності – із задоволеністю життєдіяльністю ($p \leq 0,05$).

Висновки. Проведене дослідження особливостей взаємозв'язку адаптаційних здібностей, професійної дезадаптації і задоволеності різними аспектами життя у внутрішньо переміщених осіб дає змогу констатувати, що чоловіки більшою мірою дезадаптовані та незадоволені всіма аспектами життя, ніж жінки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Блинова О.Є. Типи соціально-психологічної адаптації внутрішньо переміщених осіб. *Соціокультурні та психологічні виміри становлення особистості* : матеріали Всеукр. (із міжнар. участю) наук.-практ. конф., м. Херсон, 5–6 жовтня 2017 р. Херсон : Гельветика, 2017. С. 14–15.
2. Васютинський В.О. Індивідуальні і колективні стратегії адаптації мешканців міських громад до життя в період воєнного конфлікту. *Проблеми політичної психології*. 2017. Вип. 5(19). С. 43–52.
3. Закон України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб». Ст. 1. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1706-18#Text>.
4. Мазіна Н.Е. Соціально-економічна адаптація внутрішньо переміщених осіб: підходи до виміру. *Вісник Маріупольського державного університету. Серія «Філософія, культурологія, соціологія»*. 2016. Вип. 12. С. 131–138.
5. Міхеєва О., Середа В. Сучасні українські внутрішньо переміщені особи: основні причини, стратегії переселення та проблеми адаптації. *Стратегії трансформації і превенції прикордонних конфліктів в Україні* : зб. аналіт. матеріалів. Львів : Галицька вид. спілка, 2015. С. 9–49.
6. Путінцев А.В., Пашенко Ю.Є. Адаптація внутрішньо переміщених осіб у регіонах України: сутність, поняття, підходи. *Економіка. Фінанси. Менеджмент: актуальні питання науки і практики*. 2018. № 9. С. 110–121.
7. Сірант М.М. Біженці та внутрішньо переміщені особи: співвідношення понять. *Митна справа*. 2015. № 2(2.2). С. 154–159.
8. Спільнота в умовах воєнного конфлікту: психологічні стратегії адаптації : колективна монографія / наук. ред. Л.М. Коробка. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2019. 286 с.

СУБ'ЄКТНА ПАРАДИГМА ОСОБИСТОСТІ
ЯК КОМУНІКАТИВНО-ІНТЕРАКТИВНОГО ЯВИЩАTHE SUBJECT PARADIGM OF PERSONALITY
AS A COMMUNICATIVE AND INTERACTIVE PHENOMENON

Суб'єктна парадигма особистості сходить до авторського уявлення про ментальне протиставлення об'єктивно заданих ситуативних вимог і заданих цілей у просторі перетину об'єктивної і суб'єктивної реальності на основі зіставлення смислу ситуації з особистісними смислами індивіда, що існують у континуумі інтернальних міркувань та індивідуальних контекстуальних наративів, основна лінія яких продиктована індивідуальним трактуванням «істини буття» у її різних поведінкових варіаціях комунікативно-інтерактивної активності у вигляді мовленнєвої маніфестації імпліцитно даних особистісних смислів, що мають безпосередню співвіднесеність із суб'єктом як осередком життєво важливих функцій у плані організмичного самозбереження та соціального самоствердження у вигляді відповідного соціального статусу в інтерсуб'єктних взаєминах поточних та перспективних ситуацій життєдіяльності. Трактування суб'єкта як організуючого начала життєдіяльності індивіда дає підстави вважати присутність у кожному психічному акті ідеї суб'єкта, яка у кожному конкретному випадку містить його рефлексовану частину у вигляді переживання функціональності власного «Я», яке і є тим самим конкретним «носієм діяльності та пізнання» конкретної особи. Наголошено, що суб'єкт як такий постійно проявляє себе через предикативність внутрішнього мовлення, указуючи тим самим на особливості використання індивідом таких свідомісних конструктів, як «Суб'єкт = Я», «Я = особистісні смисли», «Особистісний смисл = мотив», «Мотив = мета», «Мета = дія», «Дія = результат», «Результат = винагорода», «Винагорода = суб'єкт», які є не лише функціональними компонентами суб'єктивної реальності даного конкретного індивіда, а й інтернальними атрибутами його особистості як комунікативно-інтерактивного явища у значущих контекстах біосоціального буття.

Ключові слова: особистість, суб'єкт, суб'єктність, суб'єктна парадигма, вербалізація особистісних смислів.

The subjective paradigm of the individual goes back to the author's idea of the mental opposition of objectively set situational requirements and set goals in the space of the intersection of objective and subjective reality based on the comparison of the meaning of the situation with the personal meanings of the individual, which exist in the continuum of internal considerations and individual contextual narratives, the main line of which is dictated by the individual interpretation of the «truth of being» in its various behavioral variations of communicative and interactive activity in the form of a speech manifestation of implicitly given personal meanings that have a direct correlation with the subject as a center of vital functions in terms of organismic self-preservation and social self-affirmation in the form of appropriate social status in intersubjective relationships of current and prospective life situations. The interpretation of the subject as the organizing principle of the individual's vital activity gives grounds for assuming the presence in every mental act of the idea of the subject, which in each specific case contains its reflected part in the form of experiencing the functionality of one's own «I», which is the very concrete «carrier of activity and knowledge» of a specific person. It is emphasized that the subject as such constantly manifests itself through the predicativeness of internal speech, thereby indicating the peculiarities of the individual's use of such conscious constructs as «Subject = I», «I = personal meaning», «Personal meaning = motive», «Motive = goal», «Goal = action», «Action = result», «Result = reward», «Reward = subject», which are not only functional components of the subjective reality of a given individual, but also internal attributes his personality as a communicative and interactive phenomenon in significant contexts of bio-social existence.

Key words: personality, subject, subjectivity, subject paradigm, verbalization of personal meanings.

УДК159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.13>

Велитченко Л.К.

д.психол.н.,
професор кафедри педагогіки
і психології
Міжнародний гуманітарний університет

Вступ. Основною концептуальною ідеєю сучасної психології є ідея людини [11], яка у багатьох аспектах перегукується з положеннями філософської антропології (прагнення створити цілісний образ людини) [7], філософської герменевтики (тлумачення людини у контексті її буття) [10], структуралізму (установка на розкриття співвідношення соціальної реальності та її відображення у мисленні) [1], франкфуртської школи (ідея безкомпромисного впливу пануючої ідеології на свідомість людини) [15].

Ідея людини має солідне дослідницьке опрацювання також у багатьох сучасних психологічних наукових школах, де особистість постає як: а) стійка система відносин, соціальної перцепції і поведінки у сфері спілкування і діяльності [13]; б) єдність індивідуального й соціального [12]; в) продукт діяльності [9]; г) фік-

сована структура ставлення людини до дійсності, інших людей і до самого себе, як певний набір конкретних дій і взаємодій [6].

Погляд на людину як на цілісний суб'єкт психіки відображено в постулатах канонічної психології, де особистість не зводиться до деякої сукупності окремих якостей та функцій, а розглядається через призму категорії вчинку як осереддя її особистісних смислів [17].

Якщо вважати людиноцентричність основною рисою сучасної психології, то головне місце в ній (людиноцентричності) має по праву займати поняття особистості. Уже сам факт існування величезної кількості визначень цього поняття говорить не лише про складність цього явища, а й про важливість його розгляду як у теоретичному, так і у практичному плані [19].

У зв'язку із цим ми поставили собі за мету проаналізувати змістовні характеристики тео-

ретичного конструкту «суб'єктна парадигма особистості», звертаючи увагу при цьому на особливості ментальної активності індивіда у внутрішньому мовленні у значенні інтернального репрезентанта його особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Не вдаючись у деталі зіставлення різних персонологічних концепцій [16; 21], відзначимо, що всі вони беруть за основу уявлення про людину як біосоціальну систему, що саморегулюється. Саморегуляція містить мету активності, модель значущих умов, програму відповідних дій, критерії їх успішності, оцінку результатів, відповідні корекції.

Якщо розглядати прагнення індивіда до стабільності свого існування, як основну умову його життєзабезпечення [5], то, природно, проблему пізнання значущих умов та відповідних їм дій слід розглядати як найбільш істотну проблему особистості у цілому.

Нині проблема смислової організації особистісного існування відкривається найгостріше. Ця гострість якнайкраще була сформульована свого часу Сартром: людина лише тоді в повному розумінні людина, коли вона поставлена на межу свого існування. Якщо мета існування у найзагальнішому вираженні полягає у двох основних імперативах – імперативі самозбереження та імперативі самоствердження, то питання про значущі умови містить таку величезну кількість новоявлених проблем, що індивід опиняється у стані не тільки екзистенційного, а й інформаційного стресу.

Звичайно, моделювання значущих умов та прийняття програми відповідних дій стикається з необхідністю діяти не лише швидко, а й адекватно ситуації, що вимагає урахування усіх значимих обставин. І діяти не тільки швидко, а й за можливості холоднокровно, що, власне, вимагає сформованих поведінкових патернів.

Усе це висуває на перший план проблему тренінгу адаптивної поведінки (див., наприклад, [8]) у життєнебезпечних умовах, яке потребує відповідного професійного супроводу, що здійснюється у тому числі й у плані волонтерського руху. Вихідною основою адаптивної поведінки індивіда є суб'єктне моделювання стресогенної ситуації, яка відбувається у просторі перетину об'єктивної і суб'єктивної реальності як ментальне протиставлення об'єктивно заданих ситуативних вимог і заданих цілей, з одного боку, і наявних у індивіда можливостей, пов'язаних із його уявленням про себе і загальною та парціальною (ситуативною) самооцінкою – з іншого.

Навіть побіжного знайомства з проблематикою психології особистості достатньо для того, щоб відчувати складність та багатогранність цього явища, що сягає своїм корінням основ біосоціального буття індивіда. Існування

різних теоретичних концепцій, що виникали не під впливом умоглядних побудов, а в результаті формулювання питань, пов'язаних із безпосередньою соціумною практикою дослідника [14] та пошуком «єдино правильної відповіді» про сутність особистості, є свідченням важливості вихідної концептуальної тези, спрямованої на визначення родового поняття до поняття «особистість».

За допомогою родового поняття ми від самого початку вказуємо на місце поняття особистість у певній множині психологічних понять, відзначаючи його апріорну сутність. Такою апріорною сутністю, наприклад, у О. М. Леонтьєва є сукупність суспільних відносин, у С. Л. Рубінштейна – «жива людина з плоті та крові», у К. О. Абульханової-Славської – суб'єкт життя і т. ін.

Якщо б ми не взяли визначення, поняття «особистість» зазвичай співвідноситься з поняттям особи, у якому залежно від теоретичних переваг дослідника чи його приналежності до відповідної наукової школи вказується на ті чи інші видові відмінності, які, власне, і визначають зміст шуканого поняття «особистість».

Уважаючи, що саме така теоретична довільність у виборі родового поняття, заснована насамперед на минулому досвіді та здоровому глузді, спонукає нас убачати шукане в понятті «людина», що передбачає досить більшу кількість видових відмінностей, яка потребує відповідних аналітичних процедур для того, щоб установити принципові відмінності між поняттями «особистість» та «людина».

Якщо судити за кількістю дефініцій поняття «особистість», то вона постає як багатоаспектне явище, яке проте має деяку вихідну точку, пов'язану з основним буттєвим імперативом живої істоти – бути, використовуючи для цього вроджені та набуті механізми, необхідні для здійснення відповідних функцій, продиктованих умовами взаємодії індивіда та середовища. Ця вихідна точка прихована в організуючому началі всіх функцій живого організму, висхідного до інстинкту самозбереження як основи його подальших трансформацій людської істоти у різні варіанти соціумного самоствердження, як засобу забезпечення собі «місця під сонцем» у вигляді відповідного соціального статусу в інтерсуб'єктних взаєминах поточних та перспективних комунікативно-інтерактивних ситуацій життєдіяльності.

Якщо розглядати цю вихідну точку як осередок усіх вітальних і соціумних функцій індивіда, здійснення яких забезпечує йому біосоціальне існування, і позначити її терміном «суб'єкт» (див., наприклад, [18]), то ми обов'язково доходимо висновку про існування у суб'єкті якщо не системи, то деякого досить складного набору комунікативних та інтерактивних функцій, за допомогою яких індивід являє себе собі

та іншим учасникам ситуацій і цим забезпечує собі результат, що тією чи іншою мірою наближається до його власних вихідних установок у плані вподобаного (бажаного) результату.

За такого підходу поняття «особистість» із категорії буттєвих сутностей переходить у ряд атрибутів суб'єкта як організуючого начала життєдіяльності індивіда, і саме поняття, що виражається іменником «особистість», перетворюється на прикметник «особистісний», у якому, власне, і відображається ідея належності дії певній особі.

Сформульоване нами раніше положення про розгортання психічного у будь-якому акті психічного відображення [4] дає підстави вважати присутність у кожному психічному акті ідеї суб'єкта, яка у кожному конкретному випадку містить його рефлексовану частину у вигляді переживання функціональності власного «Я», яке і є тим самим конкретним «носієм діяльності та пізнання» конкретної особи.

Слідуючи сформульованому нами положенню про розгортання як основний принцип здійснення психічного в імпресивній чи експресивній активності, ми можемо вважати, що суб'єкт як такий не просто являє себе через функціональність «Я» об'єктивній дійсності, а співвідносить себе з нею як контекстуальним середовищем у вигляді відповідного перцептивного образу ситуації і себе в ній як «Я» у значенні її смислотворчого фактору.

Така співвіднесеність актуалізує у суб'єкті практично всі потенційні функціональні механізми, кількість яких є його загальною функціональною характеристикою в діапазоні від \min до \max . Їх вибір відбувається на основі зіставлення смислу ситуації з особистісними смислами індивіда, які у найзагальнішому вигляді є проєкцію інстинкту самозбереження та тотального прагнення до самоствердження на зміст комунікативно-інтерактивної ситуації у її актуальному і перспективному значенні.

Ідея суб'єкта, будучи конкретизованою в ідеї «Я» як центру переживання індивідом своєї суб'єктної буттєвості, стає зрозумілішою за рахунок залучення відрефлексованих значень, які використовуються особою у континуумі інтернальних міркувань на кшталт потоку свідомості та індивідуальних контекстуальних наративів, у ході яких вибудовується ієрархічне уявлення про глибинні смисли як відображення її екзистенційної сутності, як осередка функціональності індивіда.

Досягнення функціональних результатів, будучи відрефлексованим у внутрішньомовленнєвої діяльності та бесідах зі «значимими іншими», включається до змісту суб'єктивної реальності та створює основу для мотивування у значенні «упредмеченої потреби».

Дані міркування можна використовувати для попередніх висновків про особистість

шляхом використання таких парних схем, як «Суб'єкт = Я», «Я = особистісні смисли», «Особистісний (і) смисл (и) = мотив (и)».

Убачаючи в понятті особистості не онтологічну сутність, а такий атрибут суб'єкта, як «особистісність», тобто притаманний особі, на даному етапі нашого досить умоглядного аналізу ми можемо вказану атрибутивну характеристику відтворити в термінах Я-концепції, особистісних смислів, мотивів, отримавши такі парні схеми, як «Особистісність = Я», «Особистісність = особистісні смисли», «Особистісність = мотиви».

Завдяки зазначеним конкретизаціям поняття «суб'єкт», будучи відтвореним за допомогою понять «Я», «особистісний смисл», «мотив» стосовно сфери міжособистісних взаємовідносин, де, власне, й існує його поведінкова «особистісність», ми можемо, використовуючи відповідні методики, отримати цілком повноцінні його емпіричні характеристики. До таких методик можна віднести, наприклад, тест міжособистісних взаємовідносин Лірі, тест «Ціннісні орієнтації» Рокіча, «Список особистісних переваг» А. Едвардса, «Форма з вивчення особистості» Д. Джексона (PRF), «Опитувальник для вимірювання аффіліативної тенденції та чутливості до відкидання» А. Мехрабіана тощо.

Мотив як такий визначається або умовами ззовні заданого завдання, що приймається індивідом не без впливу особистісних смислів і, отже, образу «Я» в її контексті, або завдання, сформульованого ним самим, у плані її вибору як об'єкта, на який спрямовані дії, сформовані з різним ступенем наближення до логіки об'єкта та можливих його трансформацій залежно від задачних умов. Бачення у завданні не лише умови, а й мету її розв'язання, створює в індивіда цільову установку, що актуалізує відповідні суб'єктні механізми стосовно конкретних задачних умов із поправкою на низку її додаткових атрибутів.

Від цього моменту процес розгортання, здійснюваний як ментальна активність, спрямована на перебір вже сформованих функцій з урахуванням вимог майбутнього результату, відбувається навколо основної ідеї завдання у плані пошуку прийнятної системи дій, які спіраються на відповідні функції загального та соціального інтелекту.

Процес вирішення завдань, даних у континуумі соціальних, переважно міжособистісних комунікативно-інтерактивних ситуацій, будучи основною суб'єктно-об'єктною реальністю буття, можна розглядати не тільки як континуальну даність, а й як передумову виникнення діалектичних протиріч у значенні основної детермінанти суб'єктного розвитку індивіда.

Виходячи з ідеї шкільного навчання та соціального навчання [20] як основної детер-

мінанти приросту суб'єктних функцій, ми не можемо залишити без уваги значення міжособистісних контактів у системах «учитель/учителі – учень/учні» (заклад освіти) та «статусна особа/статусні особи – соціумний індивід/соціумні індивіди», у яких найповніше відображається рівень загальної та комунікативної культури того чи іншого соціуму, які й є контекстуальним модератором найбільш поширених поведінкових схем у даному соціокультурному середовищі, створюючи цим самим так звану модальну особистість (Р. Ф. Бенедикт, А. Кардінер) – найбільш поширений тип особистості в даному соціокультурному середовищі.

Такі контакти, у яких ми вбачаємо «дотик» суб'єктності всіх учасників комунікацій та інтеракцій, є потужною детермінантою розвитку суб'єктності кожного з них у плані виявлення та присвоєння результативних комунікативних та інтерактивних дій, проте лише у разі їх цільової та функціональної зрозумілості.

У цьому разі на перший план висувається розумовий складник, представлений загальним і соціальним інтелектом, що передбачає здатність емпатичного проникнення у ментальність іншого комуніканта, певного передбачення його комунікативних та інтерактивних дій, згоди чи незгоди з ними тощо, що в принципі відтворюється у механізмах соціального наuczіння, які сходять, за Альбертом Бандурою, до взаємопов'язаних процесів уваги (визначають, що вибірково спостерігається і що конкретно відбирається з безлічі модельних впливів), збереження (запам'ятовування та збереження спостережуваної поведінки в довгостроковій пам'яті за допомогою символів), моторно-репродуктивних (перетворення символічних уявлень на відповідні дії) та мотиваційних (відтворення поведінки, що призводить до позитивних результатів) процесів.

Якщо слідувати цим міркуванням, то ми повинні визнати, що сформовані за допомогою соціального наuczіння функції не лише збагачують функціональні можливості індивіда, а й є вказівкою на особливості змістовного боку суб'єкта як осередка його базальних та соціумних функцій.

Звертаючись до попередніх міркувань, апелюючи до понять «Я», «особистісний зміст», «мотив», «мета» і «дія», ми можемо співвіднести явища соціального наuczіння з ідеєю розгортання як основного функціонального принципу психічного відображення. Згідно з таким співвідношенням у рух приходять і образ «Я», і особистісні смисли, і мотиви, і цілі, і дії, відчуваючи на собі вплив «навчального ситуативного контексту», з якого вибираються ті моменти, які є найбільш інформативними для самовідчуття (самосприйняття) «Я» у контексті цієї ситуації та комунікативно-інтерактивного завдання, представленого в ній.

Якщо за основу взяти базальний імператив існування, що виражається в інстинкті самозбереження та його конкретизації у прагненні до самоствердження у соціумному середовищі у вигляді пошуку та заняття «місця під сонцем», то ми можемо виявити два основні варіанти слідування йому: шлях домінантного підпорядкування обставин собі чи недомінантне пристосування до них як засіб посилення своєї суб'єктності задля як самозбереження, так і самоствердження.

Формулюючи положення про переживання індивідом своєї домінантності/недомінантності, ми тим самим підкреслюємо ідею імпліцитної суб'єктності індивіда, що сходить до первісного («природного») самовідчуття, заснованого на якості організованих процесів і апробування його на найближчому оточенні як найбезпечнішому з усіх оточень.

Відточування дитиною вихідних поведінкових навичок шляхом спроб і помилок, як правило, на найслабшій ланці у найближчому сімейному оточенні формує відповідний емоційно-динамічний стереотип, що відображає глибинне самоставлення у розрізі розв'язання комунікативно-інтерактивних завдань, де, власне, і формується набір результативних функцій, що співвідносяться зі своєю здатністю витримувати психоемоційні навантаження, які викликаються обставинами поточної ситуації та її передбачуваними наслідками.

Постійна наявність емоційно-динамічного патерну відкрита індивіду як його готовність до актуалізації суб'єктної функції, що відповідає змісту ситуації у розрізі його власної присутності в ній. Отримуваний результат, оцінюваний індивідом з урахуванням зіставлення планованого і досягнутого, перетворюється на потенційний стимул актуалізації аналогічних поведінкових реакцій у наступних ситуаціях.

Зі сказаного випливає, що переживання індивідом своєї суб'єктності, що сходить до її природної основи, є наслідком функціональної системи «суб'єкт – результат», дієвість якої санкціонується самим суб'єктом не просто на основі права вихідного «хочу» ініціатора, а й ступеня збігу самооцінки з оцінкою учасників ситуації як психологічної винагороди за виконання дій під час вирішення комунікативно-інтерактивного завдання, тобто виникнення наміру супроводжується передбаченням не тільки результату, а й винагороди за нього у вигляді відповідної самооцінки, підвищення самоповаги та рівня домагань.

Розглядаючи винагороду як системну реакцію на вдалу дію, яка виконує роль зворотного зв'язку, під час більш уважного розгляду ми виявляємо в ній деякий еквівалент вихідного наміру, що містить суб'єктну модель результату.

Такі міркування приводять нас до висновку про вербалізацію наміру як процедуру експлі-

кування суб'єктної функції, що зазнає впливу з боку образу «Я», особистісних смислів, мотиву, мети діяча, поданих із різним ступенем рефлексивності відповідно до рівня розвитку мовлення як основного механізму свідомості.

Якщо це так, то внутрішня мовленнєва активність індивіда є тим моментом, який формує його суб'єктність із подальшим виходом на його особистість через рефлексивне ставлення до свого «Я», своїх цінностей у складі особистісних смислів, мотивів тощо.

Розглядаючи внутрішнє говоріння, у якому здійснюється думка індивіда, як реальну матерію його суб'єктивної реальності, ми можемо вважати його відображенням особливостей суб'єкта, у якому він постає у вигляді потоку образів (перцептивних, репрезентативних), поєднаних із номінативними мовленнєвими конструкціями, готовими будь-якої миті перетворитися на репліку діалогу або на повноважний нарратив, якщо цього вимагатиме ситуація [3, с. 144].

За такого підходу до розгляду проблеми відкритості суб'єкта, який розуміється як осередок буттєвих та соціумних функцій, що реалізуються у руслі його емоційно-динамічного патерну, з'являється можливість розмірковувати про його особливості на підставі відповідної мовної продукції, що не просто утворює матерію «мовної особистості» (Ю. М. Караулов), будучи показником загальної та мовної культури індивіда, а й є основою розгляду специфіки його свідомісних процесів у термінах послідовності логічних суб'єктів та їх розкриття за допомогою відповідних логічних предикатів залежно від стану суб'єктивної реальності та її змін під впливом певних «хвилювань душі», які визначають змістовний рух суб'єктивної реальності.

Віддаючи данину щирому прагненню відтворити в теорії канонічної психології цілісність особистості в усіх різноманітних її проявах у континуумі життєдіяльних ситуацій, ми все ж таки повинні звернути увагу на неминучість звернення до відповідних теоретичних конструктів, які, будучи вже створеними, перетворюють психологічну процесуальність на деякий «зріз» із неї. Момент створення зрізу, у якому неминуче відображена ідея «зупиненого буття», передбачає, що за першим зрізом мають бути інші зрізи, за допомогою яких динамічне ціле перетворюється на послідовність статичних «зрізових» конструктів.

Такі міркування змушують читача чекати на появу якогось особливого підходу, у руслі якого цілісність особистості буде якимось чудовим чином відтворена без звернення до її складників.

Не претендуючи на створення такого підходу, все ж таки зауважимо, що ознака цілісності особистості присутня у її мовленнєвій

діяльності у значенні постійно діючого механізму здійснення свідомості, психологічним осередком якої є суб'єкт, даний кожній особі у переживанні себе, як «Я».

За нашою теоретичною концепцією, «Я» індивіда являє собою накопичення смислів, що «проростають» у поведінку у вигляді комунікативних та інтерактивних функцій, які сходять до імперативної логіки біосоціальної істоти як суб'єкта самозбереження та самоствердження. Процес такого «проростання» уявляється нам як континуум мовленнєвої діяльності за здійснення свідомості в плані предиккування – уявного оснащення змістовними ознаками (предикатами) предмета думок, що обертаються довкола того, що утворює зміст життя індивіда в даний період часу, і становлять основну канву міркувань та «думання» індивіда.

Уважаючи, що найвищого «напруження» таке «думання» набуває в моменти зосередженості індивіда і, отже, усього суб'єкта на емоційних переживаннях і пошуку способів їх вираження у відповідній поетичній мовленнєвій продукції, де, висловлюючись у душі Мартіна Гайдеггера, мова опосередковує буття людини («мова говорить людям»), ми звернулися до зразків поетичної творчості як прикладів відображення «істини буття» (Гайдеггер) у заломленні через індивідуальне, особистісне, суб'єктне світосприйняття. Згідно з аналізом Гайдеггера, у Фрідріха Гельдерліна вона зосереджена на безнадійно пристрасному коханні до Сюзетт Гонтар (Діотіма), у Райнера Марії Рільке – на поєднанні музики, поезії та живопису, у Георга Тракля – на трагічності світосприйняття.

Уважаємо, що основна лінія думки індивіда, продиктована індивідуальним трактуванням «істини буття» у її різних поведінкових варіаціях, що виходить на поверхню комунікативно-інтерактивної активності у вигляді мовленнєвої маніфестації імпліцитно даних особистісних смислів, являє собою основну психологічну даність, що має безпосередню співвіднесеність із суб'єктом як осередком життєво важливих функцій у плані організмичного самозбереження та соціумного самоствердження. Ця даність об'єктивує себе в деякій послідовності нарративів, розташованих у тому чи іншому континуумі ситуацій життєдіяльності навколо основної «істини буття».

Висновки з проведеного дослідження.

Прагнення індивіда до стабільності свого існування є основною умовою його життєзабезпечення і у найзагальнішому вираженні полягає у двох основних імперативах – самозбереженні та самостверженні, які виявляють себе в забезпеченні адаптивної поведінки шляхом суб'єктного моделювання ситуації у просторі перетину об'єктивної і суб'єктивної реальності.

Апелювання до осередку всіх вітальних і соціумних функцій індивіда, здійснення яких забезпечує йому біосоціальне існування, позначуваного терміном «суб'єкт», уможливорює перевід поняття «особистість» із категорії буттєвих сутностей у розряд атрибутів суб'єкта як організуючого начала комунікативно-інтерактивних взаємовідносин індивіда в континуумі соціумних ситуацій.

Основна лінія ментальної активності індивіда як відображення «істини буття» у заломленні через суб'єктне світосприйняття спрямована у внутрішньомовленнєвій активності на вибір уже сформованих функцій та їх припасування до вимог майбутнього результату відповідно до основної ідеї комунікативно-інтерактивного завдання.

Суб'єктна парадигматика особистості в комунікативно-інтерактивному вимірі виявляє себе у континуумі внутрішньомовленнєвій діяльності за здійснення свідомості у плані предиктування – уявного оснащення змістовними ознаками (предикатами) предмета думок, що обертаються довкола того, що утворює зміст життя індивіда в даний період часу, і становлять основну канву міркувань та «думання» індивіда.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Балл Г.О., Мєдінцев В.О. Особистість як індивідуальний модус культури і як інтегративна якість особи. *Горизонти освіти*. 2011. № 3. С. 7–14.
2. Велитченко Л. Буттєві концепти як суб'єктний зміст буття особистості. *Науковий вісник ПНПУ ім. К.Д. Ушинського*. 2019. № 29. С. 18–35.
3. Велитченко Л.К. Психологічні основи педагогічної взаємодії : дис. ... д-ра. психол. наук : 19.00.07 ; Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2006. 508 с.
4. Велитченко Л.К. «Розгортання» як загальний принцип здійснення психічного. *Development and modernization of pedagogical and psychological sciences: experiance of Poland and prospects of Ukraine*. Collective monograph. Volume 1. Lublin, Izdevnieciba «Baltija Publishing», 2017. P. 86–100.
5. Вернік О.Л. Життєва ситуація в життєдіяльності особистості. *Актуальні проблеми психології*. 2017. Т. IX. Вип. 10. С. 336–346.
6. Гончарова Г.О., Ларіонов С.О. Система ставлень особистості: теоретичні аспекти дослідження. *Право і безпека*. 2017. № 1(64). С. 130–134.

7. Грані людського буття: позитивні та негативні виміри антропокультурного : монографія / Є.І. Андрос та ін. Київ : Наук. думка, 2010. 349 с.

8. Демченко І.О. Адаптивна поведінка як фактор ефективної діяльності уповноваженої особи в умовах епідемії (пандемії). *Вісник Луганського державного університету внутрішніх справ імені Е.О. Дідо-ренка*. 2021. № 4(96). С. 217–226.

9. Козаков В.А. Психологія діяльності та навчальний менеджмент : підручник : у 2-х ч. Ч. 1. Психологія суб'єкта діяльності. Київ : КНЕУ, 1999. 244 с.

10. Лукашевич О.А. Філософська герменевтика й проблеми теоретичного джерелознавства. *Totallogy-XXI. Постнекласичні дослідження*. 2013. № 29. С. 318–325.

11. Максименко С. Психологія особистості: парадигма життєтворення. *Психологія і суспільство*. 2006. № 4(26). С. 8–52.

12. Москаленко В.В. Єдність типового і індивідуального як атрибута особистості. *Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості*. 2020. Т. VI. Вип. 17. С. 25–32.

13. Москаленко В.В. Соціалізація особистості : монографія. Київ : Фенікс, 2013. 540 с.

14. Мусатов С.О. Метапсихологічні витоки комунікативного вибору особистості. URL: <https://lib.iitta.gov.ua> > МЕТАПСИХОЛОГІЧН...

15. Особистісний вибір: психологія відчаю та надії / за ред. Т.М. Титаренко. Київ : Міленіум, 2005. 336 с.

16. Рибалка В.В. Теорії особистості у вітчизняній психології та педагогіці : навчальний посібник. Одеса : Букаєв В.В., 2009. 575 с.

17. Роменець В.А. Вчинок і постання канонічної психології. *Людина. Суб'єкт. Вчинок: Філософсько-психологічні студії* / за заг. ред. В.О. Татенка. Київ : Либідь, 2006. С. 11–36.

18. Татенко В.О. Суб'єктно-вчинковий підхід як форма соціально-психологічного мислення. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2017. Вип. 39(42). С. 26–38.

19. Фурман А.В. Метатеоретична реконструкція предметного поля канонічної психології. *Психологія особистості*. 2019. № 1(10). С. 5–21.

20. Estes W.K. Classification and cognition. New York, Oxford : Oxford University Press, 1994. 282 p.

21. Maddi S.R. Personality theories: a comparative analysis. Pacific Grove : Brooks/Cole Publishing Company, 1996. 586 p.

ПРОЯВИ КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ ЗАЛЕЖНО ВІД МЕХАНІЗМІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАХИСТУ ОСОБИСТОСТІ

MANIFESTATIONS OF THE COPING BEHAVIOR DEPENDING ON THE MECHANISMS OF PSYCHOLOGICAL PROTECTION OF PERSONALITY

У статті копінг-стратегії поведінки та механізми психологічного захисту розглядаються у тісному взаємозв'язку. Регуляція поведінки в проблемній ситуації може бути здійснена за рахунок копінг-стратегій, тобто свідомої оцінки ситуації, свідомого прийняття рішення щодо зміни самої ситуації чи власної поведінки, або за рахунок механізмів психологічного захисту, тобто несвідомих процесів. Розкриття механізмів регуляції поведінки особистості в напруженій ситуації на основі копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту дасть змогу сформулювати ефективні рекомендації щодо формування адаптивних способів вирішення проблем.

У рамках емпіричного дослідження використано методику «Копінг-тест» Р. Лазаруса та С. Фолкмана та методику «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчіка, Х. Келлермана, Х.Р. Конте. До участі у дослідженні залучено 58 осіб юнацького та зрілого віку. Із метою статистичної обробки результатів використано методи: критерій U Манна – Уїтні, коефіцієнт рангової кореляції Спірмена.

Аналіз результатів указує на наявність переваги захисних механізмів заміщення і витіснення у осіб юнацького віку та механізму заперечення – у осіб зрілого віку. Виявлено наявність значущого статистичного зв'язку копінг-стратегій поведінки з механізмами психологічного захисту. У ситуації застосування конфронтаційного копіngu досліджувані відкрито виражають свою активну позицію. Особистість, дистанціюючись від проблеми, не схильна вдаватися до усвідомлення ситуації, поведінки та травмуючих переживань. Пошук соціальної підтримки компенсує неспроможність особистості впоратися із ситуацією. Прийняття відповідальності пов'язане з підвищенням значення власної ролі у вирішенні проблемної ситуації, що виступає компенсацією. Стратегія уникнення проблем позбавляє особистість переживань, пов'язаних із травмуючою ситуацією. Використання стратегії планування вирішення проблем за вдавання особистості до інтелектуалізації призводить до аналітичного трактування і виправдання несприятливих обставин як сприйнятливих.

Ключові слова: особистість, копінг-поведінка, психологічний захист, напружена ситуація, активність.

In the scientific article are considered in a close relationship the coping strategies of behavior and the psychological mechanisms. Regulation of behavior in a problematic situation can be carried out through coping strategies, i.e. conscious assessment of the situation, conscious decision-making to change the situation itself or one's own behavior, or through psychological defense mechanisms, i.e. unconscious processes. Disclosure of the mechanisms of regulation of personal behavior in a stressful situation based on coping strategies and psychological protection mechanisms will allow the formation of effective recommendations for the formation of adaptive ways of solving problems.

As part of the empirical research, the «Coping Test» by R. Lazarus and S. Folkman and the «Life Style Index» by R. Plutchik, H. Kellerman, H.R. Conte were used. 58 young and mature people participated in the study. In order to statistically process the results, the following methods were used: Mann-Whitney test and Spearman's rank correlation.

The analysis of the results indicates the presence of the superiority of protective mechanisms of substitution and displacement in persons of youthful age and the mechanism of denial in persons of mature age. The presence of a significant statistical relationship between coping behavior strategies and psychological protection mechanisms was revealed. In the situation of using confrontational coping, the subjects openly express their active position. The personality, distancing itself from the problem, does not tend to resort to awareness of the situation, behavior and traumatic experiences. Seeking social support compensates for the individual's inability to cope with the situation. Accepting responsibility is associated with increasing the value of one's own role in solving a problem situation, which acts as compensation. The strategy of avoiding problems relieves the individual of the experiences associated with the traumatic situation. The use of a strategy of planning to solve problems while pretending to intellectualize the personality leads to the analytical interpretation and justification of unacceptable circumstances as susceptible.

Key words: personality, coping behavior, psychological protection, stressful situation, activity.

УДК: 159.923.2
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.14>

Ільницька Л.А.

старший викладач кафедри теорії та методики практичної психології, ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

Постановка проблеми. Проблема регуляції поведінки турбує вчених із давніх-давен і набуває особливої актуальності у сьогоднішні стресогенні дні. Управління поведінкою може бути здійснено як за рахунок свідомої оцінки ситуації та свідомого прийняття рішення щодо зміни самої ситуації чи власної поведінки, що в проблемній ситуації втілюються у стратегіях копінг-поведінки, так і за рахунок несвідомих процесів – механізмів психологічного захисту. Пізнання

аспектів психологічного захисту у зв'язку з переважаючими копінг-стратегіями в поведінці особистості являє собою значний науковий інтерес. Розкриття механізмів регуляції поведінки особистості в напруженій ситуації дасть змогу сформулювати ефективні рекомендації щодо формування адаптивних способів вирішення проблем.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Розкриттю проблеми копінг-стратегій поведінки присвячено здобутки відомих учених:

Х. Вебера, Л. Лазаруса, А. Маслоу, Ю.І. Фельдмана, С. Фолкмана, Г. Хайнеса та ін. Проблема копінг-поведінки у зв'язку з механізмами психологічного захисту широко представлена у вітчизняних працях В.Ф. Боснюк, Т. Крюкової, А. Меднікової, Т. П. Рисинець, Л. В. Степаненко та ін.

Для визначення адаптаційної поведінки людини у напруженій ситуації у науковій літературі широко застосовуються терміни «копінг-поведінка», «копінг-стратегії», «копінг». В основі термінів лежить англійське *cope* – долати. В історії психологічної науки особливу увагу проблемі копінг-стратегій поведінки приділили С. Фолкман та Л. Лазарус. Вони розглядали копінг-стратегії як стратегії регуляції взаємодії особистості із середовищем [6].

Копінг-поведінка та механізми психологічного захисту – це два механізми, що мають тісний зв'язок і забезпечують регуляцію діяльності, але на різних рівнях – свідомому та несвідомому. Результатом регуляції діяльності за допомогою копінг-стратегій виступає свідомо трансформація ситуації з метою задоволення потреб, тоді як результатом роботи механізмів психологічного захисту є несвідома і часто некоректна трансформація образу дійсності для зниження психічного напруження. Із досвідом оволодіння успішною копінг-поведінкою відбувається заміна пасивних механізмів захисту активними копінг-стратегіями, що забезпечує адаптивність особистості та здійснення регуляції поведінки більш високого ступеня [3].

Якщо копінг-стратегії являють собою активну форму адаптаційної поведінки, що спрямована на активне управління ситуацією з метою задоволення власних потреб, то механізми психологічного захисту є пасивною формою адаптації, орієнтованою на зниження психічного напруження. Копінг-поведінка вимагає від особистості мобілізації сил і залучення пізнавальних та емоційно-вольових ресурсів і дає змогу гнучко пристосовуватися до швидкоплинних процесів. Захисні механізми, працюючи на несвідомому рівні, не вимагають від особистості внеску свідомих ресурсів, але й не відрізняються пластичністю і не забезпечують гнучку адаптацію до психологічно напруженої ситуації. Якщо вимоги ситуації перевищують можливості особистості щодо її ефективного подолання, то психіка замість адаптивних копінг-стратегій удається до механізмів психологічного захисту [2].

В основі копінг-стратегій та механізмів захисту лежать тотожні механізми, завдання яких – забезпечити цілісність особистості та пристосувальну реакцію у стресовій ситуації. Свідомі та несвідомі форми регуляції поведінки в напруженій ситуації мають свої функціональні особливості. Ситуативну реакцію забезпечують механізми психологічного захисту, а стра-

тегії копінг-поведінки визначаються не лише ситуативними, а й особистісними чинниками [4; 5]. У проблемній ситуації копінг-стратегії та механізми психологічного захисту можуть компенсуватися та інтегруватися, що залежить від індивідуальних особливостей та зрілості типів реагування [1].

Постановка завдання. Метою роботи є дослідження індивідуальних особливостей копінг-поведінки залежно від механізмів психологічного захисту особистості.

Завдання дослідження:

1) установити наявність значимого статистичного зв'язку між типами копінг-стратегій та механізмами психологічного захисту особистості;

2) визначити специфіку прояву домінуючих копінг-стратегій залежно від механізмів психологічного захисту, які застосовує особистість.

Виклад основного матеріалу дослідження. У рамках емпіричного дослідження нами було використано методик «Копінг-тест» Р. Лазаруса та С. Фолкмана (адаптація Т. Л. Крюкової, Є.В. Куфтяк, М. С. Замишляєвої) та методик «Індекс життєвого стилю» (Life Style Index, LSI) Р. Плутчіка, Х. Келлермана, Х. Р. Конте. До участі у дослідженні було залучено 58 осіб юнацького та зрілого віку від 17 до 54 років. Із метою статистичної обробки результатів було використано методи: критерій U Манна – Уїтні, коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Обробка результатів здійснена за допомогою програмного забезпечення IBM SPSS Statistics 20.0.

Вибірку становили 43% осіб юнацького віку та 57% осіб зрілого віку, 81% осіб жіночої статі та 9% осіб чоловічої статі. Порівняння проявів стратегій копінг-поведінки та механізмів психологічного захисту за віковим критерієм відображено в табл. 1. За допомогою критерію U Манна – Уїтні виявлено статистично значимі відмінності між юнаками (17–25 років) та особами зрілого віку (26–54 років) у прояві механізмів заперечення, витіснення і заміщення.

Зрілим особам на відміну від юнаків більш властиво вдаватися до механізму заперечення ($U=295,5$; $p=0,064$). У цілому заперечення як механізм психологічного захисту є раннім механізмом долання неприємностей. Однак і в зрілому віці замість адаптації до ситуації людина може вдаватися до заперечення реальних фактів, викривлення реальної картини світу. Перевага механізму заперечення у зрілих осіб порівняно з юнаками може бути пояснена більшим рівнем гнучкості і легкістю пристосування особистості до умов дійсності в юнацькому віці поряд із більшою стереотипністю і неготовністю до змін у зрілому віці. Виявлено позитивний кореляційний зв'язок механізму заперечення з механізмом інтелектуалізації ($r=0,290$; $p\leq 0,05$), який притаманний більшою мірою зрі-

Таблиця 1

Прояв копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту у осіб різного віку

Параметр	Критерій U Манна-Уїтні	Рівень значимості	Медіана	
			Особи юнацького віку	Особи зрілого віку
Кп	367,5	0,475	56	56
Дис	349,5	0,319	61	56
Сам	295	0,63	62	71
Псп	314,5	0,122	61	67
Пв	393,5	0,763	67	67
Ву	388	0,699	63	58
Пвп	327	0,177	67	78
Пп	382	0,629	67	67
Зап	295,5	0,064	79	90
Вит	247,5	0,009	87	63
Рег	328	0,181	88	85
Ком	333	0,205	95	88
Пр	396	0,794	46	36
Зам	269,5	0,024	97	86
Інт	370,5	0,505	76	76
Ру	387	0,686	91	76

Примітки. 1) Умовні позначення копінг-стратегій: Кп – конфронтаційний копінг; Дис – дистанціювання; Сам – самоконтроль; Псп – пошук соціальної підтримки; Пв – прийняття відповідальності; ВУ – втеча-уникнення; Пвп – планування вирішення проблеми; Пп – позитивна переоцінка. 2) Умовні позначення механізмів психологічного захисту: Зап – заперечення; Вит – витіснення; Рег – регресія; Ком – компенсація; Про – проєкція; Зам – заміщення; Інт – інтелектуалізація; Ру – реактивне утворення

Таблиця 2

Значущі коефіцієнти кореляції між показниками копінг-стратегій та показниками психологічного захисту

Копінг-стратегії	Механізми психологічного захисту							
	Зап	Вит	Рег	Ком	Пр	Зам	Інт	Ру
Кп								-0,273*
Дис					0,362**			
Сам						-0,265*		
Псп				0,267*				-0,255*
Пв				0,364*				
Ву			0,267*					-0,305*
Пвп							0,318**	
Пп								

Примітки. 1) Позначка ** свідчить про коефіцієнт кореляції на рівні $p \leq 0,01$, позначка * – $p \leq 0,05$. 2) Умовні позначення копінг-стратегій: Кп – конфронтаційний копінг; Дис – дистанціювання; Сам – самоконтроль; Псп – пошук соціальної підтримки; Пв – прийняття відповідальності; Ву – втеча – уникнення; Пвп – планування вирішення проблеми; Пп – позитивна переоцінка. 3) Умовні позначення механізмів психологічного захисту: Зап – заперечення; Вит – витіснення; Рег – регресія; Ком – компенсація; Пр – проєкція; Зам – заміщення; Інт – інтелектуалізація; Ру – реактивне утворення

лому віку і полягає у логічному, розсудливому поясненні людиною своєї поведінки і реакцій та аспектів ситуації і тим самим підкріплює можливість створення викривленої та зручної для особистості картини ситуації.

Витіснення як механізм психологічного захисту властивий переважно представникам юнацького віку порівняно зі зрілим віком ($U=247,5$; $p=0,009$). Витіснення, як і заперечення, відноситься до основних форм пси-

хологічного захисту. Витіснення дає змогу людині на психічному рівні відгородитися від напружених чинників, неможливих до реалізації імпульсів і бажань, неподоланих конфліктів, фруструючих ситуацій. Витіснення має прямий статистичний зв'язок із механізмом заміщення ($r=0,306$; $p \leq 0,05$). Забуваючи істинну проблему, людина переводить увагу на інші форми активності, які не є фруструючими, і заміщує або об'єкт, або потребу.

Заміщення як провідний захисний механізм домінує у юнаків на відміну від зрілих осіб ($U=269,5$; $p=0,024$). Особистість удається до заміщення в тому разі, коли є неможливою реалізація поведінки, дій, емоцій і почуттів по відношенню до певного об'єкта. Таким чином, дії, емоції і почуття переносяться на інший, іррелевантний об'єкт. Заміщення, так само як і витіснення, виявлені переважно у юнаків порівняно з особами зрілого віку.

Не встановлено значимих статистичних відмінностей у застосуванні копінг-стратегій залежно від віку досліджуваних. Відсутні статистичні відмінності у прояві копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту залежно від статі.

Таким чином, юнаки на відміну від зрілих осіб відрізняються перевагою захисних механізмів заміщення і витіснення, а особам зрілого віку більш притаманно вдаватися до механізму заперечення.

Результати статистичного аналізу кореляційних зв'язків копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту наведено в табл. 2.

Підтверджено негативний статистичний зв'язок конфронтаційного копінгу з механізмом реактивного утворення ($r=-0,273$; $p\leq 0,05$). Оскільки конфронтація передбачає пряму агресивну позицію задля досягнення власних інтересів, то така позиція не потребує підміни соціально не схвалюваних спонукань протилежними, соціально прийнятними.

Копінг-стратегія дистанціювання позитивно корелює з проєкцією ($r=0,362$; $p\leq 0,01$). За рахунок дистанціювання людина намагається відгородитися від проблемної ситуації та знизити ступінь її особистої значимості. Дистанціюючись від проблеми, особистість прагне не вдаватися до усвідомлення ситуації та своєї поведінки. Не прагнучи усвідомити як саму ситуацію, так і свої думки, почуття, мотиви і бажання, людина відкидає їх на свідомому рівні і несвідомо приписує іншим, оберігаючи себе від травмуючих переживань.

Стратегія самоконтролю має від'ємну кореляцію із заміщенням ($r=-0,265$; $p\leq 0,05$). Особи з високим рівнем самоконтролю у поведінкових реакціях не прагнуть до реалізації пригнічених імпульсів за допомогою іншого, більш доступного об'єкта. Високий самоконтроль дає змогу особистості здійснювати регуляцію поведінки за рахунок свідомих, вольових, спланованих дій.

Пошук соціальної підтримки властивий особам із переважаючою компенсацією ($r=0,267$; $p\leq 0,05$) і відсутністю схильності до реактивного утворення ($r=-0,255$; $p\leq 0,05$). Особистість звертається до соціальної підтримки, компенсуючи, таким чином, власну неспроможність упоратися із ситуацією. На відміну від прямого інфантильного вираження негативних переживань через механізм реактивного утво-

рення пошук соціальної підтримки вимагає від людини ефективної соціальної взаємодії задля досягнення солідарності з боку оточення та готовності оточення до емоційного співпереживання та/або дієвої допомоги.

Прийняття відповідальності позитивно корелює з компенсацією ($r=0,364$; $p\leq 0,05$). Компенсація як несвідоме прагнення особистості до успіху підвищує значення своєї власної ролі у вирішенні проблемної ситуації і стає основою готовності особистості до прийняття відповідальності за самостійне розв'язання напруженої ситуації, яка склалася.

Стратегія «втеча – уникнення» значимо пов'язана з механізмом регресії ($r=0,267$; $p\leq 0,05$) і характеризується від'ємним статистичним зв'язком із реактивним утворенням ($r=-0,305$; $p\leq 0,05$). Регресія як повернення до інфантильних моделей поведінки орієнтує дорослу особистість на уникнення чинників напруженої ситуації замість свідомої та активної зміни умов або своєї поведінки. Стратегія уникнення проблем позбавляє особистість переживань, пов'язаних із травмуючою ситуацією. Отже, стає неактуальною необхідність трансформування неприйнятних емоцій і думок у протилежні, соціально схвальні. Цим пояснюється невираженість механізму реактивного утворення у осіб із переважаючим типом копінг-поведінки «втеча – уникнення».

Використання стратегії планування вирішення проблем тісно пов'язана з механізмом психологічного захисту «інтелектуалізація» ($r=0,318$; $p\leq 0,01$). Довільні дії, спрямовані пошук шляхів подолання проблеми, потребують аналітичного підходу до оцінки ситуації. Однак та сама здатність людини до аналітико-синтетичного мислення за вдавання особистості до захисного механізму інтелектуалізації призводить до аналітичного трактування і виправдання несприйнятливих обставини як сприйнятливих. Використання продуктивних копінг-стратегій і непродуктивних захисних механізмів свідчить про неадаптивну поведінку.

Таким чином, аналіз результатів емпіричного дослідження указує на наявність переваги захисних механізмів заміщення і витіснення у осіб юнацького віку порівняно з особами зрілого віку, яким більш властиво вдаватися до механізму заперечення. Не встановлено значимих статистичних відмінностей у застосуванні копінг-стратегій залежно від віку досліджуваних. Відсутні статистичні відмінності у прояві копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту залежно від статі. Виявлено наявність значущого статистичного зв'язку копінг-стратегій поведінки з механізмами психологічного захисту.

Висновки з проведеного дослідження.

1. Виявлено значущий позитивний зв'язок копінг-стратегії дистанціювання та механізму

проекції, стратегії пошуку соціальної підтримки та копінг-стратегії прийняття з механізмом компенсації, стратегії «втеча – уникнення» з механізмом регресії, стратегії планування вирішення проблем із механізмом психологічного захисту «інтелектуалізація». Підтверджено від'ємний статистичний зв'язок конфронтаційного копіngu з механізмом реактивного утворення, стратегії самоконтролю з механізмом заміщення, стратегії пошуку соціальної підтримки зі схильністю до реактивного утворення.

Визначено наявність переваги захисних механізмів заміщення і витіснення у осіб юнацького віку порівняно з особами зрілого віку, яким більш властиво вдаватися до механізму заперечення. Не встановлено відмінностей у застосуванні копінг-стратегій залежно від віку досліджуваних та відмінностей у прояві копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту залежно від статі.

2. Зрілі особи на відміну від юнаків у разі зіткнення з проблемною ситуацією схильні вдаватися до заперечення реальних фактів і викривлення реальної картини світу. Натомість юнаки схильні до відгородження від напружених чинників і фруструючих ситуацій та до заміщення об'єкта реалізації дій, емоцій і почуттів у ситуації неможливості їх утілення по відношенню до певного об'єкта.

У ситуації застосування конфронтаційного копіngu досліджувані відкрито виражають свою активну позицію і не схильні підмінити соціально не схвалювані спонукання протилежними, соціально прийнятними. Особистість, дистанціюючись від проблеми, не схильна вдаватися до усвідомлення ситуації, своєї поведінки та травмуючих переживань. Особи з перевагою стратегії самоконтролю не прагнуть до реалізації пригнічених імпульсів за допомогою іншого, більш доступного об'єкта. Пошук соціальної

підтримки компенсує неспроможність особистості впоратися із ситуацією. Прийняття відповідальності пов'язане з підвищенням значення власної ролі у вирішенні проблемної ситуації, що виступає компенсацією. Стратегія уникнення проблем позбавляє особистість переживань, пов'язаних із травмуючою ситуацією. Використання стратегії планування вирішення проблем за вдавання особистості до захисного механізму інтелектуалізації призводить до аналітичного трактування і виправдання несприятливих обставини як сприйнятливих.

У подальших дослідженнях актуальним є вивчення особливостей механізмів психологічного захисту у зв'язку з локусом контролю особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Боснюк В.Ф. Зв'язок механізмів психологічного захисту з копінг-стратегіями у рятувальників. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Психологія*. 2011. Вип. 41. С. 33–42.
2. Корсун С.І., Ткачук Т.А. Психологія діяльності працівників податкової міліції : монографія. Київ : Центр учбової літератури, 2013. 194 с.
3. Рисинець Т.П. Етимологія категорій «механізми психологічного захисту» та «копінг-стратегії». *Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка*. 2012. Вип. 1. С. 119–123.
4. Степаненко Л.В. Особливості взаємозв'язку копінг-стратегій та механізмів психологічного захисту в переселенців. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 3. Т. 1. С. 105–109.
5. Степаненко Л.В. Порівняльний аналіз копінг-захисних механізмів психологів у різних стресових ситуаціях. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2021. Вип. 4. С. 17–21.
6. Folkman S., Lazarus R.S. The relationship between coping and emotion: Implications for theory and research. *Social science & medicine*. 1988. Vol. 26. P. 309–317.

ВПЛИВ ВІЙСЬКОВИХ ПОДІЙ НА ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ

IMPACT OF MILITARY EVENTS ON THE MENTAL HEALTH OF CHILDREN

У статті представлено результати дослідження впливу військових подій на психічне здоров'я дітей-переселенців. В умовах війни основним питанням є виживання, а тема безпеки стає ключовою для психічного здоров'я людини через загрозу вітальній та екзистенціальній цілісності. Унаслідок таких ситуацій до особистості висуваються підвищені вимоги до адаптаційних можливостей, стресостійкості, стратегій поведінки. Глибина переживань та руйнівний вплив війни залежать від суб'єктивної значущості травматичної події й наявності індивідуальних захисних механізмів у конкретній особистості. Теоретичний аналіз підходів дав змогу висвітлити поняття психологічної безпеки, яка визначається: адаптаційними процесами, утратою контролю над ситуацією й неможливістю вільно приймати рішення і діяти, присутністю в житті інших людей або, навпаки, відсутністю близьких людей, суб'єктивним відчуттям власного психічного стану. Вплив травматичних чинників на психіку дітей та підлітків пояснюється високою чутливістю та недостатньою сформованістю механізмів психологічного захисту, які спрямовані на мінімізацію наслідків подій та збереження цілісності психіки дитини. Важливими для розуміння впливу військових подій на дітей є дослідження їхнього психологічного стану на основі аналізу малюнків. Дослідження показало, що нівелювати негативні наслідки стресових ситуацій можна за допомогою стимулювання захисних відносин, взаємодії з батьками, значущими дорослими. Сформований досвід захисних відносин можна застосовувати як опору під час надання психологічної допомоги та психологічного супроводу дитини. Психологічний супровід включає: відновлення відчуття безпеки, зміцнення та активізацію психологічних ресурсів дитини, символізацію й інтеграцію досвіду війни в нове життя, активізацію природних механізмів самовідновлення, адаптацію до нового середовища, сприяння творчості.

Ключові слова: вимушені переселенці, емоційний стан, дослідження малюнків, війна, захисні стосунки, психологічний супровід.

The article presents the results of a study of the impact of military events on the mental health of displaced children. In the conditions of war, the main issue is survival, and the topic of security becomes central to human mental health due to the threat to vital and existential integrity. As a result of such situations, increased requirements for adaptation capabilities, stress resistance, and behavioral strategies are placed on the individual. The depth of experiences and the destructive impact of war depends on the subjective significance of the traumatic event and on the presence of individual defensiveness of the person. The theoretical analysis of the approaches made it possible to highlight the concept of "psychological safety", which is determined by: adaptation processes; loss of control over the situation and inability to make decisions and act freely; the presence in the life of other people or, conversely, the absence of the loved ones; subjective feeling of one's own mental state. The impact of traumatic factors on the psyche of children and adolescents is due to the high sensitivity and insufficient formation of psychological defense mechanisms, which are aimed at minimizing the consequences of events and preserving the integrity of the child's psyche. The study of their psychological state based on the analysis of drawings is important for understanding the impact of military events on children. The study showed that it is possible to reduce the negative consequences of stressful situations by stimulating defensive relationships, interaction with parents or significant adults. The formed experience of defensive relationships can be used as a support during the provision of psychological assistance and psychological support to the child. Psychological support includes: restoring a sense of security; strengthening and activation of the child's psychological resources; symbolization and integration of war experience into a new life; activation of natural mechanisms of self-renewal, adaptation to a new environment, promotion of creativity.

Key words: forced migrants, emotional state, analysis of drawings, war, defensive relations, psychological support.

УДК 159.9:378
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.15>

Левченко В.В.

к.філос.н., доцент,
доцент кафедри практичної психології
Київський університет
імені Бориса Грінченка

Луценко О.В.

практичний психолог-методист
ККПНЗ «Київський міський будинок
учителя»;
керівник відокремленого підрозділу
ВГО «Арт-терапевтична асоціація»

Актуальність проблеми. Українці нині переживають складні часи війни, у яких основним питанням стає виживання, а тема безпеки стає ключовою для збереження психічного здоров'я людини. Особистість опиняється перед загрозою цілісності – «вітальної» та «екзистенціальної» [10, с. 501], що ставить під сумнів як фізичне, так і ціннісне існування людини. Існує багато підходів до визначення стану психологічної безпеки в умовах стресу, зокрема: 1) ситуація стресу визначається адаптаційними процесами, здатністю витримувати напругу, інформаційним перенавантаженням, спроможністю вирішувати одночасно декілька завдань; 2) стрес, викликаний обмеженнями, нормами, правилами, немож-

ливістю вільно приймати рішення та вільно діяти; 3) стрес викликає постійну присутність у житті інших людей або, навпаки, відсутність близьких людей; 4) прояви стресу залежать від суб'єктивного пояснення причин стресу та відчуття власного психічного стану; 5) причиною стресу є втрата контролю над ситуацією. Найбільше впливають на психіку дитини у ситуації війни тяжкі форми фізичного насилля, свідками якого стали діти, вибухи снарядів та відчуття напруги, що призводить до пригніченого стану дитини [11]. Тому **метою статті** є дослідження впливу військових подій на психіку дитини, зокрема на її емоційний стан.

Руйнівний вплив стресу залежить від суб'єктивної значущості травматичної події

і наявності індивідуальних захисних механізмів у конкретній особистості. У небезпечних умовах найважливішими формами усунення впливу травматичних подій уважаються механізми психологічного захисту та копінг-стратегія поведінки, що репрезентує механізм опанування [7, с. 463]. Ці форми не є окремими, а доповнюють одна одну й становлять унікальний ансамбль адаптаційних процесів та ресурсів. Так, неусвідомлені дії психологічного захисту спрямовані на посилення психічного комфорту, проте за допомогою копінг-стратегій особистість намагається усунути небезпеку. Взаємодія цих засобів у стресових умовах створює основу долаючої поведінки.

Складність долаючої поведінки полягає у порушенні простору для мислення та здатності до диференціації. Такі зміни мислення впливають на спроможність переробляти інформацію, обробляти досвід, витримувати та контейнувати події реальності. Надважлива роль у системі долаючої поведінки належать також ресурсам, серед яких виокремлюють [8, с. 85]: 1) психологічні ресурси – становлять основу долаючої поведінки, створюють можливість витримувати складні умови, регулювати власний психічний стан (здібності, навички, установки, фізичний стан здоров'я, риси, властивості особистості тощо); 2) соціальні ресурси, що передбачають отримання допомоги від суспільства (соціальна, професійна, матеріальна допомога) та полегшують вплив травматичних подій на особистість. Особливого значення набувають ресурси під час війни, коли порушується соціальна структура з її управлінською функцією. Це негативно впливає на психічний стан дорослих та призводить до втрати почуття безпеки у дітей. Оскільки дитячі реакції на військові події ґрунтуються на сприйнятті стану значущих дорослих, їхні емоційні реакції стають орієнтирами для емоційних проявів дитини – емоційної напруги чи спокою [9, с. 277]. Саме тому на психічний стан дітей можна впливати, допомагаючи дорослим у регуляції психічного стану на шести рівнях: поведінки, емоцій, відчуттів, уявлень, когніцій, міжособистісних відносин [1, с. 23].

Останнє десятиліття в наукових працях [14] усе більше досліджується вплив травматичних чинників на психіку дітей та підлітків, пояснюючи це віковими особливостями, зокрема високою чутливістю та недостатньою сформованістю механізмів психологічного захисту, спрямованих на мінімізацію наслідків подій та збереження цілісності психіки дитини. Тому дитина опиняється незахищеною від несприятливого впливу військових подій.

У науковій літературі стресові події у дитячому та підлітковому віці, такі як жорстоке поводження, насильство, втрата батьків, занедбаність, визначаються терміном «несприятливий

дитячий досвід» (НДД) [15–19]. Існують наукові докази зв'язку наявності несприятливого дитячого досвіду зі здоров'ям, психічними та соціальними проблемами протягом життя [13, с. 148]. Війна є сукупністю несприятливого дитячого досвіду. Діти, які переживають ситуацію війни, накопичують цілу низку несприятливих досвідів, відчуваючи на собі: 1) загрозу, яка діє на відстані та її оцінювання; 2) переживання цієї загрози; 3) результати цих переживань у вигляді фізіологічних та соматичних проявів. Таким чином, війна є потенційно травматичною подією, призводить до секвенційної травми [14], наслідками якої для дитячої психіки є фобії, депресія, соматоформні розлади, залежності як коморбідні розлади.

Одним із фундаментальних досліджень у сфері наслідків несприятливих ранніх дитячих переживань є довготривале лонгітудне дослідження, яке проводилося Центром контролю та профілактики захворювань у США [15]. Дослідники використовували шкалу вимірювання несприятливого досвіду від 1 до 10 за більше ніж 40 критеріями. Результат дослідження показав чітку залежну реакцію: чим більше несприятливого досвіду накопичила дитина, тим більше ризик негативних наслідків для здоров'я у дорослому віці [11]. Цей дитячий негативний досвід призводить до соціальних, емоційних, когнітивних змін у функціонуванні людини, які можуть призвести до ризикованої поведінки, хвороби, інвалідності, порушення соціальних зв'язків, а також до ранньої смерті. Але чинники ризику – це не єдині фактори, які впливають на людину у певний момент часу. Важкі інтенсивні й тривалі стресори можуть нормально переноситися дітьми за умови існування «буферів» у вигляді захисних функціональних відносин, які накопичують позитивний дитячий досвід. Чим більше позитивного дитячого досвіду, тим більше ймовірність упоратися з наслідками негативного досвіду. Таким чином, завжди існують захисні чинники [16], що можуть захистити та допомогти дитині впоратися з негараздами без довгострокових наслідків. Найбільшого значення у контексті захисних відносин набуває спосіб взаємодії з батьками, значущими дорослими у важкий період [3]. Сформований досвід захисних відносин можна застосовувати як опору під час надання психологічної допомоги та психологічного супроводу дитини.

Важливими для розуміння впливу військових дій на дітей є дослідження психологічного статусу дітей, які перебували в зоні військового конфлікту з 2014 р. на території Луганської та Донецької областей та дітей-переселенців [4, с. 28]. За результатами дослідження для дітей, що перебували в зоні бойових дій, характерні астения, емоційна лабільність, напруга, підвищена психічна втомлюваність,

головний біль, запаморочення. Виявлено соматичні скарги (97,6%), підвищені показники рівня тривоги та депресії. Серед суб'єктивних скарг найбільш поширеними були порушення сну (96,8%). Друге місце займали скарги на дратівливість (68,5%), порушення когнітивних процесів (51,0%), тривога (50,4%), стомлюваність (42,4%), зниження мотивації до навчання (40,8%), агресія (36,8%), зниження енергії. Відзначалося на тлі перенесених психотравматичних подій відновлення або загострення хронічної патології у вигляді симптомів енурезу, нав'язливих дій, тиків, заїкання. Спостерігався майже в усіх дітей знижений настрій, що пояснювалося можливістю загрози життю, зміною звичного місця та стереотипу життя, кола спілкування та оточення, відсутністю необхідних умов для гри. Авторами підкреслювалася велика роль у травматичному впливі соціальної та психоемоційної депривації, втрата зв'язку з навчальним колективом, розлучення з батьками, порушення емоційного контакту з батьками, хронічні психотравми. Установлено наявність психологічного захисту, що проявлявся в обережності, скритності, уникненні.

У цілому в Україні 75% дітей зазнали наслідків військових дій, що виявляються у порушенні сну, пам'яті, психоемоційної регуляції, що призводить до соціальної та психічної дезадаптації або у важких випадках – до психічних розладів. У посібнику з діагностики та статистики психічних розладів «DSM-V» визначено основні діагностичні критерії: 1) безпосереднє зіткнення (експозиція) зі смертю або загрозою життю; 2) інтрузивні симптоми; 3) стійке уникання травматичних спогадів та нагадувань про подію; 4) негативні зміни у думках та настрої; 5) помітні зміни в реактивності; 6) тривалість порушень понад один місяць; 7) сильний дистрес та порушення важливих сфер життєдіяльності; 8) відсутність зв'язку симптомів із впливом психоактивних речовин чи іншими медичними причинами.

Вплив травматичних подій на дітей залежить від багатьох чинників: особливостей ситуації, віку, психологічних особливостей дитини. Незавершене формування психіки дітей, неспроможність контролювати емоційний стан, перевага підкоркових структур, зокрема структур лімбічної системи, над функціональним станом центральної нервової системи, спрямованих на стратегію виживання, – усе це має певні наслідки в контексті психологічного травматичного впливу. Так, на травматичні події діти дошкільного віку найчастіше реагують проявами регресивної поведінки: енурез, смоктання пальця, страх утратити батьків, втрата набутих навичок, страх незнайомих людей тощо. Проте низка дослідників зазначає, що у дітей частіше, ніж у дорослих, розви-

вається ПТСР [3], що проявляється в інтрузіях, уникненнях, нечутливості, гіперзбудливості [12], зокрема підліткам властиві порушення у поведінці, агресія, проблеми в навчанні, психосоматичні прояви.

Діти на відміну від дорослих найчастіше реагують дисоціативними розладами, такими як: 1) дисоціативні розлади (фрагментація досвіду, пригадувань); 2) надпильність (надмірна реакція на зовнішні чинники, очікування повторної травми); 3) соматоформні розлади (реконструкція травматичного досвіду); 4) панічні атаки (переживання безпорадності, соматичної напруги, страх смерті); 5) фобії (спогади та емоції на первинну травму); 6) реактивні розлади (відреагування травми через негативну поведінку, спрямовану проти інших дітей чи себе); 7) депресія, почуття провини (пасивність, плаксивість, замкненість) [19].

Варто зазначити ще одну тенденцію поведінки дитини, яка виявилася за допомогою застосування опитувальника «Дитяча шкала впливу подій»: високі показники за шкалою «Уникнення». Дійсно, дитині, яка спостерігає багато насильства, з погляду стратегії виживання краще не дивитися, не чути, не відчувати, не аналізувати, не розуміти те, що відбувається, – це нейронні адаптації, які допомагають вижити. Але нейронні адаптації закріплюються у головному мозку і продовжують функціонувати й у подальшому житті. Тому дитині, яка зазнала травматичних впливів військових подій, важко справлятися з болючими спогадами, вона намагається захиститися від них шляхом уникнення (не думати, не згадувати). Навіть батьки навмисно спрямовують увагу дитини тільки на позитивне, оптимістичне. Стратегія «уникнення», з одного боку, захищає, з іншого – може впливати й гальмувати когнітивну, мотиваційну, емоційну сфери психіки та відбиватися на поведінці дитини. Через стратегію «уникнення» важко пристосуватися до нових умов життя і навчання, що підвищує ризик вторинної травматизації, виникнення дезадаптації та порушення психічного стану на тлі пережитої травматичної події [2, с. 114]. Допомогти дитині впоратися можуть батьки, коли приймають, розділяють та контейнують важкі спогади, емоційний стан, травматичні події.

Травматичні події впливають на зміни у поведінці дітей і проявляються в агресії, ворожості, конфліктності, ризикованій поведінці та негативізмі. Діти молодшого віку можуть утрачати набуті навички, проявляти поведінку більш раннього вікового періоду (смоктання пальця, недостатнє утримання сечі тощо). Вони можуть проявляти більше залежності від батьків та втрачають інтерес до гри або повторюють одну і ту ж гру, яка пов'язана з травматичними подіями. У дітей шкільного віку виникають страхи втра-

титу близьких людей, з'являється відчуття провини за негативні події, діти можуть почуватися самотніми або, навпаки, занадто занепокоєними захистом і порятунком близьких людей.

Найбільш значний вплив війна здійснила на емоційну сферу дитини. Це відображається в поведінці, емоційній та когнітивній сферах дітей, які вимушені виїхати з території військових дій (Буча, Бахмут, Маріуполь, Северодонецьк, Слов'янськ, Херсон). У таких дітей спостерігається відсутність або зменшення експресії, дітям важко виражати емоції і почуття не тільки відносно війни, а й у буденному житті. Через неможливість висловлювати та відчувати емоції дитині важко встановлювати контакти. Може спостерігатися відсутність емоційного відгуку, з'являється відчуття відмінності, відокремленості, що впливає на систему комунікації та взаємовідносин з оточенням. Не маючи змоги ділитися переживаннями, дитина відчуває себе самотньою, відчуженою, що свідчить про травматичний вплив подій. Важливим є дослідження С. Лесінскієне, О. Костюк, спрямоване на виявлення взаємозв'язку здатності спілкування батьків із дітьми про війну та особливостями сприйняття дітьми військових подій, спосіб мислення дітей, що віддзеркалюється в малюнках дітей [5, с. 79]. Учені показали, що батьки в мирний час мало говорять про війну з дітьми. Проте необхідність обговорювати події, які відбуваються внаслідок військових дій, прослідковується у поведінці, іграх і малюванні дитини, оскільки малюнки та ігри можуть бути символічними можливостями висловити дорослим власні думки про війну. Саме через малюнки та ігри значущі дорослі можуть зрозуміти емоційний стан дитини, її суб'єктивне сприйняття військових подій. Малюнок уважається ефективним і доступним засобом дослідження картини світу дитини, оскільки забезпечує знакову та символічну передачу змісту; малюнок полегшує демонстрацію складників внутрішнього світу, які є неусвідомлюваними, тому їх важко описати словами [6].

Спроможність дорослої людини бачити і розуміти багатовимірність світу дитини, його неоднозначність і складність дає змогу розуміти дитину. Робота з дитячими малюнками дає змогу побачити несвідомі конфлікти, несвідомий образ тіла дитини (Ф. Дольто). Малюнок багатьма психологами пов'язується з основним каналом сприйняття світу – зором. Проте Ф. Дольто наголошувала, що малюнок не звернений до ока, малюнок «звернений до вуха». Досліджуючи малюнок дитини, дорослий максимально застосовує слух, варто почути розповідь дитини, важливо те, що сама дитина говорить із приводу цього малюнка. На думку Ф. Дольто, малюнок – це матеріал, який відсутній, тому потрібно «слухати малюнок», а озвучити його може тільки сама дитина. Малюнок для Ф. Дольто не відрізняється від

будь-якого іншого психічного акту, він може з'явитися тільки як жест і рух самої дитини. Тому малюнок визначається як історія людського життя, що сплетена мовою переживань на рівні стосунків і почуттів до значущих людей. Таким чином, дитина за допомогою малюнка встановлює своє ставлення до навколишнього світу в просторі й часі.

Малюнки дітей-переселенців переважно пов'язані з війною, зображенням зброї, військових подій, військових, будинків. Проте зображення війни супроводжувалося спогадами: минулого життя, домівки, яку залишили, домашніх улюбленців, хобі, близьких, які пішли воювати або яких загубили. Розповіді часто сповнені бажанням захистити близьких, бути поруч та надією повернутися додому після війни. На розуміння дітьми війни, їхнє сприйняття травматичних подій впливають висловлення та ставлення батьків, інформація ЗМІ – усе це створює певний досвід війни у дитини. Тому процес зображення війни дитиною має супроводжуватися обговоренням зображених символів у безпечному просторі довіри та діалогу з дорослими.

Велике значення має залучення малюнку в психотерапії за методом символдрами, який можна назвати метафоричним і в якому провідну роль грає клієнт, тобто розповідає, надає інтерпретації символів малюнку, зрозуміння сюжетів малюнку. Таким чином, робота з малюнком передбачає проходження крізь досвід, про який дитина може «розповісти», відчути свій стан, вибудувати власне відношення до подій, створити собі простір відновлення. Це передбачає декілька етапів:

1. Підготовчий – етап стабілізації. Основне завдання етапу – створити умови для відновлення та зміцнення відчуття довіри, безпечного простору, встановити контакт із дитиною, створити або відновити захисні відносини.

2. Символічний – опрацювання травматичного досвіду. Основне завдання етапу, яке вперше застосував Brian McCarty в проєкті War Toys, – скласти історію дитини, спонукати до розповіді, діалогу: «Намалюй історію, яку б ти хотів розповісти світу». Умовами роботи є відкриті питання до контексту малюнка, вибудовування суб'єктивного погляду на події, супровід історії, яка розгортається, завершення історії-малюнку. Зв'язаність окремих подій в єдину історію.

3. Емоційне закриття – завершення події у минулому. Основне завдання етапу – зниження емоційної напруги, символізація, привласнення досвіду, інтеграція та укладання досвіду у власну картину життя.

4. Ресурсний – особистісне відновлення. Основне завдання етапу – за допомогою діалогу надати можливість зрозуміти сенс у травматичних подіях, які пережила дитина.

Таблиця 1

Відмінності у малюнках за матеріалом та кольоровою гамою

Назва критерію	Значення критерію	Присутність критерію, кількість	Присутність критерію, %
Вибір матеріалу для малювання	олівці/фломастер	47	67
	фарби	23	33
Переважа кольору (більш ніж 1/3)	чорний	15	21,4
	синій	5	7,1
	синьо-жовтий	5	7,1
	червоний	4	5,7
	чорний-червоний	9	12,9
	зелений	2	2,9
	чорний-зелений	3	4,3
	жовтий	1	1,4
	чорний-зелений-синьо-жовтий	4	5,7
	чорний-синьо-жовтий	17	24,3
	чорний-зелений-червоний-синьо-жовтий	5	7,1
Кількість кольорів	Понад 5 кольорів	65	93
	чорно-білий	5	7
Насиченість кольорів	насичений	38	54
	ненасичений	32	46

Аналіз малюнків дітей-переселенців має номінативний характер, тому застосовано описову статистику та частотний аналіз. Досліджуючи малюнки дітей, які пережили травматичні події, умовно можна виокремити декілька категорій для порівняння: 1) за кольорами; 2) за розміром; 3) за картиною світу; 4) за наявністю підписів на малюнках.

До першої категорії (за кольорами) застосовано три параметри:

- малюнки, у яких дитина сама вибирає матеріал для малювання;
- малюнки, у яких є перевага певного кольору (понад 1/3);
- спостерігається кольорова ненасиченість або полярність кольорів (чорно-білі) у малюнках (табл. 1).

Із табл. 1 видно, що найчастіше діти вибирали олівці (67%). Це можна пояснити тим, що такі матеріали легше піддаються контролю, дають змогу отримати більш передбачувані лінії, контури, форми і, таким чином, зберігають певне відчуття емоційної безпеки в автора малюнку. Інакше кажучи, діти не готові виявляти свої емоції, вони буквально тримають себе в руках. Фарби вибирали діти (33%), які вже можуть висловлювати свої емоції: вони готові взаємодіяти з матеріалом, який менше контролюється (розтікається, не тримає чіткий контур і форму), але водночас розкриває можливість для спостереження за власними відчуттями в процесі взаємодії з ним.

Про важкий емоційний стан дітей, які пережили військові події, свідчать малюнки, які переважані чорними кольорами (21,4%),

або малюнки, у яких домінує чорний колір і поєднується з іншими кольорами (54,3%). Найчастіше такі поєднання відбуваються з синьо-жовтим (24,3%), червоним (12,9%) кольорами. Відзначимо, що більшість малюнків містить понад п'ять кольорів (93%), що може свідчити про диференціацію подій, проте є малюнки, що містять два-три кольори (7%), зроблені на чорному тлі або з великою кількістю чорного кольору, що може бути непрямом ознакою депресивного стану дитини або відображати гостру стадію переживання актуальних травматичних подій у її житті.

До другої категорії відмінностей належить розмір малюнків – від маленьких, майже непомітних (менш як 1/3), до малюнків, які займають увесь аркуш (понад 1/3). Розмір зображення на малюнку може вказувати на емоційний стан дитини. Так, про наявність високого рівня тривоги, невпевненість та невіру у свої здібності можуть вказувати дуже малі розміри зображення. Проте дуже великі розміри зображення можуть вказувати на перенапруження, стан збудження або бажання демонстрації своїх переживань, намагання виокремити ту частину малюнку, яка викликає найбільш емоційний відгук. Також розмір зображення може вказувати на ступінь самокритичності дитини.

Кількість деталей на малюнку – ще один параметр, який може свідчити про можливість дитини диференціювати, виділяти у цілому окремі частини. Проте цей критерій варто розглядати разом з іншими (характер ліній, хаотичність малюнку) для розуміння емоційного стану дитини.

Таблиця 2

Відмінності у малюнках за розміром і кількістю деталей

Назва критерію	Значення критерію	Присутність критерію, кількість	Присутність критерію, %
Розмір зображення на малюнку	малий (менш як 1/3)	8	11,4
	великий (більш ніж 1/3)	62	88,6
Кількість деталей	детальні	38	54,3
	схематичні	25	35,7
	хаотичні	7	10
Два світи, розділення, порівняння до/після	так	9	12,9
	ні	61	87,1
Підписи на малюнках		21	30

Таблиця 3

Відмінності у малюнках за відображенням тематики війни

Назва критерію	Значення критерію	Присутність критерію, кількість	Присутність критерію, %
Зображення війни	так	34	48,6
	ні	36	51,4
Наявність символіки	українська	35	50
	російська	9	12,9
Наявність сюжету, сцени події	так	48	68,6
	ні	22	31,4

Таблиця 4

Присутність у малюнках параметрів картини світу

Назва параметру	Присутність параметру, кількість	Присутність параметру, %
Світ речей (техніка, зброя)	20	28,6
Природа (рослини, тварини)	35	50
Суспільство (люди, стосунки)	10	14,3
Я	5	7,1

На емоційний стан дитини можуть указувати й малюнки, у яких сюжети розділені лініями або полярні за кольорами. Найчастіше це говорить про наявність захисних механізмів, зокрема дисоціацію або розщеплення у свідомості, неможливість допустити жахливі події до їх усвідомлення (табл. 2).

Більша частина малюнків (62%) має великі розміри, заповнює весь простір аркуша. Більше третини малюнків (38%) містять деталі сюжету. Хаотичне зображення мають 10% малюнків дітей, це зображення кола, каракуль червоними, чорними кольорами, із сильним натиском на олівець, що може свідчити про сильну тривожність дитини. Агресія виявляється в малюнках із вулканами, вогнем, червоною великою квіткою, змією, наявності у зображеннях людей великих зубів. У малюнках присутня українська символіка, жовто-блакитні кольори, що супроводжувалося словами: «Україна незламна!», «Україні слава! Героям –

слава!», «ЗСУ!». Діти супроводжували малюнок словами, які більше спрямовували у майбутнє в очікуванні перемоги та закінчення війни, висловлювали любов до близьких, тварин. Діти підписували малюнки фразами: «Я мрію», «Я хочу, щоб закінчилася війна», «Хочу перемоги!», «Мій брат військовий». Усі підписи мають емоційне навантаження.

Не всі малюнки містять тематику війни (36%). Зустрічаються малюнки із зображенням минулого життя, мрій, хобі, близьких людей, тварин – усього того, що є цінним для дитини, на що вона може спиратися під час спогадів про війну. Половина малюнків містить українську символіку, що вказує на процеси національної ідентифікації та ідентичність з Україною. Ця символіка протиставлена російській символіці, зокрема вона може на малюнках виглядати в чорних фарбах, відокремленою, зруйнованою тощо.

Понад половина малюнків (68,6%) дітей показують певний сюжет, «розповідають» про події,

які були пережиті або уявляються дитиною завдяки розмовам із дорослими. Проте є малюнки, які не мають сюжету, у них зображуються окремі предмети, не пов'язані між собою (табл. 3).

Дослідження наявності в малюнках речей, тварин, людей дає змогу отримати інформацію про особливості сприймання дитиною світу навколо себе, її ставлення до світу, що допомагає зрозуміти внутрішній світ дитини. Присутність деталей у малюнках вказує на глибину переживання подій війни, емоційний стан та цінності дитини (табл. 4).

Із таблиці бачимо, що 50% малюнків містять об'єкти природи, тварин, рослин. Найменший відсоток становлять малюнки із зображенням себе у картині світу, що можна пояснити віковими особливостями, захисними механізмами, зокрема реакціями «уникнення», а також можливим регресом психіки на ранні етапи розвитку дитини. Варто відзначити, що наявність у малюнках людей, тварин, стосунків із ними може свідчити про бажання спілкування з іншими людьми, бажання мати захисні стосунки, відкритість до зовнішнього світу. Таким чином, можна визначити закономірність: діти до 10 років частіше зображують природу, проте світ людей зображений у старших за віком дітей.

Можна зробити висновок, що стан дитини в умовах війни може сприяти як залученню ресурсів, так і погіршенню психічного здоров'я через емоційне напруження та виснаження. Тому дитині вкрай важливо допомогти впоратися зі своїми емоціями через розуміння того, що відбувається. Ці завдання покладаються на значущих дорослих, психологів.

Таким чином, діти з досвідом вимушеної міграції, які зазнали впливу війни, потребують психологічної допомоги, основна мета якої – створення простору та умов для захисних відносин дитини. Допомогою може стати залучення позитивного досвіду дитинства, а саме: уміння говорити з родиною про свої почуття, відчуття та досвід підтримки сім'ї у важкі часи, задоволення від приналежності до своєї спільноти, відчуття приналежності до колективу в школі, відчуття приналежності до традицій сім'ї, громади тощо, відчуття підтримки друзів, наявність принаймні двох дорослих, які не є батьками, які щиро піклувалися, цікавилися дитиною, відчуття безпеки та захищеності з боку дорослих удома.

Можна зробити висновок, що травматичний стрес має довгострокові наслідки і впливає як на структуру мозку, так і на здоров'я людини (фізичне та психічне). Проте можна нівелювати негативні наслідки за допомогою стимулювання захисних відносин. Тому більшість утручань щодо зменшення наслідків несприятливих умов для дітей має бути спрямована на людей, які оточують таких дітей. Взаємодія значущих дорослих із дітьми, які зазнали травматичних подій війни, передбачає: підтримку та захист дітей, допомогу дітям розуміти

події та власні переживання цих подій, побудову нових захисних стосунків. Під час роботи з дітьми, які зазнали негативних впливів, варто змінити мислення та запитувати: «Що сталося з дитиною?», адже те, що трапляється з дитиною, впливає на неї.

Завдяки створенню захисних стосунків виокремлюється коло психологічного супроводу, завданнями якого є:

1. Відновлення відчуття безпеки – відновлення безпечного простору, створення соціальних контактів; стабілізація психічного стану дитини через виконання вправ для зняття фізичної та емоційної напруги; послаблення жорстких захисних механізмів через розкриття можливостей для розвитку.

2. Відновлення, зміцнення та активізація психологічних ресурсів дитини.

3. Символізація та інтеграція досвіду війни в нове життя через символічне вираження, інтегрування негативного життєвого досвіду, вибудовування нового ставлення до травматичних подій.

4. Активізація природних механізмів самовідновлення, адаптації до нового середовища, сприяння творчості.

Усе це передбачає співпрацю з родиною дитини, залучення психологів-практиків, психотерапевтів, консультантів. Психологічний супровід ґрунтується на застосуванні різних методів та методик: техніки релаксації, зняття м'язової напруги, проведення соціально-психологічних тренінгів, групових та індивідуальних занять. Арттерапевтичні заняття сприяють розумінню травматичного досвіду через малюнки, складання метафор, розповідь казок та історій, що сприяє зв'язуванню потягів, зменшує деструктивний потенціал, допомагає усвідомлювати та керувати власними емоціями та почуттями.

Висновки з проведеного дослідження. У результаті проведеного дослідження впливу військових подій на психічне здоров'я дітей, які вимушено переселилися, можна виокремити основні аспекти:

- аналіз малюнків дітей показує найбільший вплив подій війни на емоційну сферу дітей;
- великого значення у контексті захисних відносин набуває спосіб взаємодії з батьками, значущими дорослими;
- сформований досвід захисних відносин можна застосовувати як опору під час надання психологічної допомоги та психологічного супроводу дитини;
- коло психологічного супроводу включає такі аспекти: відновлення відчуття безпеки; відновлення, зміцнення та активізація психологічних ресурсів дитини; символізація й інтеграція досвіду війни в нове життя; активізація природних механізмів самовідновлення, адаптації до нового середовища, сприяння творчості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бочелюк В., Панов С. Діагностика реадaptaційного потенціалу особистості: методологічний аспект. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія*. 2019. Вип. 60. С. 8–24.
2. Вавілова А.С., Кіба С.Г. Захисна організація особистості при переживанні деперсоналізації та дереалізації. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2022. Т. 33(72). № 3. С. 113–118.
3. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.
4. Стан психологічного здоров'я дітей із зони військового конфлікту на Сході України / І.С. Лебець та ін. *Охорона здоров'я дітей та підлітків*. 2019. № 1. С. 27–30.
5. Лесінськієна С., Костюк О. Як діти дошкільного віку в Литві сприймають війну в Україні: аналіз їхніх малюнків. *Простір арттерапії: мистецтво відновлення психічного здоров'я в часи війни* : зб. матеріалів ХХ Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції, 31 березня – 2 квітня 2023 р. Київ, 2023. С. 77–81.
6. Махній М.М. Проективний психологічний інструментарій для роботи з дітьми з особливими освітніми потребами. Чернівці : Десна Поліграф, 2021. 320 с.
7. Оверчук В. Проблема психологічної безпеки особистості в умовах військового стану. *Наукові перспективи*. 2022. № 12(30). С. 461–471.
8. Оніщенко Н.В., Тимченко О.В. Особливості використання психологічних захисних механізмів та копінг-стратегій цивільним населенням, постраждалим від надзвичайної ситуації воєнного характеру. *Психологічний журнал*. 2022. Вип. 8. С. 81–92.
9. Підчасов Є.В., Чепельєва Н.І. Вплив пролонгованих травматичних подій (військових подій) на емоційну сферу дитини. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві* : зб. матеріалів VII Всеукр. науково-практичної конференції, 28 жовтня 2022 р. Львів, 2022. С. 276–279.
10. Процик Л. Переживання надзвичайної ситуації як вітальної загрози. *Наукові перспективи*. 2022. № 12(30). С. 500–509.
11. Сміт П., Дирегров Е., Юле У. Діти та війна: навчання технікам зцілення. Children and War Foundation, Bergen, Norway 1999–2012. Львів : Інститут психічного здоров'я УКУ, 2014. 70 с.
12. Титаренко Д.С. Особливості функціонування механізмів психологічного захисту у рятувальників в умовах екзистенціальної загрози : монографія. Харків : НУЦЗУ, 2011. 151 с.
13. Широка А.О., Брух І.І. Емоційна залежність у романтичних стосунках: роль несприятливого дитячого досвіду та ранніх дисфункційних схем. *Психологія і особистість*. 2021. № 2(20). С. 143–158.
14. Яцина О.Ф. Вплив війни на психічне здоров'я: ознаки травматизації психіки дітей та підлітків. *Наукові перспективи*. 2022. № 7(25). URL: [https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-7\(25\)-554-567](https://doi.org/10.52058/2708-7530-2022-7(25)-554-567) (дата звернення: 07.06.2023).
15. Anda R.F., Whitfield C.L., Felitti V.J., Chapman D., Edwards V.J., Dube S. R., Williamson D.F. Adverse childhood experiences, alcoholic parents, and later risk of alcoholism and depression. *Psychiatric Services*. 2002. Vol. 53(8). P. 1001–1009.
16. Chapman D.P., Anda R.F., Felitti V.J., Dube S.R., Edwards V.J., Whitfield C.L. Adverse childhood experiences and the risk of depressive disorders in adulthood. *Journal of Affective Disorders*. 2004. Vol. 82. P. 217–225.
17. Hillis S.D., Anda R.F., Dube S.R., Felitti V.J., Marchbanks P.A., Marks J.S. The association between adverse childhood experiences and adolescent pregnancy, long-term psychosocial outcomes, and fetal death. *Pediatrics*. 2004. Vol. 13(2). P. 320–327.
18. Hillis S.D., Anda R.F., Felitti V.J., Marchbanks P.A. Adverse childhood experiences and sexual risk behaviors in women: a retrospective cohort study. *Family Planning Perspectives*. 2001. Vol. 33. P. 206–211.
19. Shonkoff J.P., Garner A.S. The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*. 2012. Vol. 129(1). P. 232–246.

ТЕХНІКА КОНТРТЕКСТУ ЯК ЗАСІБ АКТИВІЗАЦІЇ ТВОРЧОГО ПИСЕМНОГО АНГЛОМОВНОГО МОВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ

THE TECHNIQUE OF COUNTER-TEXT AS A MEANS OF ACTIVATING STUDENTS' CREATIVE WRITING IN ENGLISH

Творче письмо, як і будь-яка творча діяльність, має рефлекторну природу, виступаючи емоційною, когнітивною та мовленнєвою реакцією особистості на зовнішні враження. Потреба визначити подразники, здатні стимулювати емоційно-когнітивну рефлекторну відповідь у вигляді писемного тексту, спрямовує нашу увагу на психолого-методичні техніки впливу, зокрема техніку контртекстів. Контртекст є письмово зафіксованою вербально-мисленнєвою реакцією реципієнта на вихідний текст, подібною до реактивної репліки в діалоговій єдності, але він передбачає діалог між інформацією, що надходить до свідомості реципієнта, та інформацією, що закарбована у його знаннях, досвіді, відчуттях. Техніка контртекстів є ефективним знаряддям активізації іншомовної мовленнєвої діяльності за рахунок стимулювання необхідних домінуючих осередків та укладення ендо- й екзолексикси. Дана техніка може виступити каталізатором зміни структури зовнішньої інформації у внутрішньо значуще писемне мовлення, створити внутрішнє нервово напруження, результатом якого стане творчий продукт. Послідовність реалізації техніки контртексту у процесі творчого англomовного писемного мовлення передбачає проходження трьох етапів: (1) стимулюючого (ознайомлення з процедурою написання контртекстів та власне створення контртекстів); (2) виконавчий (отримання й виконання творчого писемного завдання); (3) рефлексивний (презентація й обговорення творчих робіт або написання контртекстів на отримані в результаті проходження другого етапу роботи). Результати одержаних у ході експерименту даних свідчать про здатність техніки контртексту активізувати всі сенсорні системи сприйняття й обробки інформації; ініціювати процес раппорту; актуалізувати аналітичні функції, увагу до деталей, забезпечуючи особистісно зорієнтований підхід в освітньому процесі та усуваючи психологічні, ідейні й мовні бар'єри, що заважають вільному творчому писемному процесу. Техніка контртекстів здатна виступити засобом активізації роботи підсвідомості, мобілізуючи внутрішні резерви всіх рівнів.

Ключові слова: англomовне писемне мовлення, творче письмо, емоційно-мовленнєва, ментальна реакції, контртекст, вихідний текст, техніка контртекстів, підсвідомість.

Creative writing like any other creative activity, has a reflex nature, coming forward as an emotional, cognitive and speech reaction of personality to external impressions. A necessity to determine irritants that can steadily stimulate an emotional and cognitive reflective answer turns our research to psychomethodological techniques of influence, in particular, the technique of counter-texts. A counter-text is a written verbal and mental reaction of a recipient to an initial text, similar to a reactive remark in a dialogue unity, suggesting a dialogue between information coming to consciousness of a recipient, and the one kept in their knowledge, experience, feelings. The technique of counter-texts serves as an effective instrument of activating written speech activity in a target language due to its ability to stimulate essential dominant cells as well as constituting endo- and exolexis. It is proven that this technique serves a catalyst of the change of structure of external information into an inwardly meaningful written utterance, creates an internal tension resulting in a creative product.

The technique of counter-text implies following three stages when aimed at developing creative written speech in the target language: (1) stimulation (introduction to the procedure of creating counter-texts and writing counter-texts); (2) performance (receiving a creative task and performing it); (3) reflexion (presentation and discussion of sketches and/or writing counter-texts to the sketches done). The results of the data obtained during the experiment testify great potential of the technique in terms of activating all sensory systems of perceiving and processing information; initiating the process of rapport; actualizing analytical functions, attention to details, events and descriptions; providing the personality orientated approach in class and removing psychological, content and language barriers that interfere with a free creative writing process. The technique of counter-text can serve as a means of stimulating subconsciousness, mobilizing internal reserves of a student.
Key words: written speech in the target language, creative writing, emotive, mental and speech reaction, counter-text, initial text, the technique of counter-text, subconsciousness.

УДК 372.881.111.1+378+740

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.16>

Мельниченко Г.В.

к.пед.н.,

доцент кафедри германської філології та методики викладання іноземних мов ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

Сусол Л.О.

к.філол.н.,

доцент кафедри мовної підготовки Одеський державний університет внутрішніх справ

Постановка проблеми у загальному вигляді. Здатність фахівця до творчого продуктивного мовлення – усного чи писемного – є запорукою успішної реалізації професійного й особистісного потенціалу, знаряддям ефективного та креативного вирішення виробничих і соціальних проблем, нестандартного сприйняття оточуючої дійсності. Розвинуті навички творчого письма до того ж здійснюють потужний вплив на естетичний, психологічний, фізіологічний аспекти буття особистості, виступаючи поряд із художнім мистецтвом, мистецтвом руху або звуку як знаряддям впливу

на людину. У процесі підготовки фахівця-мовника творче письмо посідає чільне місце поряд з іншими дисциплінами практичної підготовки, виокремлюючись у самостійну дисципліну з узагальнюючої – практики усного та писемного мовлення.

Творче письмо як навчальний предмет спрямоване на розвиток письменницької майстерності здобувачів, що, урешті-решт, зводиться до їхньої здатності створювати власні твори поза шаблоном, нестандартно й унікально – за формою та змістом. Питання активізації стану підйому внутрішньої творчої активності сту-

дента, його емоційного й духовного напруження, здатного призвести до писемної творчості, переносить нас у сферу психології творчості, визначаючи напрям дослідження.

На нашу думку, творче письмо, як і будь-яка творча діяльність, має рефлекторну природу, виступаючи емоційно-мовленнєвою реакцією особистості на події навколишнього світу. Якщо наше твердження правомірне, тоді виникає потреба визначити такі подразники, які б найефективніше стимулювали творчий імпульс у студентської аудиторії та призводили до потреби творчого самовираження, виступаючи емоційної розрядкою й чуттєвою насолодою.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Аналізуючи рефлекторну природу творчого письма, ми не можемо не зупинитися на вченні В.М. Бехтерева про творчість як сукупність рефлексів. За В.М. Бехтеревим творча ситуація виступає подразником, який призводить до збудження рефлексу зосередження, викиду гормонів внутрішньої секреції та в підсумку – активізації мозкової діяльності, у результаті чого у мозку утворюються доміанти, які притягують до себе збудження від інших зон, концентруючи навколо себе емоційно-когнітивний матеріал минулого досвіду. Відповідно до творчого задуму або творчого подразника, цей матеріал відбирається, аналізується, синтезується, перегруповується у нові форми [2].

Творчий подразник призводить до виникнення натхнення – рефлекторної відповіді на чуттєвий чи емоційний або навіть когнітивний подразник. Для утримання стану натхнення необхідна тривала підтримка подразнення, що забезпечується активізацією й підтримкою доміант як осередків стаціонарного збудження; саме вони дають змогу помічати боки природного і художнього світу, які до цього були недоступні.

У спробі визначити й проаналізувати творчі подразники, здатні стати ефективним імпульсом до створення творчої ситуації, стійкої активізації мозкових доміант, виникнення емоційно-когнітивної рефлекторної відповіді та, як результат, створення високоякісного продукту творчої діяльності (у нашому випадку – писемного тексту), звернемося до певних когнітивно-емоційних технік впливу.

В умовах освітнього процесу ми обмежені у можливостях створення яскравих подій, які б зацікавили студента та сприяли б натхненню. Отже, ми пропонуємо скористатися технікою контртекстів, яка моделює взаємообмін людини й світу на рівні другої сигнальної системи – у вигляді тексту-стимулу та тексту-реакції. У цьому разі текст-стимул виступає вихідним текстом-повідомленням, а текст-реакція – унікальним віддзеркаленням першого у смисловій сфері людини. Діалог, що виникає між смислами вихідного й зустрічного текстів, лежить в основі техніки контртекстів.

Проблему застосування техніки контртекстів в освітньому процесі розроблено в роботах А. Новікова та його послідовників: Н. Акімової (2012), О. Грекової (2016), Я. Давлетової (2012), І. Кірсанової (2007), Н. Матвєєвої (2017), Н. Нестерової (2017), Н. Пешкової (2014) та ін. У дослідженнях цих науковців уведено поняття «зустрічний текст», проаналізовано психологічні механізми сприйняття й обробки тексту з психолінгвістичного, фізіологічного, соціолінгвістичного погляду, визначено групи текстів-реакцій на повідомлення, а також вивчаються можливості розвитку письмового, усного та асоціативного мислення засобами даної техніки.

Згідно з ідеєю означеної наукової школи, сприйняття будь-якого тексту – усного чи писемного – викликає ментально-мовленнєву реакцію реципієнта на інформацію, що надходить із вихідним повідомленням. Зафіксована у письмовий спосіб, ця реакція отримує назву «контртекст». Контртексти різних реципієнтів на одне й те саме повідомлення відрізняються один від одного настільки, наскільки різниться їхня доміантна сітка, яка, своєю чергою, утворюється як результат розвиненості кругозору, рівня розвитку афективної сфери, ширини досвіду, ціннісної бази тощо.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми.

Техніка контртекстів застосовувалася авторами концепції з метою розуміння природи смислоутворення у процесі сприйняття й розуміння тексту. Однак ми вважаємо, що ця техніка є досить ефективним знаряддям активізації мовленнєвої діяльності, зокрема іншомовної, за рахунок стимулювання необхідних для комунікативного завдання доміантних осередків та актуалізації ендо- й екзолексики. У наших попередніх дослідженнях було доведено, що дана техніка стимулює наявні або фіксує нові доміантні вузли, відкриваючи мовцю доступ до глибинних структур його власного мозку й пам'яті, насичуючи висловлювання цінною інформацією, допомагаючи осмислити тему та основну лінію висловлювання, виступаючи вербальною опорою [1]. Припущення ж про доцільність застосування даної техніки як засобу розвитку творчої іншомовної писемної діяльності вимагає наукового обґрунтування та експериментальної перевірки.

Отже, **метою дослідження** є теоретичне обґрунтування й апробація ефективності техніки контртекстів у розвитку навичок іншомовного творчого письма студентів – майбутніх учителів англійської мови і літератури.

Виклад основного матеріалу дослідження. Відповідно до постулатів психології творчості, креативний процес починається так чи інакше зустріччю із зовнішнім світом, накопиченням фактів шляхом спостереження, змінням структури зовнішньої інформації і внутріш-

ніх уявлень за допомогою формування аналогій і поєднання концептуальних пробілів [5]. Отже, будь-якому креативному процесу, виникненню ідеї, фантазії передують стадія сприйняття оточуючої інформації. Отримуючи творче завдання, особистість аналізує наявні отримані дані, порівнюючи їх із наявним багажем знань, після чого переносить їх у зону підсвідомості, де відбувається активізація домінуючих осередків. На нашу думку, по-справжньому творчі задуми виходять саме під час залучення підсвідомості, адже саме ця психічна структура людини відображає калейдоскопе поєднання фрагментів внутрішнього світу: страхів, сподівань, бажань, образів тощо. Хоча творчий процес може бути і повністю свідомим, і свідомо-підсвідомим, активізація підсвідомості є запорукою появи дійсно неординарного продукту, адже стан натхнення виникає саме на рівні підсвідомого. Саме там «зберігається величезний масив інформації, до якої немає свідомого доступу ... і тільки сильне вогнище збудження ... «підключає» підсвідомість» [3].

Існує безліч технік впливу на підсвідомість із погляду її активізації, але в освітній сфері ми маємо акуратно й виважено вибирати техніки стимулювання діючого осередку психічного збудження. З огляду на зазначене, оптимальною технікою, на нашу думку, є техніка контртекстів. Саме вона за сприятливих умов може виступити каталізатором зміни зовнішньої інформації у внутрішню значущу тканину образів, уявлень, досвіду й переживань, створити внутрішнє напруження, що вилиється у творчий продукт.

Як і техніка вільного письма, коли людина швидко, не замислюючись, не звертаючи увагу на граматику, орфографію або пунктуацію, записує усе, що спадає на думку, техніка контртекстів надає можливість проникнути в глибинні шари підсвідомості, не зупиняючись на формі висловлювання.

Як було зазначено вище, контртекст є вербально-мисленневою реакцією реципієнта на вихідний текст – усне або писемне повідомлення. У науковому колі контртекст прийнято виражати у формі письмово оформленого коментаря реципієнта до частини (зазвичай речення або групи семантично пов'язаних речень) вихідного тексту, наприклад:

Текст: *Astonishingly, no paintings were destroyed by the fire in the gallery.*

Контртекст: *The fire might have been localized sooner than it usually happens in such places.*

Як бачимо, даний контртекст є ніби реактивною реплікою у діалоговій єдності й у цьому разі виражає припущення, пояснення. Окрім цього, виокремлюють також реакції асоціації, візуалізації, генералізації, інтертексту, інфіксації, констатації, ставлення, оцінки, перекладу, прогнозу, перефразування, відторгнення.

Іншими словами, контртекст, як і реактивна репліка в діалоговій єдності, є емоційно або ментально навантаженою і так само може бути неповною, синтаксично нерозгорнутою, тому що характеризується спонтанністю.

Таким чином, контртекст є різновидом реактивної репліки в діалоговій єдності, проте якщо у звичайному діалозі суб'єктами спілкування є люди або інші персоніфіковані персонажі, то в нашому випадку відбувається діалог між інформацією, що надходить до свідомості реципієнта, та інформацією, що закарбована у її підсвідомості. Саме знання, досвід, почуття й ставлення студента – це той будівний матеріал, який ми плануємо активізувати під час організації діяльності з творчого письма, саме вони стануть нитками для неповторного творчого візерунка створеного тексту.

Чинні академічні програми з творчого письма передбачають письмо за зразком і письмо вільне – не обмежене форматом або тематикою. Очевидно, що саме другий тип можна вважати по-справжньому творчим, і саме на розвиток навичок такого письма спрямоване наше дослідження. До різновидів вільного творчого письма ми віднесемо такі види робіт: написання віршів, щоденника, описових етюдів, діалогів, роздумів із певної теми, коротких оповідань під музику, виконання потокового письма, написання сценаріїв, пояснювальних записок, початку історії за її кінцівкою або навпаки тощо.

Для творчих робіт такого типу єдине, що отримує студент, – це сформульоване завдання, наприклад:

– *Look at the picture with two men speaking. What are they speaking about? Write down their conversation in the direct speech form.*

– *Listen to the music. What images come to your mind when you are listening to it? Start writing putting your ideas on paper before the music has stopped.*

– *When did you last feel envy? Describe the case.*

– *Read the beginning of the story: «He wandered aimlessly through the cellar seeking any form of oblivion to forget about the inevitable doom. Why did he feel as if he was in imminent danger of dying?» Write the story continuation.*

– *You unthinkingly promised a boy/girl to go out with him/her at the weekend. Now you don't feel like doing it. Write a possible explanatory message to him/her.*

Як бачимо, завдання сформульовані так, що успішність його виконання залежить лише від творчого складу мислення студента. Жодної підказки, зразка, плану, додаткових запитань або підготовчої роботи такі завдання не передбачають. Але можна запропонувати студентській аудиторії стадію розігріву: (1) виконання потокового письма, яке пишеться за правилами фрірай-

Приклад контртексту до уривку з роману Ч. Дікенсі «Тяжкі часи»

1.1 Вихідний текст	1.2 Контртекст
1. «Why, Mr. Bounderby was as near being Mr. Gradgrind's bosom friend, as a man perfectly devoid of sentiment can approach that spiritual relationship towards another man perfectly devoid of sentiment. So near was Mr. Bounderby - or, if the reader should prefer it, so far off.	1. How often our close friends are still with us because they are far off, they are our bosom friends yet they are complete strangers to us, and our relations are superficial. Sometimes it is for the better: they are interesting as long as unidentified.
2. He was a rich man: banker, merchant, manufacturer, and what not.	2. Riches certainly tell on a character. Don't think that a rich person can only think of money. I wonder how Mr. Bounderby's wealth will influence his personality?
3. A big, loud man, with a stare, and a metallic laugh.	3. Evidently, money makes people confident. They bear themselves and treat others like lords of the world. Naturally, rich people speak loudly and look directly.
4. A man made out of a coarse material, which seemed to have been stretched to make so much of him.	4. Very interesting way of describing his character via physical quantity. An idea of a steady, firm disposition and constitution springs to mind.
5. A man with a great puffed head and forehead, swelled veins in his temples, and such a strained skin to his face that it seemed to hold his eyes open, and lift his eyebrows up.	5. The man is big indeed – outside and inside. A puffed head – great metaphor! What made it puffed? Ambitions? Thought? Fears? For puffed head you are to have swollen veins!
6. A man who was always proclaiming, through that brassy speaking-trumpet of a voice of his, his old ignorance and his old poverty.	6. Did he use to be poor? Is he uneducated? Ignorant people know no self-awareness or doubt, their voices are like trumpets.
7. A year or two younger than his eminently practical friend, Mr. Bounderby looked older; his seven or eight and forty might have had the seven or eight added to it again, without surprising anybody.	7. What an interesting old-fashioned way of reading the number, it might create an effect of clash between a seeming age and a real one. He looked old no matter how old he was. Even older than that!
8. He had not much hair. One might have fancied he had talked it off; and that what was left, all standing up in disorder, was in that condition from being constantly blown about by his windy boastfulness.» [6]	8. Even hair abandoned him! And what about teeth? No, toothless mouth creates a miserable portrait while hairless head can make a man look masculine. So let it be eyelashes, naked eyes may also tell us much about their owner.

тінгу [4] і має на меті підготувати їх до імпровізації, письменницької гри, наштотхнути на нові підходи до тексту або (2) написання діалогу (текст-контртекст) із текстом, відібраним за певними критеріями (змістом, мовно-стильовим наповненням, ідеєю тощо) відповідно до навчального завдання.

Наведемо приклад останнього, зупинившись попередньо на алгоритмі реалізації техніки контртексту як засобу активізації творчого англійськомовного писемного мовлення.

Стимулюючий етап: ознайомлення з процедурою написання контртекстів та створення контртекстів.

Виконавчий етап: виконання творчого писемного завдання.

3. Рефлексивний етап: презентація й обговорення творчих робіт; написання контртекстів на отримані роботи.

Проілюструємо наведений алгоритм прикладом із практики розвитку навичок англомовного творчого письма у студентів. Здобувачам освітнього рівня «Бакалавр» спеціальності «Середня освіта. Мова і література (англійська)» було запропоновано текст-опис зовнішності персонажа з роману Ч. Дікенса «Тяжкі часи» (табл. 1, 1.1).

На першому етапі студенти отримують текст-опис персонажа роману, розташований у лівій частині таблиці. Текст розділено на пронумеровані речення або групи речень, які вони мають інтерпретувати, записуючи в праву частину питання, що виникають, асоціації, коментарі різного характеру. Дуже важливо пояснити студентам, що обробляти речення вони мають послідовно, не переходячи до наступного або не перескакуючи від номера до номера, поки поточне речення не інтерпретовано. Окрім того, рекомендується записувати перше, що спадає на думку, не розмірковуючи довго над прочитаним і навіть не зосереджуючись на правильності мовлення. За браком часу даний етап може стати єдиним і завершитися проханням скомпонувати фрагменти контртексту так, щоб отримати зв'язний текст-опис. Але, на нашу думку, функція даного етапу значно багатогранніша, ніж просто генерувати вторинний текст. Його мета – роблячи запити у підсвідомість, створити смисленні й емоційні зв'язки, активуючи потрібні домінуючі вузли. А для студента-лінгвіста дана техніка задає мовно-стильовий напрям письмовій роботі, зосереджуючи його увагу на засобах

створення образів і шляхах поєднання для цього мовних одиниць.

На виконавчому етапі студенти отримують творче завдання, наприклад: Read the beginning of the story: «*All my nerves were tight, I was about to explode when somebody's hand lay on my shoulder. I turned around to see...*» Complete the story creating a portrait of the person the protagonist faced. Завдання не обмежує творчу роботу вимогами й рекомендаціями, єдине, що може бути запропоноване, – це часове обмеження. Продемонструємо уривок твору, отриманого після застосування техніки контртекстів як стимулюючої ланки.

...to see a snowball of a man with enormous white puffy arms and almost nailless fingers that like black winter branches stuck out of the top. For a minute there was silence, but suddenly a stream of crispy snowy sounds started to escape the giant. And at once the snowball started to melt becoming smaller, and younger, and more human-like. I wondered if the violin of his voice could make his nails grow back. Anyway, his eyes did appear on his face, as soon as the face sprang out of the snowball. And what eyes! ...

Аналізуючи отриманий твір, можна з упевненістю стверджувати, що використання техніки контртекстів сприяє процесу творчого письма за декількома аспектами:

– Правильно підібраний вихідний текст активує усі сенсорні системи сприйняття, обробки й представлення інформації: зорову, слухову, тактильну, нюхову, смакову. Ті ж самі процеси відбуваються під час реалізації будь-якої психологічної техніки відкриття підсвідомості, коли під час відтворення емоційно забарвленої події ми змушуємо мозок повертатися в минуле, просуваючись закарбованими в пам'яті вузлами.

– Такий текст, не виступаючи прямим зразком, підсвідомо відкриває тим не менше спеціальну мовно-мисленнєву зону – зону художньої творчості й образного світу зі спеціальною лексикую та зворотами. На психологічному рівні спрацьовує процес раппорту – підстроювання під співрозмовника, яким у нашому випадку виступає вихідний текст.

– Діалог між вихідним текстом і реципієнтом сприяє розвитку аналітичних функцій останнього, уваги до деталей подій і описів, нестандартному композиційному вирішенню творчого завдання.

– продукт творчого письма є особистісно значущим, особистісно зафарбованим і неповторним за всіма характеристиками, оскільки є результатом роботи унікального поєднання доміантних вузлів, характерного для концептосфери й почуттєвого світу індивідуума.

Рефлексивний етап роботи передбачає презентацію й оцінювання творчих робіт. Можна запропонувати дві форми роботи на даному етапі: (1) конкурс анонімних етюдів з голосуванням та (2) написання контртекстів до отриманих текстів. Перша форма рекомендується у разі дефіциту аудиторного часу та/або коли метою заняття є навчити студента творчо й унікально створювати писемний текст потрібного жанру; друга – коли метою заняття є розвиток творчих здібностей студентів, здатності нестандартно, але професійно вирішувати творчі писемні завдання.

Висновки. Основною метою практики творчого письма є розвиток здатності особи до спонтанного творчого процесу, нешаблонного вирішення завдань і прагнення особистісного самовираження та водночас усунення психологічних, ідейних і мовних блоків, що заважають вільному творчому писемному процесу. Техніка контртекстів здатна виступити засобом активізації роботи підсвідомості, вербальною опорою, сконцентрувати внутрішні сили й незадіяні резерви. Психомисленнєва реакція, що виникає у процесі створення контртекстів, впливає на зміст, форму й модальність писемного тексту, який виконується після реалізації даної техніки на підготовчому етапі. Писемний продукт у такому разі характеризується особистісними забарвленнями, образністю, ідейним навантаженням, стилістичною вираженістю й фігуральною насиченістю, наповненістю лексикую художнього стилю, цікавим композиційним вирішенням. Однак ця техніка не впливає на такий показник, як правильність написання, що, своєю чергою, потребує окремого дослідження й вирішення.

Перспективу подальшого дослідження ми пов'язуємо з розробленням інформаційно-освітнього середовища для впровадження технології контртекстів в умовах дистанційного навчання.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Мельниченко Г.В. Методика контртекстів як засіб активації іншомовної мовленнєвої діяльності майбутніх учителів іноземних мов. *Інноваційна педагогіка*. 2020. Вип. 21. Т. 2. С. 151–156.
2. Психологія творчості : навчальний посібник. Одеса : ПНПУ ім. К.Д. Ушинського, 2010. С. 34.
3. Як випробувати натхнення? Блог із психології, саморозвитку та емоційного благополуччя. URL: <https://wkrolik.com.ua/yak-viprobuvati-natxnennya/>.
4. Collins B. Freewriting: a super simple how to guide. URL: <https://becomeawritertoday.com/freewriting/>.
5. Tardif T., Sternberg R. What we know about creativity? The nature of creativity. Cambridge. Cambridge University Press, 1988. P. 429–446.
6. Dickens Ch. Hard Times. Collins, 2000. 370 p.

У статті досліджується поняття ресурсу особистості з позиції психології. Автори висвітлюють сутність і ключові аспекти цього феномену, а також розглядають його вплив на психологічне благополуччя та саморозвиток людини. Здійснено огляд сучасних теорій і підходів до розуміння ресурсу особистості. Зосереджено увагу на вивченні позитивних аспектів особистості, таких як оптимізм, самодостатність, соціальна підтримка тощо, які виступають як ресурси для психологічного функціонування і розвитку. Звернено увагу на різноманітні аспекти ресурсу особистості, такі як надія, раціональна віра, душевна сила та матеріальні об'єкти. Авторами проаналізовано роль зовнішніх та внутрішніх ресурсів, включаючи соціальну підтримку, сім'ю, друзів, роботу та соціальний статус. Розглянуто важливість психічних та фізичних станів, а також вольових, емоційних і енергетичних характеристик як складників ресурсу особистості та роль цих чинників у підтримці психологічного благополуччя, досягненні цілей та розвитку потенціалу особистості. Виокремлено важливість ресурсу особистості як ключового чинника для досягнення особистого щастя, розвитку та успіху в різних сферах життя. Проаналізовано основні детермінанти формування та розвитку ресурсу особистості, зокрема особистісні характеристики, життєвий досвід, соціальні умови та культурні впливи. Розглянуто практичні аспекти активізації ресурсу особистості в контексті психологічної підтримки, розвитку потенціалу та досягнення життєвих цілей. Актуалізовано значущість дослідження ресурсу особистості для практичної психології та розвитку людського потенціалу. Зроблено висновки, що в психології ще не визначено єдиного підходу до розуміння поняття ресурсу. Зазначено, що ресурси особистості охоплюють матеріальні та нематеріальні, внутрішні та зовнішні цінності, які потенційно допомагають особистості задовольнити її життєві потреби і визначають її ставлення до світу і самої себе.

Ключові слова: класифікації ресурсів, опора, потенціал, потреби, ресурси, самоідентичність, середовище, цінності.

The article examines the concept of personality resource from the point of view of psychology. The authors highlight the essence and key aspects of this phenomenon, as well as consider its impact on a person's psychological well-being and self-development. An overview of modern theories and approaches to understanding the resource of the individual was carried out. Attention is focused on the study of positive aspects of personality, such as optimism, self-sufficiency, social support, etc., which act as resources for psychological functioning and development. Attention is drawn to various aspects of the individual's resource, such as hope, rational faith, mental strength, and material objects. The authors analyzed the role of external and internal resources, including social support, family, friends, work and social status. The importance of mental and physical states, volitional, emotional and energetic characteristics as components of the individual's resource are considered as far as the role of these factors in maintaining psychological well-being, achieving goals and developing the individual's potential. The importance of the individual resource as a key factor for achieving personal happiness, development and success in various spheres of life is highlighted. The main determinants of the formation and development of the personality resource are analyzed, in particular, personal characteristics, life experience, social conditions and cultural influences. The practical aspects of activation of the personality resource in the context of psychological support, development of potential and achievement of life goals are considered. The significance of the study of the personality resource for practical psychology and the development of human potential has been updated. It was concluded that a unified approach to understanding the concept of resource has not yet been defined in psychology, that the resources of the individual include material and non-material, internal and external values that potentially help the individual to satisfy his life needs and determine his attitude to the world and himself.

Key words: classification of resources, support, potential, needs, resources, self-identity, environment, values.

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.17>

Ніколаєв Л.О.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології,
завідувач навчально-методичної
лабораторії психології групової роботи
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Дмитрик І.Я.

магістр психології, психолог-
консультант, психотерапевт,
аспірант кафедри психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Горбоконь І.В.

магістр психології, консультант
у гештальт-підході

Актуальність проблеми дослідження.

У психологічній науці за останні декілька десятиріч років поняття ресурсів стало вживатися досить часто. У рамках гуманістичної психології навіть викристалізувався ресурсний підхід, у межах якого проводяться дослідження характеристик особистості, що активізуються під впливом важких життєвих ситуацій та дають змогу їх долати. Зумовлено це непередбачуваністю, нестабільністю сучасного життя, військовими діями, пандеміями, погіршенням соціального становища. Нові умови ставлять перед людиною відповідні завдання, зокрема пошук власних опор та набуття психологічної стійкості.

Відзначимо, що у психологічній науці єдиного підходу до розуміння сутності поняття

ресурсів особистості не існує. Ба більше, залишається відкритим питання термінологічної узгодженості, адже у наукових працях уживаються такі конструкти, як: «психологічні ресурси», «внутрішні ресурси», «ресурси особистості», «особистісні ресурси», «внутрішні опори», «життєстійкість», «ресурсний стан», «ресурсність» тощо.

Мета статті – визначення та узагальнення підходів до вивчення ресурсу особистості як психологічного феномену.

Виклад основного матеріалу. Здійснивши аналіз наукових праць, які так чи інакше торкаються питання ресурсів особистості, нами було викристалізовано два підходи до трактування досліджуваного феномену. Відмінність між

ними полягає у широті охопту життєдіяльності особистості. Розглянемо їх більш детально.

Згідно з першим підходом, ресурси тлумачать як певні індивідуальні особливості, що зумовлюють складність або легкість долання стресових ситуацій [18, с. 51].

Так, В. Бодров зауважує, що ресурси виступають тими фізичними та духовними можливостями людини, мобілізація яких забезпечує виконання його програми і способів (стратегії) поведінки для запобігання стресу [2, с. 21].

Подібною точки зору дотримується і С. Кондрачук, трактуючи ресурси особистості як життєві цінності, які утворюють реальний потенціал для подолання несприятливих життєвих подій. Наявність ресурсів забезпечує адаптивну функцію: надає впевненість людині, підтримує її самоідентичність, підкріплює самоповагу [7, с. 82]. Іншими словами, ресурси для особистості є індивідуальні, динамічні, все, що є цінним для людини, що допомагає їй адаптуватися до стресових ситуацій або долати стреси життя [7, с. 84].

«Ресурси є сильними боками особистості, які збільшують імовірність подолання криз», пише А. Чхаїдзе [15, с. 151].

Можна також зустріти трактування ресурсів як психологічних опору, які допомагають перейти зміни у власному житті з найменшими втратами і труднощами [19, с. 52].

Н. Перегончук і Т. Краєвська пропонують розуміти ресурси як системну, інтегральну характеристику особистості, що дає змогу долати важкі життєві ситуації, яка актуалізується і виявляється у процесах самодетермінації особистості [11, с. 478].

В. Казібекова тлумачить ресурс як комплекс особистісних властивостей, які дають людині змогу зберегти почуття щастя і впевненості, мудрість і життєвий досвід подолання труднощів, внутрішні сили, необхідні людині, щоб конструктивно подолати життєві кризи [5, с. 124].

Тобто бачимо, що сформувався науковий напрям, у межах якого ресурси розглядаються як особистісні характеристики людини, які дають їй змогу подолати складні життєві обставини; психологічний потенціал людини, пов'язаний з опануванням різних життєвих ситуацій, зокрема екстремальних.

Так, С. Хобфолл під ресурсами розуміє усе те, що може бути задіяно людиною для ефективного існування та підтримки якості життя [20].

У науковій статті О. Даценко відзначає, що ресурси – це сукупність індивідуальних характеристик, інтеріоризованих цінностей і засобів, що забезпечують можливість вирішувати як актуальні, так і перспективні завдання життєдіяльності, задовольняти свої бажання, продуктивно виконувати діяльність, успішно функціонувати в суспільстві [4, с. 13]. Іншими словами, ресурси – це все те, що людина вико-

ристовує, щоб задовольнити вимоги середовища. Дане положення підтверджується ідеями З. Фройда, А. Маслоу про ресурси, які завжди пов'язані із взаємодією із середовищем для задоволення власних потреб.

Цікавим є підхід Ф. Майленової, яка визначає ресурс людини як стан, у якому в неї найбільше свободи та максимальна кількість виборів. На думку науковиці, ресурсом є усе, що може підвести людину до відчуття щастя, сили, впевненості, необхідних для розв'язання проблем; це стратегії досвіду, за допомогою яких можна перейти з актуального стану до бажаного результату [16, с. 785].

О. Штепа під ресурсами пропонує розуміти вияви суб'єктного досвіду людини, які розкривають її духовні можливості [19, с. 52]. У цієї ж дослідниці можемо зустріти також трактування, згідно якого ресурси – це матеріальні та нематеріальні резерви людини, що дають їй змогу почуватися дієздатною та долати стреси [16, с. 785].

С. Кузікова вважає, що ресурси є умовами успішності саморозвитку [8, с. 372].

О. Вернік пропонує розглядати ресурси особистості виключно в контексті її життєдіяльності – як способи поведінки у процесі організації нею власного способу життя, вирішення життєвих завдань, досягнення життєвих цілей у різних сферах життєвої активності [3, с. 54].

Згадувана раніше українська науковиця В. Казібекова запропонувала альтернативне визначення тому, яке було наведено вище, а саме: «Ресурси особистості – це всі ті життєві опори, які є в розпорядженні людини й дають їй змогу забезпечувати свої основні потреби: 1) виживання; 2) фізичний комфорт; 3) безпеку; 4) залученість у соціум; 5) повагу з боку соціуму; 6) самореалізацію у соціумі» [5, с. 126].

М. Селігман та К. Петерсон запропонували під ресурсами особистості розуміти сили її характеру, що дають змогу реалізовувати чесноти [23]. Серед чеснот та «сил характеру» науковці виділили такі:

1. Мудрість і знання (креативність, допитливість, гнучкість мислення, здатність долати опір обставин, інтерес до навчання).

2. Любов і гуманізм (чуйність у взаєминах, бажання турбуватися про інших, розуміння мотивації інших).

3. Мужність (хорообрість, наполегливість, життєва енергія, відвертість).

4. Справедливість (лідерство, неупередженість, причетність до спільної справи).

5. Помірність (здатність вибачати, скромність, поміркованість, самоконтроль).

6. Духовність, або трансцендентність (почуття прекрасного, почуття гумору, вдячність, надія, релігійність) [23].

Погоджуємося з позицією В. Кобильченко, який відзначає, що наявність певних ресур-

сів, потенціалів, можливостей розширює поле діяльності особистості, роблячи більш досяжними значущі цілі в житті. Ресурси суб'єктивно підвищують цінність людини в очах навколишніх і у її власній думці про себе, роблять її більш психологічно сильною й продуктивною [6, с. 26]. Науковець відзначає, що ресурси особистості – це всі ті життєві опори, які перебувають у розпорядженні людини та дають їй можливість забезпечувати свої основні потреби: виживання, фізичний комфорт, безпеку, залучення до соціуму, повагу з боку соціуму, самореалізацію у соціумі. Ресурси – це все те, що людина використовує, щоб відповідати вимогам наявної ситуації [6, с. 26].

Як бачимо, даний напрям є комплексним, і право на його існування підтверджується багатьма вихідними концептуальними положеннями науковців минулих років. Екзистенційна психологія проблему ресурсів досліджує у контексті розв'язання фундаментальних питань буття. Науковці зазначають, що, ресурси інтегровані у структуру екзистенційної ідентичності особистості, визначають основу її життєвої філософії та виступають операційно дієвими механізмами життєтворчості [13].

Загальною властивістю ресурсів є індивідуальність, автентичність, оскільки кожна людина наділена унікальним, властивим лише їй набором ресурсів. Вони можуть активно використовуватися або знаходитися у латентному стані – «потенційно наявні». Ще однією важливою характеристикою ресурсів особистості є здатність формуватися у процесі діяльності. Науковці також указують на обмеженість і змінність ресурсів, а також на їх відновлюваність.

Часто поняття ресурсу ототожнюють із життєстійкістю, яке до наукового обігу ввів С. Мадді і запропонував розуміти під ним систему установок і переконань, що певною мірою підвладна формуванню й розвитку; базову характеристику особистості, що опосередковує вплив на її свідомість та поведінку в усіляких сприятливих і несприятливих обставинах – від соматичних проблем і захворювань до соціальних умов [22]. На наше переконання, ці поняття пов'язані між собою, але не є синонімами, бо вважаємо, що саме ресурси формують життєстійкість особистості.

У контексті дослідження поняття ресурсів уважаємо за доцільне розкрити дефініцію «ресурсний стан». На нашу думку, це стан, у якому людина відчуває, що володіє власними ресурсами; стан, у якому у неї найбільше свободи і максимальна кількість виборів.

Зважаючи на те, що не існує усталеного підходу до визначення ресурсів особистості, не напрацьовано єдиного підходу до їх виділення. Звертаючись до першоджерел, зокрема до наукових положень П. Бурдье, ресурси особистості поділяють на такі:

1. Соціальні ресурси – сукупність ресурсів, пов'язаних мережею взаємних знайомств та визнанням із боку інших. Чим більша мережа соціальних зв'язків індивіда, тим більшим капіталом він володіє (за П. Бурдье). Завдяки соціальній мережі в індивіда відкривається доступ до колективного капіталу.

2. Культурні ресурси – практичні знання індивіда, що дають змогу пізнавати стратегії та принципи дії інших агентів (об'єктів). Культурний капітал безпосередньо пов'язаний із соціалізацією індивіда у певному середовищі та дає йому змогу дотримуватися норм і правил, прийнятих у даному суспільстві.

3. Економічні ресурси – першочергово такі матеріальні блага, як дохід та приватна власність.

Як бачимо, у даній класифікації відсутні особистісні ресурси, тобто ті, як стосуються психологічних властивостей та станів індивіда.

Е. Фромм виділив три ресурси особистості, які допомагають їй у подоланні важких життєвих ситуацій:

1. Надія – психологічна категорія, що сприяє життю і зростанню. Це активне очікування й готовність зустрітися з тим, що може з'явитися.

2. Раціональна віра – переконаність у тому, що існує велика кількість реальних можливостей і потрібно вчасно виявити ці можливості.

3. Душевна сила – мужність, здатність чинити опір ударам долі [14].

Можна зустріти у науковому обігу підхід до градації ресурсів відповідно до рівня потреб особистості (найчастіше в сенсі ієрархічної моделі А. Маслоу). У такому відношенні виділяють ресурси для:

- виживання;
- комфорту;
- безпеки;
- включеності до спільноти;
- поваги;
- самореалізації [3, с. 49].

Виділяють також формальні та неформальні ресурси; ресурси, які реально існують, і потенційні ресурси. Також зустрічається поділ ресурсів на відновлювані та невідновлювані. Так, до останніх прихильники даного поділу відносять міжособові й інтимні зв'язки, здоров'я, власні переживання, час. З іншого боку, соціальні контакти, уміння і навички, знання, емоції й переживання тощо є відновлюваними ресурсами особистості. Разом із тим із часом можемо спостерігати, по-перше, невідповідність темпів витрат і відновлення власних ресурсів (ситуація стресу) і, по-друге, трансформацію відновлювальних ресурсів життя в невідновлювальні [3, с. 53].

За класифікацією С. Хобфолл ресурсами можуть бути:

- 1) матеріальні об'єкти (дохід, будинок, одяг, матеріальні фетиші);
- 2) нематеріальні (бажання, цілі);

3) зовнішні (соціальна підтримка, сім'я, друзі, робота, соціальний статус);

4) внутрішні, інтраперсональні, змінні (самоповага, професійні вміння, навички, здібності, інтереси, захоплення, риси характеру, оптимізм, самоконтроль, життєві цінності, система вірувань та ін.);

5) психічні та фізичні стани;

6) вольові, емоційні та енергетичні характеристики [20].

О. Штепа пропонує виділяти особистісні, соціальні та матеріальні ресурси [17, с. 785].

Дослідивши наукові праці, було виявлено, що все ж таки на найзагальнішому рівні фахівці виділяють внутрішні та зовнішні ресурси особистості. Так, В. Кобильченко відзначає, що зовнішні ресурси – це матеріальні предмети, соціальні статуси (ролі) і соціальні зв'язки, які забезпечують підтримку соціуму, допомагають людині зовні [6, с. 26–27].

До зовнішніх ресурсів особистості, які сприяють її розвитку та діяльності, часто відносять такі:

1. Системи стимулів діяльності і розвитку: заходи стосовно надання людині можливості проявити свої досягнення; заходи стимулювання соціальної і професійної активності, морального й матеріального заохочення за успіхи і досягнення.

2. Умови забезпечення людини інформацією, доступ в інформаційний простір, а також процеси обміну інформацією, досвідом, ціннісними орієнтаціями.

3. Створення соціально-психологічного клімату колективу, сприяння його згуртованості, демократичному стилю спілкування.

4. Організаційні умови, які передбачають чіткість управління, послідовність вимог до людей.

5. Матеріально-технічне забезпечення включає розмір і регулярність виплати заробітної плати, матеріальне стимулювання, оснащення робочих місць [9, с. 84].

Як бачимо, вище наведено зовнішні ресурси, які важливі у бізнес-середовищі. Але загалом вони прийнятні й для повсякденного життя на рівні взаємодії різних груп.

У структурі зовнішніх ресурсів П. Блозва провідну роль відводить соціальному капіталу, трактуючи його як соціально-психологічні можливості соціального мікросередовища, використовуючи які особистість може досягти власних цілей, а також сприяти досягненню цілей групи, до якої вона належить [1, с. 67]. Науковець пропонує виділяти такі показники соціального капіталу як ресурсу особистості:

- ефективність соціальної взаємодії;
- внутрішньогрупова згуртованість;
- міжособистісна довіра в межах соціальної групи;

– соціальна ідентифікація з групою;

– готовність до взаємодопомоги [1, с. 67].

Внутрішні ресурси, на переконання Р. Лазаруса, є когнітивно-феноменологічними здатностями людини (здатність чинити опір, емоційна стабільність, атрибутивні тенденції), що у співвідношенні з характеристиками зовнішніх вимог зумовлюють тип стресової реакції індивіда [21].

Внутрішні ресурси – це особистісний потенціал, характер і навички людини, які допомагають зсередини. Це, насамперед, запас автономії. Це те, наскільки добре, упевнено та цілісно людина може почуватися без усілякої підтримки соціуму й навіть за його опозиції, чітко усвідомлюючи реальне положення справ, але витримуючи стрес і зберігаючи себе [6, с. 27].

О. Штепа пропонує розуміти під внутрішніми ресурсами певні яскраві риси людини або ті властивості, які людина відносить до власних сильних боків [16, с. 783].

За визначенням Р. Кумишевої, внутрішні ресурси «...є одночасно рухомою частиною внутрішнього світу та інструментом для взаємодії із зовнішнім світом, це потенціал досвіду й одночасно творець нових знань і вмінь» [12].

Часто науковці до внутрішніх ресурсів відносять такі характеристики: бажання, цілі, мрії, образи, життєстійкість, систему вірування, ідеї, переконання, спогади, спорт, медитацію, здорове харчування, особливу музику, творчість, позитивну уяву, оптимізм, працездатність тощо [7, с. 84].

В. Казібекова наводить такі найбільш вивчені натепер внутрішні ресурси, як активна мотивація подолання, ставлення до стресів як можливості набуття власного досвіду й можливостей особистісного розвитку; сила Я-концепції, самоповага, самооцінка, власна значущість, самодостатність; активна життєва установка: чим активніше ставлення до життя, тим більша психологічна стійкість у стресових ситуаціях; позитивність і раціональність мислення та ін. [5, с. 121–122]

Загалом уважаємо такий досвід досить цінним, але психологічна практика може бути ефективнішою, якщо оперувати науково обґрунтованим знанням про ресурси людини. Тому дані практичного досвіду потребують концептуалізації на теоретичному рівні. Отже, на нашу думку, у системі внутрішніх (індивідуальних) ресурсів особистості варто виділити, першочергово, такі підсистеми:

– біогенетичні (пов'язані зі спадковістю);

– фізіологічні (стан здоров'я, особливості будови організму, фізична витривалість, вік, стать та ін.);

– індивідуально-психологічні (рівень інтелектуального розвитку: інтелектуальні ресурси, особливості емоційно-вольові сфери та ін.) [9, с. 85].

У цьому контексті Я. Малихіна пропонує виділяти ще особистісний (приналежний індивідові у феноменальному й ноуменальному змісті)

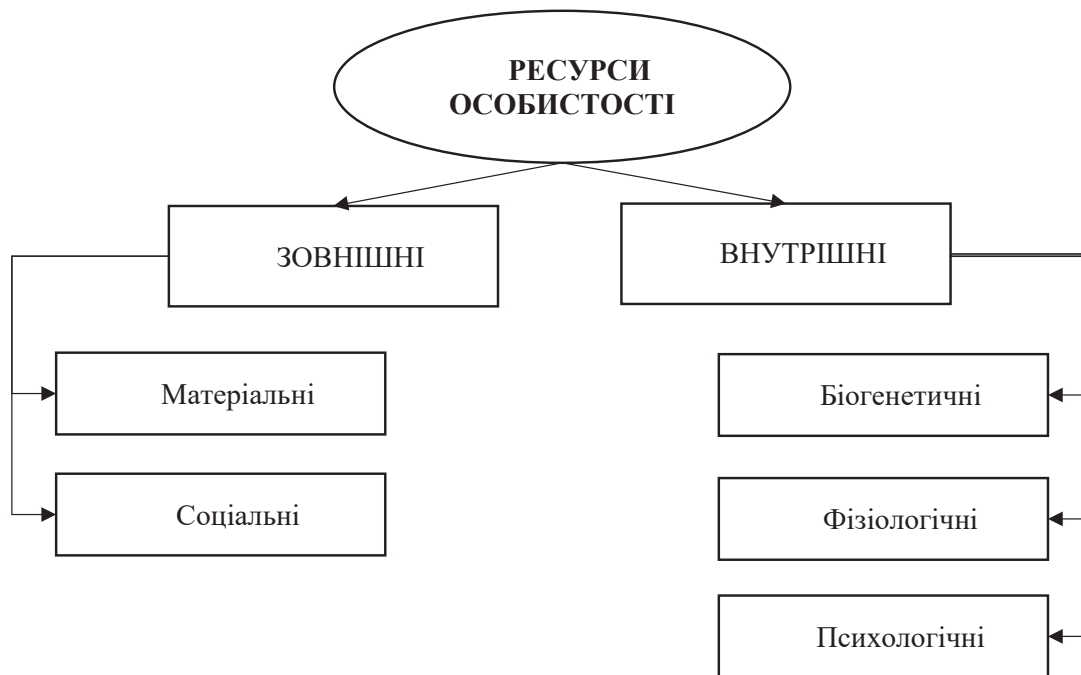


Рис. 1. Типологія ресурсів особистості

превентивний ресурс, а не просто особистісний (приналежний індивідові тільки у феноменальному, соціальному змісті). Науковиця зауважує, що особистий (індивідуальний) превентивний ресурс є комплексом здатностей індивіда, реалізація яких дає змогу зберігати баланс адаптаційно-компенсаторних механізмів. Налагоджена робота даного комплексу забезпечує психічне, соматичне і соціальне благополуччя людини та відповідно до спрямованості особистості створює умови для відкриття нею своєї унікальної ідентичності й подальшої самореалізації [6, с. 25].

О. Штепа серед внутрішніх ресурсів пропонує виділяти окремо особистісно-екзистенційні – диспозиції інтенційності, що актуалізуються у ситуаціях морального самовизначення як можливість і спосіб надання життю сенсовності та зумовлюють транспонування результату проживання людиною складних життєвих ситуацій у її унікальний життєвий досвід [17, с. 205].

Водночас в іншій статті науковиці знаходимо ототожнення особистісно-екзистенційних та психологічних ресурсів. Так, психологічні ресурси, відзначає О. Штепа, включають три важливі аспекти, які пов'язані не з типами складників психологічних ресурсів, а з їх часовою спрямованістю. Так, учена вважає, що психологічні ресурси варто трактувати як важливий досвід минулого, стан упевненості у собі у теперішньому, стратегію саморозвитку, спрямовану в майбутнє [16, с. 785].

Як бачимо, О. Штепа психологічні ресурси розглядає як екзистенційні можливості людини, що виявляються у її прагненні до самовизначення. До психологічних ресурсів вона відносить:

упевненість у собі, доброту до людей, допомогу іншим, успіх, любов, творчість, віру в добро, прагнення до мудрості, роботу над собою, самореалізацію у професії, відповідальність [18].

На наше переконання, ототожнення психологічних та особистісно-екзистенційних ресурсів є неправомірним. Ми гадаємо, що психологічні ресурси є ширшим поняттям по відношенню до особистісно-екзистенційних. Водночас, на переконання української дослідниці О. Штепи, думку якої ми теж поділяємо, психологічні ресурси є вузьким поняттям, аніж внутрішні ресурси.

Часто внутрішні та зовнішні ресурси називають ще індивідуально-психологічними, до яких відносяться властивості особистості, й соціально-психологічними, під якими зазвичай розуміються переваги, які дають матеріальні ресурси, соціальна підтримка (соціальні взаємозв'язки й взаємини), соціальні навички й влада [10, с. 284]. Водночас таке ототожнення суперечить вище наведеній класифікації внутрішніх ресурсів, тому не є репрезентативним. Уважаємо також, що під особистісними ресурсами варто розуміти психологічні, тому поняття «ресурси особистості» та «особистісні ресурси», на нашу думку, не є синонімами та співставними. Особистісні ресурси є лишень частиною всіх ресурсів особистості.

Ми схильні вважати, що до психологічних ресурсів належать психічні процеси, психічні властивості, психічні стани та психічні утворення, тобто все те, що формує особистість. Сюди ми відносимо: світогляд та вірування людини, силу духу; інтелект, креативність, інтерес до світу; системи навичок, умінь, знань; енергетичний ресурс; властивості особистості, спрямовані на проти-

стояння руйнівним діям (життєстійкість, цілеспрямованість, оптимізм, локус контролю) тощо.

Отже, можемо узагальнити, що ресурси особистості поділяються на дві групи: зовнішні та внутрішні. У межах зовнішніх виділяють матеріальні та соціальні ресурси, а в межах внутрішніх – біогенетичні, фізіологічні та психологічні (рис. 1).

Відзначимо, що розподіл на зовнішні та внутрішні ресурси є досить умовним. Усі ресурси тісно пов'язані між собою. Так, за втрати зовнішніх ресурсів поступово відбувається втрата ресурсів внутрішніх. При цьому надійні зовнішні ресурси забезпечують збереженість внутрішніх ресурсів.

Однак важливо зрозуміти, що внутрішні ресурси не замінюють зовнішні, однак вони дають змогу якийсь час існувати без зовнішніх ресурсів. Саме тому людина повинна постійно піклуватися про підтримку й нарощування тих або інших ресурсів, і чим сильніше її внутрішні ресурси, тим простіше нарощувати зовнішні. І чим більше людина наростила ресурсів зовнішніх, тим сильнішою вона стала всередині [6].

Висновки. Отже, єдиного підходу до визначення поняття ресурсу у психології не напрацьовано. У рамках нашого дослідження під ресурсами особистості можна розуміти сукупність індивідуальних матеріальних та нематеріальних, інтра- та інтерперсональних цінностей, що потенційно дають змогу особистості задовольнити певні життєві необхідності та в кінцевому підсумку визначають її відношення зі світом та самим собою. Відсутність чіткого визначення поняття ресурсу особистості спричинило виділення їх фактично необмеженої кількості, тому продовженням напряду цього дослідження може бути вироблення підходів до класифікації ресурсів особистості.

Отже, змістовні характеристики ресурсів особистості необхідно розглядати з погляду системного підходу, який відкриває можливості дослідження психологічної реальності в системі взаємодії «особистість – життєве середовище». Системний підхід також передбачає компенсаційність ресурсів, тобто їх збереження, обмін та перерозподіл, а також можливість зберігати, використовувати, набувати, обмінювати і втрачати ресурси в процесі життєдіяльності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Блозва П.І. Чинники становлення соціального капіталу як психологічного ресурсу особистості. *Психологія і особистість*. 2016. № 2(10). Ч. 2. С. 65–78.
2. Бодров В.А., Маклаков А.Г. Особистісний адаптаційний потенціал. *Психологічні науки*. 2013. № 2. С. 14–23.
3. Вернік О.Л. Ресурси у життєдіяльності особистості: психологічний зміст проблеми. *Актуальні проблеми психології*. 2019. Т. IX. Вип. 12. С. 47–57.
4. Даценко О.А. Поліваріативна специфіка психологічних ресурсів особистості. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2021. Вип. 11. С. 11–20.
5. Казібекова В.Ф. Психологічні ресурси особистості: філософсько-психологічний зміст. *Нау-*

ковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». 2017. Вип. 2. Т. 1. С. 120–127.

6. Кобильченко В. Внутрішні ресурси як джерело позитивного функціонування особистості дитини з порушеним зором. *Особлива дитина: навчання і виховання*. 2017. № 3. С. 22–30.

7. Кондратюк С.М. Активізація ресурсів особистості – запорука збереження психологічного здоров'я. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2022. № 2. С. 81–85.

8. Кузікова С.Б. Структурно-змістовний аналіз феномену особистісного саморозвитку. *Проблеми сучасної психології*. 2010. Вип. 10. С. 365–377.

9. Микитюк С.О. Витоки наукових основ ресурсного підходу. *Проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. № 2. С. 83–88.

10. Микитюк С.О. Ресурсний підхід у становленні особистості студента. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2013. Вип. 33(86). С. 283–288.

11. Перегончук Н., Краєвська Т. Психологічні ресурси особистості майбутнього психолога. *Молодий вчений*. 2018. № 2(54). С. 477–480.

12. Савчин М. Здатності особистості: монографія. Київ: Академія, 2016. 288 с.

13. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Харків: Клуб сімейного дозвілля, 2016. 160 с.

14. Фромм Е. Мати або бути? / пер. з англ. Г.В. Яновської. Харків: КСД, 2020. 304 с.

15. Чхайдзе А.О. Активізація ресурсів особистості у важких психологічних життєвих ситуаціях. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського. Психологічні науки*. 2018. № 1. С. 150–154.

16. Штепа О.С. Особливості зв'язку психологічної та персональної ресурсності особистості. *Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка*. 2013. Вип. 21. С. 782–791.

17. Штепа О.С. Особливості психологічної ресурсності осіб 20–25 років із різним статусом ідентичності. *Наука і освіта*. 2013. № 7. С. 204–208.

18. Штепа О.С. Психологічні ресурси як унікальні якості майбутніх психологів. *Гуманітарний вісник*. 2012. Додаток 1 до вип. 27. Т. V (38). С. 536–542.

19. Штепа О.С. Теоретичний аналіз ресурсного стану особистості. *Вісник Харківського національного університету*. 2014. № 1121. С. 51–56.

20. Hobfoll S.E. The influence of culture, community, and the nest-self in the stress process: Advancing conservation of resources theory. *Applied Psychology: An International Review*. 2001. № 50. P. 337–421.

21. Lazarus R.S., Launier R. Stressbezogene transaktionen zwischen PERSON UND Umwelt. In R. Nitsch (Hrsg.). *Stress: Theorien, untersuchungen, Massnahmen*. Bern: Huber, 1981. P. 213–259.

22. Maddi S., Khoshaba D. Early Antecedents of Hardiness. *Consulting Psychology Journal*. 1999. Vol. 51. № 2. P. 106–117.

23. Park N., Peterson C. Character Strengths: Research and Practice. *Journal of College & Character*. 2009. № 4 (April). Vol. X. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.2202/1940-1639.1042> (дата звернення: 10.09.2022).

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ МЕТОДІВ ДОСЛІДЖЕННЯ АГРЕСИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

COMPARATIVE ANALYSIS OF PERSONALITY AGGRESSIVENESS RESEARCH METHODS

У статті проаналізовано методи сучасної психодіагностики агресивності особистості та з'ясовано їхній потенціал можливостей. Дослідження агресивності здійснюється за допомогою методу спостереження (природного, лабораторного), опитувального та проєктивного методів. Представлені способи фіксації доповнюють один одного, розкриваючи різні аспекти агресивності особистості. Констатовано, що важливою умовою успішного використання методів дослідження агресивності виступає наявність чітких критеріїв її прояву. Складність у дослідженні агресивності особистості зумовлюється різноманітністю її проявів: соціально прийнятна та неприйнятна; випадкова та умисна; міжособистісна та аутоагресія тощо. З'ясовано, що чимала кількість агресивних актів відбувається без жодного попереднього усвідомлення особистістю. За таких умов застосування методу спостереження має певні обмеження. Ураховуючи те, що за допомогою опитувального методу можна за короткий строк зібрати значущий обсяг психологічної інформації, що має високу діагностичну надійність, а також можливість його застосування як у групових, так і індивідуальних дослідженнях, у дослідженні агресивності особистості він розглядається як основний. Для визначення агресії застосовують такі види опитування, як самозвіт про поведінку, експертна оцінка, архівні записи. Дослідження когнітивних і афективних чинників, стійких індивідуальних розходжень у схильності до агресивності теж є важливим способом її аналізу, що відбувається за допомогою опитувального та проєктивного методів. Проєктивний метод на відміну від опитувального більш захищений від ефекту соціальної бажаності (оскільки досліджуваний не знає про конкретну мету дослідження), однак він більш складний в обробці та інтерпретації.

Ключові слова: агресивність, особистість, аналіз, метод, спостереження, опитування, самозвіт.

The article analyzes the methods of modern psycho diagnosis of personality aggressiveness and clarifies their potential opportunities. Aggressiveness research is carried out using the method of observation (natural, laboratory), survey and projective methods. The presented methods of fixation complement each other, revealing different aspects of personality aggressiveness. It was established that an important condition for the successful use of aggressiveness research methods is the presence of clear criteria for its manifestation. The complexity of the study of personality aggressiveness is caused by the variety of its manifestations: socially acceptable and unacceptable; accidental and intentional; interpersonal and auto-aggression, etc. It was found that a significant number of aggressive acts occur without any prior awareness by the individual. Under such conditions, the use of the observation method has certain limitations. Considering the fact that with the help of the survey method it is possible to collect a significant amount of psychological information with high diagnostic reliability in a short period of time, as well as the possibility of its application in both group and individual studies, it is considered as the main one in the study of personality aggressiveness. The following types of surveys are used to determine aggression: self-report on behavior; expert evaluation; archival records. The study of cognitive and affective factors, stable individual differences in the tendency to aggressiveness is also an important way of its analysis, which takes place with the help of survey and projective methods. Unlike the survey method, the projective method is more protected from the effect of social desirability (since the subject does not know about the specific purpose of the study), but they are more difficult to process and interpret.

Key words: aggressiveness, personality, analysis, method, observation, survey, self-report.

УДК 343.988: 159.992.7
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.18>

Папуша В.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
та інклюзивної освіти
Рівненський обласний інститут
післядипломної педагогічної освіти

Постановка проблеми. Останнім часом вивчення проблеми агресивності стає все більше популярним об'єктом дослідницької діяльності психологів. І це цілком природно, тому що у цьому складному та інтенсивно досліджуваному напрямі залишається безліч невирішених проблем і питань. Серед них – розроблення, відбір та застосування методів дослідження агресивності особистості. Науковий метод – це система прийомів і способів, за допомогою яких досягають об'єктивного пізнання дійсності в межах дослідницько-пізнавальної діяльності. Розроблення методів необхідне для будь-якої форми діяльності, водночас кожна стійка сфера буття людини, зокрема наука, має свої специфічні прийоми. У процесі наукового пізнання виокремлюють

два основні типи методів дослідницько-пізнавальної дійсності: методи, на основі яких будується як наукове, так і практичне знання: універсальні, загальнонаукові способи пізнання; методи, притаманні лише науковому пізнанню: емпіричні й теоретичні наукові способи. В основу будь-якого наукового методу покладено три фундаментальні принципи: об'єктивність, систематичність, відтворюваність. Якщо застосування наукових методів не відповідає цим принципам, то процес наукового пізнання стає неможливим, а самі методи втрачають свою ефективність.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

За останнє півстоліття у вітчизняній та зарубіжній психології накопичився великий досвід у дослідженні агресивної поведінки людини.

Теоретичні положення та емпіричні моделі були предметом розгляду в рамках психоаналітичного (З. Фройд, А. Адлер), гомеостатичного (Р. Зільман, Дж. Доллард), еволюційного (Л. Берковіц, К. Лоренц, Ф. Перлз), соціального (А. Бандура, А. Басс, Р. Берон та Д. Річардсон) підходів, кожний із яких запропонував своє трактування та спосіб дослідження агресивності. Складність у дослідженні агресивності особистості зумовлюється різноманітністю її проявів: соціально прийнятна та неприйнятна; випадкова та умисна; міжособистісна та ауто-агресія тощо [1].

Постановка завдання. Мета статті – здійснити теоретичний аналіз методів сучасної психодіагностики агресивності особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Теоретичний аналіз показав, що дослідження агресивності здійснюється за допомогою методу спостереження (природного, лабораторного), опитувального та проєктивного методів [2; 3; 13; 15]. Представлені способи фіксації доповнюють один одного, розкриваючи різні аспекти агресивності особистості. Іншими словами, для дослідження агресивності особистості використовується сукупність взаємопов'язаних та взаємодоповнюючих методів.

Цілеспрямоване й організоване сприйняття особливостей поведінки з подальшою реєстрацією даних є вкрай важливим методом дослідження агресивності особистості. Метод спостереження дає змогу зібрати інформацію про різноманітні прояви агресії, причому навіть у тому разі, якщо вони не усвідомлюються опитуваними. Метод спостереження полегшує фіксацію проявів агресії у тому вигляді, у якому вона відбувається [2]. Однак проведення спостереження – надто трудомістка процедура, що вимагає від психолога максимальної зосередженості. Окрім того, відсутність стандартизованої процедури обробки даних ускладнює їх інтерпретацію.

Серед методів дослідження агресивної поведінки надійно зарекомендували два види спостереження: природне (польове) та лабораторне [10]. Одне з головних завдань спостереження у природних умовах полягає в отриманні відомостей про різні форми та частоту проявів агресії за принципом «тут» і «тепер». Спостереження за проявами агресії у польових умовах має ту перевагу, що інформацію про поведінку можна отримати безпосередньо, оскільки досліджувані не усвідомлюють, що їхня поведінка реєструється. Наприклад, Хамперт і Данн для дослідження агресивних аспектів взаємодії під час шкільних уроків спеціально розробили систему кодування, яка містила 10 характеристик агресивної поведінки, як-от псування речей однокласників, виривання предметів із рук, погрози та шан-

таж однокласників. Спочатку реєструється природний хід поведінкових проявів, а потім інформація піддається поділу на більш дрібні одиниці аналізу і, нарешті, розподіляється за заздалегідь визначеними категоріями [12].

Беззаперечним є той факт, що важливою умовою успішного використання методів дослідження агресивності є наявність чітких критеріїв її прояву. Американські психологи Мері Алворд та Патрісія Бейкер визначили вісім критеріїв прояву агресії: 1) втрата контролю над собою; 2) конфлікти з дорослими; 3) відмова виконувати встановлені правила; 4) звинувачення інших у власних помилках; 5) відмова будь-що робити; 6) заздрисність до успіхів інших; 7) чутливість до думок інших; 8) підвищена дратівливість. Ознаками агресії за даного підходу виступає стійка наявність у поведінці не менше чотирьох ознак протягом шести місяців [5].

Інший напрям дослідження, де застосовується спостереження в природних умовах, орієнтований на використання повсякденних ситуацій із метою вивчення зв'язку між певними попередніми умовами і подальшими агресивними реакціями. У рамках даного типу досліджень розглядаються різні незалежні змінні (наприклад, сила фрустрації) та їхній вплив на залежні змінні (наприклад, інтенсивність агресивної реакції).

Спостереження забезпечує створення протоколів, які використовуються для контент-аналізу і кількісних вимірювань рівня агресивності особистості. Такий спосіб діагностики забезпечує об'єктивне порівняння об'єктів за ознакою, що вивчається, і ефективний контроль за динамікою агресивності під час застосування профілактичних та терапевтичних технологій, у тому числі й соціального втручання.

Заздалегідь визначається коло параметрів, які найбільшою мірою цікавлять дослідника у зв'язку з поставленими завданнями. У цьому разі спеціальний план запису або фіксації результатів спостережень складається ще до початку збору інформації. Як приклад можна навести карту спостережень Д. Скотта, що спрямована на виявлення характеру дезадаптації дитини. Вона включає 198 фрагментів фіксованих форм поведінки, за наявності чи відсутності яких у дитини повинен стежити спостерігач. Ці фрагменти згруповано у 16 синдромів: відсутність довіри до нових речей, людей, ситуацій; астения; занурення у себе; тривожність стосовно дорослих; неприйняття дорослих; тривога стосовно інших дітей; асоціальність; конфліктність з однолітками; непосидючість або невгамовність; емоційна напруга або емоційна незрілість; невротичні симптоми; несприятливі умови середовища; розумовий розвиток; ставтевий розвиток; хвороби та органічні пору-

шення; фізичні дефекти. Під час оцінки агресивності дитини особлива увага приділяється синдрому, що описується вороже ставлення до дорослих і дітей. Карта спостережень може заповнюватися як психологом, так і педагогом. Як недолік відзначається, що не завжди вдається отримати об'єктивну картину поведінки дитини через суб'єктивізм або ж упереджене ставлення педагога до дитини. Тому в тих випадках, коли отримана інформація викликає сумнів, слід провести додаткове спостереження.

Недоліком зазначеного типу спостереження виступає наявність великої кількості додаткових змінних, котрі знаходяться поза контролем дослідника. Недостатній контроль над зовнішніми умовами, а також значна залежність досліджуваних від експериментального впливу зумовили проведення домінуючої більшості досліджень агресивної поведінки у лабораторних умовах. Під час лабораторного спостереження дослідник сам створює ситуації, що задовольняють двом важливим умовам: 1) вплив експериментальної ситуації на агресивні реакції досліджуваних; 2) контроль змодельованих агресивних ситуацій. Найскладніша частина завдання полягає у визначенні поведінкових маркерів агресії, які повинні репрезентувати достовірні ознаки агресивних проявів особистості.

У спостереженні за проявами агресії ефективно зарекомендували себе лабораторні ситуації. Наприклад, запропонована Д. Россом і С. Россом експериментальна ситуація розроблена для того, щоб дати дітям можливість продемонструвати різні прояви агресії на великій надувній фігурі клоуна на ім'я Бобо. У дітей спочатку формують готовність до агресії шляхом демонстрації агресивних дій стосовно ляльки. Потім спостерігають їхню поведінку по відношенню до ляльки та оцінюють її з позицій частоти повторення агресивних дій [9].

Окрім фізичних реакцій, показниками агресії часто виступають її вербальні прояви. Як правило, спочатку досліджуваного піддають впливу, розрахованому на те, щоб спровокувати агресивні реакції. Потім фіксуються його висловлювання, які аналізуються з позицій наявності агресивного змісту або як оцінки особистості, що викликала агресивний відгук. Щоб зазначені оцінки могли вважатися агресивними реакціями, випробуваних потрібно переконати в тому, що їхня негативна оцінка спричинить несприятливі наслідки для іншої людини.

Хоча експериментальні процедури дають змогу отримати лівову частку даних, вони мають і низку недоліків. Вирішальний пов'язаний із тим, наскільки велика їх валідність, тобто якою мірою вони відображають базове теоретичне розуміння агресії (валідність тлумачення) і здатні пояснити агресивну поведінку,

що відбувається поза лабораторією у «реальному світі» (зовнішня валідність).

Не маючи можливості докладно розглянути всю пов'язану з лабораторними експериментами полеміку, відзначимо два головні аргументи на захист їхньої здатності до вивчення агресії. Під час спостереження за поведінкою особистості у створених агресивних ситуаціях її реакції: а) корелюють із різними показниками агресії; б) знаходяться під впливом однотипного набору попередніх умов.

Узагальнивши результати понад 100 опублікованих досліджень, Маркус-Ньюхал і Міллер підтвердили тезу про те, що загальну поведінкову тенденцію відображають окремі агресивні поведінкові акти. Другий аргумент полягає у відсутності зовнішньої валідності, тобто неможливо перенести результати досліджень агресії, отримані в лабораторних умовах, на агресивні прояви, які характерні для реального світу [14].

Андерсон і Бушман проводили пошук свідчень відповідності між індивідуальними відмінностями і ситуаційними змінними як детермінантами агресивної поведінки. У результаті було встановлено, що як у лабораторних, так і у польових дослідженнях агресія посилюється залежно від зовнішнього подразника, вживання алкоголю, анонімності і сприйняття зображення насильства в засобах масової інформації. Окрім того, встановлено, що за будь-яких умов рівень фізичної агресії вищий у чоловіків із високою індивідуальною агресивністю [7].

Лабораторні спостереження мають першорядне значення у визначенні зв'язків між агресивною поведінкою та її наслідками. З іншого боку, цим дослідженням властиве значне обмеження, коли йдеться про вивчення граничних проявів агресивної поведінки. Тому у вивченні агресії, безсумнівно, є місце як лабораторному, так і польовому спостереженню.

Під час роботи з агресивними особистостями одержати інформацію про поведінку шляхом безпосереднього спостереження далеко не завжди можливо. У зв'язку з тим, що багато агресивних актів відбуваються без жодного попереднього усвідомлення або виявляються після того, як були вчинені, дослідники змушені звернутися до методу опитування [13].

Зарубіжні психологи виділяють такі види опитування для визначення агресії: самозвіт про поведінку, експертна оцінка, архівні записи.

Самозвіт про поведінку передбачає, що досліджувані надають словесний звіт про власну агресивну поведінку. Він використовується у контексті великомасштабних обстежень або для перевірки певної гіпотези. Залежно від мети дослідження здійснюється опис схематичних моделей агресивної поведінки або конкретних учинків в окремій сфері.

Самозвіт про агресивну поведінку не обмежується вивченням позиції самого суб'єкта агресії.

Сюди належить також інформація, отримана від інших агресивних суб'єктів. Наприклад, Майнارد і Джозеф розробили багатомірну шкалу для виявлення різних форм переслідування дітей їхніми агресивними однолітками.

Утім, як зазначено в роботі [11], джерела і ступінь реальної агресивної поведінки слабко усвідомлюються особистістю, вони знаходяться під значним впливом механізмів психологічного еґо-захисту, тому мало доступні для самоопису і самозвіту.

Самозвіти про агресивну поведінку можуть поєднуватися зі звітами про інших людей із метою вивчення взаємозалежності агресивних дій і оцінки відповідності між звітами людини про себе і про інших. Даний підхід особливо яскраво виражений у «Шкалах тактики конфлікту», розроблених Штраусом для вивчення насильства в родині. В останній версії цієї методики досліджуванім пропонується відзначити, яку з наведених у переліку видів поведінки, що відображають психологічну агресію, вони проявляли відносно свого партнера протягом минулого року. Окрім цього, вони відзначають, чи виявляв їх партнер стосовно них один із видів поведінки, представленої у переліку [1].

З огляду на те, що досліджувані усвідомлюють неприпустимість агресивної поведінки, суттєвим недоліком самозвітів виступає виражена соціальна бажаність відповідей. Даний недолік особливо помітний, коли метою дослідження є встановлення частоти повторення певних агресивних дій. Як вихід пропонується звернення до інших джерел. Однак альтернативні джерела досить часто відображають упереджене ставлення у повідомленій інформації. Останнє, своєю чергою, надзвичайно ускладнює отримання надійних оцінок за шкалою певних форм агресії.

Проблема соціальної бажаності поведінки стає менш гострою, коли поведінку конкретної людини оцінюють експерти. Ними можуть бути вчителі, батьки, ровесники, тобто ті особи, які добре знають досліджуваного. Експертне оцінювання проявів агресії може проводитися як за допомогою стандартизованої процедури анкетування експертів, так і під час проведення бесіди (інтерв'ю) опитуваного у присутності кількох психологів – експертів.

Для експертного вивчення агресивності у дітей дошкільного віку найбільш затребуваними виявилися анкети, розроблені Г. Лаврентьевою та Т. Титаренко. Кожна анкета складається з 20 тверджень, які стосуються психофізіологічних особливостей дитини та таких важливих для неї сфер життєдіяльності, як гра, стосунки з батьками і вихователями. Відповідно до суми отриманих балів визначається рівень агресивності.

До недоліків експертного оцінювання потрібно віднести пряму залежність достовір-

ності отриманих даних від соціально-перцептивних здібностей експерта помітити ознаки агресивності в поведінці об'єкта вивчення (або їх відсутність, адже можливий і ефект приписування неіснуючої агресивності), а також складність визначення критеріїв експертної оцінки агресивної поведінки.

Наступний спосіб вивчення агресії полягає у вивченні архівних даних. Прикладом архівного вивчення агресивної поведінки є дослідження, проведене Крейґ А. Андерсон та Кетрін Б. Андерсон. Дослідники вивчали взаємозв'язок між рівнем агресії і динамікою коливання температури повітря. З'ясувалося, що зростання частоти поширення нападів, які призвели до смерті жертви, були вище в роки з більш високою температурою. Водночас пограбування виявилися непов'язаними з коливанням температури повітря [6].

Окрім одержання інформації про агресію на поведінковому рівні, дослідники нерідко виявляють цікавість до вивчення когнітивних і афективних чинників, що супроводжують агресивність, а також до виявлення стійких індивідуальних розходжень у схильності до агресивності. Для досягнення означених цілей використовуються два підходи. Перший підхід полягає у застосуванні особистісних опитувальників.

Другий – у застосуванні проєктивних методик, в основі яких лежить принцип проєкції, що припускає наявність процесу «проєкування» на невизначений матеріал своїх почуттів, потреб, установок і ставлення до життя. Важливою особливістю проєктивних методик є те, що в них використовуються невизначені або мало структуровані стимули, що створюють найкращі умови для прояву внутрішнього світу особистості. Під час вивчення агресивності у сучасній психодіагностиці використовуються такі проєктивні методики, як: ТАТ, «Чорнильні плями Роршаха», Тест малюнкової фрустрації Розенцвейга, «Тест руки» Вагнера, Тест портретних виборів Сонді, психомалюнкові методики («Неіснуюча тварина», «Будинок – дерево – людина»), проєктивні методики з іграшками (тест ляльок) тощо.

Стандартизовані опитувальники дають змогу одержати кількісні еквіваленти виразності різних видів агресивності у структурі емоційних властивостей особистості. Вони полегшують процедуру обробки й інтерпретації отриманих даних та зіставлення показників, характерних для різних груп. Особистісні опитувальники являють собою реалізацію суб'єктивного підходу до дослідження агресивності з вербальним поданням тестового матеріалу.

Працюючи з особистісними опитувальниками, що були, є й у доступному для огляду майбутньому будуть найбільш популярними інструментами оцінки особистості, кожен фахі-

вещь-психолог повинен чітко знати, що вони собою являють. Застосування особистісних опитувальників дає змогу встановити кількісну міру вираженості досліджуваних властивостей особистості, їхні інтраіндивідуальні та інтеріндивідуальні зв'язки.

В особистісних опитувальниках, спрямованих на діагностику агресивності, найбільш розповсюджені такі форми запитань (тверджень):

1. Запитання, що передбачають дихотомічні відповіді типу «так – ні». Ці питання, легко формулюючись, є зрозумілими, відповіді на них не викликають труднощів у досліджуваних. Наприклад: «Ви смілива людина?». Варіанти відповідей: «так», «ні».

2. Запитання, що передбачають поряд із заперечувальною і стверджувальною також невизначену відповідь типу: «так», «інколи», «ні». Як правило, невизначені відповіді, будучи неінформативними, здатні актуалізувати відповідну установку, що спотворює одержувану інформацію. Використання такої форми запитань пов'язане з тим, що в деяких досліджуваних виникає дратівливість, відмова від роботи в тому разі, коли їх змушують відповідати лише за дихотомічною шкалою. Як приклад можна навести таке питання зазначеного типу: «Я отримую більше задоволення, розповідаючи місцеві новини». Варіанти відповідей: «так», «інколи», «ні».

3. Запитання, що передбачають відповіді типу «правда – неправда», або так звані альтернативні завдання. Власне кажучи, вони мало відрізняються від дихотомічних («ні»). Наприклад: «Я ненавиджу втискуватися в переповнений автобус». Варіанти відповідей: «правда», «неправда».

4. Запитання, які передбачають відповіді, що є варіантами «так», «інколи», «важко відповісти», «ні». Підбір того або іншого варіанта зумовлюється значенневими особливостями запитання (твердження). Наприклад: «Я надто збуджений, і мені не по собі».

Одержані за допомогою особистісних опитувальників дані приводяться у вигляді кількісних оцінок, що у багатомірних шкалах, як правило, перетворюються на різного типу стандартизовані показники. Особистісні опитувальники зовні репрезентують собою перелік запитань чи тверджень, на які досліджуваний повинен відповісти згідно із запропонованою йому методикою. Кількість запитань значно варіює. В одних опитувальниках 20 питань, в інших – близько двох сотень.

Особистісні опитувальники для діагностики агресивності, розроблені дотепер, можуть бути об'єднаними за принципом конструювання, віковим та кількісним критеріями. За принципом конструювання виділяють опитувальники факторні, для конструювання яких використовується факторний аналіз (наприклад, опитувальники Р. Кеттелла); опитувальники емпіричні, котрі створюються на основі

критеріально-ключового принципу (наприклад, MMPI); за віковим критерієм опитувальники поділяються на опитувальники для школярів, дорослих та комбіновані, тобто такі, що можуть використовуватися для обох вище вказаних категорій. До методик такого типу належить опитувальник Баса – Даркі, який спрямований на діагностику агресії у досліджуваних починаючи з 10-річного віку; за кількісним критерієм виділяються багатомірні та одномірні.

Під багатомірними розуміються опитувальники, призначені для діагностики поряд з агресивністю й інших властивостей особистості. Сюди можуть бути віднесені: опитувальник Леонгарда – Шмішека; методика «ТПАНС»; діагностика цинізму, агресивності, ворожості (за шкалою Кука – Медлей). Одномірними називаються опитувальники, які призначені для діагностики лише однієї властивості. Серед опитувальників, призначених для діагностики агресивності, можна назвати «Опитувальник Баса – Даркі», Опитувальник агресивності Л. Почебут, тест А. Ассінгера (оцінювання агресивності у стосунках) [3].

Фактично більшість з існуючих опитувальників можуть бути віднесеними до кількох із наведених класифікацій. Утім, доречно зазначити, що, незважаючи на наявність у сучасній психодіагностиці чималої кількості методик вимірювання рівня агресивності особистості, деякі західні фахівці стверджують, що нині не існує жодного психологічного тесту, який із високою вірогідністю давав би змогу діагностувати схильність людини до прояву агресивної поведінки.

Висновки з проведеного дослідження.

Отже, у ході теоретичного аналізу з'ясовано, що переважна більшість досліджень агресивності містить оцінку поведінки фізичного або вербального характеру. Дослідження агресивності здійснюється за допомогою методу спостереження (природного, лабораторного), опитувального та проективного методів. Представлені способи фіксації особливостей прояву агресивності особистості доповнюють один одного, розкриваючи її різні аспекти. Важливою умовою успішного використання методів дослідження агресивності виступає наявність чітких критеріїв її прояву.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Віктимологія та агресологія : навчальний посібник / за заг. ред. Н.Ю. Волянчук, Г.В. Ложкіна. Київ : Прінт Хауз, 2010. 265 с.

2. Ларіонов С.О., Макаренко П.В. Діагностика агресивної поведінки особистості засобами психологічного тренінгу. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України*. Харків, 2018. С. 172–175. URL: https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/30_03_2018/pdf/53.pdf.

3. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують типову програму для кривдників : збірник практичних матеріалів. Київ, 2020. 132 с. URL: <https://www.osce.org/files/documents/4/7/471051.pdf>.
4. Папуша В.В. Агресивна поведінка підлітків як фактор віктимізації. *Психологічні перспективи*. 2012. Вип. 19. С. 190–196. URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/1822/1/Papusha.pdf>.
5. Alvord M.K., Grados J.J. Enhancing Resilience in Children: A Proactive Approach. *Professional Psychology: Research and Practice*. 2005. № 36(3). P. 238–245. URL: <https://doi.org/10.1037/0735-7028.33.238>.
6. Anderson Craig A, Anderson Kathryn B. Temperature and aggression: Paradox, controversy, and a (fairly) clear picture. *Human Aggression: Theories, Research, and Implications for Social Policy*. 1998. P. 247–298. DOI: 10.1016/B978-012278805-5/50011-0.
7. Anderson, C.A., & Bushman, B.J. Effects of violent videogames on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior: A meta-analytic review of the scientific literature. *Psychological Science*. 2001. № 12. P. 353–359.
8. Anderson, C.A., & Bushman, B.J. Human aggression. *Annual Review of Psychology*. 2002. № 53. P. 27–51.
9. Bandura, A., Ross, D. & Ross, S.A. Transmission of aggression through imitation of aggressive models. *Journal of Abnormal and Social Psychology*. 1961. № 63. P. 575–582.
10. Barkley R.A. *Attention Deficit Hyperactivity Disorder: A handbook for diagnosis and treatment*. 3. New York, NY : Guilford Press, 2006.
11. Eron L.D. The development of aggressive behavior from the perspective of a developing behaviorism. *American Psychologist*. 1987. Vol. 42. P. 435–442.
12. Humpert W., Dann H-D. Das Beobachtungssystem BAVIS. Ein Beobachtungsverfahren zur Analyse von aggressionsbezogenen Interaktionen im Schulunterricht. Göttingen: Hogrefe, 1988. 84 s.
13. Kaufmann H. Definitions and methodology in the study of aggression. *Psychological Bulletin*. 1965. Vol. 64. P. 351–364.
14. Marcus-Newhall A., Pedersen W.C., Carlson M., Miller N. Displaced aggression is alive and well: a meta-analytic review. *J Pers Soc Psychol*. 2000 Apr; 78(4):670–89. DOI: 10.1037//0022-3514.78.4.670. PMID: 10794373.
15. Mynard H., Joseph S. Development of the Multidimensional Peer-Victimization Scale. *Aggressive Behavior*. 2000. № 26. P. 167–178.

КОНСТРУКТИВНІ ТА ДЕСТРУКТИВНІ СТРАТЕГІЇ ОПРАЦЮВАННЯ ТРИВОЖНОСТІ: КЛІНІКО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ КОНТЕКСТ

CONSTRUCTIVE AND DESTRUCTIVE STRATEGIES FOR DEALING WITH ANXIETY: CLINICAL AND PSYCHOLOGICAL CONTEXT

Статтю присвячено теоретичному аналізу психологічних особливостей, структури, критеріїв та показників тривожних станів у дорослому віці. Виокремлено основні підходи до дослідження тривожності та особливостей її переживання (психоаналітичний, феноменологічний, екзистенціальний, когнітивно-поведінковий). Тривожність із психологічного погляду – це одна з базових емоційних реакцій, яка характеризується певними психологічними і фізіологічними симптомами; це емоційна реакція на небезпеку, яка характеризується невизначеністю, відчуттям безпомічності і пов'язана зі страхом перед невідомим. Вона є безпредметною і неспецифічною емоцією, за якої відчувається загроза цінностям певної особистості. Життя без тривожності, тобто за її повної відсутності, також неможливо уявити. Тривога є важливим та потрібним аспектом психічного життя особистості. Мається на увазі присутній оптимальний рівень тривоги, який забезпечує успішну адаптацію до реальної дійсності. Якщо людині властивий надмірно високий чи надмірно низький рівень тривоги, то це проявляється у дезорганізації поведінки та може бути показником несприятливого особистісного розвитку. Підвищений рівень тривожності спостерігається за наявності нервово-психічних захворювань, та під час переживання травмуючої ситуації. Загалом тривожність можна розглядати як показник неблагополуччя особистості. Прояви тривожних чи депресивних станів спостерігаються у від 1% до 3% населення (частіше в жінок, приблизно у 1,5 рази), а окремі компоненти цього розладу можуть вплинути на 5–15% населення. Сучасні уявлення розглядають емоційний стрес як явище, що виникає, коли вимоги, що ставляться перед особою, перевищують її здатність упоратися з ними. Якщо людина не має стратегій подолання стресових ситуацій (копінг-стратегій), вона переживає напружений стан. Подолання стресу включає у себе психологічні (когнітивні і поведінкові) та фізіологічні механізми. Якщо спроби впоратися із ситуацією не дають результатів, стрес може тривати і призводити до патологічних реакцій та органічних ушкоджень.

Ключові слова: тривожний стан, дисфункція, психодіагностика, психотерапія, захворювання, деструктивна стратегія, конструктивна стратегія.

The article is devoted to the theoretical analysis of psychological features, structure, criteria and indicators of anxiety states in adulthood. The main approaches to the study of anxiety and the peculiarities of its experience are highlighted (psychoanalytic, phenomenological, existential, cognitive-behavioral). Anxiety, from a psychological point of view, is one of the basic emotional reactions, which is characterized by certain psychological and physiological symptoms; it is an emotional response to danger, which is characterized by uncertainty, a sense of helplessness and is associated with fear of the unknown. It is a non-objective and non-specific emotion in which a threat to the values of a certain personality is felt. Life without anxiety, that is, in its complete absence, is also impossible to imagine. Anxiety is an important and necessary aspect of an individual's mental life. It means that there is an optimal level of anxiety that ensures successful adaptation to reality. If a person is characterized by an excessively high or excessively low level of anxiety, then this is manifested in the general disorganization of behavior and activity and is an indicator of unfavorable personal development. An increased level of anxiety is observed in the presence of neuropsychiatric diseases and when experiencing a traumatic situation. In general, anxiety can be considered as an indicator of personality disorder. In general, manifestations of anxiety or depressive states are observed from 1 to 3% of the population (more often in women by about 1.5 times), and individual components of this disorder can affect 5-15% of the population. Modern concepts consider emotional stress as a phenomenon that occurs when the demands placed on a person exceed his ability to cope with them. If a person does not have strategies for overcoming stressful situations (coping strategies), he experiences a tense state. Coping with stress includes psychological (cognitive and behavioral) and physiological mechanisms. If attempts to cope with the situation do not give results, stress can continue and lead to pathological reactions and organic damage.

Key words: anxiety state, dysfunction, psychodiagnosis, psychotherapy, disease, destructive strategy, constructive strategy.

УДК 354:328.185
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.19>

Полшкова С.Г.

д.мед.н.,
професор кафедри клінічної психології
ТОВ «Київський інститут сучасної
психології та психотерапії»

Максимчук М.О.

старший викладач кафедри спеціальної
та інклюзивної освіти
Київський університет
імені Бориса Грінченка

Тривожність – одна з базових емоційних реакцій, яка характеризується певними психологічними і фізіологічними симптомами. Із психологічного погляду тривожність – це емоційна реакція на небезпеку, яка характеризується невизначеністю, відчуттям безпомічності і пов'язана зі страхом перед невідомим. Тобто вона є безпредметною і неспецифічною емоцією, за якої відчувається загроза цінностям певної особистості. Із біологічного погляду тривожність є специфічним реактивним ста-

ном і характеризується підвищеними серцебиттям та диханням, тремтінням, загальною слабкістю, пригніченням діяльності шлункового тракту, активацією автономної нервової системи [1].

Поняття «тривожність» іноді вживають як синонім до поняття тривоги, проте це не є зовсім правильним, оскільки тривогу частіше розглядають як емоційний стан, негативно забарвлену емоцію, що може бути пов'язана зі зміною нервової діяльності, наприклад ситуативна

тривога, а тривожність – це особистісна риса, схильність людини до переживання тривоги.

У DSM-5 тривожність описується як побоювання майбутньої загрози і не ототожнюється зі страхом – емоційною реакцією на реальну або уявну неминучу загрозу. Тривога – природна емоція. З еволюційного погляду вона адаптативна, оскільки сприяє виживанню, спонукаючи людей уникати небезпечних місць. Від XX ст. тривога також може трактуватися як розлад. Межа між нормальною (адаптаційною) тривогою та тривогою як розладом проводиться завдяки клінічній оцінці. Згідно з МКХ-10, тривожно-депресивні стани виникають як наслідок тривалої реакції на стресові події чи ситуації, які можуть бути загрозливими або катастрофічними. Ці події можуть спричинити загальний дистрес майже у будь-якої людини (короткочасний або тривалий) [2].

Тривожність розділяють на такі види: стан, який пов'язаний із конкретною ситуацією, і тривожність як властивість особистості. Перший вид має назву особистісної тривожності, а другий – ситуативної. Особистісна тривожність є стійкою особистісною якістю і характеризується здатністю сприймати широкий спектр ситуацій як потенційно небезпечних і у відповідь на ці ситуації реагувати появою стану тривожності. Ситуативна тривожність, або її ще називають реактивною, – це стан людини у певний момент часу і емоційна реакція, яка виникає під час цього стану [3; 4].

Для того щоб успішно адаптуватися у середовищі, адекватно справлятися з труднощами та ускладненнями, необхідно володіти певними навичками вирішення життєвих негараздів. Уміння справлятися з життєвими труднощами, не зашкоджуючи власній психіці, є важливим умінням для людини, адже це забезпечить їй психологічне, психосоматичне та соціальне благополуччя.

Намагаючись здійснити систематизацію взаємостосунків особистості людини зі складними обставинами життя, розрізнення між копінг-стратегіями та варіантами психологічного захисту відбувається стосовно специфіки організації зусиль щодо отриманого остаточного результату. Стратегії подолання зосереджені на вирішенні ускладнень. Захисними вважаються такі варіанти, які дають змогу «уходити» в той чи інший бік від вирішення проблемної ситуації.

Механізми психологічного захисту були вперше виявлені та науково обґрунтовані З. Фройдом. Більш детальне вивчення вони отримали у працях А. Фройд. Механізми захисту традиційно розглядають як певні прийоми обробки інформації, які особистість використовує для того, щоб захищатися від напруження, які викликаються внутрішніми та зовнішніми конфліктними ситуаціями. Захисні

механізми діють так, що виключають реальність, застосовуючи заперечення, втечу від реальності шляхом несвідомого застосування витіснення, пояснення реальності вигідним для себе способом, застосувавши раціоналізацію, сприймати реальність з протилежним сутнісним наповненням як реактивне утворення. Окрім того, захисні механізми екстеріоризують внутрішні переживання особистості і знаходять їх відображення у зовнішньому світі (проекція), розділяють реальність на окремі складові частинки (ізоляція), сприяють втечі від дійсності (регресія) та перебудуванню реальності (сублімація). Не можна вважати, що захисні механізми виконують постійну позитивну функцію, вони заважають продуктивному сприйняттю і розумінню реальної дійсності та власної особистості.

Представник екзистенційної психології Р. Мей доцільно згадує про симпатичний та парасимпатичний відділи нервової системи. Обидва відділи забезпечують рівновагу організму. Симпатичний відділ сильніший: він може доминувати над парасимпатичним. Навіть середній рівень тривоги може придушити травлення, але щоб знизити тривогу, знадобиться значна стимуляція парасимпатичного відділу (до прикладу, їжа). У книзі Р. Мея «Сенс тривоги» згадується таке поняття, як «злаякісна тривога», яка має смертельні наслідки. Переживаючи злаякісну тривогу, пацієнти розгублені, у них пришвидшений пульс та посилене потовиділення поряд з інтенсивним переживанням стресу. Злаякісна тривога може виникати через нестабільність симпатичної системи або ж у зв'язку із серйозною психічною травмою, яка утворилася на тлі фізичної перевтоми, недоїдання, безсоння і т. д. Р. Мей підкреслює, що «якими б не були психічні порушення, одне очевидно: загроза існуванню настільки сильна, що людина ніяким способом не може впоратися з нею, і, як наслідок, їй доводиться відмовитися від існування, тобто померти» [5; 6].

Згідно з переконаннями та поглядами представників біхевіористичного підходу, тривожність і страх як емоції – близькі явища, що виникають на основі умовного рефлексу. Вони є передумовами для розвитку широкого діапазону інструментальних реакцій уникнення. І згодом на них відбувається процес соціалізації індивіда, та можливі негативні неадаптивні форми невротичних порушень у поведінці.

Окрім вище зазначеного, існує ще одне трактування та розуміння тривоги, а саме через стрес. Г. Сельє у своєму вченні про стрес виокремлював три фази щодо протікання цього феномену. І найпершу фазу він назвав саме фазою тривоги. Коли особистість із тих чи інших причин перебуває у ситуації, що викликає у неї стрес, то у будь-якому разі

вона намагатиметься йому опиратися, адаптуватися до нього. Коли людина стикається із загрозовою для неї ситуацією, то, мобілізуючись, організм активізує біологічні реакції боротьби або втечі. У ході цього відбуваються психофізіологічні зміни організму згущення крові, зростання артеріального тиску, розміру печінки тощо. Організм спочатку втрачає здатність опиратися («фаза шоку»), але з часом психікою застосовуються захисні механізми («фаза протишоку»).

Концепція стресу Г. Сельє є популярною саме через повноту самої сутності теорії. Вона включає у себе взаємозв'язок між поняттями «тривога», «загроза власному «Я», «фрустрація», «внутрішній конфлікт», «емоційний дистрес» та «напружений стан». Окрім того, унаслідок широкого використання цього поняття у біології воно надало можливість установлення взаємозв'язку між фізіологічними та психологічними явищами.

Життя без тривожності, тобто за її повної відсутності, також неможливо уявити. Тривога є важливим та потрібним аспектом психічного життя особистості. Мається на увазі присутній оптимальний рівень тривоги, який забезпечує успішну адаптацію до реальної дійсності. Якщо людині властивий надмірно високий чи надмірно низький рівень тривоги, то це буде проявлятися у дезорганізованості поведінки і діяльності та свідчити про несприятливий особистісний розвиток. Підвищений рівень тривожності спостерігається за наявності нервово-психічних захворювань та переживання травмуючої ситуації. Загалом тривожність можна розглядати як показник неблагополуччя особистості.

Часто тривога ототожнюється із занепокоєнням. Це може мати прояви уповедінці, голосі та рухах. Людина відчуває розгубленість, неможливість сконцентруватися й опанувати свої рухи, у неї недолугі чи зайві жести, тремтячий голос, відсутній погляд. Відчуття, які охоплюють людину в тривожному стані, зачіпають усі її органи. Це може бути відчуття холоду або жару, важко дихати, може бути сухість у роті, неприємні відчуття в області серця, почервоніння або збліднення обличчя тощо. У стані підвищеної тривожності збільшується кількість непотрібних рухів, зайвих слів, прагнення зайняти себе непотрібною діяльністю, аби позбутися тривоги.

Ненсі Мак-Вільямс – представниця сучасного психоаналізу, авторка концепції психоаналітичної діагностики, наводить 16 критеріїв психологічного благополуччя, що впливають на виникнення і протікання тривожно-депресивних станів: здатність кохати; здатність працювати; здатність грати; безпечні стосунки; автономія; постійність себе та об'єкта, чи концепція інтегрованості; здатність відновлюється

після стресу; надійна та реалістична самооцінка; система ціннісних орієнтацій; здатність виносити напруження емоцій; рефлексія; металізація; широка варіативність захисних механізмів; баланс між тим, що ми робимо для себе та для свого оточення; відчуття існування; ухвалення того, що ми не можемо змінити [7].

Психологічний захист часто виявляється деструктивним. Перше, для чого він покликаний, – це здійснювати достатній та звичний рівень самоповаги. Натомість захисні механізми здійснюють блокування здорової оцінки дійсного стану речей у середовищі інших людей та у власному внутрішньому світі, не дають можливості людині у повноті та ясності усвідомити та зрозуміти реальне положення речей та суті ситуації, стають на заваді проявам волі, сміливості у прийнятті рішень і відповідальності перед собою [5].

Копінг походить від англійського to cope (переборювати). У деяких роботах німецьких авторів використовується термін bewältigung (подолання), копінг вони розглядають як індивідуальний спосіб взаємодії із ситуацією згідно з її особистісною логікою, значимістю у житті людини та психологічними можливостями.

Поняття «копінг» уперше зустрічається у психологічних джерелах у 1962 р. в експериментах дослідника Л. Мерфі, як дітьми вибираються варіанти способів подолання потреб, що виникають у різні кризові етапи. Він помітив, що способами подолання були активні дії, вчинки особистості дитини, які були зосереджені на вирішенні складної ситуації. Працюючи у когнітивному напрямі, він доходить висновку, що «копінг – це деяка спроба створити нову ситуацію: чи загрозову, чи небезпечну, чи радісну». Тому, виходячи із цього висновку, термін «копінг» визначає прагнення індивіда вирішити певну проблему [6].

Згідно з міркуваннями А. Маслоу, копінг – це готовність людини вирішувати проблеми та труднощі, пристосовуючись до ситуації застосування певних умінь, знань та навичок як успішних способів для подолання стресу. Діючи активно, а не споглядаючи на ситуацію, шанси на вирішення та подолання стресу певною мірою зростають. Копінгові вміння переплітаються з «Я-концепцією», локалізацією контролю, видами та особливостями прояву емпатії, чинниками соціуму. Можна сказати, що, проаналізувавши його міркування із цього приводу, копінг є протилежністю експресивній поведінці.

Засновники феномену «копінг», науковці Р. Лазарус та С. Фолькман, трактували копінг-стратегії як стратегії оволодіння та врегулювання взаємовідносин із навколишнім середовищем та використовували цей термін для опису усвідомлених стратегій подолання стресу й інших подій, що можуть викликати тривогу.

Існують різні варіанти пояснення явища «копінг» у різних психологічних напрямках.

Перше розуміння – це неопсихоаналітичний підхід, де coping пояснюється у термінах динаміки Его як один із варіантів психологічного захисту, що застосовується для зниження напруги. Копінг-процеси розглядаються як его-процеси, які вироблені психікою для того, аби забезпечити успішну адаптацію особистості до несприятливих для неї ситуацій. Таким чином, копінг і психологічні захисти базуються на основі одних і тих самих его-процесів, але є мають різний вектор спрямованості механізмів у вирішенні проблем. Таке розуміння цього положення набуло незначної популярності, адже копінг із його результатом тут прирівнюються. А. Біллінгс і Р. Моос зазначають, що копінг має тісний взаємозв'язок зі стійкими властивостями психіки особистості і, таким чином, ґрунтується на використанні певних моделей реагування на стресові ситуації. Ці якості є основою для вибору тактики поведінки людини у складній неочікуваній ситуації. У психологічній літературі описано три способи подолання стресової ситуації: аналіз ситуації (active-cognitive coping); утручання у ситуацію (active-behavioral coping); ухиляння (avoidance). Також виділяють конструктивну поведінку як активний варіант поведінки у стресі та неконструктивну поведінку як пасивний варіант поведінки у стресі [8].

Р. Лазарус і С. Фолькман також розглядають копінг як динамічний процес, що визначається індивідуальною своєрідністю переживання події, стадією розвитку суперечки, зіткненням інтересів людини із зовнішнім світом. Вони трактували психологічне подолання як розумові й поведінкові зусилля особистості, сконцентровані на зменшенні значення стресу. Людина, аналізуючи ситуацію, зважає для себе можливу загрозу від стресора, порівнює вимоги середовища з індивідуальними можливостями реагування на даний момент, якими він володіє, щоб з адекватною ефективністю впоратися із цим вимогами. Копінг-механізми визначають ступінь адаптації особистості до ситуації. Дослідники наголошують на тому, що варіанти поведінки в тій чи іншій ситуації пов'язані з особистісними властивостями індивіда та залежать від масштабів та значення ситуації, тривалості її впливу на особистість з метою усунення. Активна форма проявів копінг-поведінки є цілеспрямованим усуненням або послабленням впливу стресової ситуації. Пасивна копінг-поведінка передбачає використання набору механізмів психологічного захисту, які спрямовані на зниження емоційної напруги, а не на усунення стресової ситуації [8].

Згідно з концепціями психодинамічного підходу, під час реакцій на кризові та складні ситу-

ації на перший план виходять ті якості несвідомого, які в повсякденному житті можуть не бути актуалізованими в поведінці. Українська дослідниця Н. Родіна вважає, що копінг-стратегії – це «верхівка айсберга» антикризової поведінки: якщо стратегії усвідомлюються індивідом, то психологічні захисні механізми відображають глибинну та несвідому лінію подолання складних ситуацій. Копінг розглядається як структурна «надбудова» особистості, що виникає у результаті соціалізації, унаслідок взаємодії кризових, скрутних ситуацій та несвідомих мотивів особистості [9].

Р. Лазарус та С. Фолькман надають таку класифікацію копінг-стратегій:

1. Емоційний/проблемний: емоційно-фокусований допінг, який спрямований на врегулювання емоційної реакції; проблемно-фокусований, який спрямований на змогу справитися з проблемою або змінити ситуацію, яка викликає стрес.

2. Когнітивний/поведінковий: внутрішній допінг, або когнітивне вирішення проблеми; його мета – зміна неприємної ситуації, яка викликала стрес; «відкритий» поведінковий допінг, який орієнтований на поведінкові дії.

3. Успішний/неуспішний: успішний копінг використовується як конструктивна стратегія, яка призводить до подолання важкої ситуації, що викликала стрес; за неуспішного копінгу використовуються неконструктивні стратегії, що перешкоджають подоланню стресової ситуації.

Існують різноманітні класифікації копінгів, які сприяють подоланню стресу, зокрема: копінг-стратегії, копінгові дії, копінгові стилі та копінг-поведінка. Стратегії групуються у копінгові стилі. Копінгові дії часто групуються у копінг-стратегії – засоби управління стресовим чинником, що виникають як відповідь особистості на сприйняту загрозу. Копінг-поведінка – індивідуальний спосіб дій людини у скрутній ситуації відповідно до значущості цієї ситуації для її життя. Реалізується за допомогою застосування різних копінг-стратегій на основі ресурсів особистості (Я-концепція; інтернальний локус контролю; ресурси когнітивної сфери; афіляція; емпатія; позиція людини по відношенню до життя, смерті, любові, віри; духовність; ціннісна мотиваційна структура особистості) і ресурсів середовища (оточення, у якому живе людина, а також її вміння знаходити, приймати та надавати соціальну підтримку).

Водночас важливим є питання впливу копінг-стратегій на психологічне здоров'я. Н. Ендлер та Дж. Паркер визначають три типи копінг-стратегій, які можуть поліпшити або погіршити психологічне здоров'я: копінг-стратегія, орієнтована на завдання (Task-oriented coping – максимально підготуватися дотично,

вирішити проблему задля зняття стресу), на емоції (emotion-oriented – розсердитися, розплакатися, емоційно відреагувати) та на уникнення (avoidant-oriented – піти від проблеми).

Висновки. Сьогодні сучасна психологічна наука пропонує різноманітні методи і підходи до психотерапевтичної і психологічної допомоги людям, які страждають на тривожні розлади: раціональну психокорекцію, психологічний дебрифінг, методи психічної саморегуляції, особистісно-орієнтовану психокорекцію, психотерапію.

Аналіз тривожності дає можливість стверджувати, що вона нерідко виконує й захисну функцію та може мати позитивний вплив на розвиток особистості та її діяльність. Визначають, що тривожність є нормальною персональною реакцією, яка може мобілізувати організм в умовах несподіваної загрози. Отже, рівень тривожності в нормі властивий усім людям і є необхідним проявом для оптимальної адаптації людини до реального існування. Але тривожність як стійке утворення свідчить про порушення в особистісному розвитку і заважає повноцінній діяльності та спілкуванню.

Особа з вираженою тривожністю часто сприймає навколишній світ як загрозу та такий, що несе в собі велику небезпеку, а особистість із низьким рівнем тривожності значно менше підпадає під вплив подібних відчуттів. Особи з високим рівнем тривожності й більше схильні до стресу, можуть переживати стан інтенсивної тривоги значно частіше, ніж люди з низьким рівнем тривожності.

Особистісна тривожність характеризує відносно стійку для певної людини особистісну «схильність хвилюватися», тобто схильність сприймати стресові ситуації як небезпечні або навіть загрозові та відповідно реагувати на них станом тривоги, а конкретно підвищенням ситуативної тривожності. Тобто чим вищий рівень особистісної тривожності, тим вища ймовірність, що людина в загрозовій чи уявній

загрозовій ситуації буде відчувати ситуативну тривогу. Безпосередньо рівень особистісної тривожності залежить від багатьох чинників: особистісного типу нервової системи, характеру ранніх сімейних взаємин, а також позитивного чи негативного досвіду взаємодії з навколишнім світом. За впливу негативних чинників та переживань, які виникають у складних, екстремальних ситуаціях, тривожність може набути загрозового характеру й може цілком дезорганізувати поведінку і діяльність особи, завдати шкоди її психічному й фізичному здоров'ю. Копінг-стратегії мають тісний взаємозв'язок зі стійкими властивостями психіки особистості та ґрунтуються на використанні певних моделей реагування на стресові ситуації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. L. Bensi, F. Giusberti Trait anxiety and reasoning under uncertainty. *Personality and Individual Differences*. 2017. Vol. 43. P. 827.
2. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Health Disorders* 5th edition / American Psychiatric Publishing, 2013. P. 991.
3. Crocq M. A history of anxiety: from Hippocrates to DSM. *Dialogues in Clinical Neuroscience*. 2015. Vol. 17. P. 319–325.
4. Endler N.S., Kocovski N.L. State and trait anxiety revisited. *Journal of anxiety disorders*. 2001. Vol. 15. P. 232–233.
5. Rollo M. *The Meaning of Anxiety*. New York, 2015. 448 p.
6. Балл Г.О. Феномен вибору в контексті соціальної поведінки. *Соціальна психологія*. 2005. № 1. С. 2–13.
7. McWilliams, Nancy. *Psychoanalytic therapy: A Practitioner's Guide*. New York : The Guilford Press, 2004. 353 p.
8. Боштан В. Соціальний контекст тривожності у психоаналізі, екзистенційній та гуманістичній психології. *Вісник Прикарпатського університету. Філософські і психологічні науки*. 2015. Вип. 19. С. 118–124.
9. *Психологія копінг-поведінки: системне моделювання*. Одеса, 2011. 364 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АСЕРТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ У СТРЕСОГЕННИХ СИТУАЦІЯХ

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF ASSERTIVE PERSONALITY IN STRESSFUL SITUATIONS

Стаття розкриває основні ознаки стресогенної ситуації та аналізує прояви психологічних особливостей асертивності під час подій, які провокують стрес. До таких подій належать ситуації, які порушують та ускладнюють звичний ритм життя, зменшують рівень довгострокового планування або унеможливають його, а також ситуації, пов'язані з ризиками для психічного й фізичного здоров'я та життя. Люди значною мірою переживають втрату здоров'я, смерть близьких, втрату роботи або зміни її умов, зменшення доходу, грошові борги, розлуку, зраду, сексуальні злочини, розлучення, зміну місця та умов проживання, зміну суспільної активності тощо, які є стресогенними подіями. Найбільш уразливою категорією є військовослужбовці, які перебувають у зоні вогневого зіткнення з ворогом. Основними чинниками стресу на передовій є реальна загроза життю та здоров'ю, страх невизначеності, польові умови виживання, полон, стикання з тілами загиблих, спілкування з тяжкопораненими тощо. Виокремлено основні критерії асертивності, які розглядаються як комплекс емоційних, когнітивних, поведінкових і регуляторних функцій, що актуалізуються у стресогенних ситуаціях. Встановлено, що асертивність є найефективнішим стилем спілкування та поведінки в ситуаціях, що провокують стрес. Асертивність сприяє оптимізації процесу регуляції емоцій та прийняття рішень у стресогенних ситуаціях, оптимізує толерантність до невизначеності. Доведено, що низький рівень психічного конфлікту та низька інтенсивність переживань корелюють із нижчими, керованими рівнями стресу. Асертивна поведінка, на відміну від пасивної та агресивної, надає більше можливостей для виходу зі стресогенної ситуації або для об'єктивного чи суб'єктивного полегшення умов перебування в ній. Асертивність проявляється у здатності до більш успішної адаптації, ніж пристосування пасивних із втратою особистісної автентичності та зміна середовища агресив-

ними, які не турбуються про оточення.

Ключові слова: асертивність, упевненість, резильєнтність, особистість, стресогенні ситуації.

This study investigates the psychological manifestations of assertiveness during stressful situations as far as identifies the main criteria for assertiveness in such conditions. Stressful situations can arise from events that disrupt the usual rhythm of life, hinder long-term planning, and pose risks to mental and physical health. Examples of stressful situations include health issues, loss of the loved ones, job loss, financial debt, separation, betrayal, sexual crimes, divorce, change of place of living and living conditions, social activity, etc. which people experience on a significant scale. Among all groups, servicemen who are in the zone of fire collision with the enemy are the most vulnerable to stress. The main factors of stress on the frontline are a real threat to life and health, fear of uncertainty, field conditions of survival, captivity, contact with the bodies of the dead, communication with the seriously wounded, etc. The study identifies the main criteria of assertiveness as a complex of emotional, cognitive, behavioral, and regulatory functions that are activated during stressful situations. Assertiveness is found to be the most effective style of communication and behavior in stressful situations, that help to optimize the process of emotion regulation, decision-making, and tolerance for uncertainty. The study demonstrates that a low level of mental conflict and anxiety intensity correlates with lower, manageable levels of stress. In contrast to passive or aggressive behavior, assertive behavior provides more opportunities to cope with stressful situations or to subjectively or objectively ease the conditions of being in such situations. Assertiveness is manifested in the ability to adapt more successfully than passive behavior, with the loss of personal authenticity, or aggressive behavior, which tend to intrude in situations and disregards the environment.

Key words: assertiveness, confidence, resilience, personality, stressful situations.

УДК 159.923.2:159.944.4
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.20>

Сабадаш А.М.

магістр психології,
психолог-консультант,
аспірант кафедри психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Постановка проблеми. Відсутність однозначного прийнятого визначення поняття «стресогенна ситуація» в українськомовній психологічній літературі та семантичні погрішності під час перекладу англійськомовних джерел вказують на розбіжності в розумінні термінів «стресогенна ситуація», «стресова ситуація», «травмуюча ситуація». Наведені у статті ознаки стресогенної ситуації дають змогу підняти питання аналізу проявів асертивності в ситуаціях, які є провокаторами стресу під час воєнних подій в Україні 2022–2023 рр. Психологічні експерименти останніх років доводять, що тренінг асертивності сприяє розвитку адаптивних

якостей особистості, стресостійкості та резильєнтності, однак поле досліджень, які стосуються прямого зв'язку феноменології конкретних стресогенних ситуацій воєнного часу з асертивністю, наразі відкрите.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

В українськомовній науковій літературі після 2014 р. з'явилася досить потужна база теоретичного та практичного напрямку з психології стресу. Заслугує на окрему увагу цільове видання О. М. Кокун, Н.С. Лозинської та І. О. Пішко «Практикум з формування стресостійкості військовослужбовців до раптових змін бойової обстановки», яке чітко ідентифі-

кує феноменологію бойового стресу та дає можливість сформулювати навички стресостійкості. З питань стресостійкості, екстремальної та кризової психології досить відомими та систематизованими є роботи В. М. Корольчук, Л. Б. Наугольник, Н. В. Оніщенко, О. С. Штепи. Американський інститут стресу та Національна медична бібліотека США є провідними платформами, на яких можна знайти публікації англомовних досліджень стосовно стресогенних подій і стресостійкості (на них є посилання в основному тексті статті).

Провідними спеціалістами з вивчення асертивності в Україні сьогодні є Л. О. Николаєв, Н. М. Подоляк, В. З. Лучків, В.В. Мойсеєнко. Кореляція тренінгу асертивності з підвищенням факторів стійкості в умовах стресогенних ситуацій виявлена в роботах таких зарубіжних дослідників, як Ф. Авшар, С. Алкая, А. А. Есламі, Л. Рабієї, С. М. Афзали, С. Хамідзаде, Р. Масуді, Х. Фуспіта, Х. Сусанті, Д. Ека.

Мета статті – визначити основні критерії поняття стресогенної ситуації та проаналізувати роль психологічних компонентів асертивності в розвитку стресостійкості особистості.

Виклад основного матеріалу. Вивчення українськомовних наукових джерел із питань тлумачення основних дефініцій психології стресу дає можливість констатувати відсутність загальноприйнятого поняття «стресогенна ситуація». Українські дослідники до недавнього часу мали тенденцію користуватися визначенням «стресогенна ситуація» в авторстві російської психологині Н. Є. Водоп'янової. Також спостерігається неузгодженість вживання понять «стресова ситуація», «травмуюча ситуація» і «стресогенна ситуація», які використовуються як синоніми у значенні «ситуація, яка провокує стрес».

Українськомовний сегмент психологічної термінології наразі має конкретне визначення терміна в авторстві О. С. Штепи: «Стресогенна ситуація – це ситуація, яка є потенційно стресовою; чи стане вона стресовою, залежить від її суб'єктивного сприймання» [7, с. 8]. Автори етимологічного дослідження «Психолінгвістичні особливості деяких понять екстремальної психології» Р. І. Сірко та В. І. Слободяник вважають, що поняття «стресогенна ситуація» вживається в тих випадках, коли ця подія викликає або може викликати стрес у людини [6, с. 51].

В англомовних дослідженнях прийняте вживання поняття «stressful event», яке українською буквально звучить як «стресогенна подія» та означає «подія, яка є фактором стресу» і є потенційною передумовою виникнення стресу.

Натомість буквальный переклад словосполучення «стресогенна ситуація» англійською мовою виглядає як «stressful situation», у наукових статтях і літературі воно означає подію

переживання стресу в теперішньому часі, тобто йдеться про стресову ситуацію, проте не стресогенну. Припускається, що семантична плутанина з українськомовною термінологією «стресова ситуація» та «стресогенна ситуація» пов'язана саме з особливостями перекладу.

Вивчення матеріалу за темою «stressful event» відсилає пошуковців до Рейтингової шкали соціальної адаптації (RSSR) класиків Томаса Холмса та Річарда Рає, які вивчали зв'язок між життєвими стресорами й фізичними захворюваннями, ґрунтуючись на гіпотезі про те, що життєві події, які вимагають значних змін у звичайній життєвій рутині людини, є стресогенами, або провокаторами стресу. Будемо розуміти, що стресогенні життєві ситуації – це неминучі дискретні життєві події, які порушують звичайну діяльність людини та викликають суттєві життєві зміни.

Для військовослужбовців стресогенними ситуаціями є безпосередньо участь у бойових операціях, загроза загибелі, каліцтва або полону, очікування загострення вогневих подій, взаємодія з важкопораненими та тілами загиблих. Для полонених травмуючими подіями є ситуації невизначеності та відсутності достовірної інформації, фізичних знущань і психологічного тиску. Залученими до стресогенів війни є також родичі військовослужбовців, які обмежені в реальній інформації щодо стану безпеки, здоров'я та життя самого військовослужбовця.

Цивільне населення України потерпає від ракетних атак агресора, втрати житла, зміни місця проживання, адаптації до нових місць тимчасового перебування, втрати або зміни роботи, зміни умов навчання, побоювання за життя та здоров'я родичів, які перебувають у зоні бойових дій або в окупації. Життя в окупації передбачає невизначеність, тиск із боку російської пропаганди, інформаційні провокації, агресивне нав'язування ворожої культури та норм спілкування, розрив в економічних спроможностях колаборантів і непрацюючого населення тощо.

Останнє опитування Американського інституту стресу було проведене в США з 1 по 3 березня 2022 р. серед 2051 особи дорослого населення від імені Американської психологічної асоціації за допомогою продукту Harris On Demand. Воно мало на меті визначити основні стресогени сучасних американців. За даними Американського інституту стресу, основними джерелами стресу 2022 р. було зростання цін на предмети повсякденного вжитку через інфляцію (наприклад, ціни на газ, рахунки за електроенергію, витрати на продукти тощо), що зазначили 87% опитаних; потім зазначали проблеми з ланцюгом поставок (81%), глобальну невизначеність (81%), вторгнення росії в Україну (80%) і потенційну відплату з боку

росії (наприклад, у вигляді кібератак або ядерних загроз (80%)).

Фахівці сходяться на думці, що адаптація до умов стресогенних подій та безпосередньо переживання стресу мають суб'єктивний характер, який залежить від відмінностей у ресурсах, особистісній оцінці значення стресогена та психофізіологічного статусу людини.

Рівень наявних ресурсів істотно впливає на переживання стресогенної події або стресу в певних ситуаціях. Ресурси стосуються зовнішніх факторів, таких як фізична й емоційна допомога з боку інших, наявність грошей та інших фізичних джерел і можливостей, а також внутрішніх факторів, наприклад знання, досвіду, сміливості, врівноваженості, упевненості, напористості тощо. Різниця в доступних ресурсах є основним фактором того, чому дві людини можуть зіткнутися з однаковою ситуацією та пережити її по-різному.

Іншим фактором, який впливає на сприйняття ситуації як стресогенної, є значення, яке людина знаходить у цій ситуації. Будь-яка ситуація є нейтральною, доки вона не є інтерпретованою подією завдяки чи то логіці, чи то емоціям або почуттям. Відчуття контролю над ситуацією може зробити її менш загрозливою. Або, наприклад, якщо розглядати ту саму ситуацію як виклик замість загрози, вона може зробити потенційно стресовий досвід менш приголомшливим і травматичним. І головне, що стресостійкість прямо залежить від психофізіологічного статусу особистості: стану актуального соматичного здоров'я, темпераменту, набору вроджених і набутих рис, зокрема асертивності.

Н. М. Подоляк у дослідженні «Індивідуально-психологічні особливості асертивності особистості» зазначає: «Асертивність у психології розглядається як комплексна характеристика, яка включає емоційні, когнітивні, поведінкові і регулятивні компоненти» [5, с. 34].

Л. О. Ніколаєв однією з основних характеристик асертивності особистості вважає готовність відкрито говорити про свої бажання й вимоги, про свої почуття, уміння встановлювати контакти, вступати в розмову та завершувати її [4, с. 21]. Це свідчить про те, що він визнає асертивність соціально виправданим невербальним або вербальним механізмом вираження почуттів.

Асертивність – це здатність конструктивно та ефективно спілкуватися, залишаючись при цьому у своїй комфортній емоційній зоні та дотримуючись меж співрозмовника. Бути асертивним означає бути здатним відстоювати те, що вважається правильним, просити про те, у чому є потреба, уміти говорити «ні» впевнено, спокійно та з повагою до співрозмовника. Це те, що можна називати емоційною зрілістю, адже емоції допомагають орієнтува-

тися у стосунках. Впевненість як емоційний прояв – це акт безкорисливого вираження своїх справжніх емоцій із чіткою метою зміцнення й поглиблення стосунків, співробітництва та взаємопідтримки у стресогенних ситуаціях. Емоційно інтелектуальні люди будують ефективніші стосунки та, як наслідок, можуть брати на себе відповідальність за свій психологічний стан і психологічний стан різних кіл свого оточення.

Асертивність позитивно пов'язана із самооцінкою. Інакше кажучи, чим більш упевнена в собі й наполеглива людина, тим вона кращої думки про себе. В основі асертивності лежить упевненість у собі, тобто усвідомлення людиною своїх можливостей, адекватних тим завданням, які стоять перед нею в житті та які вона ставить перед собою. Асертивною є пряма, відкрита поведінка, яка не має на меті завдати шкоди іншим людям та яку можна інтерпретувати як антагоністичну до агресії і пасивності.

Асертивна поведінка визначається як демонстрація впевненості та відстоювання власних прав у прямий і чесний спосіб. Синонімами є позитивна, самовпевнена, тверда й рішуча поведінка. Упевнені, асертивні особистості, як правило, мають менше конфліктів у стосунках з іншими. Це означає керування кількістю стресогенних ситуацій у їхньому повсякденному житті. Асертивна людина у змозі задовольнити свої потреби, що означає зменшення розчарувань через незадоволені потреби, а також готова допомогти іншим задовольнити їхні потреби. Наявність міцних стосунків із більшим колом підтримки означає, що за умов потрапляння людини у скрутне становище в неї знайдеться оточення, на яке можна покластися. Це також допомагає впоратися зі стресогенами та сприяє підвищенню стресостійкості. Поведінка асертивної особистості найкраще розкривається у відомому афоризмі єврейського мудреця, майстра біблійних коментарів та інтерпретатора єврейської традиції Гіллеля (І ст. до н. е.): «Якщо я не за себе, то хто за мене? А якщо я тільки за себе, то навіщо я? І якщо не зараз, то коли?»

Асертивність за деяких умов можна сплутати з агресивністю, оскільки обидва типи поведінки передбачають відстоювання своїх прав і вираження власних потреб. Ключова відмінність між цими двома стилями полягає в тому, що люди, які поведуться впевнено й наполегливо, виражають себе в такий спосіб, який унеможливорює зневажливе ставлення до іншої людини. І навпаки, людина, яка поведеться агресивно, схильна застосовувати тактики, що є зневажальними, маніпулятивними, принизливими або образливими. Агресивна поведінка часто базується на негативних припущеннях щодо мотивів інших людей або вза-

галі відмові думати про позицію іншої людини. Агресивність зазвичай відштовхує інших і створює непотрібний стрес.

Із часом люди, які поводяться агресивно, можуть отримати низку невдалих стосунків і слабку соціальну підтримку. Вони не завжди розуміють, що це пов'язано з їхньою власною поведінкою. За іронією долі вони самі можуть відчувати себе жертвами.

Пасивність є прямою протилежністю агресивності, а також асертивності. Пасивна форма спілкування не сприяє адекватному висловлюванню почуттів і змушує людину боятися конфліктів, не виявляти своїх емоцій, щоб «зберегти мир». Унаслідок цього потреби пасивної (не асертивної та не агресивної) особистості залишаються незадоволеними, що саме по собі є стресогенною подією.

Пасивна поведінка шкодить стосункам і в довгостроковій перспективі. Якщо людина воліє мовчати більшу частину часу, інший комунікант часто навіть не здогадується про проблему, доки пасивна сторона не вибухне. Це призводить до неприязні, слабкості стосунків та ще більшої пасивності з метою уникнути повторного конфлікту в майбутньому.

Пасивна поведінка – це поведінка, яка приймає події або дії інших без опору. У стресогенній ситуації пасивність і позиція спостерігача може повністю зламати волю людини та її жагу до боротьби, зрештою це може коштувати здоров'я і життя.

Пасивно-агресивна форма поведінки характеризується скритою, побічною агресивністю. Прикладом можуть слугувати обмеження звичного обсягу спілкування, зволікання з прийняттям рішень, нібито ненавмисне псування чужого майна, поширення пліток тощо. Цей тип спілкування надсилає змішані повідомлення, коли словами людина говорить про те, що вона в порядку, а її дії свідчать про те, що все не так. Підступність пасивно-агресивної поведінки значно розгойдує ситуації групової взаємодії під час екстремальних подій, сприяє знеціненню групових норм і правил, уповільнює вихід із кризових ситуацій.

Когнітивний компонент асертивності полягає в усвідомленні своїх особистісних рис: знання власних сильних і вразливих місць та водночас визнання сильних сторін інших, уважне ставлення до чужої вразливості. Асертивна людина знає, що вона сама контролює своє життя, а також усвідомлює, що інші аналогічно мають право та навички контролювати власне життя. Асертивна людина бере відповідальність за свої дії, а також розуміє межі цієї відповідальності. Водночас вона розуміє та приймає те, що інші відповідальні за свої вчинки. Когнітивний складник асертивності найкраще проявляє себе у стресогенних ситуаціях, коли потрібно адекватно оцінити реальну дійсність і при-

йняти рішення стосовно подальших дій виходу зі скрутного становища, проаналізувати власні можливості та спроможності оточення.

Регуляторна функція асертивності визнає себе в балансі емоційної реакції та реальної поведінки в ситуації, яка може спровокувати стрес. Ідеться про реакцію людини на екстремальну подію, завдяки якій людина може адекватно відповісти на виклик та зберегти власне життя і здоров'я, а також життя і здоров'я свого оточення, супутні до ситуації матеріальні та нематеріальні цінності. Після закінчення події асертивній людині не потрібно вихвалитися своїми здобутками або звинувачувати співучасників стресогенної ситуації в неправильних діях чи реакціях.

Унаслідок аналізу проявів асертивності у стресогенних ситуаціях постає практичне питання щодо того, чи можна розвинути асертивні якості з метою посилення стресостійкості та резильєнтності, які так необхідні кожному українцю під час війни. Сучасний стан дослідницької роботи визначає успішні кореляції між тренінгом асертивності та підвищенням стресостійкості, самооцінки, якістю комунікативних навичок тощо. Асертивність і навчальні програми, які її підвищують, дуже ефективні для покращення психічного здоров'я різних груп населення. Соціальна тривожність, зокрема, традиційно пов'язується з відсутністю самовпевненості. Навчання самовпевненості є корисним для зменшення депресії і тривоги та досягнення контролю над власними емоціями. Відомо, що тренування впевненості й асертивності є ефективним заходом у профілактиці стресу та підвищенні стресостійкості. Наприклад, результати іранського дослідження, які були опубліковані на сайті Національного інституту охорони здоров'я США, доводять, що проведення тренінгу асертивності у старшокласників знижує рівень тривоги, стресу та депресії [2].

За словами професора Університету Арізони Кріса Сегріна, ученого-біхевіориста, який спеціалізується на проблемах міжособистісних стосунків і психічного здоров'я, «люди з погано розвиненими соціальними навичками часто відчувають стрес і самотність, <...> не досить розвинені соціальні навички створюють ризики для психічного та фізичного здоров'я» [1]. Відповідні висновки було зроблено за результатами анонімного інтернет-опитування 775 дорослих віком від 18 до 91 року. Низька самооцінка та зниження самооцінки також пов'язані зі зниженням упевненості. Однак тренування асертивності зменшує занепокоєння щодо думок інших і формує більшу впевненість у власній цінності. Навчання асертивності є надзвичайно цінним у будь-якому віці та навіть допомогло зменшити кількість випадків булінгу серед дітей шкільного віку [3].

Висновки. У статті досліджена семантика понять «стресогенна ситуація», «стресова ситуація», «стресогенна подія», які зазвичай використовуються як синоніми в українських джерелах, на відміну від «stressful situation» і «stressful event», що використовуються в англомовних роботах. Визначено головну ознаку стресогенної ситуації як подію, яка провокує стрес. Наведено приклади стресогенних ситуацій, з якими стикаються військовослужбовці безпосередньо в зоні бойових дій та цивільне населення в умовах війни, вимушеної міграції та окупації. Розглянуто психологічні особливості асертивності як комплексної риси особистості, яка включає емоційні, когнітивні, поведінкові й регулятивні компоненти. Надано характеристику та окреслено функції компонентів асертивності, їх прояви в умовах стресогенних ситуацій. На прикладах останніх досліджень у галузі психології та медицини доведено ефективність впливу тренінгу асертивності на розвиток особистісних якостей учасників експериментів, що є значимими в розвитку стресостійкості та резильєнтності. Залишається відкритим питання завершених досліджень зв'язку асертивності з конкретними стресогенними подіями за умов воєнного часу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Segrin C. Indirect Effects of Social Skills on Health Through Stress and Loneliness. *Health Communication*. Vol. 34. Iss. 1. P. 118–124. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29053380/>.
2. The Effectiveness of Assertiveness Training on the Levels of Stress, Anxiety, and Depression of High School Students / A.A. Eslami, L. Rabiei, S.M. Afzali, S. Hamidzadeh, R. Masoudi. *Iranian Red Crescent Medical Journal*. 2016. Vol. 18. Iss. 1. P. e21096. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4752719/>.
3. Avşar F., Ayaz Alkaya S. The effectiveness of assertiveness training for school-aged children on bullying and assertiveness level. *Journal of Pediatric Nursing*. 2017. Vol. 36. P. 186–190. URL: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28888501/>.
4. Ніколаєв Л.О. Розвиток асертивності підлітків у різних умовах соціалізації : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». Переяслав-Хмельницький, 2016. 264 с.
5. Подоляк Н.М. Індивідуально-психологічні особливості асертивності особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 ; Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського. Одеса, 2014. 202 с.
6. Сірко Р.І., Слободяник В.І. Психолінгвістичні особливості деяких понять екстремальної психології. *Юридична психологія*. 2022. Т. 30. № 1. С. 48–53. DOI: <https://doi.org/10.33270/03223001.48>.
7. Штепа О.С. Самоменеджмент (самоорганізування особистості) : навчальний посібник. Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2012. 362 с.

ТРАНСФОРМАЦІЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ УСТАНОВОК ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВИХ ПОДІЙ В УКРАЇНІ

TRANSFORMATION OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL ATTITUDES OF PERSONALITY IN THE CONDITIONS OF MILITARY EVENTS IN UKRAINE

У статті відображений теоретичний аналіз стану розробленості проблеми соціально-психологічних установок особистості. Сформульовані сучасні вимоги до складу соціально-психологічних установок стосовно формування та оцінки сформованості такого складника, як патріотизм особистості, який включає отождолення особистості з українським народом, приєднання до етнічної спільноти, ментальності, мови. Вони включають також любов до України, бажання захищати її суверенітет і територіальну цілісність, тобто сформованість патріотичних установок.

Сьогодні Україна та героїчний супротив усього населення й військових сил вимагають виховання молоді в дусі патріотизму, високих моральних якостей, здатності захищати свою країну, що реалізується через соціально-психологічну установку на збереження кордонів, захист країни, любов до неї, збереження мови, культури, ментальності, моральних цінностей.

Наведено результати емпіричного дослідження соціально-психологічних установок осіб працездатного віку, визначено їх особливості. Результати емпіричного дослідження за методикою «Діагностика соціально-психологічних установок особистості в мотиваційно-потребовій сфері» О. Потьомкіної показують, що найбільш високі показники в досліджуваній групі свідчать про те, що досліджувані найбільш орієнтовані на процес (59%), що було би непродуктивним, якби не був досить високий показник за шкалою «результат» (45,7%). Щодо фінансів опитувана група розділилася практично навпіл: альтруїзм притаманний 44,6% респондентів, а 38,5% досліджуваних фінансово мотивовані, зацікавлені високим матеріальним становищем. Меншою мірою працівники залучаються до високого соціального статусу та управління людьми, найменший показник у результаті дослідження стосувався влади – 29,8%.

Ключові слова: соціально-психологічні установки, сутність, складники, сучасний зміст, мотивація.

The article reflects the theoretical analysis of the state of development of the problem of social and psychological attitudes of the individual. Formulated modern requirements for the composition of socio-psychological attitudes regarding the formation and assessment of the formation of such a component as patriotism of the individual, which includes the identification of the individual with the Ukrainian people, joining the ethnic community, mentality, language. They also include love for Ukraine, the desire to protect its sovereignty, territorial integrity.

Today's Ukraine and the heroic resistance of the entire population and military forces requires the education of young people in the spirit of patriotism, high moral qualities, which are realized through a social and psychological attitude to the preservation of borders, protection of the country, love for it, preservation of language, culture, mentality, and moral values.

The results of an empirical study of the socio-psychological attitudes of persons of working age are given, and their features are determined. The results of an empirical study using the method "Diagnostics of social and psychological attitudes of the individual in the motivational and need sphere" by O. Potemkina show that the highest indicators in the studied group indicate that the subjects are most process-oriented (59%), which would be unproductive if there was not a sufficiently high indicator on the "result" scale (45,7%). Regarding finances, the surveyed group was divided almost in half: altruism is characteristic of 44,6% of respondents, and 38,5% of the respondents are financially motivated, interested in a high financial position. To a lesser extent, employees are involved in high social status and people management, the lowest indicator as a result of the study related to the authorities – 29,8%. **Key words:** socio-psychological attitudes, essence, components, modern content, motivation.

УДК 159.937.098.50.158
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.21>

Сергієні О.В.

д.мед.н., професор,
професор кафедри психології
та педагогіки
Дніпропетровський державний
університет внутрішніх справ

Актуальність вивчення соціально-психологічних установок особистості в сучасних умовах не викликає сумнівів, оскільки вони впливають на життєвий успіх людини, її професійну діяльність, формування сфери мотивації і діяльності, стратегії поведінки, особливо молоді та людей, здатних працювати [2; 5; 6].

Сучасний стан життя українців пов'язаний із дією низки стресових чинників унаслідок нападу на Україну держави-агресора – Російської Федерації, що має соціально-психологічні, соціально-економічні, моральні, етичні наслідки для кожної людини та юридично-правові наслідки для країни загалом.

Сучасний світ змінюється, вимагає від людина негайних життєзабезпечувальних реакцій та супроводжується радикальними змінами в економічному, соціальному й політичному житті [9, с. 29–41; 3; 4].

Сучасна молодь живе в суспільстві, що характеризується глибокими трансформаційними змінами, які визначають магістральні напрями та шляхи формування цінностей і ціннісних орієнтацій, власного життєвого шляху. Спосіб життя людини зумовлює таке ціннісне існування, коли постає найвища цінність, яка визначає сенс особистості, усю мотивацію її існування. Унаслідок цього всі перетворення, що відбуваються в суспільстві, впливають на

соціалізацію молодого покоління, а тому розглядаються як багатofакторна властивість суспільного процесу, у якому відбуваються якісні перетворення, зміни всіх структур та інституцій соціальної системи [9, с. 29–41; 7, с. 40–44].

Поняття трансформації широко використовувалося в соціальних науках із другої половини ХХ століття. Його трактували як процес подолання істотних елементів старого порядку та досягнення нової якості цієї системи. У сучасних дослідженнях цей термін використовується дуже широко: він позначає всілякі істотні зміни в основних структурах і системах того чи іншого суспільства, проте серед учених немає єдиної думки щодо розуміння суті цього процесу. У найзагальнішому тлумаченні цей процес визначається як зміна, перетворення форми, істотних властивостей того чи іншого об'єкта; зміна соціальних інституцій і структур, що іноді супроводжується їх радикальним оновленням. Ціннісні орієнтації є частиною внутрішнього світу людини, яка водночас спрямовує та регулює її дії.

Під час дослідження соціально-психологічних аспектів трансформації рис особистості в умовах політичної нестабільності з позиції основних теорій (еліти, ресурсів, культури та політичної економії) О. Марков дійшов висновку, що нестабільність може мати різні причини.

Психологічні причини, зокрема теорія стресу та травми, на переконання Х. Зімбардо, ілюструють вплив негативних життєвих подій на психіку людини. Теорія соціальної адаптації, представлено Ф. Герцбергом, пов'язує особистий дискомфорт із дезадаптацією. Теорія соціального впливу, розроблена С. Московіцем, досліджує вплив соціального середовища на особистість [1, с. 6–29].

На нашу думку, у вивченні особистості в соціальній психології найважливіше місце посідає проблема соціальної установки. Якщо процес соціалізації пояснює, як людина засвоює соціальний досвід і при цьому активно його відтворює, то формування соціальних установок індивіда відповідає на запитання про те, як засвоєний соціальний досвід порушується індивідом та конкретно виявляється в його діях і вчинках.

Важливою галуззю наукових соціально-психологічних досліджень є пошук регуляторів соціальної поведінки людини.

Традиційно теоретико-наукове мислення обертається навколо низки споріднених, проте не тотожних понять: «ставлення», «соціальна установка», «ціннісні орієнтації», «стратегія поведінки», «стилі діяльності», «життєві сценарії». Це привело вчених до багатьох відкриттів у зазначеній галузі. Спрямованість особистості виражає одну з її найважливіших характеристик, визначальну соціальну й моральну

цінність особистості. Змістом спрямованості є насамперед домінуючий спосіб соціально зумовлених відносин особистості з навколишньою дійсністю. Завдяки спрямованості особистості її ціннісні орієнтації знаходять своє актуальне вираження в активних діях людини, тобто вони повинні стати стійкими мотивами дії та перетворити їх на установки [6].

Особистість, будучи суб'єктом спілкування у групі та займаючи певне місце в соціальному середовищі, характеризується оціночним, вибірковим ставленням до оточуючих людей. Тобто вона оцінює, порівнює та відбирає людей для спілкування, керуючись здібностями конкретної групи та їхніми власними потребами, інтересами, установками й попереднім досвідом спілкування, що разом створює конкретну ситуацію в житті індивіда та соціально-психологічний стереотип його поведінки.

Цінності у психологічних дослідженнях співвідносяться з бажаннями, потребами та ідеалами. Цінності – це те, що людина особливо цінує в житті, навколишньому світі, людях, матеріальній і духовній культурі. Саме тому їм надається особливе значення. У психологічних словниках стверджується, що особистісні цінності характеризуються високою усвідомленістю; вони відображаються як ціннісні орієнтації у свідомості, є важливим фактором регуляції соціальних відносин між людьми та поведінки особистості.

Таке визначення вкотре доводить, що цінності у традиційному визначенні вважаються основою свідомого вибору суб'єктом цілей та засобів їх досягнення.

Світ цінностей людини вибудовується у процесі практичної діяльності. Будь-яка діяльність має ідеальний момент, коли співпадають ідея, дії, їх ідеальна мета та сенс діяльності, тобто те, для чого вони виконуються. Саме цей момент діяльності формує термін «цінності». Таким чином, основним способом існування цінностей є ідеал. Ідеал – це ціннісна характеристика цього явища у вигляді належного, він слугує стратегічним орієнтиром на шляху досягнення мети. Ідеал – це не те саме, що мета, план чи норма. Ідеали виражаються в емоційно насичених образах чи ідеях, які синтезують найвищі досягнення людини. На відміну від норм, ідеали є не стільки результатом минулого досвіду, вираженням необхідності, скільки передбаченням майбутнього, їх бажаною моделлю.

Цінностями можуть бути ідеологічні норми, ідеї, ідеали, індивідуальні особливості людини (зокрема, доброта, співчуття, ніжність, симпатія), житло, комфорт проживання, одяг, успіх, професія, здоров'я, улюблене заняття, сім'я. У нашому суб'єктивному розумінні діти також функціонують як певні цінності. Таким чином, до цінностей можна віднести все, що стосується задоволення найрізноманітніших потреб

людства: матеріальних, психологічних, фізіологічних, естетичних, моральних.

Внутрішній стан, бажання людини діяти передусім поведінці та характеризується як ставлення. Уперше його точно визначив Л. Ланге: це внутрішній стан готовності особистості до дії, який своєю чергою формується в установці на основі попереднього соціально-психологічного досвіду, розгортається на свідомому й підсвідомому рівнях та виконує регулятивну функцію, тобто визначається щодо поведінки людини, спрямовує або контролює її. Він також визначає стабільний, послідовний і цілеспрямований спосіб поведінки в мінливих ситуаціях; звільняє суб'єкта від необхідності приймати рішення та довільно контролювати поведінку в заданих частинах; може бути фактором, що викликає інертність у діях і гальмує адаптацію до нових ситуацій, які вимагають зміни програми поведінки.

Залежно від того, на який об'єктивний чинник дії спрямована установка, виділяють три рівні регуляції поведінки: рівень смислу, мети та операційних установок, що передують поведінковому акту.

Індивідуальні установки формуються на основі цінностей. Як елемент структури особистості установки являють собою діалектичну єдність загального, особистісного та індивідуального: думки, почуття, форми практичної поведінки. Цінності орієнтують індивіда у ставленні до законів, правил і норм конкретної культури. Жодна діяльність не починається без бажання особистості якимось відповісти, тобто без ставлення. Ставлення – це стан готовності або налаштованості людини на певну діяльність, спрямовану на задоволення тієї чи іншої потреби [8, с. 57–62].

У соціальній психології розглядається поняття соціальної установки, яка слугує для визначення суб'єктивних орієнтацій індивіда як члена групи (соціуму) на певні цінності. Ці орієнтації диктують індивідові певну соціально прийнятну поведінку. На основі установки виникає розумно орієнтована та організована діяльність. Термін «ставлення» ввів німецький психолог М. Ланге, який експериментально довів, що швидкість реакції особистості на зовнішню ситуацію залежить від схильності до сприйняття тієї чи іншої ситуації. Найбільш ґрунтовно загальнопсихологічна концепція установки була розроблена школою грузинського психолога Д. Узнадзе та його послідовників. Він експериментально довів наявність загальнопсихологічної готовності до реалізації актуальної в конкретній ситуації потреби (поточна установка) та виявив закономірності закріплення цієї готовності в разі багаторазового повторення ситуацій, що дають змогу задовольнити цю потребу (фіксація установки). Установка акумулює минулий досвід, передає

стимулюючу дію зовнішніх умов та врівноважує відносини між суб'єктом і середовищем. Наявність у суб'єкта певної потреби та конкретної ситуації її задоволення створює установку, яку можна охарактеризувати як схильність, готовність задовольнити цю потребу. Отже, установка – це структура відносин, що стимулює активність і виявляється в діяльності, зокрема власній, у момент мотивації та в момент орієнтації на виконання.

У науці стверджується, що поведінка людини регулюється на двох рівнях: імпульсивному та вольовому. У першому випадку джерелом активності є біологічна потреба, яка за реальних умов її задоволення формує так звану актуальну установку – готовність діяти для задоволення цієї потреби. Це приводить до імпульсивної поведінки. На вольовому рівні, який відрізняє поведінку людини від поведінки тварин, готовності до дії передусім розуміння конкретної ситуації та алгоритм дій. Виникає ставлення до певної події, яке розцінюється як фіксація. Такі установки є основою цілеспрямованої поведінки людини. Фіксаційні установки створюються індивідом у процесі становлення особистості на основі багатьох релевантних установок – тих, які найчастіше повторюються та найбільше відповідають стандартизованим умовам дій цього індивіда, є сполучною ланкою потреб і мотивів, що врівноважує відносини особистості з навколишнім середовищем.

Усі численні визначення соціальної установки припускали виокремлення її основних функцій, а саме випереджувальної та регулятивної. І визначення соціального ставлення як бажання діяти як його передумови насамперед фіксує його регульовальну й перспективну функції. Г. Олпорт систематизував та узагальнив різні визначення установки, він визначив її як стан психоневрологічної готовності індивіда реагувати на будь-який об'єкт або ситуацію, з якими він пов'язаний. Ставлення має цілеспрямований і динамічний вплив на поведінку, проте воно завжди залежить від минулого досвіду. Таке розуміння соціальної установки суттєво відрізняється від визначення В. Томаса та Ф. Знанецького, оскільки вони вважали установку дуже близькою до колективних уявлень.

На переконання Г. Олпорта, соціальні установки є індивідуальним утворенням. Розвиваючи цю категорію, Д. Узнадзе та представники його школи розглядали установку як готовність до певної діяльності. При цьому готовність визначається взаємодією конкретної потреби та ситуації, у якій вона задовольняється. Тому прийнято поділяти установки на два види: актуальні та фіксовані. При цьому перші проявляються у вигляді дифузного, недиференційованого стану, а другі повністю диференційовані, виникають унаслідок повторного впливу ситуації, тобто досвіду, на його основі.

Ці загальні положення теорії установки зберігають своє принципове значення для сучасної соціальної психології. Дослідники вказують на такі важливі характеристики ставлення, як інтенсивність, позитивний чи негативний афект, тобто спрямованість ставлення на психологічний об'єкт, його латентність або недоступність для безпосереднього спостереження. Зазначені характеристики використовуються для вимірювання ставлення через вербальні самозвіти респондентів. Такий самозвіт є нічим іншим, як загальною оцінкою власних симпатій або антипатій людини до певного об'єкта.

Таким чином, соціальна установка розглядалася одночасно зі знанням суб'єктом об'єкта свого ставлення, як емоційна оцінка та конкретна інтенція – програма дій щодо конкретного об'єкта.

Завдяки подальшому дослідженню та розширенню уявлень про структуру соціальної установки можна було зробити висновки про якість самої структури: ступінь інтенсивності, спрямованість, компактність, стабільність зазначених компонентів. Деякі вчені вбачають протиріччя між емпіричним дослідженням соціальної установки як оціночної, вважають необхідним аналіз двох інших її компонентів, зокрема когнітивного та поведінкового. Це пояснюється тим, що когнітивний компонент (знання про об'єкт) уже передбачає певну оцінку об'єкта як корисного чи шкідливого, хорошого або поганого, а поведінковий компонент, відповідно, акумулює оцінку дії щодо ставлення. Також зазначається, що в реальних дослідженнях дуже важко відокремити суто когнітивні та поведінкові компоненти від афективних (емоційних).

Соціологічне поняття установки пов'язане з поняттям «ціннісна орієнтація особистості», встановленим В. Томасом та Ф. Знанецьким. На їх думку, система ціннісних орієнтацій являє собою певні правила поведінки (норми), завдяки яким суспільство або певна його група здійснює контроль над поведінкою людей. У розумінні В. Томаса та Ф. Знанецького під соціальною установкою варто розуміти специфічний психічний стан переживання індивідом цінності, сенсу або значущості соціального об'єкта. Зміст цього досвіду визначається зовнішніми об'єктами, тобто тими, що перебувають у суспільстві.

Розбіжність між ставленням і поведінкою пояснювали Л. Доб та М. Фішбейн. Вони розглядали ставлення як навчену чуйність індивіда. Зрештою, Л. Доб стверджував, що індивід може навчитися необхідних реакцій залежно від ситуації: коли установка позитивно підкріплена, є більша відповідність між нею та поведінкою. М. Фішбейн у своїх дослідженнях підтвердив той факт, що поведінка людини

значною мірою залежить від контролю змінних, відмінних від ставлення індивіда до конкретного об'єкта, тобто змінних мотиваційного, нормативного й ситуативного характеру. Крім того, учений досліджував вплив поведінки на ставлення. Його модель передбачала не поведінку, а поведінковий намір суб'єкта виконати певну дію. Цей намір стосувався самої дії, а не об'єкта (атракційна інсталяція). Ставлення як таке втрачає свій соціальний зміст і стає індивідуальною поведінковою реакцією, що засвоюється за схемою «стимул – реакція». Підхід Л. Доб та М. Фішбейна виявляє свою близькість до ідей біхевіористів.

Нами було проведено емпіричне дослідження стану соціально-психологічних установок в аспекті їх сформованості та спрямованості серед здобувачів вищої освіти з використанням методики «Діагностика соціально-психологічних установок особистості в мотиваційно-потребовій сфері» О. Потьомкіної та спеціально розробленого опитувальника, який включав комплекси запитань стосовно патріотичного ставлення до країни та до її захисту за власною участю, планування свого життя, професійного становлення та особистого життя.

У дослідженні брали участь як майбутні психологи, так і майбутні правоохоронці у віці від 18 до 21 року. За статтю у групі психологів переважали дівчата, у групі досліджуваних правоохоронців – хлопці.

Метою емпіричного дослідження було визначення особливостей соціально-психологічних установок, зокрема у сфері патріотизму та готовності захищати свою країну, свою родину, тих, хто потребує допомоги.

Результати дослідження за методикою «Діагностика соціально-психологічних установок особистості в мотиваційно-потребовій сфері» О. Потьомкіної свідчать про те, що найвищі показники у випробовуваних (59%) були встановлені щодо орієнтації на процес: їм цікаві вправи, зосереджені на певній діяльності, а сам результат може здаватися рутинним і виснажливим. У 45,7% досліджуваних була визначена орієнтація на результат.

Великі значення на шкалі свідчать про націленість на результат. Незважаючи на всі обставини (хвилювання, перешкоди, невдачі), людина прагне досягти результату у своїй діяльності. Особистість може бути серед найнадійніших співробітників, проте якість роботи може істотно постраждати. Найціннішим є поєднання в дослідженні орієнтації на процес і результат, оскільки працівник любить процес діяльності, проте водночас зацікавлений у її результаті. Необхідно зазначити, що така спрямованість на альтруїзм виявлена в 44,6% респондентів.

Біологічний погляд на проблему альтруїзму знайшов своє відображення в роботі Г. Спен-

се́ра, який розглядав альтруїзм як адаптивну якість, що виникає у процесі природної еволюції. Своєю чергою В. Ефроїмсон під альтруїзмом розумів «усю групу емоцій», які спонукають людину до особисто невикорисних і навіть небезпечних для неї дій, однак приносять користь іншим людям. На думку цього вченого, під впливом природного відбору неминуче розвивалися та входили до фонду спадкових рис такі емоції, як людяність, доброта і дбайливе ставлення до дітей, людей похилого віку та жінок.

Наше розуміння цього феномену наближається до визначення альтруїстичної поведінки як допомоги іншим без очікування будь-якої зовнішньої винагороди.

Інакше кажучи, у відповідних психологічних дослідженнях аспекти альтруїзму розглядаються як відображення спрямованості суб'єкта на захист інтересів суспільства загалом або окремих його груп. Ми вважаємо, що саме альтруїзм як соціально-психологічна установка лягає в основу патріотизму, однак у комплексі з іншими його складниками.

34,8% респондентів схильні до егоїзму, що свідчить про те, що людина орієнтується на особисті інтереси. Це не обов'язково означає, що інтереси особи зводяться до матеріальної вигоди, це просто свідчить про те, що особа дуже серйозно сприймає всі особистісні наслідки своїх рішень.

Орієнтація на роботу встановлена в 35,5% опитаних. Саме робота приносить людині більше радості й задоволення, ніж будь-які інші заняття. На відміну від процесної орієнтації, людині важливо відчувати ефективність діяльності. Зайнятість є однією з причин продовження роботи, коли зарплата не виплачується.

Орієнтацію на свободу виявили 36,8% респондентів. За великих значень цієї шкали людина дуже прискіпливо ставиться до свободи. Свобода особистості для неї є найважливішою цінністю. Людина не терпить обмежень, готова йти на жертви заради захисту своєї незалежності (іноді від уявної небезпеки). Орієнтація на свободу дуже часто поєднується з орієнтацією на роботу, рідше трапляється поєднання орієнтацій на свободу та гроші.

Владна орієнтація виявлена у 29,8% опитаних. Велике значення за цією шкалою означає, що людина має позитивне ставлення до сприйняття влади. Особистість хоче відчувати контроль над іншими людьми та занадто готова до цього. Унаслідок цього людина може перетворитися на тирана, проте також і на хорошого лідера. Для людей цієї орієнтації керівна цінність – це реалізація впливу на оточуючих і суспільство.

38,5% респондентів орієнтовані на гроші. Керівною цінністю для людей із таким спрямуванням є бажання підвищити свій добробут. Гроші мають цінність для людини самі по собі,

а не лише як засіб придбання чогось. Людина не обов'язково їх вкраде, проте під час вибору професії, найімовірніше, вона зверне увагу на зарплату, а не на цікавість роботи.

Людина з будь-якою установкою (точніше, з діапазоном установок, часто лише один параметр є повністю домінуючим, тобто цінність решти шкал різко нижча) може як посісти досить корисне для суспільства місце, так і зробити щось, що може нанести йому шкоду.

Варто зазначити, що за результатами дослідження соціально-психологічних установок можна виділити декілька груп людей:

1) група високомотивованих суб'єктів із гармонійною спрямованістю, у яких усі орієнтації виражені сильно й однаково;

2) група досліджуваних із низькою мотивацією, у яких всі орієнтації виявлені вкрай погано;

3) група суб'єктів із дисгармонізованими орієнтаціями, у яких одні орієнтації сильні, а інші можуть бути навіть відсутні або протилежно спрямовані.

Методом колективного обговорення та анкетування досліджено патріотичні почуття випускників вищого навчального закладу, у яких сформовано помірно розвинене почуття патріотизму та любові до Батьківщини. Різко негативно оцінено ставлення до агресії Російської Федерації та військових дій на території України, руйнування її інфраструктури. У процесі порівняння сформованості патріотизму та здатності захищати Україну за спеціалізаціями встановлено переважання осіб із високою та помірною здатністю серед правоохоронців, майбутні ж психологи готові сприяти в досягненні перемоги іншими засобами.

Унаслідок проведеного дослідження можемо констатувати, що питання про походження та природу соціально-психологічних установок особистості в період суспільних змін сьогодні є не досить вивченим.

Результати проведеного дослідження свідчать про необхідність підвищення обізнаності та розвиток сучасних форм патріотичного виховання як молоді, так і загалом усього населення в сенсі збереження таких національних цінностей, як Батьківщина, її територія, природні багатства, генофонд нації, її морально-етична спадщина (що включає мову, культуру, фольклор, міф, літературу та мистецтво).

Предметом наукового дослідження є метод і форми патріотичного виховання молоді для об'єднання українського народу єдиною національною ідеєю, спрямованою на захист України від загарбників, відновлення її соціальної інфраструктури, промисловості та обороноздатності.

Постійне вивчення соціально-психологічних установок індивідів у період суспільних змін має включати соціально-психологічні інтервен-

ції та соціально-педагогічні впливи, спрямовані на адаптацію населення до життя в умовах військових подій в Україні та на згуртованість народу у прагненні досягти перемоги.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Агарков О. Соціально-психологічні аспекти трансформації рис особистості в умовах політичної нестабільності. *Трансформації особистості в умовах соціально-політичних та економічних змін* : колективна монографія / за заг. ред. Л. Пріснякової. Дніпро : ЛІРА, 2023. С. 6–29.

2. Варій М. Психологія особистості : навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 592 с.

3. Гридковець Л. Світ життєвих криз людини як дитини своєї сім'ї, свого роду та народу : монографія. Львів : Скриня, 2016. 380 с.

4. Кризова психологія : навчальний посібник / за заг. ред. О. Тімченка. Харків : НУЦЗУ, 2010. 96 с.

5. Психологічні чинники самодетермінації особистості в освітньому процесі : монографія / за

ред. С. Максименка. Київ ; Кіровоград : Ітекс-ЛТД, 2013. 400 с.

6. Психологія особистості. Хрестоматія : навчальний посібник / О. Мельничук, Р. Пасічник, Л. Вольнова та ін. Київ : НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2009. 532 с.

7. Сергієні О., Пріснякова Л., Шевяков О. Формування особистісної та професійної самосвідомості майбутніх психологів. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 6. С. 40–44.

8. Сергієні О., Шевяков О., Пріснякова Л. Соціально-психологічні особливості осіб, що втратили роботу. *Науковий вісник Херсонського державного університету Серія «Психологічні науки»*. 2014. Вип. 2. Т. 2. С. 57–62.

9. Сергієні О. Соціально-психологічна адаптація здобувачів вищої освіти до надзвичайної ситуації військових подій в Україні та до дистанційної форми навчального процесу. *Трансформації особистості в умовах соціально-політичних та економічних змін* : колективна монографія / за заг. ред. Л. Пріснякової. Дніпро : ЛІРА, 2023. С. 29–41.

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ АСЕРТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF THE FORMATION FEATURES OF PSYCHOLOGISTS-CONSULTANTS' ASSERTIVE BEHAVIOR DURING THE WARTIME

У статті проаналізовано проблему асертивності та асертивної поведінки в контексті війни й збереження психічного здоров'я українців, а саме психологів, психологів-консультантів та психотерапевтів. Зосереджено увагу на особистісній непохитності та позитивній настанові спеціалістів. Виокремлено професійні характеристики асертивної поведінки: чесність, уміння уважно слухати, розуміти й поважати погляд клієнта, стресостійкість як дадуть змогу фахівцям бути професійно ефективним та не вигоряти емоційно в умовах російсько-української війни. Виявлено окрему нішу сучасних українських досліджень, які стосуються формування та розвитку асертивності у майбутніх психологів – студентів закладів вищої освіти. Установлено відсутність досліджень щодо формування асертивної поведінки психологів-консультантів під час дії воєнного стану, проте достатньо публікацій із практики подолання стресу психологами в умовах російсько-української війни, які вказують на необхідність дотримуватися принципів асертивної поведінки в процесі консультування. Визначено низку досліджень із кореляцій стресостійкості та асертивності в умовах війни. Установлено, що ефективним є попереднє усунення стресогенів у формуванні асертивної поведінки, а також що тренінг асертивності зменшує рівень стресу у різних верствах населення. Визначено, що російська агресія як загальнонаціональний тривалий стресоген негативно впливає на стан українців, у тому числі й на психологів-консультантів. У дослідженні зосереджено увагу на формуванні та розвитку особистості психологів-консультантів і психотерапевтів, діяльність яких відбувається в умовах стресу, що стає на заваді прояву асертивної поведінки особистості. Презентовано критерії формування асертивності психологів-консультантів в умовах воєнного стану, а саме опанування навичок самопомочі та дотримання стратегій стресостійкості.

Ключові слова: асертивність, асертивна поведінка, війна, воєнний стан, упевненість,

психолог-консультант, стрес, стресостійкість.

The article examines the issue of assertiveness and assertive behavior in the context of the Russian-Ukrainian war and the preservation of mental health among Ukrainians, particularly psychologists, psychologists-consultants, and psychotherapists. The article emphasizes the importance of personal resilience and positive guidance from specialists in the face of such stressors. The professional qualities of assertive behavior, such as honesty, active listening, understanding, and respecting the client's perspective, as well as stress resistance, are highlighted as essential traits that can enable specialists to remain effective and avoid emotional burnout. A distinct area of modern Ukrainian research has been identified, which is related to the development of assertiveness among future psychologists and students in higher education institutions. However, it has been found that there is a lack of research on the development of assertive behavior among consultant psychologists during wartime while there are enough publications on the practice of overcoming stress by psychologists during the Russian-Ukrainian war which indicate the need to adhere to the principles of assertive behavior during counseling. The article highlights several studies on the correlations between stress resistance and assertiveness during war conditions. The findings reveal that the elimination of stressors can be effective in shaping assertive behavior, and assertiveness training can help reduce stress levels in various population groups. The research also notes that Russian aggression, as a long-term national stressor, has a detrimental impact on Ukrainians' mental health, including that of psychologists-consultants. The article focuses on the formation and development of psychologists-consultants' and psychotherapists' personalities in high-stress conditions, which can hinder assertive behavior. The article presents the formation criteria for psychologists-consultants' assertiveness during wartime, including the mastery of self-help skills and the adoption of stress resistance strategies.

Key words: assertiveness, assertive behavior, war, wartime, confidence, psychologist-consultant, stress, stress resistance.

УДК 159.9.019.4:159-051]:355.01
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.22>

Скляренко С.Р.

магістр психології, психолог-консультант, аспірант кафедри психології
Університет Григорія Сковороди в Переяславі

Постановка проблеми. Розвиток асертивності є гарним інструментом адаптації особистості перед обличчям негараздів, травм, трагедій, загроз чи навіть значних джерел стресу. Психологи-консультанти зазвичай повинні бути стійкими, щоб збалансувати вимоги своєї роботи з клієнтами та психологами-новачками з вимогами власного життя та особистого досвіду. У часи війни та тероризму спеціалісти допоміжних професій стикаються із ще більш серйозними викликами.

Ефекти та наслідки війни та тероризму пронизують як професійну, так і особисту

сферу психолога. Хоча психологи уразливі до тих самих емоційних і психологічних реакцій, що й громадськість, то можна, якщо уважно поставитися до проблеми, ефективно впоратися із цим стресом і підтримувати зразкові стандарти професійної діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Асертивність як складник професійного профілю майбутнього психолога в останні роки досліджено С. А. Медведєвою, Л. М. Марчук, Н. В. Чепелевою, О. М. Цільмак, Е. В. Сколотою. Водночас українська наукова періодика

та сучасні форми організації підвищення кваліфікації психологів (відкриті лекції, конференції, семінари, практикуми тощо) попереднього та воєнного 2022 р. переважно пов'язані з чинниками подолання стресу й укріплення стійкості спеціалістів психологічного фронту. Англomовні наукові джерела вказують на існуючий зв'язок асертивної поведінки та вираженості стресу в людей різних професійних та вікових груп. Аналіз публікацій та досліджень останніх років поділяється на дві групи, із яких перша група вдається висновку, що подолання стресу сприяє розвитку асертивної поведінки [4], а друга група, навпаки, виводить протилежну кореляцію – розвиток асертивності знижує рівень стресу досліджуваних [2; 3; 5; 6].

Мета статті – провести теоретико-методологічний аналіз наукових досліджень із проблематики природи асертивності та сформулювати характеристику впливу явища, що досліджується, на практичну діяльність психологів-консультантів під час дії воєнного стану.

Виклад основного матеріалу. Асертивність – це адаптивний стиль спілкування, у якому люди прямо висловлюють свої почуття та потреби, зберігаючи при цьому повагу до інших. Низький рівень асертивності може сприяти депресії та тривожності, тоді як дезадаптивні моделі асертивності можуть проявлятися як агресія – тлумачить психологічний словник Американської психологічної асоціації [1]. Тобто бути асертивним означає вміти спокійно й позитивно відстоювати свої права чи права інших людей, не проявляючи агресії чи пасивного прийняття «неправильного».

Світова психологія має у своєму розпорядженні розробки, у яких досліджується асертивна поведінка. Певна інформація про особливості асертивності міститься у роботах засновника трансактного аналізу Е. Берна, екзистенційних психологів В. Франкла, Ф. Перлза, А. Маслоу, як способ поведінки в дослідженнях С. Бішопа, В. Каппоні, М. Еммонс, Р. Алберті, у ракурсі особистісної впевненості асертивність досліджується Дж. Беєром, В. Г. Ромеком, Г. Фенстерхеймом, Л.О. Ніколаєвим, Н. М. Подоляк, В. В. Мойсеєнко. Р. Берон, Ф. Ланж, М. Еммонс, Д. Річардсон вивчали асертивність у зв'язку з емоційним інтелектом. Також відомі дослідження асертивності Дж. Роттера, М. Армстронга, Р. Ульріха у поєднанні з локусом контролю. Дж. Вольпе, Е. Селтер, А. Лазарус вивчали асертивність як складову частину психотерапевтичної та психокорекційної практики.

«Ідея асертивності передбачає формування в особистості визначеної якості поведінки, завдяки якій вона може володіти спонтанними реакціями, розумним проявом емоцій, умінням прямо говорити про свої бажання і вимоги, здатна висловлювати власну точку

зору, не боїться заперечувати, використовуючи аргументацію, наполягати на своєму в ситуаціях, коли будь-яка аргументація виявляється зайвою; володіти тактиками задоволення справедливих вимог і відмови у відповідь на неприпустимі прагнення таким чином, аби при цьому не порушувалися права інших людей» [7].

Психологічне консультування передбачає слухання та спостереження за реакцією клієнтів на ці події, їх занепокоєнням за сім'ю та друзів, їх занепокоєнням щодо безпеки та майбутнього, а також їх екзистенційним питанням щодо значення цих подій. Спеціалісти з психічного здоров'я також повинні керувати своєю особистою реакцією у ці важкі часи. Неодноразове або постійне незадоволення вимог асертивної поведінки, до якої входять характеристики стійкості, наполегливості, впевненого спілкування, може поставити під сумнів професійні здібності та емоційну стійкість психолога-консультанта.

Щоб досягти успіху в підтримці власної психологічної стійкості та врівноваженості, психологи повинні переконатися, що їхні особисті психологічні потреби належним чином визнаються та розглядаються задля того, щоб можна було продовжувати задовольняти психологічні потреби тих, хто користується послугами психологів-консультантів.

Психологи та психотерапевти стикаються з викликами та викривленнями практики, зумовленими знаходженням у поточному середовищі воєнного стану. Збільшення попиту на психологічні послуги з боку учасників бойових дій та постраждалих від початку воєнної агресії 2022 р. має характер геометричної прогресії й потенційно може провокувати дві групи труднощів у процесі психотерапевтичного втручання, а саме: регресія стану клієнта та професійне виснаження, деформація особистості самого консультанта.

Регресія клієнта може бути викликана поточною ситуацією в Україні, зумовленою факторами війни: масованими обстрілами стратегічно важливих об'єктів, комунальної інфраструктури та жилих будинків, вимушеною міграцією, роз'єднанням родин, неминуючою смертю та каліцтвом, умовами виживання в окупації, тиском та підступністю російської пропаганди. Таким чином, попередньо встановлені цілі консультування або терапії можуть бути затьмарені цими зовнішніми подіями, які схильні гальмувати або переривати процес зцілення. Великі варіації відповідей клієнтів і зміни у відповідях із часом вимагають ретельної професійної пильності, щоб психологи залишалися постійним надійним джерелом підтримки.

В умовах повномасштабної війни 2022–2023 рр. українські й іноземні психологи

більш затребувані, ніж раніше, і це потребує посилення професійних зусиль, щоб задовольнити потреби української громади або іншим чином допомогти тим, хто опинився у кризі. Психологи, які беруть участь у кризовому консультуванні та роботі з травмою, можуть відчувати підвищений і, можливо, хронічний професійний стрес і емоційну вразливість у результаті безпосереднього стикання зі стражданнями своїх клієнтів. У зв'язку із цим постає потреба в підтримці власного психічного здоров'я спеціалістів, тому що «особистість консультанта виділяється майже в усіх теоретичних системах як найважливіший суб'єкт діяльності, що володіє засобами зміцнення особистості у консультативному процесі, оскільки саме психолог-консультант має справу з найскладнішим об'єктом професійної взаємодії – людською психікою» [8].

Окрім знань і вмінь, консультант має володіти низкою спеціальних особистісних якостей. «Знання можна отримати з книг чи лекцій, навички набуваються у процесі роботи, але їх цінність обмежена без удосконалення особистості психотерапевта. Психотерапія стає ремеслом, вимощеним добрими намірами, якщо її не піднімають на професійний рівень відповідні якості особистості психотерапевта», – стверджують М. Balint та Е. Balint. Існуючі моделі особистісних якостей ефективного психотерапевта або психолога-консультанта однозначно спираються на характеристики асертивності: уміння будувати рівноправні, відкриті стосунки, повага до співрозмовника, уміння слухати, не перебиваючи, неосудливість, уміння надавати чесний зворотний зв'язок без критики та образ.

Клієнти, які говорять про делікатні проблеми, включаючи тривогу, депресію, травму, горе та втрату, а також інші історії виживання, потребують консультанта, який є співчутливим, чуйним і може сформулювати довірливі та прозорі стосунки. Уміння конструювати терапевтично адекватні зв'язки є одним зі складників асертивної поведінки психолога-консультанта.

Психолог-консультант або психотерапевт є чесним і використовує зрозумілу мову, у змозі пояснити свій терапевтичний погляд і має навичку обговорювати проблеми у відкритій, допитливій манері, ставлячи запитання, коли йому потрібна додаткова інформація або хоче бути впевненим у чомусь. Психолог-консультант уміє слухати та чути клієнта, не перебиваючи, помічає невербальні сигнали.

Психолог-консультант, окрім прямого зобов'язання у конфіденційності консультування, своєю поведінкою, манерою спілкування демонструє повагу до особистості клієнта та до таємниці його запиту. Також психолог-консультант може пояснити процес міркування, свою філософську орієнтацію, свій

професійний досвід, а також те, що він думає про роль психотерапевтичного впливу на життя клієнта.

Поважаючи себе та клієнта, консультант або психотерапевт є прозорим щодо будь-яких оплат та комісій, пов'язаних із його послугами. Також він не маніпулює та не приховує того, що клієнт має право подати скаргу до його керівника або регулюючого органу за умови недотримання професійної етики.

Консультант є неупередженим та неосудливим, клієнт повинен відчувати, що може поділитися особистими переживаннями, і той не стане повчати його, як батько чи мати, та не стане загравати з ним й лестити. Консультант, зацікавлений у прогресі свого клієнта, має надію, що травмуюча ситуація або світ навколо нього покращиться, бо здатен бачити речі, які приносять щастя, полегшення, спокій, тому що це досвід, який може бути корисним, щоб допомогти спланувати шлях уперед.

Консультант-професіонал виділяє час на супервізію, щоб оцінити якість своєї роботи, вислухати й прийняти до уваги конструктивну критику. Звичайно, що всі ці аспекти професійної діяльності психолога-консультанта або психотерапевта узгоджуються з параметрами асертивності та асертивної поведінки.

Може статися, що в процесі кризового консультування виникають несподівані діалоги, далекі від шаблонів та запитів мирного часу. Можливі ситуації, коли психолог ділиться травматичним досвідом із клієнтом, який, наприклад, може бути особливо зацікавлений особистими реакціями та почуттями терапевта щодо конкретної ситуації, і тут виникають нові професійні ролі та виклики збереження кордонів. Виникає потреба до більшого контролю щодо виникнення власних ідеосинкразійних реакцій з-за посилення стресових чинників на певні культурні групи та вимог щодо психологічного консультування.

Психологам-консультантам та спеціалістам інших допомагаючих професій під час воєнного стану є сенс звертати увагу на наслідки хронічного стресу, оскільки він наростає як у нашому суспільстві, так і в особистому житті. Психологам, залученим до навчання та супервізії, необхідно звертати увагу на схожі наслідки хронічного стресу в студентів-психологів, слухачів психологічних курсів та стажерів, а також вплив хронічного стресу на тих, кого вони обслуговують супервізійно.

Тобто українські психологи та психотерапевти, які безпосередньо постраждали від терору та війни, стикаються з особливою дилемою у збалансуванні індивідуальних потреб і професійних вимог.

Реальними або потенційними проблемами професійного функціонування психологів-консультантів під час воєнного стану є фізичне

виснаження, емоційне вигорання, хронічний стрес тощо. Це, своєю чергою, може унеможливити підтримку асертивної поведінки спеціалістів як оптимальної під час проведення психологічного консультування. Є ризику знизити або втратити свій професійний рівень, дискредитувати професію, нашкодити клієнту за рахунок пасивного або агресивного стилю спілкування, які є помилковими та порушують норми психологічного консультування.

Надзвичайні вимоги до психологів під час воєнного стану посилюють потребу в самоконтролі з наголосом на стратегіях самообслуговування, які можуть допомогти зміцнити професійну стійкість. Психологам краще бути налаштованими на фізичну та емоційну вразливість і звертати увагу на існуючі стресори. Поточні реалії повсякденного особистого життя та професійної практики тривають і перетинаються зі стресом, спричиненим світовими та національними подіями. Психологам важливо розуміти, що підвищений стрес є природною реакцією на ці обставини і що першим кроком в управлінні цим стресом є пильна увага до догляду за власними діями. Для цього важливими є: збереження емоційної рівноваги та кордонів із клієнтами, навіть коли консультант розповідає про реальні обставини; збалансування особистих потреб і бажання поділитися турботами з іншою особою з вимогами до своїх професійних обов'язків, особливо коли психолога запитують про його особистий досвід чи безпеку членів сім'ї; дотримання балансу між потребами клієнтів і бажанням психолога надати допомогу на тлі власного стресу; більша потреба в самоконтролі.

Таким чином, постає питання, як пов'язані між собою стрес та асертивна поведінка психолога-консультанта, чи є залежність між стресом та асертивною поведінкою спеціаліста і, головне, яким чином запобігти стресу й професійній деформації та не втратити асертивність.

Є дві групи психологічних досліджень, які виявляють зв'язок між стресом та асертивністю. Перша група досліджує вплив стресу на асертивність, друга група виявляє вплив тренінгу асертивності на показники стресу.

За словами Randy Paterson, доктора філософії (Ванкувер, Канада) і практика, який спеціалізується на когнітивно-поведінковій терапії стресу, настрою та порушень настрою (клініка Changeways Clinic), є три бар'єра асертивності під час спілкування: стрес, соціальна дезадаптація різного ступеня та обмежуючі переконання [4]. Тобто асертивність формується та розвивається у роботі з подолання стресу, соціальної дезадаптації та обмежуючих переконань.

Стресогенами в роботі психолога-консультанта під час війни можуть виступати: професійна ізоляція; перенавантаження одноманітними та складними консультаціями, наприклад

регулярні консультації з клінічних випадків, робота виключно з постраждалими від травм або професійна підтримка важкої та складної роботи; перевтома, у тому числі за рахунок годинного перенавантаження власною терапією та самоосвітою; дефіцит часу для дозвілля; нереалістичність професійних очікувань; тенденція зосереджуватися на потребах клієнтів, нехтуючи власними потребами та особистими потребами; погані межі та надмірне емоційне залучення в історію клієнта; поганий догляд за собою.

Соціальна дезадаптація може бути пов'язана безпосередньо зі стресом війни, проявлятися у зниженні рівня комунікативних навичок, рівня самооцінки, розмитті індивідуальності, посиленні незадоволеності своєю роллю в умовах воєнного сьогодення. Як наслідок, у неробочий час можливе зловживання психоактивними речовинами або інша компульсивна поведінка, збільшення побутових та професійних конфліктів, загострення симптомів провини, розчарування у собі та своїй професійній приналежності, дратівливість, нетерплячість, утрата об'єктивності та перспективи в роботі.

Обмежуючі переконання можуть характеризуватися неможливістю «спостерігати за діяльністю клієнтів у реальному житті й тільки з їхніх слів знають про тривоги, страхи, невдачі і меншою мірою – про досягнення, успіхи та позитивні переживання клієнта. Однією з найбільш поширених проблем консультативного процесу є перебільшення особистісних порушень клієнта і, як наслідок, орієнтація на тривалу консультативну взаємодію, а не на розуміння й виявлення позитивних аспектів життя клієнта» [8]. Обмежуючі переконання також мають підґрунтя віддаленої перспективи бачення психотерапевтичного результату й виражатися тим, що психолог-консультант не помічає поточних результатів або вони йому можуть здаватися настільки несуттєвими, що спонукають до відчуття безсилля, безнадійності й навіть цинізму.

Друга група досліджень доводить, що тренінг асертивності з різними верствами населення сприяє зниженню рівня стресу, підвищує самооцінку та рівень стійкості, як то: «тренінг асертивності є корисним для розвитку самооцінки медсестер-інтернів та сприяє зниженню стресу» [3], «асертивна поведінка та самооцінка позитивно та суттєво корелюють» [5], «тренінг асертивності підвищив рівень резильентності» [2].

«Відсутність асертивності є основною причиною стресу для багатьох людей», – пише Oxford University Press (Англія) [6], який є підрозділом Оксфордського університету і сприяє меті Університету передавати досвід у дослідженнях, стипендіях і освіті шляхом публікацій по всьому світу.

Аналіз досліджень указує на те, що стресостійкість та асертивна поведінка пов'язані між

собою: з одного боку, подолання стресу сприяє формуванню асертивної поведінки, з іншого – розвиток асертивності знижує рівень стресу.

Висновки. Оцінюючи умови воєнного стану 2022–2023 рр. в Україні та його наслідки як стресогенну подію загальнонаціонального масштабу, можна стверджувати, що психологи-консультанти також мають чутливість до стресу й потенційно ризикують зниженням рівня або втратою асертивності. Тож формування асертивної поведінки психологів-консультантів під час війни повинно мати характер цілеспрямованості, використовуючи для цього як спеціально організовані заходи, так і методи та прийоми самоконтролю і саморозвитку.

Розвиток і вдосконалення навичок асертивної поведінки буде одним із найкращих рішень психолога-консультанта під час воєнного стану. Це поліпшить рівень професійної майстерності фахівця, укріпить його стресостійкість та збереже здоров'я. Тренінг асертивності є довгостроковим зобов'язанням у досягненні терапевтичних цілей у спосіб, який поважає власні права, цінності та переконання і, таким чином, клієнта. Щоб розвинути асертивність, потрібні час і відданість, але незабаром стане помітно, як кожен маленький крок у цьому напрямі перетворюється на впевнений шлях професійного становлення.

ЛІТЕРАТУРА:

1. APA Dictionary of Psychology. Assertiveness. URL: <https://dictionary.apa.org/assertiveness>.
2. Effect of assertiveness training on resilience among early-adolescents. C. Agbakwuru, Ugwueze Stella Published 20 May 2012. Education, European Scientific Journal, ESJ. URL: <https://doi.org/10.19044/esj.2012.v8n10p%25p>.
3. Effect of Assertiveness Training Program on Nurse Interns' Self-esteem and Stress at El-Fayoum University Hospitals Azza Abdeldayem Ata , Asmaa Kamal Ahmed American Journal of Nursing Research. 2018. URL: <https://doi.org/10.12691/ajnr-6-6-27>.
4. Paterson, R.J. The assertiveness workbook: How to express your ideas and stand up for yourself at work and in relationships, 2nd ed. Oakland, CA: New Harbinger Publications. Published: March 2014. URL: <https://randypaterson.com/books/assertive-workbook.html>.
5. Relationship of Assertiveness and Self Esteem among Nurses. S. Maheshwari, K. Gill Published 2015 Medicine, Psychology International Journal of Health Sciences and Research. URL: https://www.researchgate.net/publication/309242420_Relationship_of_Assertiveness_and_Self_Esteem_among_Nurses.
6. Step Eight Be Assertive David H. Barlow, Ronald M. Rapee, Sarah Perini, Pages 77-88. URL: <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780199917532.003.0008>.
7. Ніколаєв Л.О. Генезис поняття «асертивність». Освіта регіону. 2010. № 1. URL: <http://www.socialscience.com.ua/article/193>.
8. Цільмак О.М. Лекційний матеріал для здобувачів вищої освіти 4-го курсу за першим (бакалаврським) рівнем спеціальності 053 «Психологія» з навчальної дисципліни «Психологічне консультування». Одеса : НУ «ОЮА», 2020. 319 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНО-МОВЛЕННЕВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ

COMMUNIKATIVE AND SPEECH COMPETENCE OF FUTURE PSYCHOLOGISTS-CONSULTANTS

У статті проведено психологічний аналіз концептуальних підходів до вивчення проблеми розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів. Узагальнено сутність понять «мовлення», «комунікація», «комунікативна компетентність», «мовленнєва компетентність» та «комунікативно-мовленнєва компетентність». Розкрито відмінності мовленнєвої компетентності від комунікативної компетентності. Проаналізовано праці вітчизняних та закордонних учених, які дали змогу узагальнити сутність комунікативно-мовленнєвої компетентності психолога-консультанта. Подано авторське визначення поняття «комунікативно-мовленнєва компетентність майбутніх психологів-консультантів». Висвітлено проблему формування комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів-консультантів. Визначено структурні компоненти комунікативно-мовленнєвої компетентності психолога-консультанта, які необхідні для здійснення ефективної діяльності. Наголошено на необхідності створення умов для формування та розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності студентів психологічної освіти. Проведене автором дослідження свідчить про те, що комунікативно-мовленнєва компетентність є однією з провідних серед інших компетентностей, необхідною для вирішення комунікативних завдань у професійно орієнтованій та пізнавальній діяльності. Виділення цієї компетентності та розвиток комунікативно-мовленнєвої компетентності забезпечують майбутнім психологам-консультантам можливість набуття професійних знань та необхідного досвіду для конструктивної взаємодії. Визначено, що комунікативно-мовленнєва компетентність майбутнього психолога проявляється у набутих ним теоретичних знаннях та застосовуваних на практиці навичках та вміннях, його мотивації до здійснення професійної діяльності. Проведений аналіз проблеми дослідження обґрунтував нагальні потреби організації процесу розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності в освітній сфері, що сприяє підвищенню конкурентоспроможності майбутніх психологів-консультантів. Отже, вивчення психологічних особливостей розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів нині є важливою та актуальною проблематикою.

Ключові слова: компетентність, комунікативна компетентність, мовленнєва компетентність, комунікативно-мовленнєва

компетентність, майбутні психологи-консультанти.

The article provides a psychological analysis of conceptual approaches to the study of the problem of developing the communicative and speech competence of future psychologists. The essence of the concepts «speech», «communication», «communicative competence», «speech competence» and «communicative-speech competence» are summarized. The article reveals the differences between speech competence and communicative competence. The scientific work analyzed the works of domestic and foreign scientists, which made it possible to generalize the essence of the communicative and speech competence of a psychologist-consultant. Also, the author's definition of the concept of «communicative and speech competence of future psychologists-consultants» is presented in the work. The article highlights the problem of formation of communicative and speech competence of future psychologists-consultants. The structural components of the communicative and speech competence of a psychologist-consultant, which are necessary for the implementation of effective activities, are also defined. The article emphasizes the need to create conditions for the formation and development of communicative and speech competence of students of psychological education. The research carried out by the author shows that communicative and speech competence is one of the leading among other competences, necessary for solving communicative tasks in professionally oriented and cognitive activities. The allocation of this competence and the development of communicative and speech competence provide future psychologists-consultants with the opportunity to acquire professional knowledge and the necessary experience for constructive interaction. It was determined that the communicative and speech competence of the future psychologist is manifested in the theoretical knowledge he acquired and the skills and abilities applied in practice, his motivation to carry out professional activities. The conducted analysis of the research problem substantiated the urgent needs of organizing the process of development of communicative and speech competence in the educational sphere, which contributes to increasing the competitiveness of future psychologists-consultants. Therefore, the study of the psychological features of the development of communicative and speech competence of future psychologists is now an important and relevant issue.

Key words: competence, communicative competence, speech competence, communicative-speech competence, future psychologists-consultants.

УДК 378.147:159-051-057.54
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.23>

Хаметова Л.В.

аспірантка за спеціальністю 053 «Психологія», старший викладач кафедри психології Університет Григорія Сковороди в Переяславі

Реалії сьогодення інтенсивно змінюють життя людини у різних сферах, і освіта не є винятком. Випускник закладу вищої освіти не може вважатися повноцінним фахівцем, якщо у нього не сформовано навичок налагодження

міжособистісних відносин. Комунікативно-мовленнєва компетентність (як психологічний феномен) відноситься до професійно важливих якостей представників професій типу «людина – людина», до яких і відноситься професія «пси-

холог-консультант», та є одним із пріоритетних складників професійної придатності.

Модернізація професійної підготовки майбутніх психологів-консультантів передбачає не лише підвищення теоретичних знань, а й удосконалення комунікативних умінь та навичок, які є важливим складником професійного мовлення фахівців. Це пов'язано з тим, що опанування навичок психологічного консультування неможливе без сформованої комунікативної та мовленнєвої компетентності, що є одними з найважливіших характеристик сучасного професіонала.

Проте комунікативно-мовленнєва компетентність як професійно важлива якість сучасних психологів-консультантів має і проблемні аспекти, такі як недостатня чіткість та ефективність мовлення у робочих ситуаціях, мовна тривожність, нерозуміння контексту мовних висловлювань, при цьому варто зауважити, що саме грамотно побудоване мовлення є необхідною умовою для здійснення ефективної професійної діяльності.

Отже, проблема комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів-консультантів є актуальною, особливо це стосується особистості психолога-консультанта, його готовності до професійного спілкування. Цей факт акцентує завдання формування та розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності кожного учасника освітнього процесу, що передбачає необхідність якісних змін у системі вищої освіти, особливо у навчальних закладах психолого-педагогічної спрямованості.

Проблема комунікативної компетентності стала предметом наукових досліджень таких учених, як: О. Бондаренко, С. Васьківська, П. Горностай, Т. Говорун, Є. Заїка, М. Коломінський, С. Максименко, Ю. Приходько, Л. Уманець, М. Шевченко, М. Школьник, М. Чепелева та ін.

Питання професійного спілкування та комунікативної компетентності майбутніх фахівців, у тому числі психологів, представлено у роботах таких учених, як В. Андрієвська, О. Артемова, Е. Драніщева, Н. Демченко, Н. Литвинчук, Л. Рудева, С. Тищенко, Т. Ханецька, А. Федоренко та ін.

Отже, аналіз наявних публікацій підкреслює, що досліджень, присвячених розвитку комунікативно-мовленнєвій компетентності, недостатньо. Тому вважаємо, що проблема психологічних особливостей розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів-консультантів залишається актуальною в умовах сьогодення через те, що вона недостатньо опрацьована на теоретичному рівні й у прикладному плані. Таким чином, це викликає потребу в подальшому дослідженні зазначеної проблематики.

Мета статті – теоретично обґрунтувати психологічні особливості комунікативно-мов-

леннєвої компетентності майбутніх психологів-консультантів.

Для початку необхідно визначити вихідні ключові поняття дослідження: «комунікація», «мовлення», «комунікативна компетентність» та «мовленнєва компетентність».

Комунікація – це цілеспрямована передача змісту за допомогою мовних форм від одного учасника ситуації спілкування іншому. Комунікація є формою соціальної активності людини, успішність якої залежить від наявності особливого роду здібностей, а саме комунікативних здібностей.

У психології сформувалися досить стійкі традиції розгляду комунікативних здібностей особистості, які зазвичай визначають як сукупність властивостей та вмінь, котрі забезпечують можливість установаження контакту та взаєморозуміння між людьми. При цьому будь-які загальнопсихологічні підструктури особистості: спрямованість, характер, якості можуть розглядатися як соціально-психологічні чи комунікативні властивості особистості. За всієї розлогісті переліку цих властивостей можна виділити три основні групи, до яких віднесено комунікативні властивості особистості, комунікативні відносини та комунікативну підготовленість.

До системи комунікативних властивостей відносять властивості характеру, темпераменту, які проявляються у процесах спілкування та спільної діяльності (довірливість, сором'язливість, відчуженість, невротизація, аутистичність, перемикування, екстравертованість тощо). До системи комунікативних відносин віднесено ціннісні орієнтації особистості, установки, що визначають характер спілкування. До складу системи комунікативної підготовленості можна включити знання, навички, уміння, які необхідні для організації міжособистісної комунікації (уміння встановлювати психологічний контакт, прогнозувати поведінку партнера тощо) [6, с. 109].

Варто зауважити, що комунікація неможлива без мовленнєвої діяльності. Мовлення є процесом передачі інформації через мову. Мова – це і розумовий (як засіб мислення), і комунікативний (як засіб передачі у процесі спілкування), і перцептивний процес чи, інакше кажучи, система породження і сприйняття висловлювань [6, с. 115].

У досягненні успіхів професійної діяльності величезну роль відіграє уміння людей взаємодіяти один з одним, або комунікативна компетентність, від цього залежать ефективність роботи та рівень взаємовідносин. Комунікативна компетентність визначається як здатність до планування процесу комунікації, вибору вербальних та невербальних засобів спілкування, комунікативного контролю, використання різних стилів та технологій спілкування.

Комунікативна компетентність – це сукупність комунікативних знань та вмінь, адекватних завданням суб'єктної взаємодії [6, с. 115].

Комунікативна компетентність розглядається як уміння спілкуватися, уміння регулювати взаємини, уміння «подавати себе» у спілкуванні, адекватно використовувати всі засоби спілкування, уміння знаходити рішення у комунікативній ситуації.

О. Артемова розглядає комунікативну компетентність як «володіння складними комунікативними навичками та вміннями, формування адекватних умінь у нових соціальних структурах, як успішність спілкування» [2, с. 10].

На думку В. Андрієвської, Е. Драніщевої, С. Тищенко, у найзагальнішому вигляді комунікативну компетентність можна розглядати як «певний рівень сформованості особистісного та професійного досвіду взаємодії з оточенням, який потрібен індивіду, щоб у рамках своїх здібностей і соціального статусу успішно функціонувати у професійному середовищі й суспільстві» [1, с. 154].

Н. Демченко та Н. Литвинчук вважають, що «комунікативну компетентність формують лінгвістичний, соціокультурний, психолого-педагогічний та технологічний компоненти. Вона передбачає наявність уміння поєднувати власне комунікацію (обмін інформацією), здатність до сприйняття та взаєморозуміння між її учасниками (перцепцію) та колаборацію – уміння взаємодіяти з іншими, підтримувати та організувати цю взаємодію (інтерацію)» [3, с. 9].

Комунікативна компетентність посідає провідне місце у рейтингу компетентностей, оскільки включає здатність інтегрувати низку вмінь та навичок у єдине ціле [5, с. 633].

У результаті аналізу робіт різних авторів, які займалися вивченням комунікативної компетентності, можемо резюмувати: до даної феноменологічної галузі відносять досить різнопланові елементи, серед яких чітко виділяється і диференціюється ціла низка знань (про форми, види, етапи, можливості та обмеження спілкування), методи впливу на інших людей і самого себе з метою підвищення ефективності комунікації, умінь (роботи з текстами, організації повідомлень, активного слухання та зворотного зв'язку, подолання комунікативних бар'єрів, саморегуляції та самоконтролю, рефлексії, співпраці та ін.) та здібностей (індивідуально-психологічні властивості особистості, що відповідають вимогам комунікативної діяльності, які забезпечують її швидке та успішне здійснення), що утворюють деяку цілісну структуру.

Розглянувши низку точок зору, що є в науковій літературі щодо комунікативної компетентності, можна сказати, що за всієї різноманітності між ними є щось спільне, що дає змогу сформулювати визначення даного феномену.

Відповідно до цього, можна надати таке визначення даного поняття: комунікативна компетентність – це складна системно організована, актуальна, формована особистісна якість людини, яка дає їй змогу самостійно та відповідально здійснювати ефективні комунікативні дії у певному колі ситуацій міжособистісної взаємодії у зв'язку з деякою діяльністю. Комунікативна компетентність ґрунтується на знаннях закономірностей, принципів та технік спілкування. Вона є інтелектуально та особистісно зумовленою характеристикою людини.

Включаючи до сфери комунікативної компетентності функціональний параметр, слід включити до неї й мовленнєву компетентність, що передбачає діяльнісний, прагматичний характер комунікації – побудова висловлювань та дискурсів відповідно до норм вибраного комунікативного коду та правил професійного етикету, уміння варіювати комунікативні засоби у зв'язку зі зміною ситуативних умов спілкування.

Мовленнєва компетентність – найважливіший показник професійної компетентності у будь-якій діяльності, що вимагає уміння виразно говорити, стилістично правильно й зрозуміло викладати думки, створювати професійно ефективну та сприятливу атмосферу, прогнозувати вплив слова, встановлювати контакт із людьми, а також адекватно розуміти мову іншої людини в ситуаціях ділового спілкування, бізнес-комунікаціях.

Мовленнєва компетентність індивіда полягає в умінні та можливості здійснювати, регулювати і вибудовувати свою мовну поведінку, користуватися словом. Критеріями сформованої мовленнєвої компетентності є: комунікативна доцільність, уміння правильно та адекватно підібрати мовні засоби відповідно до навколишньої ситуації та дотримання конкретних етичних, етикетних, професійних норм і правил, зрозумілість, змістовність, нестереотипність, гнучкість, багатство мовного запасу, виразність та дієвість мови, допустимість чи неприпустимість тих чи інших відхилень від норми, наприклад особливий наголос на термінах у вузькопрофесійному середовищі.

На мовленнєву компетентність впливають внутрішні (особистісні) та зовнішні чинники. До особистісних чинників належать: психофізіологічні проблеми вибудовування та сприйняття мови, особливості мотивації мовленнєвих висловлювань, рівень рефлексії власних думок та мовленнєвих висловлювань, інформаційні втрати мови під час сприйняття. На розвиток мовленнєвої компетентності можуть впливати такі якості, як особливості характеру, сукупність соціальних чинників і соціокультурних обставин та ін. [9, с. 521].

До зовнішніх чинників мовленнєвої компетентності належать: комунікативний простір,

заданий професійними, соціальними, етнокультурними умовами, соціально-демографічні характеристики, належність до певної соціально-професійної групи.

Таким чином, практичне володіння мовними нормами – регулятивними кодами, що забезпечують адекватне сприйняття та реалізацію смислової та оцінної інформації відповідно до комунікативної установки є важливим критерієм комунікативно-мовленнєвої компетентності. Це означає, що комунікативно-мовленнєва компетентність покликана бути регулятором спілкування. Способом регулювання спілкування є культурні традиції, звичаї, обряди, етичні та комунікативно-мовленнєві норми професійної діяльності.

Психологічною умовою комунікативно-мовленнєвої компетентності є усвідомлення фахівцем необхідності підвищення своєї загальної та мовної культури. Динаміка розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності визначається зміною репродуктивного виконання дій та операцій, творчістю, гармонізацією й ускладненням мотиваційних, когнітивних, діяльнісних компонентів професійної діяльності.

Комунікативно-мовленнєва компетентність – це сукупність взаємозалежних якостей особистості (знання, навички, способи організації комунікативної діяльності), які необхідні для якісного та ефективного спілкування [2, с. 16].

Комунікативно-мовленнєва компетентність також розглядається як особистісне утворення особистості, володіння комунікативно-мовленнєвою компетенцією, що включає особистісне ставлення до неї та предмету комунікативної діяльності.

Комунікативно-мовленнєва компетентність припускає, що студент – майбутній психолог-консультант не засвоює окремі один від одного знання та вміння, а опановує комплексну процедуру, у якій для кожного виділеного напряму присутня відповідна сукупність освітніх компонентів, що мають особистісно-діяльнісний характер.

Комунікативно-мовленнєва компетентність визначається як «сукупність знань, умінь та навичок для вербальних та невербальних засобів сприйняття та відображення дійсності в різних ситуаціях спілкування» [9, с. 525].

Зазначимо також, що багато визначень комунікативно-мовленнєвої компетентності не є задовільними із суто логічного погляду. Вони, зокрема, порушують одне з найважливіших правил логіки визначення понять: неприпустимість визначення одного невідомого поняття через інше, також невизначене, поняття. Тому спробуємо з урахуванням огляду найбільш інформативних визначень побудувати власне трактування комунікативно-мовленнєвої компетентності.

У найбільш загальному вигляді під комунікативно-мовленнєвою компетентністю розуміється система внутрішніх ресурсів, які необхідні для побудови ефективної комунікації у певному колі ситуацій особистісної взаємодії.

Дослідники виходять із того, що комунікативно-мовленнєва компетентність проявляється у наявності багатого репертуару комунікативних технік, що використовуються на різних рівнях спілкування, адекватному використанні вербальних і невербальних засобів у різних ситуаціях. Її наявність пов'язується з високим рівнем володіння складними комунікативними та мовленнєвими вміннями й навичками, адекватними новим соціальним умовам, орієнтацією у комунікативних засобах, знанням принципів та правил побудови спілкування у різних соціальних середовищах: етнічних, професійних, статусних. Досить поширеним є розуміння комунікативно-мовленнєвої компетентності як сукупності комунікативних здібностей людини, які проявляються у її спілкуванні з людьми і дають змогу досягати поставленої мети.

Комунікативно-мовленнєва компетентність психолога – це засвоєння комунікативних стратегій, що забезпечують успішне встановлення контакту з клієнтом, діагностику його індивідуальних особливостей, розроблення дозволу та антиципацію результату без безпосереднього міжособистісного контакту [8, с. 560].

Професійно важливих комунікативних якостей фахівця у галузі психології належить дуже багато, проте можна виділити найголовніші: комунікабельність, толерантність, емпатійність, чуйність, довіра, інтерес до іншого, щирість, тактовність, відкритість та ін.

Ми, спираючись на структурну модель комунікативно-мовленнєвої компетентності, вибрали кілька психологічних конструктів, що відбивають кожен компонент: мотиваційний компонент (потреба у спілкуванні, мотиви афіліації, комунікативні та організаторські схильності), когнітивний компонент (рефлексивні здібності), емотивний компонент (рівень та канали емпатії), особистісний компонент (комунікативна толерантність, неагресивність та неконфліктність), поведінковий компонент (стратегії поведінки у конфлікті).

Студентам, які здобувають психологічну освіту, притаманні певні ознаки комунікативно-мовленнєвої компетентності, а саме: високий рівень потреби у спілкуванні, комунікативні та організаторські схильності, домінування прагнення до прийняття над страхом відкидання, середній рівень із тенденцією до високого рівня рефлексивності та емпатичності, прагнення до співпраці та конфліктності на тлі високих показників комунікативної толерантності.

Т. Ханецька та А. Федоренко вважають, що «практично всі види психологічного консуль-

тування передбачають мовленнєву взаємодію психолога з клієнтом, що є основним змістом спілкування фахівців. Основним механізмом цієї взаємодії є психологічний вплив на клієнта» [7, с. 99].

Саме тому є доцільним розглядати під комунікативно-мовленнєвою компетентністю майбутнього психолога-консультанта здатність та готовність успішно вирішувати комунікативні завдання, що виникають у рамках професійної діяльності. У складі комунікативно-мовленнєвої компетентності виділятимемо компетенції, які ми розуміємо як сукупність знань, умінь, навичок у сфері спілкування, що дають змогу психологу-консультанту ефективно реалізувати коло своїх функцій.

Комунікативно-мовленнєва компетентність, будучи професійно важливою якістю психолога-консультанта, дає йому змогу, по-перше, успішніше здійснювати професійне спілкування. По-друге, якщо йдеться про психолога, який працює у сфері психологічного супроводу суб'єктів, котрі мають комунікативні проблеми, то тоді він є не просто носієм даної професійної якості «для себе», а стає «джерелом», «передавачем» цієї якості своїм клієнтам. До того ж зміст комунікативно-мовленнєвої компетентності такий, що дає змогу її володарю бути успішним у вирішенні професійних завдань і проблем, пов'язаних із соціальною взаємодією, вона робить його мобільним, гнучким та адаптивним.

Л. Рудаєва вважає, що «формування навичок професійної комунікації майбутніх психологів здійснюється у результаті взаємопов'язаної діяльності викладача й студента» [4, с. 76]. Вона виділяє спеціальні заходи, які можуть реалізовуватися у різних формах, а саме: «тренінги, курси, конференції тощо, які доповнюють та розширяють професійні знання та вміння з дисциплін професійної та практичної підготовки фахівців» [4, с. 77].

Психологічні особливості розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності є умовою успішності майбутніх психологів-консультантів. Уважаємо, що у процесі розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності психологів-консультантів варто використовувати систему практичних занять, психологічних тренінгів зі спілкування, саморегуляції, арттерапії, організації взаємодії, що сприяє опануванню способами організації їхньої поведінки у складних ситуаціях професійної взаємодії, оскільки діалогова взаємодія забезпечує рівність позицій партнерів, прийняття партнера таким, яким він є, щирий обмін думками.

Також із метою розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності варто проводити психологічні тренінги. Тренінг орієнтований на те, щоб проводити розвиток особистості, групи у вигляді оптимізації форм

міжособистісного спілкування. Психологічний тренінг сприймається як розвиток комунікативно-мовленнєвої компетентності студентів, що підвищує їхню емоційну стійкість. Це дає можливість вибудовувати взаємодію на основі толерантності, використання психологічної підтримки суб'єктів освітнього процесу, сприяє створенню середовища спілкування, підвищенню професійної майстерності майбутніх психологів-консультантів, розвитку їхнього інноваційного мислення та творчого потенціалу, професійних навичок, готовності до професійного вдосконалення. Під час освоєння тренінгу студенти вдосконалюють свої комунікативно-мовленнєві навички. Водночас розвиваються всі аспекти спілкування: перцептивний, комунікативний та інтерактивний. Під час тренінгу студенти навчаються слухати, розуміти, висловлюватися та діяти.

Також для розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності у майбутніх психологів-консультантів у навчальному процесі особливу увагу потрібно приділяти вирішенню таких завдань: наповнити психолого-педагогічні дисципліни комунікативним змістом, використовувати форми, методи та прийоми, що активізують розвиток комунікативних здібностей та вмінь студентів, розробити та впровадити комунікативні курси на вибір, реалізувати систему комунікативно-розвивальних професійно значущих завдань у процесі навчальної та психологічної практики, організувати навчально-дослідницьку роботу студентів із психологічного аспекту забезпечення комунікативної компетентності.

На основі проведеного аналізу наукової літератури нами сформульовано таке визначення комунікативно-мовленнєвої компетентності психолога-консультанта. Комунікативно-мовленнєва компетентність є категорією оцінною, яка характеризує людину як суб'єкта певного соціуму в системі громадської праці. Вона передбачає глибоке розуміння сутності комунікативно-мовленнєвих завдань, знання змісту теми спілкування, наявність досвіду в даній галузі, активне його використання, вміння вибирати комунікативно-мовленнєві засоби та способи, адекватні конкретним обставинам, здатність учитися на помилках та вносити корективи у процес досягнення комунікативних цілей.

Таким чином, комунікативно-мовленнєва компетентність майбутнього психолога-консультанта є інтегрованим поєднанням знань, здібностей та установок, оптимальних для виконання професійної діяльності у сучасній психологічній сфері, вона є здатністю діяти ефективно у широкому форматі комунікативних контекстів із високим ступенем саморегулювання, рефлексії та самооцінки. У сферу комунікативно-мовленнєвої компетентності

майбутнього психолога-консультанта включається функціональний параметр, тобто мовленнєва компетентність, що передбачає діяльнісний характер комунікації – побудову висловлювань та дискурсів відповідно до норм вибраного комунікативного коду та правил педагогічного етикету, уміння варіювати комунікативні засоби у зв'язку зі зміною ситуативних умов спілкування. Комунікативно-мовленнєва компетентність є важливим складником загальної культури.

Ми розглядатимемо комунікативно-мовленнєву компетентність майбутнього психолога-консультанта як важливий складник професійної компетентності випускника вишу, що дає змогу здійснювати ефективне спілкування та способи реалізації толерантності, особистісної реалізації у сфері майбутньої професійної діяльності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андрієвська В.В., Драніщева Е.І., Тищенко С.П. Методологічні проблеми трансформації комунікативної компетентності психолога в інформаційному суспільстві : монографія / за ред. В.В. Андрієвської. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2014. 226 с.
2. Артемова О.І. Формування комунікативної компетенції майбутніх психологів у процесі професійної підготовки. *Психолінгвістика. Психолінгвістика. Psycholinguistics*. 2014. № 5. С. 10–16.
3. Демченко Н., Литвинчук Н. Проблеми формування комунікативної компетентності у майбутніх практичних психологів. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія «Педагогіка. Психологія»*. 2018. № 13. С. 9–13.
4. Рудева Л.С. Психологічні особливості комунікативної компетентності майбутніх психологів. *Вісник психології і соціальної педагогіки*. 2012. С. 76–77.
5. Хаметова Л.М. Формування комунікативної компетентності як базової для професійної діяльності. *Молодий вчений*. 2018. № 10(2). С. 633–636.
6. Ханецька Н.В., Школьник М.О. Роль комунікативної компетентності у навчально-професійній діяльності студентів. *Психологія XXI століття: теоретичні та практичні дослідження*. 2022. Вип. 14. С. 109–115.
7. Ханецька Т., Федоренко А. Вміння формулювати професійні висловлювання як складова комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутнього психолога. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*. 2021. Вип. 15(60). С. 99–110.
8. Хараджи М., Мойса А. Особливості формування комунікативної компетентності майбутніх психологів. *Перспективи та інновації науки. Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»*. 2022. № 10(15). С. 560–567.
9. Школьник М.О. Психологічні аспекти аналізу поняття «комунікативна компетенція» в дослідженнях зарубіжних учених. *The XIV International Scientific and Practical Conference «Theoretical and science bases of actual tasks»*. Lisbon, Portugal, 2022. С. 521–525.

ОСОБЛИВОСТІ СЕКСУАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ В ОСІБ ІЗ РІЗНИМ САМОСТАВЛЕННЯМ

FEATURES OF SEXUAL BEHAVIOR IN PERSONS WITH DIFFERENT SELF-ATTITUDES

Мета статті – теоретико-емпіричним шляхом вивчити психологічні особливості сексуальної поведінки осіб із різним самоствавленням. Основні методи дослідження: теоретичні (метод систематизації досліджуваної проблеми на основі осмислення першоджерел); емпіричні (тестування за методиками оцінки сексуального профілю, опитувальником самоствавлення, шкалою векторного визначення статевої конституції у чоловіків, шкалою векторного визначення статевої конституції у жінок), методи математичної статистики. Досліджено зв'язок особливостей прояву сексуальної поведінки осіб із різним самоствавленням. Респонденти з яскраво вираженим самоствавленням, які відносяться до себе позитивно, поважають себе, є самопослідовними та розуміють себе, почувають себе більш упевнено у сексуальних стосунках, схильні до бурхливого прояву своїх почуттів. Їм притаманне бажання взяти на себе відповідальність за свого сексуального партнера та сексуальні стосунки взагалі. Вони більш емоційно розкуті та вірять у почуття любові навіть за несприятливих обставин. Також вони мають більш високі вимоги до своїх сексуальних партнерів та приділяють більше уваги до охайності партнера та атмосфері, у якій здійснюється сексуальний контакт. Респонденти з невираженим самоствавленням, які не поважають себе, не цікавляться своїм внутрішнім світом та не розуміють самі себе, мають більшу схильність до того, щоб поступатися своїми інтересами та бажаннями у сексуальних відносинах. Їхня сексуальна поведінка спрямована тільки на задоволення свого партнера. Вони не цікавляться власними сексуальними бажаннями та віддаються сексуальним відношенням цілком. Таким чином, можна зробити висновок про наявність особливостей прояву сексуальної поведінки осіб із різним самоствавленням. Проте в ході дослідження було виявлено цілу низку питань, які супроводжують тему сексуальності та сексуальної поведінки. На жаль, на даний момент вони не розкриті до кінця. Тим не менше вони можуть стати підґрунтям для подальших досліджень у даній сфері.

Ключові слова: сексуальна поведінка, сексуальність, статева конституція, сексуальний профіль, самоствавлення.

The purpose of the article is to theoretically and empirically study the psychological features of the sexual behavior of persons with different self-attitudes. The main research methods: theoretical (method of systematization of the researched problem based on the understanding of primary sources); empirical (testing according to methods of sexual profile assessment, self-report questionnaire, scale of vector determination of sexual constitution in men, scale of vector determination of sexual constitution in women), methods of mathematical statistics. Results: The relationship between the characteristics of the manifestation of sexual behavior of persons with different self-attitudes was studied. Respondents with a pronounced self-attitude, who relate to themselves positively, respect themselves, are self-consistent and understand themselves, feel more confident in sexual relationships, are prone to violent expression of their feelings. They have an inherent desire to take responsibility for their sexual partner and sexual relationships in general. They are more emotionally relaxed and believe in the feeling of love even in adverse circumstances. Also, they have higher requirements for their sexual partners and pay more attention to the cleanliness of the partner and the atmosphere in which sexual contact is carried out. Respondents with an unexpressed self-concept, who do not respect themselves, are not interested in their inner world and do not understand themselves, have a greater tendency to compromise their interests and desires in sexual relations. They are not interested in their own sexual desires and give themselves completely to the sexual relationship. Conclusions: Thus, it is possible to draw a conclusion about the presence of peculiarities in the manifestation of sexual behavior of persons with different self-attitudes. However, in the course of the research, a number of issues were identified that accompany the topic of sexuality and sexual behavior. They can become a basis for further research in this area.

Key words: sexual behavior, sexuality, sexual constitution, sexual profile, self-attitude.

УДК 159.922.1
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.24>

Чачко С.Л.

к.психол.н.,
доцент кафедри загальної психології та психології розвитку особистості
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Швайкін С.А.

к.психол.н.,
викладач кафедри загальної психології та психології розвитку особистості
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Афанасьєва В.Г.

магістр психології

Вступ. Проблема людської сексуальності та сексуальної поведінки в сучасній психології є однією з найактуальніших. Особливо гостро вона постає сьогодні в Україні в умовах воєнного стану. Психологічні, соціально-економічні та інші складнощі, зміни у соціокультурному середовищі тягнуть за собою зміни в тому числі й у сексуальності, нормах сексуальної поведінки. З одного боку, вони сприяють зникненню деяких упереджень і табу, з іншого – створюють нові. Треба враховувати, що в ситуації, яка склалася у нашій країні, у суспільстві

зріс рівень агресивності та тривожності. Це не може не вплинути на сприйняття себе та інших, на побудову відносин між людьми, на поведінку осіб, які знаходяться під впливом тривалого стресу. Визначення зв'язків між особливостями сексуальної поведінки та різними аспектами самоствавлення може допомогти виявити психологічні змінні, що впливають на прояви людської сексуальності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасній психологічній науці існує багато різних поглядів на проблему сексуальності та

Результати дослідження за шкалами методики оцінки сексуального профілю О. Ф. Потьомкіної (у балах)

	Експресивність	Сміливість	Користь	Вибірковість	Гіперсексуальність	Педантичність	Ніжність	Жертовність	Відповідальність	Любов як вища цінність	Ревнощі	Різноманітність	Фемінність	Сексуальні контакти на службі
Середнє (чоловіки)	7,5	6,9	1,9	5,4	5,7	5,3	6,3	5,5	6,7	6,6	5,1	5,8	4,6	4
Середнє (жінки)	7,9	6,7	4,2	6,3	4,2	6,1	5,8	5,4	6,6	6,8	4,7	5,9	6	4,8

Таблиця 2

Результати дослідження за додатковими шкалами методики оцінки сексуального профілю О. Ф. Потьомкіної (%)

№ питання	15	30	45	60	75	90	105	120	135	150
Кількість респон-дентів, %	20	68	90	22	44	78	64	78	48	0
Із них чоловіків	10	26	33	36	18	33	28	33	8	0
Із них жінок	90	74	67	64	82	67	72	67	92	0

сексуальної поведінки людини. Але дотепер немає підходу, який урахував би всі аспекти цих феноменів. Зокрема, зв'язок сексуальної поведінки із самоствавленням.

Уперше заговорив про психологічний контекст людської сексуальності З. Фрейд. Він визначив його, передусім, як рушійну силу розвитку особистості і назвав «лібідо» [1]. Сьогодні сексуальну поведінку розглядають як дії, які призводять до розмноження, чи як стимуляції статевих органів для задоволення без зачаття. Її розуміють і як орієнтацію, і як залицяння, і як сексуальні пози та генітальні рефлекси. Сексуальну поведінку також вважають такою, що допомагає підтримувати соціальні стосунки та створювати зв'язки [4]. Припускають, що жінки та чоловіки використовують різні стратегії сексуальної поведінки, щоб максимально збільшити кількість генів, які вони передають [3]. Стверджують, що, оскільки жінки мають обмежений час для народження дітей і догляду за ними, вони зосереджуються на забезпеченні виживання своїх дітей, вибірково вибираючи партнерів, які забезпечуватимуть ресурси для їхніх сімей [5]. Однак, оскільки чоловіки мають необмежену репродуктивну здатність, вони бажають мати більшу кількість сексуальних партнерів, щоб збільшити ймовірність передачі своїх генів [3]. Уважають, що сексуальні відмінності між чоловіками та жінками зумовлені нерівністю влади, очікуючи, що буде менше відмінностей у сексуальній поведінці чоловіків і жінок у більш егалітарних суспільствах [5]. З іншого боку, припускають, що ці відмінності існують через те, що

в певних суспільствах люди спостерігають різну поведінку у представників різної статі. Як наслідок, вони схвалюються або караються за певну поведінку. Як правило, у чоловіків схвалюється пошук та залучення до сексуальної активності. У жінок така поведінка обмежена стосунками, заснованими на любові та відданості [6]. Спираючись на ці теорії, сучасні вчені намагаються пояснити, чому чоловіки та жінки демонструють ту чи іншу сексуальну поведінку. Наприклад, що жінки мають більше емоційних причин для сексу і стверджують під час першого статевого контакту, що вони закохані. Чоловіки ж прагнуть більше фізичного задоволення [2].

Мета статті – теоретично вивчити та емпірично дослідити психологічні особливості сексуальної поведінки осіб із різним самоствавленням.

Виклад основного матеріалу дослідження. Для досягнення поставленої мети було використано такі методи дослідження: теоретичні (метод критичного аналізу, метод узагальнення, метод систематизації досліджуваної проблеми на основі осмислення першоджерел); емпіричні (тестування за методиками оцінки сексуального профілю О. Потьомкіної, опитувальником самоствавлення В. В. Століна, шкалою векторного визначення статевої конституції у чоловіків Г. С. Васильченко, шкалою векторного визначення статевої конституції у жінок І. Л. Ботневої), методи математичної статистики (W-критерій Шапіро – Уїлка, U-критерій Манна – Уїтні).

Дослідження проводилося методом «снігової кулі» в онлайн-формі, для чого був вибраний сервіс Google Forms. У дослідженні взяли участь 50 респондентів віком від 19 до 43 років, із них 34 – жінки та 16 – чоловіки.

Випробувані були розділені на дві групи за кожним із показників самоствавлення (за опитувальником самоствавлення В. В. Століна): респонденти із високими показниками та респонденти з низькими показниками.

Прояви сексуальної поведінки досліджувалися за методикою оцінки сексуального профілю О. Потьомкіної.

Виходячи з отриманих результатів, розташованих у табл. 1, ми можемо сказати, що найбільш вираженими у чоловіків є шкали «Експресивність», «Сміливість» та «Відповідальність». Це може свідчити про те, що середній сексуальний профіль чоловіків цієї вибірки включає у себе бурхливий прояв своїх почуттів, емоційну виразність, розкутість у реакціях. Також відсутній страх у спілкуванні з особами протилежної статі, є впевненість у своїх сексуальних можливостях. Високим є почуття обов'язку, прагнення взяти на себе відповідальність за сексуального партнера та наслідки сексуальних відносин. Найменш вираженим є показник шкали «Користь», що свідчить про те, що чоловіки цієї вибірки не орієнтуються на матеріальну вигоду у сексуальному спілкуванні. Водночас у середньому сексуальному профілю жінок найбільш вираженими є шкали «Експресивність», «Любов» та «Сміливість». Це може свідчити про те, що середній профіль респондентів-жінок включає у себе бурхливий прояв своїх почуттів, емоційну виразність, розкутість у реакціях. Також присутня віра в любов як у вище почуття, уміння зберегти його навіть за несприятливих обставин. Є впевненість у своїх сексуальних можливостях. Найменш вираженим є показники шкал «Користь» та «Гіперсексуальність», що може свідчити про те, що жінки цієї вибірки мають знижену тенденцію до орієнтації на матеріальну вигоду у сексуальних відносинах та знижену тенденцію до дуже високого ступеня сексуальної активності. Цікавим результатом було те, що якщо порівняти середній чоловічий та середній жіночий профіль, то найбільше вони відрізняються за шкалою «Користь». Цей показник мало виражений у представників обох статей, але у жінок він значно вищий, аніж у чоловіків. Чоловічі та жіночі вибірки також відрізняються за рівнем виразності шкали «Гіперсексуальність» та «Фемінність». Дуже високий ступінь сексуальної активності більш притаманний респондентам чоловічої статі, а от жіночність та інтуїтивність більш виражені у респондентів жіночої статі. Також було виявлено деякі особливості сексуальної поведінки за допомогою одиничних запитань методики, на які респонденти відповіли позитивно.

Позитивна відповідь на питання № 15 свідчить про здатність відчувати сильні страждання від нерозділеного кохання чи втрати коханої людини. Питання № 30 – здатність швидко звільнитися від любовної прив'язаності, розлучитися з людиною без жалю та переживань. Питання № 45 – здатність отримувати задоволення від сексу. Питання № 60 – визнання гомосексуальних контактів як норми. Питання № 75 – вищою є потреба бути коханим, а не любити самому. Питання № 90 – вірність як найбільша цінність. Питання № 105 – задоволення сексуальним життям. Питання № 120 – епізоди тривалих перерв у сексуальних відносинах. Питання № 135 – удавання, уміння висловлювати почуття, яких немає. Питання № 150 – бажання змінити стать.

Із наведених даних можна побачити, що більшості респондентів притаманна здатність отримувати задоволення від сексу, а вірність є найбільшою цінністю у сексуальних взаємовідносинах, хоча епізодично відбуваються великі перерви у сексуальному житті. Жоден респондент у нашій вибірці не хоче змінювати стать.

Для підбору статистичного критерію, що відповідає особливостям дослідження, необхідно визначити наявність або відсутність нормального розподілу значень у вибірках. Розрахунки за критерієм Шапіро – Уїлка у групах досліджуваних за шкалами методики О.Ф. Потьомкіної $p \leq 0,05$. Тобто гіпотеза про нормальність розподілу відхиляється. Таким чином, зіставивши вищезазначені особливості вибірок, ми дійшли висновку, що найбільш коректним є використання статистичного критерію Манна – Уїтні, який позначається літерою U.

Важливою особливістю цієї вибірки також є те, що в жодного респондента немає показника у межах помірної вираженості за шкалами опитувальника самоствавлення. З усієї вибірки (50 респондентів) 42 респонденти мають високі бали (тобто ознаки яскраво виражені) та 8 респондентів мають занижкі (тобто ознаки не виражені).

За результатами порівняння сексуального профілю груп осіб з яскраво вираженими та невираженими показниками Глобального самоствавлення S за шкалами «Експресивність» ($U=219,5$; $p \geq 0,05$); «Користь» ($U=167,0$; $p \geq 0,05$); «Вибірковість» ($U=164,5$; $p \geq 0,05$); «Гіперсексуальність» ($U=143,5$; $p \geq 0,05$); «Педантичність» ($U=184,5$; $p \geq 0,05$); «Ніжність» ($U=215,5$; $p \geq 0,05$); «Жертовність» ($U=127,5$; $p \geq 0,05$); «Відповідальність» ($U=246,0$; $p \geq 0,05$); «Любов як вища цінність» ($U=188,5$; $p \geq 0,05$); «Ревнощі» ($U=187,0$; $p \geq 0,05$); «Різноманітність» ($U=180,0$; $p \geq 0,05$); «Фемінінність» ($U=169,5$; $p \geq 0,05$), «Сексуальні контакти на службі» ($U=132,0$; $p \geq 0,05$) не було знайдено значущих відмінностей. Значущі відмінності було знайдено за шкалою «Сміливість» ($U=243,5$;

$p \leq 0,05$). Це може свідчити про те, що респонденти, які відносяться до себе дуже позитивно та занадто підкреслюють свою цінність як людини в очах інших, почувають себе більш упевнено у сексуальних відносинах, у них відсутній страх під час спілкування з людьми іншої статі. Водночас респонденти, які занижують власну цінність, відносяться до себе здебільшого негативно, не впевнені в собі під час сексуального контакту.

За результатами порівняння сексуального профілю груп осіб з яскраво вираженими та невираженими показниками Самоповаги I за шкалами «Сміливість» ($U=363,5; p \geq 0,05$); «Користь» ($U=289,5; p \geq 0,05$); «Вибірковість» ($U=369,0; p \geq 0,05$); «Гіперсексуальність» ($U=278,5; p \geq 0,05$); «Педантичність» ($U=364,5; p \geq 0,05$); «Ніжність» ($U=381,5; p \geq 0,05$); «Любов як вища цінність» ($U=322,5; p \geq 0,05$); «Ревнощі» ($U=374,0; p \geq 0,05$); «Різноманітність» ($U=302,5; p \geq 0,05$); «Фемінінність» ($U=328,0; p \geq 0,05$), «Сексуальні контакти на службі» ($U=316,5; p \geq 0,05$) не було знайдено значущих відмінностей. Значущі відмінності було знайдено за шкалами «Експресивність» ($U=416,0; p \leq 0,05$); «Жертовність» ($U=201,5; p \leq 0,05$); «Відповідальність» ($U=396,0; p \leq 0,05$). Це може свідчити про те, що респонденти, які мають підвищене відчуття самоповаги, уважають себе гідними, більше за все вірять у свої сили та здібності, більш схильні до бурхливого прояву своїх почуттів, вони більш емоційно розкуті у сексуальних відносинах. Також їм притаманні високе почуття обов'язку, бажання взяти на себе відповідальність за свого сексуального партнера та сексуальні стосунки взагалі. Вони не здатні поступатися своїми інтересами заради партнера. Водночас респонденти зі зниженими показниками самоповаги, які незадоволені собою, мають більшу схильність до того, щоб поступатися своїми інтересами та бажаннями у сексуальних відносинах та віддавати себе і свої сили сексуальному партнерові цілком, мають високий рівень самовіддачі у сексуальній поведінці. Вони менш розкуті у прояві своїх почуттів та відчувають на собі менше відповідальності за сексуальні стосунки.

За результатами порівняння сексуального профілю груп осіб з яскраво вираженими та невираженими показниками Аутосимпатії II за шкалами «Сміливість» ($U=163,5; p \geq 0,05$); «Користь» ($U=171,5; p \geq 0,05$); «Вибірковість» ($U=191,0; p \geq 0,05$); «Гіперсексуальність» ($U=163,5; p \geq 0,05$); «Педантичність» ($U=193,0; p \geq 0,05$); «Ніжність» ($U=216,5; p \geq 0,05$); «Жертовність» ($U=130,5; p \geq 0,05$); «Відповідальність» ($U=136,5; p \geq 0,05$); «Ревнощі» ($U=175,5; p \geq 0,05$); «Різноманітність» ($U=168,5; p \geq 0,05$); «Фемінінність» ($U=172,5; p \geq 0,05$), «Сексуальні контакти на службі» ($U=187,0; p \geq 0,05$) не було знайдено значущих відмінностей. Значущі відмінності було знайдено

за шкалами «Експресивність» ($U=235,5; p \leq 0,05$) та «Любов як вища цінність» ($U=222,0; p \leq 0,05$). Це може свідчити про те, що респонденти, які схильні до схвалення себе, довіряють своїм почуттям, більш схильні до бурхливого прояву своїх почуттів та більш емоційно розкуті у сексуальних відносинах. Вони вірять у почуття любові завжди, навіть коли потрапляють у несприятливі обставини. Водночас респонденти, які відносяться до себе вороже, не довіряють собі, менш схильні до бурхливого прояву своїх почуттів під час сексуального контакту, а почуття любові – це не завжди те, на що вони спираються в першу чергу.

За результатами порівняння сексуального профілю груп осіб з яскраво вираженими та невираженими показниками Самоцікавості III за шкалами «Експресивність» ($U=103,0; p \geq 0,05$); «Сміливість» ($U=92,5; p \leq 0,05$); «Користь» ($U=167,0; p \geq 0,05$); «Гіперсексуальність» ($U=143,5; p \geq 0,05$); «Педантичність» ($U=184,5; p \geq 0,05$); «Ніжність» ($U=215,5; p \geq 0,05$); «Жертовність» ($U=127,5; p \geq 0,05$); «Відповідальність» ($U=246,0; p \geq 0,05$); «Любов як вища цінність» ($U=188,5; p \geq 0,05$); «Ревнощі» ($U=187,0; p \geq 0,05$); «Різноманітність» ($U=180,0; p \geq 0,05$); «Фемінінність» ($U=169,5; p \geq 0,05$), «Сексуальні контакти на службі» ($U=132,0; p \geq 0,05$) не було знайдено значущих відмінностей. Значущі відмінності було знайдено лише за шкалою «Вибірковість» ($U=164,5; p \leq 0,05$). Тобто люди, яким цікаві власні думки та почуття, упевненість у тому, що вони є цікавими для інших, мають доволі чіткі та суворі критерії під час вибору партнера.

За результатами порівняння сексуального профілю груп осіб з яскраво вираженими та невираженими показниками Очікуваного відношення інших IV за шкалами «Експресивність» ($U=148,0; p \geq 0,05$); «Сміливість» ($U=183,0; p \geq 0,05$); «Користь» ($U=189,5; p \geq 0,05$); «Вибірковість» ($U=158,5; p \geq 0,05$); «Гіперсексуальність» ($U=137,0; p \geq 0,05$); «Педантичність» ($U=200,0; p \geq 0,05$); «Ніжність» ($U=137,5; p \geq 0,05$); «Жертовність» ($U=121,0; p \geq 0,05$); «Відповідальність» ($U=208,0; p \geq 0,05$); «Любов як вища цінність» ($U=116,5; p \geq 0,05$); «Ревнощі» ($U=178,5; p \geq 0,05$); «Різноманітність» ($U=173,0; p \geq 0,05$); «Фемінінність» ($U=182,0; p \geq 0,05$), «Сексуальні контакти на службі» ($U=154,5; p \geq 0,05$) не було знайдено значущих відмінностей. Тобто ми не можемо судити про наявність відмінностей у сексуальній поведінці у людей з очікуваним позитивним та очікуваним негативним відношенням оточуючих до них.

Результати дослідження за шкалою векторного визначення статевої конституції у чоловіків та за шкалою векторного визначення статевої конституції у жінок не продемонстрували значущих відмінностей між досліджуваними групами.

Висновки. Досліджено зв'язок особливостей прояву сексуальної поведінки осіб із різним самостваленням. Вибірка досліджуваних була диференційована за рівнем вираженості складників самоствалення на дві групи: ознака яскраво виражена та ознака не виражена. За допомогою статистичного аналізу були виявлені особливості сексуальної поведінки кожної з груп.

Середній сексуальний профіль чоловіків даної вибірки включає у себе такі прояви сексуальної поведінки, як: бурхливий прояв своїх почуттів, емоційна виразність, розкутість у реакціях, відсутність страху у спілкуванні з особами протилежної статі, упевненість у своїх сексуальних можливостях. Присутні високе почуття обов'язку, прагнення взяти на себе відповідальність за сексуального партнера та наслідки сексуальних відносин. Чоловіки цієї вибірки не орієнтуються на матеріальну вигоду у сексуальному спілкуванні.

Середній профіль респондентів-жінок також включає у себе бурхливий прояв своїх почуттів, емоційну виразність, розкутість у реакціях. Присутні віра у кохання як найвищу цінність за відсутності страху у спілкуванні з особами протилежної статі, упевненість у своїх сексуальних можливостях. Також жінки цієї вибірки не орієнтуються на матеріальну вигоду у сексуальних відносинах та не схильні до гіперсексуальності.

У середньому респонденти відносяться до себе з інтегральним почуттям «за» відносно свого Я. Вони схильні приймати себе такими, якими вони є. Також на високому рівні виражена додаткова шкала самоцікавості, що свідчить про високу виразність установки на зацікавленість своїм «Я» та його вивчення.

Респонденти з яскраво вираженим самостваленням, які відносяться до себе позитивно, поважають себе, схильні до самохвалення, хочуть вивчати своє внутрішнє «Я», є самопослідовними та розуміють себе почувають себе більш упевнено у сексуальних стосунках, схильні до бурхливого прояву своїх почуттів. Їм притаманні високе відчуття обов'язку, бажання взяти на себе відповідальність за свого сексуального партнера та сексуальні стосунки взагалі. Вони більш емоційно розкуті та вірять у почуття любові навіть за несприятливих обставин. Також респонденти з яскраво вираженим самостваленням мають більш високі вимоги до своїх сексуальних партнерів

та приділяють більше уваги до охайності партнера та атмосфері, у якій здійснюється сексуальний контакт.

Респонденти з невираженим самостваленням, які не поважають себе, не цікавляться своїм внутрішнім світом та не розуміють самі себе, мають більшу схильність до того, щоб поступатися своїми інтересами та бажаннями у сексуальних відносинах. Їхня сексуальна поведінка спрямована тільки на задоволення свого партнера. Вони не цікавляться власними сексуальними бажаннями та віддаються сексуальним відношенням цілком.

Таким чином, можна зробити висновок про наявність особливостей прояву сексуальної поведінки осіб із різним самостваленням. Проте в ході дослідження було виявлено багато питань, які супроводжують тему сексуальності та сексуальної поведінки. На жаль, на даний момент вони не розкриті до кінця. Тим не менше вони можуть стати підґрунтям для подальших досліджень у даній сфері.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Єрмакова А.С. Психологічні особливості сексуального здоров'я людини як розвиток ідей ортобіозу. *Дослідження психології ортобіозу людини* : колективна монографія / за заг. наук. ред. проф. Н.В. Родіної. Київ : Ліра-К, 2021. С. 144–161.
2. Blanc A. Attitudes toward sexual behaviors: relationship with gender and sexual orientation. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*. 2023. URL: <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04398-3>.
3. Buss D.M. Sexual strategies theory: historical origins and current status. *Journal of Sex Research*. 1998. 35. P. 19–31. URL: <https://doi.org/10.1080/00224499809551914>.
4. N., Sam M.S. SEXUAL BEHAVIOR, in *PsychologyDictionary.org*. 2013. April 13. URL: <https://psychologydictionary.org/sexual-behavior/> (accessed June 25, 2023).
5. Petersen J.L., Hyde J.S. Gender differences in sexual attitudes and behaviors: a review of meta-analytic results and large datasets. *The Journal of Sex Research*. 2011. 48. P. 149–165. URL: <https://doi.org/10.1080/00224499.2011.551851>.
6. Sprecher S. Attachment style and sexual permissiveness: the moderating role of gender. *Personality and Individual Differences*. 2013. 55. P. 428–432. URL: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.04.005>.

АДАПТАЦІЯ ОПИТУВАЛЬНИКА SMS-28 УКРАЇНСЬКОЮ МОВОЮ: РЕЗУЛЬТАТИ ПЕРЕВІРКИ ВНУТРІШНЬОЇ УЗГОДЖЕНОСТІ

ADAPTATION OF THE SMS-28 QUESTIONNAIRE IN THE UKRAINIAN LANGUAGE: RESULTS OF THE INTERNAL CONSISTENCY

У статті проаналізовано валідність україномовного семифакторного опитувальника SMS-28 (Шкала спортивної мотивації). Здійснено переклад опитувальника і зроблено його аналіз на основі розрахованих коефіцієнтів альфа Кронбаха. В опитувальнику міститься 28 тверджень, які дають інформацію про тип мотивації для занять спортом: внутрішню, зовнішню або амотивацію. Відповідно до виду, в опитувальнику є шкали для більш детального визначення виду мотивації. Доведено, чому опитувальник може використовуватися не лише в спортивній психології, а й для дослідження мотиваційного інтелекту осіб, які дотримуються здорового способу життя. В опитуванні взяло участь 143 особи, які проживають в Україні, віком від 18 років. На основі метричних даних здійснено розподіл на декілька груп за такими ознаками: стать, вік, освіта, місце проживання.

Відповідно до отриманих результатів, з'ясовано, для яких груп найкраще застосовувати опитувальник SMS-28. Якщо потрібно зрозуміти особливості внутрішньої мотивації, то ці шкали опитувальника валідні для всіх груп досліджуваних. Проаналізовано, чому саме внутрішня мотивація є найактуальнішою для українців. Подано авторську схему причин занять спортом. Виявлено особливості кожного типу мотивації і те, як він проявляється.

Надано рекомендації щодо ймовірної адаптації опитувальника SMS-28 для різних категорій досліджуваних. Опитувальник можна адаптувати відповідно до статі досліджуваних. У такому разі для чоловіків можна додати шкалу «Зовнішня мотивація: зовнішній контроль» без запитання «Бо оточуючі вважають, що потрібно бути в хорошій формі». Для жінок можна додати шкалу «Зовнішня мотивація: інтроєкції». Для осіб, які проживають у районних центрах, валідною буде шкала «Амотивація».

Здійснено аналіз змін коефіцієнтів альфа Кронбаха відповідно до метричних характеристик групи досліджуваних. Зроблено припущення, для яких саме груп опитувальник «Шкала спортивної мотивації» буде найбільш валідним. Відповідно до отриманих результатів, розглянуто, який тип мотиваційної спрямованості особистості переважає – на процес чи результат.

Ключові слова: спортивна мотивація, амотивація, зовнішня мотивація, внутрішня мотивація, мотиваційний інтелект.

The article analyzes the validity of the Ukrainian-language seven-factor questionnaire SMS-28 (Sports Motivation Scale). The questionnaire was translated and analyzed based on the calculated Cronbach's alpha coefficients. The questionnaire contains 28 statements that provide information on the type of motivation for sports: internal, external or amotivation. According to the type, the questionnaire has scales for a more detailed definition of the type of motivation. It has been proven why the questionnaire can be used not only in sports psychology, but also for studying the motivational intelligence of people who follow a healthy lifestyle. 143 people aged 18 and over living in Ukraine took part in the survey. On the basis of metric data, a division into several groups was made according to the following characteristics: gender, age, education, place of residence.

According to the obtained results, it was found out for which groups it is best to use the SMS-28 questionnaire. If you need to understand the specifics of internal motivation, then these questionnaire scales are valid for all groups of subjects. It is analyzed why internal motivation is the most relevant for Ukrainians. The author's scheme of reasons for playing sports is presented in the article. The features of each type of motivation and how it manifests itself are revealed.

Recommendations are given on possible adaptation of the SMS-28 questionnaire for different categories of subjects. The questionnaire can be adapted according to the gender of the subjects. In this case, for men, you can add the scale «External motivation: external control» without the question «Because others think you need to be in good shape.» For women, you can add the scale «External motivation: introjections». For people living in district centers, the «Motivation» scale will be valid. An analysis of changes in Cronbach's alpha coefficients was carried out in accordance with the metric characteristics of the group of subjects. Assumptions are made for which groups the «Sports Motivation Scale» questionnaire will be most valid. According to the obtained results, it was considered which type of motivational orientation of the individual prevails – on the process or the result.

Key words: sports motivation, motivation, external motivation, internal motivation, motivational intelligence.

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.25>

Чопко Х.Б.

аспірантка кафедри психології
Львівський національний університет
імені Івана Франка

Актуальність дослідження. Заняття спортом в Україні стають усе більш популярним, проте досліджень стосовно мотивації до занять ним ще не так багато. Саме завдяки розумінню причин можна розробити дієві інструменти для популяризації фізичної активності, наприклад проведення тренінгів чи коригування навчальних програм.

Для визначення мотивації до занять спортом в інших країнах використовується опитувальник SMS-28, проте україномовного варіанту немає,

але саме завдяки йому можна зрозуміти причини і, спираючись на них, проводити подальші дослідження та апробувати інструменти. SMS-28 можна застосовувати не лише у спортивній психології, а й для досліджень мотиваційного інтелекту, а саме внутрішньої та зовнішньої мотивації, і, відповідно, зрозуміти, яка у осіб мотивація – на процес чи результат відповідно до реверсивної теорії, розробленої М. Аптером [1].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Опитувальник SMS-28 (The Sport Motivation

Scale) розроблений Л. Пелетї та командою авторів у 1995 р. [2].

Опитувальник спочатку був французькою мовою, проте Л. Пелетї з командою переклали його та підтвердили валідність. SMS-28 був розроблений, щоб представити особливості самовизначення. Амотивація вважається кінцем континууму самовизначення, коли є низький рівень автономності і значний вплив зовнішнього контролю, якщо мотивація внутрішня, то рівень самоідентифікації високий [3].

Було використано факторний аналіз, щоб підтвердити валідність психометричних характеристик після перекладу.

Л. Пелетї також підтвердив внутрішню узгодженість тверджень, коефіцієнт був у межах 0.74–0.8. Було виявлено, що підшкали, які одна до одної, наприклад «Амотивація» та «Зовнішня регуляція», більше корелюють між собою у позитивному ключі, ніж ті, які знаходяться далеко, наприклад «Внутрішня мотивація: знання» і «Зовнішня регуляція». Такий патерн називають симплексним. Шкали зовнішньої мотивації всередині краще корелюють між собою, ніж внутрішньої мотивації [3].

SMS-28 застосовується у спортивній психології, проте буде корисним і для дослідження мотиваційного інтелекту осіб, що притримуються здорового способу життя, оскільки він включає регулярну фізичну активність.

Семифакторна структура включає такі шкали:

1. Внутрішня мотивація: знання.
2. Внутрішня мотивація: досягнення.
3. Внутрішня мотивація: здобуття досвіду.
4. Зовнішня мотивація: ідентифікація.
5. Зовнішня мотивація: інтроєкції.
6. Зовнішня мотивація: зовнішній контроль.
7. Амотивація.

Опитувальник містить 28 запитань, тому його заповнення не потребує багато часу, проте дає можливість зрозуміти, що саме мотивує осіб займатися чи не займатися спортом.

Шкали опитувальника SMS-28 дають змогу зрозуміти, яка саме мотивація у осіб, що займаються спортом.

Схематично шкали можна відобразити так (авторська схема на рис. 1).

Шкали внутрішньої мотивації. Можна припустити, що у осіб, у яких домінує внутрішня мотивація, спрямованість на процес і результат. До спрямованості на процес можна віднести отримання нових знань, що можна інтерпретувати не лише як знання про спорт чи техніку виконання вправ, а й можливості власного тіла, краще розуміння себе.

Здобуття нового досвіду – це можливість знайти той вид спорту, який подобається, краще розвинутися у вибраному, а також перенести новий досвід на інші сфери життя, наприклад дисциплінованість допоможе в навчанні чи роботі.

Шкали зовнішньої мотивації. Можна припустити, що особи займаються спортом, наприклад, тому, що так вони реалізують свої потреби до приналежності, бо це нав'язано зовні: особи живуть з установкою, що просто потрібно займатися спортом, але не можуть пояснити, чому саме. Мотивацію, спричинену зовнішнім контролем, можна трактувати так: особи не хочуть розчарувати інших, тому займаються спортом.

Завдяки тому, що опитувальник SMS-28 семифакторний, можна чітко зрозуміти причини заняття спортом і, відповідно, зрозуміти особливості мотиваційного інтелекту, спільні та відмінні характеристики осіб відповідно до того, який тип мотивації переважає – внутрішній або зовнішній.

В опитувальнику 28 тверджень, кожне з яких пропонується оцінити за шкалою від 1 до 7, де 1 – абсолютно не згоден, а 7 – повністю згодний. Заповнення потребує до 10 хвилин.

Результати дослідження. Мета дослідження – перевірити внутрішню узгодженість тверджень, а також проаналізувати, як під час вибору різних метричних характеристик буде змінюватися показник внутрішньої узгодженості тверджень опитувальника.

До групи досліджуваних увійшли жінки та чоловіки від 18 років, загальна кількість опитуваних – 143 особи. Характеристику групи досліджуваних представлено в табл. 1.

Для перевірки внутрішньої узгодженості використано коефіцієнт альфа Кронбаха. Валідність перевірено за допомогою статистичного пакету SPSS.

Показник внутрішньої узгодженості для шкал для всієї вибірки: «Внутрішня мотивація: Знання» – 0,848, «Внутрішня мотивація: досягнення» – 0,854, «Внутрішня мотивація: здобуття досвіду» – 0,889, «Зовнішня мотивація: ідентифікація» – 0,59, «Зовнішня мотивація: інтроєкції» – 0,711, «Зовнішня мотивація: зовнішній контроль» – 0,690, «Амотивація» – 0,728.

Оскільки деякі показники нижчі за 0,8, то деякі питання були виключені з опитувальника. Так, для «Зовнішня мотивація: ідентифікація» вилучено по одному питанню, а також у попарному аналізі показники тільки зменшилися.

Можна припустити, що для українців шкала не є актуальною, оскільки вони не займаються спортом для ідентифікації себе з іншими та відчуття приналежності до певної групи, тож цю шкалу краще вилучити з опитувальника.

Схожі результати отримано для шкали «Зовнішня мотивація: інтроєкції». За вилучення питань коефіцієнт альфа Кронбаха зменшується, тому можна припустити, що ця шкала також не є актуальною. Тобто українці не піддаються твердженням інших стосовно того, що потрібно займатися спортом.

Такі ж результати для шкали «Зовнішня мотивація: зовнішній контроль». Можна зро-



Рис. 1. Структура причин занять спортом

Актуальність дослідження. Заняття спортом в Україні стають усе більш популярним, проте досліджень стосовно мотивації до занять ним ще не так багато. Саме завдяки розумінню причин можна розробити дієві інструменти для популяризації фізичної активності, наприклад проведення тренінгів чи коригування навчальних програм.

Для визначення мотивації до занять спортом в інших країнах використовується опитувальник SMS-28, проте україномовного варіанту немає, але саме завдяки йому можна зрозуміти причини і, спираючись на них, проводити подальші дослідження та апробувати інструменти. SMS-28 можна застосовувати не лише у спортивній психології, а й для досліджень мотиваційного інтелекту, а саме внутрішньої та зовнішньої мотивації, і, відповідно, зрозуміти, яка у осіб мотивація – на процес чи результат відповідно до реверсивної теорії, розробленої М. Аптером [1].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Опитувальник SMS-28 (The Sport Motivation Scale) розроблений Л. Пелетї та командою авторів у 1995 р. [2].

Опитувальник спочатку був французькою мовою, проте Л. Пелетї з командою переклали його та підтвердили валідність. SMS-28 був розроблений, щоб представити особливості самовизначення. Амотивація вважається кінцем континууму самовизначення, коли є низький рівень автономності і значний вплив зовнішнього контролю, якщо мотивація внутрішня, то рівень самоідентифікації високий [3].

Було використано факторний аналіз, щоб підтвердити валідність психометричних характеристик після перекладу.

Л. Пелетї також підтвердив внутрішню узгодженість тверджень, коефіцієнт був у межах 0.74–0.8. Було виявлено, що підшкали, які одна до одної, наприклад «Амотивація» та «Зовнішня регуляція», більше корелюють між

собою у позитивному ключі, ніж ті, які знаходяться далеко, наприклад «Внутрішня мотивація: знання» і «Зовнішня регуляція». Такий патерн називають симплексним. Шкали зовнішньої мотивації всередині краще корелюють між собою, ніж внутрішньої мотивації [3].

SMS-28 застосовується у спортивній психології, проте буде корисним і для дослідження мотиваційного інтелекту осіб, що притримуються здорового способу життя, оскільки він включає регулярну фізичну активність.

Семифакторна структура включає такі шкали:

- Внутрішня мотивація: знання.
- Внутрішня мотивація: досягнення.
- Внутрішня мотивація: здобуття досвіду.
- Зовнішня мотивація: ідентифікація.
- Зовнішня мотивація: інтроєкції.
- Зовнішня мотивація: зовнішній контроль.
- Амотивація.

Опитувальник містить 28 запитань, тому його заповнення не потребує багато часу, проте дає можливість зрозуміти, що саме мотивує осіб займатися чи не займатися спортом.

Шкали опитувальника SMS-28 дають змогу зрозуміти, яка саме мотивація у осіб, що займаються спортом.

Схематично шкали можна відобразити так (авторська схема на рис. 1).

Шкали внутрішньої мотивації. Можна припустити, що у осіб, у яких домінує внутрішня мотивація, спрямованість на процес і результат. До спрямованості на процес можна віднести отримання нових знань, що можна інтерпретувати не лише як знання про спорт чи техніку виконання вправ, а й можливості власного тіла, краще розуміння себе.

Здобуття нового досвіду – це можливість знайти той вид спорту, який подобається, краще розвинути у вибраному, а також перенести новий досвід на інші сфери життя,

Таблиця 1

Характеристика групи досліджуваних

Група	Кількість	Відсоткове співвідношення
Стать		
Чоловіки	29	20,3
Жінки	114	79,7
Місце проживання		
Обласний центр	97	67,8
Районний центр	19	13,3
Місто	9	6,3
Село/селище	10	7
Інший населений пункт	8	5,6
Освіта		
Вища	125	87,4
Незакінчена вища	9	6,3
Професійна	5	3,5
Середня	4	2,8
Вік		
18-21	4	2,8
22-25	8	5,6
26-30	14	9,8
31-35	39	27,3
36-40	30	21
41-45	27	18,9
46-50	12	8,4
50+	9	6,3

наприклад дисциплінованість допоможе в навчанні чи роботі.

Шкали зовнішньої мотивації. Можна припустити, що особи займаються спортом, наприклад, тому, що так вони реалізують свої потреби до приналежності, бо це нав'язано зовні: особи живуть з установкою, що просто потрібно займатися спортом, але не можуть пояснити, чому саме. Мотивацію, спричинену зовнішнім контролем, можна трактувати так: особи не хочуть розчарувати інших, тому займаються спортом.

Завдяки тому, що опитувальник SMS-28 семифакторний, можна чітко зрозуміти причини заняття спортом і, відповідно, зрозуміти особливості мотиваційного інтелекту, спільні та відмінні характеристики осіб відповідно до того, який тип мотивації переважає – внутрішній або зовнішній.

В опитувальнику 28 тверджень, кожне з яких пропонується оцінити за шкалою від 1 до 7, де 1 – абсолютно не згоден, а 7 – повністю згодний. Заповнення потребує до 10 хвилин.

Результати дослідження. Мета дослідження – перевірити внутрішню узгодженість тверджень, а також проаналізувати, як під час вибору різних метричних характеристик буде змінюватися показник внутрішньої узгодженості тверджень опитувальника.

До групи досліджуваних увійшли жінки та чоловіки від 18 років, загальна кількість опитуваних – 143 особи. Характеристику групи досліджуваних представлено в табл. 1.

Для перевірки внутрішньої узгодженості використано коефіцієнт альфа Кронбаха. Валідність перевірено за допомогою статистичного пакету SPSS.

Показник внутрішньої узгодженості для шкал для всієї вибірки: «Внутрішня мотивація: Знання» – 0,848, «Внутрішня мотивація: досягнення» – 0,854, «Внутрішня мотивація: здобуття досвіду» – 0,889, «Зовнішня мотивація: ідентифікація» – 0,59, «Зовнішня мотивація: інтроєкції» – 0,711, «Зовнішня мотивація: зовнішній контроль» – 0,690, «Амотивація» – 0,728.

Коефіцієнт альфа Кронбаха для груп досліджуваних

Група досліджуваних	Коефіцієнт альфа Кронбаха						
	1	2	3	4	5	6	7
Стать							
Чоловіки	0,853	0,690	0,830	0,635	0,525	0,793	0,584
Жінки	0,846	0,860	0,9	0,55	0,744	0,661	0,747
Місце проживання							
Обласний центр	0,869	0,874	0,899	0,617	0,744	0,649	0,706
Районний центр	0,729	0,761	0,815	0,406	0,499	0,721	0,834
Освіта							
Вища	0,838	0,860	0,896	0,591	0,719	0,671	0,728
Вік							
26-30	0,836	0,924	0,892	0,818	0,720	0,857	0,624
31-35	0,842	0,872	0,913	0,478	0,672	0,638	0,806
36-40	0,854	0,836	0,902	0,667	0,836	0,572	0,778
41-45	0,851	0,703	0,734	0,306	0,438	0,696	0,7
46-50	0,897	0,878	0,919	0,197	0,554	0,365	0,605

Оскільки деякі показники нижчі за 0,8, то деякі питання були виключені з опитувальника. Так, для «Зовнішня мотивація: ідентифікація» вилучено по одному питанню, а також у попарному аналізі показники тільки зменшилися.

Можна припустити, що для українців шкала не є актуальною, оскільки вони не займаються спортом для ідентифікації себе з іншими та відчуття приналежності до певної групи, тож цю шкалу краще вилучити з опитувальника.

Схожі результати отримано для шкали «Зовнішня мотивація: інтроєкції». За вилучення питань коефіцієнт альфа Кронбаха зменшується, тому можна припустити, що ця шкала також не є актуальною. Тобто українці не піддаються твердженням інших стосовно того, що потрібно займатися спортом.

Такі ж результати для шкали «Зовнішня мотивація: зовнішній контроль». Можна зробити висновок, що зовнішній контроль також не відіграє важливої ролі для занять спортом.

Результати шкали «Амотивація» за вилучення питань отримано результати, як і для попередніх шкал. Можна припустити, що українці вмотивовані займатися спортом.

Перевірка внутрішньої узгодженості шкал також проводилася для кожної групи досліджуваних окремо. Шкали пронумеровано відпо-

відно до того, який порядковий номер вказано у вступі. Результати представлено в табл. 2.

Для жителів міст та сіл/селищ, осіб із середньою, професійною, незакінченою вищою освітою, представників кількох вікових груп (18–21, 22–25, 50+ р.) аналіз не проводився, оскільки кількість респондентів недостатня для його проведення.

Коефіцієнт альфа Кронбаха у чоловіків за шкалою «Зовнішня мотивація: зовнішній контроль» достатньо високий, а якщо вилучити шістьнадцяте запитання («Бо оточуючі вважають, що потрібно бути в хорошій формі»), то показник буде 0,808, і, відповідно, внутрішня узгодженість буде достатньо високою. Тобто можна припустити, що думка оточуючих про фізичну форму не є визначальною.

Якщо зі шкали «Внутрішня мотивація: досягнення» вилучити запитання «Тому що я відчуваю велике особисте задоволення, опановуючи певні важкі тренувальні техніки», то коефіцієнт матиме значення 0,819, за вилучення запитання «Через задоволення, яке я отримую, виконуючі певні складні вправи» коефіцієнт альфа Кронбаха – 0,829. Можна припустити, що для чоловіків отримання задоволення від опанування складних вправ або технік не має вирішального значення, що свідчить про спрямованість на результат, а не процес.

Високий показник за шкалою «Амотивація» жителів районного центру може свідчити про те, що особи не вмотивовані займатися спортом узагалі.

Висока узгодженість за шкалою «Зовнішня мотивація: ідентифікація» для вікової категорії 26–30 може свідчити про потребу в приналежності до певної соціальної групи, наприклад спортсменів чи тих, хто дотримується здорового способу життя.

За видалення запитання «Бо почуватимуся погано, не займаючись» узгодженість за шкалою «Зовнішня мотивація: інтроєкції» буде 0,804. Тобто можна зробити припущення, що у більшості немає установок, які стосуються самопочуття та занять спортом. Можна припустити, самопочуття матиме значення лише для жінок, і якщо зробити аналіз для жительок обласних центрів із вищою освітою віком 26–30 років, то показник може змінитися, проте до вибраної групи належать лише 4 особи, а цієї вибірки недостатньо для розуміння внутрішньої узгодженості шкал тесту.

Висока узгодженість за шкалою «Зовнішня мотивація: зовнішній контроль» може свідчити про те, що опитувані займаються спортом, оскільки є особа чи низка осіб, які їх контролюють, наприклад це можуть бути тренери в спортзалі. При цьому цей показник буде високим для чоловіків, тож якщо зробити аналіз для чоловіків із вищою освітою, показник залежно від місця проживання може бути іншим, але в групу не входить потрібна кількість опитуваних. Результати отримано лише для чоловіків, які проживають в обласних центрах, коефіцієнт альфа Кронбаха буде 0,8, проте варто провести дослідження, аби отримати результати для груп, які проживають не в обласних центрах.

Якщо для вікової категорії 36–40 видалити запитання «Я часто про це себе запитую, виглядає, наче не можу досягнути тих цілей, які сам/сама поставила перед собою», то коефіцієнт альфа Кронбаха для шкали «Амотивація» буде 0,820. Проте у цю групу входить невелика кількість респондентів, тож цю шкалу можна застосовувати лише для жителів районних центрів, проте потрібні додаткові дослідження.

Відповідно до отриманих результатів, можна припустити, що опитувальник можна адаптувати відповідно до статі та місця прожи-

вання для отримання детальнішої інформації про мотивацію занять спортом, проте в такому разі буде достатньо багато умов для того, аби проаналізувати всі шкали, тож варто провести додаткові дослідження.

Висновки. У статті проаналізовано валідність українського опитувальника SMS-28. Відповідно до отриманих результатів, можна використовувати три шкали:

- Внутрішня мотивація: знання.
- Внутрішня мотивація: досягнення.
- Внутрішня мотивація: здобуття досвіду.

Додаткової апробації потребують шкали зовнішньої мотивації, оскільки виявлено, що для деяких груп досліджуваних коефіцієнт альфа Кронбаха такий, що твердження опитувальника можна вважати внутрішньо валідними, проте не було достатньої кількості респондентів, аби проаналізувати показники, тому це перспектива подальших досліджень для підтвердження або спростування внутрішньої узгодженості.

Потрібно провести додаткові дослідження для таких груп:

- вікові групи: 18–21, 22–25 та більше 50 років;
- особи, які не мають вищої освіти;
- жителі районних центрів, міст та сіл/селищ.

Україномовний опитувальник SMS-28 наразі можна використовувати лише частково. Для шкал, які стосуються зовнішньої мотивації, потрібна ще одна апробація. Шкалу «Амотивація» можна виключити з опитувальника, оскільки твердження внутрішньої узгодженості лише для однієї групи респондентів, проте варто провести опитування осіб, які не проживають в обласних центрах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Apter M.J. Reversal theory: a new approach to motivation, emotion and personality. *Anuario de psicologia*. 1989. № 42. P. 17–29. URL: <https://www.raco.cat/index.php/AnuarioPsicologia/article/download/64605/8863>.
2. Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS) / L.G. Pelletier et al. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 1995. № 17. P. 35–53.
3. Martens M.P. Psychometric Properties of the Sport Motivation Scale: An Evaluation With College Varsity Athletes From the U.S. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 2002. № 24. P. 254–270.

СЕКЦІЯ 6

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИРАЗНОСТІ ТА ТВОРЧОСТІ В ХОРЕОГРАФІЇ СУЧАСНОСТІ

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF EXPRESSIVENESS AND CREATIVITY IN CONTEMPORARY CHOREOGRAPHY

У статті досліджено психологічні аспекти виразності та творчості в хореографії сучасності. Розкрито роль емоцій у хореографії та їх впливу на враження глядачів. Розглянуто можливості передачі різних емоцій за допомогою рухів та жестів. Проаналізовано креативний творчий процес хореографа, включаючи пошук інспірації, формування концепції, творче блокування та його подолання. Вивчено вплив психологічного стану на творчість і розвиток уяви. Наголошено, що хореографія може слугувати засобом самовираження та вираження ідентичності хореографа, танцівника або групи. Розглянуто вплив соціокультурних чинників на створення унікальних хореографічних стилів. Досліджено питання психологічного здоров'я, стресу та саморегуляції у контексті хореографії. Проаналізовано вплив хореографії на емоційний стан і сприйняття глядачів. Розглянуто роль хореографії у розкритті потенціалу особистості, розвитку творчих здібностей, підвищенні самооцінки та самоприйняття. Дослідження психологічних аспектів виразності і творчості у хореографії сучасності є динамічним та перспективним напрямом, що відкриває широкі можливості для подальшого розвитку. Також важливим аспектом є аналіз творчого процесу хореографа, його джерела натхнення, формування концепції та шляхів подолання творчих перепон. Ці дослідження сприяють поглибленню нашого розуміння хореографії та розвитку цінних практичних інструментів для танцюристів, хореографів, глядачів і психологів. Отримані результати вказують на те, що хореографія має значний вплив на емоційний стан і сприйняття глядачів, дозволяючи створювати більш насичені та емоційно збагачені вистави. Для хореографів і танцюристів одержані результати підкреслюють важливість розуміння та вираження емоцій через рухи і жести, що сприяє створенню більш інтенсивних й автентичних вистав. Для психологів та терапевтів результати досліджень є цінними засобами для розвитку психічного благополуччя і саморегуляції у клієнтів. Використання хореографії у терапії може сприяти зниженню рівня стресу, поліпшенню емоційного стану та стимулюванню творчого потенціалу.

Ключові слова: виразність, творчість, хореографія, інспірація, самоприйняття, індивідуальність.

The article is a study on the psychological aspects of expressiveness and creativity in contemporary choreography. It explores the role of emotions in choreography and their impact on audience perception. The possibilities of conveying different emotions through movements and gestures are examined. The creative process of choreographers is analyzed, including the search for inspiration, concept formation, creative blockage, and overcoming it. The influence of psychological states on creativity and imaginative development is studied. Additionally, the ways in which choreography serves as a means of self-expression and identity for choreographers, dancers, or groups are explored. The impact of socio-cultural factors on the creation of unique choreographic styles is discussed. The aspects of psychological well-being, stress, and self-regulation in the context of choreography are also examined. The study highlights the influence of choreography on the emotional state and perception of audiences. It emphasizes the importance for choreographers and dancers to understand and express emotions through movement, enabling the creation of more intense and authentic performances. For psychologists and therapists, the research findings provide valuable tools for promoting mental well-being and self-regulation in clients. The use of choreography in therapy can help reduce stress levels, improve emotional states, and stimulate creativity. Researching the psychological aspects of expressiveness and creativity in contemporary choreography is a dynamic and promising field that opens up wide opportunities for further development. An important aspect is also the analysis of the choreographer's creative process, their sources of inspiration, concept formation, and strategies for overcoming creative obstacles. These studies contribute to a deeper understanding of choreography and the development of valuable practical tools for dancers, choreographers, audiences, and psychologists. The obtained research results indicate that choreography has a significant impact on the emotional state and perception of audiences, allowing for the creation of more vibrant and emotionally enriching performances. For choreographers and dancers, the findings underscore the importance of understanding and expressing emotions through movements and gestures, facilitating the creation of more intense and authentic productions. For psychologists and therapists, the research results are valuable resources for promoting mental well-being and self-regulation in clients. The use of choreography in therapy can contribute to reducing stress levels, improving emotional well-being, and stimulating creative potential.

Key words: expressiveness, creativity, choreography, inspiration, self-acceptance, individuality.

УДК 159.91.793
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.26>

Бобровник Ю.В.
завідувач відділення народної хореографії,
викладач хореографічних дисциплін
Коледж хореографічного мистецтва
«Київська муніципальна академія танцю імені Серга Лифаря»

Неділько В.В.
старший викладач кафедри
теоретичних дисциплін
Коледж хореографічного мистецтва
«Київська муніципальна академія танцю імені Серга Лифаря»

Вступ. У сучасному світі хореографія стає поєднує рух, експресію та творчість. Розвиток дедалі більш визнаною формою мистецтва, яка хореографії у сучасному суспільстві зумовлює

необхідність дослідження й розуміння психологічних аспектів виразності та творчості, які використовуються у цьому виді мистецтва.

Виразність та творчість у хореографії є невід'ємним складником ефективною передачею почуттів, ідей та емоцій глядачам. Психологічні аспекти виразності допомагають хореографам розкрити свої внутрішні стани, знайти спосіб вираження себе та передати своє бачення через музичність руху. Це означає, що хореографія вимагає від танцівників не тільки високої техніки і фізичної підготовки, але й здатності до емоційної вразливості та виразності.

Творчість у хореографії також грає важливу роль у створенні новаторських танцювальних композицій і постановок. Психологічні аспекти творчості сприяють розвитку уяви, інтуїції та творчих здібностей хореографа. Вони допомагають перебороти творчі блоки та знайти нові, оригінальні способи вираження своїх ідей через рух. Крім того, психологічна свобода та відкритість дозволяють танцівникам бути експериментальними, створювати нові танцювальні мови стилю, що відображають сучасну культуру і соціальні зміни.

Виклад основного матеріалу. Емоційна виразність в хореографії відіграє ключову роль у створенні незабутнього враження на глядачів. Емоції впливають на сприйняття індивідуальною особистістю й допомагають поглибити зв'язок між виконавцем та аудиторією. Дослідження ролі емоцій у хореографії дає змогу краще розуміти, як рухи та жести можуть передавати різні емоційні стани та спонукати глядачів до співпереживання.

Кожна емоція має свою унікальну енергетику, яку можна виразити через фізичні рухи. Наприклад, радість може бути виражена легкими та енергійними рухами, плавними переходами і широкими посмішками. Злість або роздратування можуть бути виражені гострими та різкими рухами, сильними жестами і напруженими позами. Сум може бути переданий через медитативність, повільні та згорнуті рухи. Кожна емоція має свою специфіку, яка може бути виражена за допомогою різних хореографічних засобів [1, с. 95].

Дослідження емоційної виразності в хореографії також дозволяє розкрити внутрішній світ танцювального виконавця. Хореографія стає засобом самовираження, де танцюристи відтворюють свої внутрішні переживання і стани через рухи та жести. Цей процес дозволяє танцівникам відчувати емоційну відкритість та зближуватися зі своїми власними почуттями, а це дає змогу їм передати свої емоції глядачам. Використання емоційної виразності у хореографії сприяє створенню глибшого зв'язку між виконавцем та аудиторією, спонукуючи глядачів до співпереживання й емоційного відгуку.

Емоційна виразність у хореографії також може мати терапевтичний ефект як для виконавців, так і для глядачів. Рух і виразність танцю дають змогу виконавцям виразити свої внутрішні переживання та емоції, що може бути благотворним для їх психологічного стану і самовираження.

Також важливо зазначити, що креативний процес у хореографії сучасності є надзвичайно складним та цікавим аспектом, який варто розглянути. Аналізуючи творчий процес хореографа, ми можемо розкрити основні етапи його розвитку та вплив психологічного стану на нього.

Перший етап – пошук інспірації – включає у себе пошук джерел натхнення й ідей для хореографічного твору. Хореограф шукає нові ідеї в музиці, літературі, живописі, філософії, а також у власному житті та довкіллі. Цей етап може бути пов'язаний із емоційною та творчою напругою, але водночас він є ключовим для визначення концепції і напряму твору [6, с. 324–325].

Формування концепції є другим етапом, під час якого хореограф розробляє основну ідею, визначає стиль, тему та використовує технічні прийоми, щоб передати своє повідомлення через рух. Цей процес може бути пов'язаний із творчим блокуванням, коли ідеї не знаходяться легко або не генеруються, як очікувалося. Важливою частиною цього етапу є вміння хореографа подолати блокування через пошук нових підходів, експериментування та відкритість до нових ідей.

Психологічний стан хореографа також значно впливає на творчість і розвиток уяви. Позитивний емоційний стан, такий як радість, захоплення та впевненість, може сприяти вільному вираженню ідей і розвитку творчості. Водночас стрес, невпевненість або творчий блок можуть пригнічувати хореографа і заважати його творчому процесу. Тому важливо звертати увагу на психологічний стан і забезпечувати підтримку та налагодження емоційного комфорту хореографа [4, с. 185]. Для подолання творчого блокування і розвитку уяви хореограф може використовувати різні стратегії. Наприклад, медитація та релаксаційні практики можуть допомогти зняти напругу і зосередитися на внутрішньому світі. Імпровізація та експериментування з рухами можуть стимулювати творчий потенціал і розширювати межі уяви. Важливо також надавати хореографу можливість для власного самовираження та дослідження своїх емоцій, що сприятиме розвитку його творчого потенціалу.

Самовираження та вираження ідентичності через хореографію відіграють важливу роль у сучасному танці. Хореографія стає засобом вираження для хореографа, танцівника або групи своїх унікальних рис, почуттів, думок та ідей через рух і візуальну естетику [6, с. 330].

Хореографія дозволяє художникам створювати власні хореографічні мови та стилі, які відображають їхню особисту ідентичність. Кожен хореограф, танцівник або група мають свої унікальні хореографічні підходи та переживання, які впливають на створення їхнього хореографічного стилю. Цей стиль може бути визначений особливими рухами, техніками, музичним вибором, виразом обличчя і використанням простору. Хореографія дозволяє їм виражати свої уявлення про себе та світ, створюючи унікальні хореографічні твори.

Соціокультурні чинники мають значний вплив на створення унікальних хореографічних стилів. Культурна спадщина, традиції, історія, музика та соціальні контексти впливають на формування хореографічних стилів і виразів. У різних культурах і соціальних середовищах можуть бути розроблені характерні хореографічні мови, що відображають особливості та ідентичність цих груп. Наприклад, етнічні групи або сучасні підліткові спільноти можуть створювати власні хореографічні стилі, які виражають їх унікальність, спосіб життя, соціальні проблеми та цінності [1, с. 119–120].

Вивчення впливу хореографії на психічний стан танцювальних виконавців є важливим аспектом сучасних психологічних досліджень. Хореографія як форма мистецтва має потужний емоційний і фізичний вплив на тих, хто займається нею.

Танець може викликати різні емоції, включаючи радість, горе, захоплення та напругу. Виконавці використовують рухи і жести, щоб передати свої почуття й емоції через хореографію. Це дозволяє їм виразити свої внутрішні стани та переживання, а також сприяє емоційному розкриттю і самовираженню.

Психічний стан танцювальних виконавців може визначатися різними факторами, включаючи вимоги професійної діяльності, конкуренцію, травми, високі очікування та стрес. Стресові ситуації, пов'язані з виступами та тренуваннями, можуть впливати на емоційний стан танцювальних виконавців, їхню мотивацію та психофізіологічний добробут.

Однак хореографія також може мати позитивний вплив на психічне здоров'я танцювальних виконавців. Танець може стимулювати вироблення ендорфінів – гормонів щастя, які сприяють поліпшенню настрою та зниженню рівня стресу. Виконавці також можуть відчувати почуття задоволення від досягнень та мати підвищену самооцінку через свої танцювальні успіхи [2, с. 114–115].

Саморегуляція також грає важливу роль у психічному здоров'ї танцювальних виконавців. Це включає управління емоціями, стресом, концентрацією та розслаблення. Танцюристи вивчають техніки саморегуляції, такі як дихальні вправи, медитація та візуалізація, що

допомагають їм зберігати емоційний баланс і долати стрес, пов'язаний із виступами та тренуваннями.

Психологічне здоров'я танцювальних виконавців є важливим складником їхнього загального благополуччя. Розуміння і свідоме керування своїми емоціями, добре фізичне самопочуття та здорові стосунки зі своїми колегами можуть позитивно впливати на самооцінку, мотивацію і творчість танцівників [4, с. 187].

Аналіз впливу хореографії на емоційний стан і сприйняття глядачів є важливим аспектом вивчення сучасної хореографії. Хореографія має потужну здатність викликати різноманітні емоції та враження у глядачів, створюючи моменти співпереживання і зближення між виконавцями та глядачами.

Хореографія може передати широкий спектр емоцій: від радості та екстазу до суму і меланхолії. Виразність рухів, гра світла та музикальний супровід допомагають створити емоційну напругу й інтимну атмосферу, яка захоплює увагу глядачів.

Реакції та враження глядачів на хореографію можуть бути різноманітними. Деякі можуть відчувати сильне занурення у світ вистави, емоційний зв'язок із виконавцями та їхніми переживаннями. Інші можуть сприймати хореографію як сукупність прекрасних рухів та естетичних образів. Крім того, вплив хореографії на глядачів може мати довготривалий ефект, викликаючи роздуми, вразливість та зміни в їхньому світосприйнятті [3, с. 47–48].

Дедалі більше досліджень зосереджується на розумінні взаємодії між хореографією і психологією глядачів, а також на впливі хореографії на їхні емоції, сприйняття та самопочуття. Це сприяє розвитку хореографії як мистецтва, що має не лише естетичну, а й психологічну значущість для глядачів.

Соціальні аспекти хореографії в сучасному суспільстві є предметом активного дослідження, оскільки хореографія має важливу роль у формуванні культурних цінностей та соціокультурного контексту.

Одним із головних аспектів дослідження є роль хореографії у вираженні та передачі культурних традицій, ідентичності й історії. Хореографія може бути носієм національних та етнічних символів, ритуалів і традицій, що сприяє збереженню культурної спадщини й формуванню колективної свідомості [5, с. 89].

Крім того, хореографія має потужний вплив на формування суспільних цінностей та ідей. Вистави і танцювальні перформанси можуть порушувати соціально важливі питання, викликати обговорення та роздуми про актуальні проблеми сучасного суспільства. Вони можуть спонукати до переосмислення стереотипів,

боротьби за рівність та соціальної справедливості. Дослідження впливу хореографії на формування культурних цінностей дає нам змогу краще зрозуміти, як хореографія впливає на суспільні процеси і сприяє змінам у свідомості та поведінці людей.

Хореографія також виконує соціальну функцію платформи для вираження індивідуальності та самовираження. Вона стимулює творчість, сприяє розвитку особистості та самоідентифікації. Хореографія надає можливість людям виразити свої почуття, емоції, бачення світу через рух і танець. Це може бути особливо важливо для молоді, яка шукає своє місце у суспільстві та вираження своєї індивідуальності.

Дослідження впливу хореографії на індивідуальний розвиток і самовираження танцювальних виконавців є важливим напрямом у психології та соціології мистецтва. Хореографія відіграє суттєву роль у розкритті потенціалу особистості, розвитку творчих здібностей, а також підвищенні самооцінки та самоприйняття [5, с. 98].

Одним із головних аспектів дослідження є роль хореографії у розвитку фізичних і психічних здібностей танцівників. Хореографія вимагає від танцюристи гнучкості, координації рухів, сили та витривалості. Через регулярні тренування і виконання складних хореографічних рухів танцюристи розвивають свої фізичні можливості та здібності.

Крім того, хореографія допомагає в розвитку творчого мислення та самовираження. Танцювальні виконавці мають можливість виразити свої почуття, емоції та ідеї через рух і танець. Вивчення хореографії сприяє розвитку творчих здібностей, фантазії, пошуку новаторських рішень та індивідуального стилю [6, с. 348].

Також хореографія має значний вплив на самооцінку та самоприйняття виконавців. Успішні виступи і виконання складних хореографічних композицій підвищують впевненість у власних силах, підтримують почуття досягнення та задоволення від танцю. Через творчий процес і взаємодію з глядачами танцюристи виявляють свою унікальність та індивідуальність. Вони мають можливість виразити себе через рух та танець, що сприяє розвитку самовираження і самопізнання.

Дослідження впливу хореографії на особистісний розвиток і самовираження підкреслюють значення цього мистецтва у формуванні ідентичності танцюристів. Вони допомагають розкрити потенціал і таланти кожного виконавця, розвивають його уяву, креативність і спроможність донести свої почуття та думки до глядачів.

Поєднання фізичної активності з емоційним виразом у хореографії сприяє релакса-

ції, вивільненню енергії та подоланню стресу. Танець може стати медіумом для самовираження, знайдення внутрішньої гармонії та розвитку психічного благополуччя. Він допомагає виконавцям впоратися з негативними емоціями, поліпшити свій настрій та покращити загальну якість життя [6, с. 354].

Висновки. Отже, психологічні аспекти виразності і творчості в хореографії сучасності є надзвичайно значущими. Хореографія дозволяє танцюристам виражати емоції, розвивати творчість та самовираження, розкривати свій потенціал і формувати свою ідентичність. Вона сприяє психологічному благополуччю та саморозвитку танцюристів, а також має суттєвий вплив на глядачів, викликаючи в них емоційні реакції та змінюючи їхнє сприйняття. Хореографія також виступає важливим фактором у соціальному і культурному розвитку сучасного суспільства. Вивчення цих аспектів допомагає краще розуміти роль танцю в психології людини та вплив, який вона має на індивідуальний розвиток, самореалізацію та формування колективної свідомості.

Дослідження психологічних аспектів виразності та творчості в хореографії сучасності є динамічним і перспективним напрямом. Ці наукові розвідки відкривають широкий спектр можливостей для подальшого розвитку. Перед нами відкриваються великі можливості глибокого вивчення впливу емоційної виразності на глядачів, враховуючи їхні індивідуальні особливості сприйняття. Також важливо досліджувати творчий процес хореографа, розуміти його пошук інспірації, формування концепції та шляхи подолання творчого блокування.

Отримані результати досліджень психологічних аспектів виразності та творчості в хореографії сучасності мають велике практичне значення для різних зацікавлених сторін. Дослідження показали, що хореографія впливає на емоційний стан і сприйняття глядачів, що дозволяє створювати більш емоційно збагачені вистави.

Для хореографів і танцюристів отримані результати вказують на важливість розуміння та вираження емоцій через рухи і жести. Це допомагає їм створювати більш інтенсивні й автентичні вистави. Дослідження також розкривають роль хореографії у розвитку творчих здібностей, самопізнання та у підвищенні самооцінки і самоприйняття танцюристів.

Для психологів і терапевтів результати досліджень є цінними засобами для розвитку психічного благополуччя та саморегуляції у клієнтів. Хореографія може бути використана в терапії для зниження рівня стресу, поліпшення емоційного стану й стимулювання творчості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волчукова В. Методика роботи з хореографічним колективом: основи курсу : навчально-методич-

ний посібник. Харків : ХНПУ імені Г.С. Сковороди, 2013. 326 с.

2. Плахотнюк О., Андросчук Л., Благова Т. Сучасне хореографічне мистецтво: підґрунтя, тенденції, перспективи розвитку : навчально-методичний посібник. Львів : СПОЛОМ, 2016. 229 с.

3. Психологічні аспекти творчого підходу в роботі педагога сучасної професійної школи : навчально-методичний посібник. Біла Церква : БІНПО УМО, 2021. 111 с.

4. Хольченкова Н. Сучасний танець: основні напрями та характерні особливості розвитку. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2018. Вип. 154. С. 183–187.

5. Brodie J. Dance and Somatics: Mind-Body Principles of Teaching and Performance. McFarland, 2012. 235 p.

6. Kassing G., Jay-Kirschenbaum D. Dance Teaching Methods and Curriculum Design: Comprehensive K – 12 Dance Education. Human Kinetics, 2nd Edition, 2020. 511 p.

ОСОБЛИВОСТІ ОЦІНКИ ВОЄННО-ПОЛІТИЧНИХ ПОДІЙ ЯК ЕФЕКТИ ВЗАЄМОДІЇ ЛОКАЛЬНОЇ І ГРОМАДЯНСЬКОЇ ІДЕНТИЧНОСТЕЙ

FEATURES OF ASSESSMENT OF MILITARY AND POLITICAL EVENTS AS EFFECTS OF THE INTERACTION OF LOCAL AND CIVIL IDENTITY

У статті представлено результати теоретико-емпіричного дослідження особливостей оцінки воєнно-політичних подій як ефектів взаємодії спільнотних ідентичностей. Концепт «спільнотна ідентичність» визначено як результат ототожнення особи з певними спільнотами, що ґрунтується на їхніх унікальних характеристиках, культурних і/або етнічних зв'язках, історії, соціальних відносинах, спільних цілях, які визначають конкретні спільноти, колективне почуття приналежності, спільні цінності та інтереси. Локальну ідентичність концептуалізовано як вид спільнотної ідентичності, що виявляється у загальному відчутті причетності до життя і подій, які відбуваються на території безпосереднього проживання. Громадянську ідентичність визначено як особливий вид спільнотної ідентичності, що являє собою ототожнення себе зі спільнотою громадян національно-державного утворення та передбачає спільність прав, привілеїв, обов'язків стосовно певної держави і відчуття приналежності до неї, а також постає суттєвим чинником громадянської активності. Наведено результати емпіричного дослідження, у якому взяли участь 717 цивільних осіб (450 жінок і 267 чоловіків), які перебувають в Україні та не мають статусу ВПО і біженців. Застосовано авторську анкету «Визначення особливостей взаємодії спільнотних ідентичностей, ставлення до ВПО і біженців, реформи місцевого самоврядування і децентралізації влади в Україні, інтеграції мігрантів у місцеву громаду». В анкету включено питання з виміру видів ідентичностей, які розроблені науковцями лабораторії психології мас та спільнот Інституту соціальної та політичної психології НАПН України. Досвід війни посилює взаємодію ідентичностей. Виявлено, що оцінка воєнно-політичних подій як травматичних є ефектом взаємодії високих рівнів локальної та громадянської ідентичностей. Не виявлено значущих явно виражених кореляційних зв'язків почуття себе жертвою обставин з локальною і громадянською ідентичностями. Виявлено значущий негативний кореляційний зв'язок європейської і східнослов'янської ідентичностей. Війна зміцнює суперечливі ідентичності.

Ключові слова: ідентичність, спільнотна ідентичність, громадянська ідентичність, локальна ідентичність, воєнно-політичні події.

The article presents the results of a theoretical-empirical study of the peculiarities of the assessment of military and political events as the effects of the interaction of community identities. The concept of «community identity» is defined as the result of a person's identification with certain communities, based on their unique characteristics, cultural and/or ethnic ties, history, social relations, common goals that define specific communities, a collective sense of belonging, shared values and interests. Local identity is conceptualized as a type of community identity, which manifests itself in a general feeling of involvement in life and events that take place in the territory of immediate residence. Civic identity is defined as a special type of community identity, which is identification with the community of citizens of a nation-state entity, and involves the commonality of rights, privileges, and responsibilities in relation to a certain state and a sense of belonging to it, and also becomes an essential factor of civic activity. The results of an empirical study, in which 717 civilians participated (450 women and 267 men) who are in Ukraine and do not have the status of internally displaced persons and refugees. The author's questionnaire «Determining the characteristics of the interaction of community identities, attitudes towards internally displaced persons and refugees, reforms of local self-government and decentralization of power in Ukraine, integration of migrants into the local community» was applied. The questionnaire includes questions on the measurement of types of identities, which were developed by scientists of the mass and community psychology laboratory of the Institute of Social and Political Psychology of the National Academy of Sciences of Ukraine. The experience of war intensifies the interaction of identities. It was revealed that the assessment of military and political events as traumatic is the effect of the interaction of high levels of local and civic identities. No significant clearly expressed correlations of feeling like a victim of circumstances with local and civic identities were found. A significant negative correlation between European and East Slavic identities was revealed. War reinforces conflicting identities.

Key words: identity, community identity, civic identity, local identity, military and political events.

УДК 159. 9. 072: 316.62
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.27>

Кравчук С.Л.

к.психол.н., доцент,
старший науковий співробітник
лабораторії психології спілкування
Інститут соціальної та політичної
психології Національної академії
педагогічних наук України

Постановка проблеми. Російсько-українська війна істотно впливає на психічне здоров'я українців, спричинюючи стрес і завдаючи психологічні травми багатьом людям. Так, згідно з даними МОЗ України, станом на початок листопада 2022 р. близько 650 тис українців звернулися за допомогою до психологів і психіатрів.

Російсько-українська війна змінила життя всіх українців, зокрема зруйновано цілі міста,

тисячі мирних жителів загинули, отримали поранення. Війна спричинила масштабну кризу переміщення. Війна повторно запустила механізм трансгенераційної травми. За даними ВООЗ, майже у 10 млн людей можуть виникнути тривожність, депресія, гострий стрес, посттравматичний стресовий розлад чи ризик зловживання шкідливими речовинами.

Війна руйнує традиційні системи цінностей і трансформує колективні ідентичності, зміню-

ючи зміст, контекст, характер та конфігурацію процесів ідентифікації.

Сьогодення для багатьох українців в умовах воєнних дій характеризується ризикованістю і невизначеністю. Під впливом воєнних дій ідентичності внутрішньо переміщених осіб, біженців, тих, хто воює, тих, хто потрапив в окупацію, і тих, хто залишився вдома, можуть трансформуватися, ставати пластичними і множинними.

Саме тому зростає актуальність наукових досліджень проблем взаємодії ідентичностей під впливом воєнних дій.

Мета статті – визначити особливості оцінки воєнно-політичних подій як ефекти взаємодії локальної і громадянської ідентичностей.

Виклад основного матеріалу дослідження. Аналіз теоретичних джерел дає змогу визначити концепт «спільнотна ідентичність» як результат ототожнення особи з певними спільнотами, що ґрунтується на їхніх унікальних характеристиках, культурних і/або етнічних зв'язках, історії, соціальних відносинах, спільних цілях, які визначають конкретні спільноти, колективне почуття приналежності, спільні цінності та інтереси.

Окремим видом спільнотної ідентичності постає територіальна ідентичність.

Зарубіжний дослідник Г. Раагмаа (G. Raagmaa) [17] під територіальною ідентичністю розуміє ототожнення себе із соціальною системою певного регіону, зокрема з його людьми, культурою, традиціями, ландшафтом тощо. Регіональна ідентичність визначається як особливе явище, що формується протягом історичної і територіальної соціалізації [17]. Регіональні ідентичності є ментальними продуктами як результату взаємодії з фізичним, соціальним середовищем і психічним відображенням простору у свідомості і спогадах людей [7].

Г. Коржов [3] зазначає, що територіальна ідентичність базується на суттєвих відмінностях культурного, мовного, господарського, історичного чи релігійного характеру, які спостерігаються між регіонами в рамках єдиного державно-політичного устрою. На думку Г. Коржова, територіальна ідентичність – це сприйняття індивідом себе як представника певної «уявленої спільноти», яка ґрунтується на єдності території проживання, історії і традицій, соціокультурного досвіду, ціннісних орієнтацій і способу життя.

У структурі територіальної ідентичності вченими виокремлюються три взаємопов'язані компоненти: когнітивний, емоційний і поведінковий [10; 14; 15].

Особливості розвитку окремих територій протягом тривалого часу зумовлюють формування особливих моделей ідентичності. До речі, емпірично встановлено, що регіональна ідентичність може мати сильний вплив на ситуацію у цілій країні [7]. Відмінність регіональних

ідентичностей може стати загрозою стабільності всієї країни.

Територіально-просторова ідентичність характеризується такими рівнями: локальним (місцевим), регіональним, державним/національним, глобальним.

Відмінність локальної ідентичності від інших територіальних ідентичностей полягає у вирізненні окремої території як своєї. Відчуття «місця» та ідентифікація себе з місцевою спільнотою є базовими елементами локальної ідентичності.

Локальна ідентичність пов'язана із сильною ідентифікацією і прихильністю до певного невеликого місця, що дає мешканцям відчуття спокою, безпеки і гордості, поки вони живуть тут [18, с. 26].

Ю. Шао (Y. Shao) [19] виокремлює чотири види локальної ідентичності: «ідентичність місця/прихильність», «особиста ідентичність», «культурна ідентичність» та «ідентичність спільноти». На місцевому рівні ідентичність/прив'язаність до місця – це ідентичність, яка зосереджується на фізичній взаємодії, соціальному досвіді, почутті задоволеності мешканців та історичній спадщині. Ю. Шао виокремлює чотири основні аспекти, які відповідають за формування ідентичності: фізичний, соціальний, сенсорний і пам'ять.

Я. Котенко [4] розглядає локальну ідентичність як результат ототожнення людиною себе з певним місцем фізичного простору, що має символічну і ціннісну значущість, специфічну культуру. Локальна ідентичність формується під впливом колективного та індивідуального досвіду і взаємодії у межах локальної спільноти [4, с. 12].

Територіальна громада дослідниками розглядається як сукупність громадян, які спільно проживають на певній території, мають спільні інтереси та визначений законодавством правовий статус, а також ідентифікують себе з нею [5; 9].

Кожна громада характеризується власними історією, культурою, традиціями, способом життя, своїми особливостями складу населення.

О. Євтушенко та М. Суслов [2] відзначають, що локальна ідентичність як ідентичність територіальної спільноти формується в умовах етнічної, національної ідентичності, що має історичну, культурну спадщину, котра відрізняє її від інших.

Отже, локальна ідентичність постає як вид спільнотної ідентичності та виявляється у загальному відчутті причетності до життя і подій, що відбуваються на території безпосереднього проживання.

Громадянська ідентичність постає як сприйняття своєї ролі в політичному і громадянському житті.

Ю. Габермас [1] розглядає громадянське суспільство як публічну сферу, де конституую-

Таблиця 1

Критерій Краскела – Уоллеса: оцінка воєнно-політичних подій як травмівних, місцева і громадянська ідентичності

Групи респондентів	Кількість учасників	Середній ранг	Хі-квадрат	Рівень значущості
Група 1	27	428,00	80,761	0,000
Група 2	66	320,75		
Група 3	42	371,43		
Група 4	12	349,63		
Група 5	390	235,72		

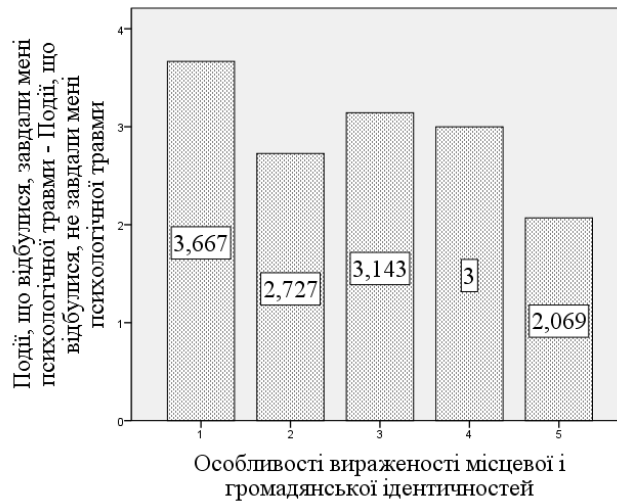


Рис. 1. Оцінка воєнно-політичних подій як травмівних, локальна і громадянська ідентичності

ється політично активна громадськість, яка формує суспільну думку та транслює її у політичну сферу.

Громадянська ідентичність як особливий вид спільнотної ідентичності являє собою отожднення себе зі спільнотою громадян національно-державного утворення та постає суттєвим чинником громадянської активності. Окремі дослідники [13] пов'язують громадянську ідентичність із проблемами глобалізації. Н. Хазратова [8] зазначає, що громадянська ідентичність ґрунтується більшою мірою на державницьких цінностях і на спільності життєвої долі у межах глобальних організаційних утворень. У випадку актуалізованості громадянської ідентичності етнопатриотичний вимір буття людини може певною мірою відходити на другий план [8, с. 146].

На думку І. Петровської [6], громадянську ідентичність можна розглядати як соціально-психологічний конструкт, що виникає у процесі суб'єктивного відображення й активної побудови громадянином соціальної реальності, у якій важливими є держава з її організаційним середовищем та спільнота громадян, які повинні задавати загальні життєві цінності, орієнтуватися у навколишньому світі, поставляючи відносно впорядковану інформацію, формувати почуття захищеності, сприяти психологічному благополуччю, самореалізації тощо.

Науковці Дж. Юнісс (J. Youniss), Дж. Маклеллан (J. McLellan), М. Єйтс (M. Yates) [20, с. 627] пов'язують громадянську ідентичність із почуттям солідарності, соціальною відповідальністю, підтримкою благополуччя спільноти громадян.

Громадянська ідентичність передбачає спільність прав, привілеїв, обов'язків стосовно певної держави і відчуття приналежності до неї та не обов'язково передбачає єдність культури, історії, ціннісних орієнтацій [13, с. 774].

Одним із найвагоміших негативних наслідків війни є її вплив на психічне здоров'я цивільного населення. Російсько-українська війна спричинює серйозні загрози психологічному благополуччю переважної більшості населення України.

Наше емпіричне дослідження було проведено протягом травня-червня 2023 р. У нашому першому емпіричному дослідженні взяли участь 717 цивільних осіб (450 жінок і 267 чоловіків), які перебувають в Україні та не мають статусу ВПО і біженців. Характеристика вибірки за віком респондентів: 354 особи – 18–29 років, 192 особи – 30–44 роки, 141 особа – 45–59 років, 30 осіб – 60 років і більше.

Нами застосовувалася авторська анкета «Визначення особливостей взаємодії спільнотних ідентичностей, ставлення до ВПО і біженців, реформи місцевого самоврядування і децентралізації влади в Україні, інтегра-

ції мігрантів у місцеву громаду». В анкету були включені питання (з виміру видів ідентичностей: локальної, релігійної, громадянської, європейської, східнослов'янської, професійної), які розроблені науковцями лабораторії психології мас та спільнот Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

Розглянемо особливості оцінки подій як травмивних як ефект взаємодії локальної і громадянської ідентичностей. Респондентам було запропоновано в анкеті таке питання: «Події, що відбулися, завдали мені психологічної травми – Події, що відбулися, не завдали мені психологічної травми». Оцінка здійснювалася за 5-бальною шкалою. За поєднанням ідентичностей було сформовано п'ять груп респондентів: група 1 – низькі рівні двох ідентичностей у поєднанні; група 2 – низький рівень першого виду та високий рівень другого виду; група 3 – середні рівні двох ідентичностей у поєднанні; група 4 – високий рівень першого виду та низький рівень другого виду; група 5 – високі рівні двох ідентичностей у поєднанні.

Особливості оцінки воєнно-політичних подій як травмивних як ефект взаємодії локальної і громадянської ідентичностей представлено в табл. 1 та на рис. 1.

За критерієм Краскела – Уоллеса (на значущому рівні $p < 0,001$) виявлено, що оцінка воєнно-політичних подій як травмивних є ефектом взаємодії високих рівнів локальної і громадянської ідентичностей.

Зазначимо, що не виявлено значущих явно виражених кореляційних зв'язків почування себе жертвою обставин з локальною і громадянською ідентичностями.

У групі жінок, яка складається з 450 осіб, згідно з результатами факторного аналізу, було виокремлено три фактори, які пояснюють 58,59% загальної дисперсії змінних. Критерій адекватності вибірки Кайзера – Мейера – Олкіна становить 0,737; критерій сферичності Бартлетта – $p < 0,001$. Обидва критерії свідчать про достатню адекватність факторного аналізу. Рішення про кількість факторів приймалося на основі діаграми власних значень факторів. Під час інтерпретації факторів як суттєві розглядалися факторні навантаження більш за 0,30 за абсолютною величиною.

Перший фактор пояснює 25,75% дисперсії змінних та має таку структуру: громадянська ідентичність, локальна ідентичність, оцінка воєнно-політичних подій як травмивних.

Другий фактор пояснює 17,82% дисперсії змінних та має таку структуру: професійна ідентичність, оцінка воєнно-політичних подій як нетравмивних.

Третій фактор пояснює 15,03% дисперсії змінних. Лівий полюс фактору: європейська ідентичність. Правий полюс фактору: релігійна ідентичність, східнослов'янська ідентичність.

У групі чоловіків, яка складається з 267 осіб, згідно з результатами факторного аналізу, було виокремлено три фактори, які пояснюють разом 66,63% загальної дисперсії змінних. Критерій адекватності вибірки Кайзера – Мейера – Олкіна становить 0,765; критерій сферичності Бартлетта – $p < 0,001$. Обидва критерії свідчать про достатню адекватність факторного аналізу. Рішення про кількість факторів приймалося на основі діаграми власних значень факторів. Під час інтерпретації факторів як суттєві розглядалися факторні навантаження більш за 0,30 за абсолютною величиною.

Перший фактор пояснює 29,45% дисперсії змінних та має таку структуру: громадянська ідентичність, локальна ідентичність, оцінка воєнно-політичних подій як травмивних.

Другий фактор пояснює 18,67% дисперсії змінних та має таку структуру: східнослов'янська ідентичність, релігійна ідентичність, професійна ідентичність.

Третій фактор пояснює 18,52% дисперсії змінних та має таку структуру: європейська ідентичність, професійна ідентичність.

Отримані результати факторного аналізу на вибірках жінок і чоловіків свідчать, що досвід війни посилює взаємодію ідентичностей.

Досить болісно сприймають воєнно-політичні події особи з високими рівнями громадянської і локальної ідентичностей.

У зарубіжних дослідженнях показано, що досить поширеною є гіпотеза, що війна зміцнює суперечливі ідентичності, але часто залишається необґрунтованою через відсутність збору даних під час війни [11; 12; 16].

У нашому емпіричному дослідженні виявлено значущий негативний кореляційний зв'язок європейської і східнослов'янської ідентичностей (відповідно коефіцієнт кореляції Ч. Спірмена -0,283 на рівні значущості $p < 0,001$).

Висновки з проведеного дослідження. Концепт «спільнотна ідентичність» визначено як результат ототожнення особи з певними спільнотами, що ґрунтується на їхніх унікальних характеристиках, культурних і/або етнічних зв'язках, історії, соціальних відносинах, спільних цілях, які визначають конкретні спільноти, колективне почуття приналежності, спільні цінності та інтереси.

Оцінка воєнно-політичних подій як травмивних є ефектом взаємодії високих рівнів локальної і громадянської ідентичностей.

Досвід війни посилює взаємодію ідентичностей. Війна зміцнює суперечливі ідентичності.

Перспективу дослідження вбачаємо в теоретико-емпіричному дослідженні особливостей ефектів взаємодії спільнотних ідентичностей у міграційній сфері під впливом війни.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Габермас Ю. Умови громадянства. Київ : Український центр духовної культури, 2005. 264 с.
2. Євтушенко О.Н., Суслов М.М. Поняття «локальної ідентичності» в категоріальному апараті науки державного управління. *Публічне управління та регіональний розвиток*. 2021. № 1. С. 140–165.
3. Коржов Г. Територіальні ідентичності: концептуальні інтерпретації в сучасній зарубіжній соціологічній думці. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2010. № 1. С. 107–124.
4. Котенко Я. Локальна ідентичність як умова розвитку об'єднаних територіальних громад. Київ : Легальний статус, 2016. 44 с.
5. Орзіх М.П. Концепція правового статусу самоврядних територій і органів місцевого самоврядування. *Міське та регіональне самоврядування України*. 1995. Вип. 1(2). С. 67–72.
6. Петровська І.Р. Громадська ідентичність: теоретико-методологічні основи соціально-психологічного аналізу. *Психологія і особистість*. 2017. № 1. С. 53–63.
7. Ткачук А.Ф., Наталенко Н.В. Місцева ідентичність. Для територіальних громад і не тільки. Київ : Юстон, 2020. 97 с.
8. Хазратова Н. Етнонаціональна і громадянська ідентичність: пошук емпіричних індикаторів. *Науковий вісник МНУ імені В.О. Сухомлинського*. 2018. № 1(19). С. 143–149.
9. Шевчук Д.М. Проблеми культурної ідентичності в Україні й культурний проєкт Європи. *Українська культура: минуле, сучасне, шляхи розвитку*. 2008. № 14. С. 76–80.
10. Bhugra D., & Becker M.A. Migration, cultural bereavement and cultural identity. *World psychiatry: official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*. 2005. Vol. 4(1). P. 18–24.
11. Esteban J., Schneider G. Polarization and Conflict: Theoretical and Empirical Issues. *Journal of Peace Research*. 2008. Vol. 45(2). P. 131–141.
12. Fearon J.D., Laitin D.D. Violence and the Social Construction of Ethnic Identity. *International Organization*. 2000. Vol. 54(4). P. 845–877.
13. Hart D., Richardson C., Wilkenfeld B. Civic Identity. *Handbook of Identity Theory and Research*. 2011. P. 771–787.
14. Joseph S. Identity, Culture and Community. *Economic and Political Weekly*. 1993. Vol. 28. P. 807–809.
15. Kastoryano R. Negotiating Identities. States and Immigrants in France and Germany. Princeton and Oxford: Princeton University Press. 2002. 224 p.
16. Posen B. Nationalism, the Mass Army, and Military Power. *International Security*. 1993. Vol. 18(2). P. 80–124.
17. Raagmaa G. Regional identity in regional development and planning. *European Planning Studies*. 2002. Vol. 10(1). P. 55–76.
18. Shao Y., Lange E., Thwaites K. Defining Local Identity. *Landscape Architecture Frontiers*. 2017. Vol. 5(2). P. 24–41.
19. Shao Y. Local Identity Identification & Assessment. United Kingdom: University of Sheffield, 2014. 127 p.
20. Youniss J., McLellan J., Yates M. What we know about engendering civic identity. *The American Behavioral Scientist*. 1997. Vol. 40(5). P. 620–631.

СТРУКТУРНИЙ АНАЛІЗ ПРОФЕСІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ КІННИХ ПІДРОЗДІЛІВ РІЗНИХ КРАЇН

STRUCTURAL ANALYSIS OF PROFESSIONAL AND PSYCHOLOGICAL TRAINING OF POLICE CAVALRY UNITS OF DIFFERENT COUNTRIES

Метою статті є вивчення та аналіз міжнародного досвіду професійно-психологічної підготовки поліцейських кінних підрозділів поліції та можливості його інтегрування у систему підготовки кавалеристів Національної поліції України. Методологічний інструментарій вибрано відповідно до окресленої мети, специфіки об'єкта й предмета дослідження. Розглянуто основні концепції та компоненти професійно-психологічної підготовки кавалеристів, залежно від цього описано їхні завдання та функції. Проаналізовано структуру кінних підрозділів поліції, вимоги до особистості кавалериста та особливості їхніх професійних обов'язків. Проаналізовано систему підготовки кавалеристів кінних підрозділів Канади та України. Розкрито особливості професійної діяльності поліцейських кінних підрозділів поліції таких країн, як Канада, Сполучене Королівство Великої Британії та Північної Ірландії, Сполучені Штати Америки, Німеччина та Франція. Розглянуто та описано особливості психологічної підготовки офіцера кінної поліції, спрямованої на розвиток необхідних навичок, мислення та стійкості для ефективного виконання своїх обов'язків під час несення служби верхи. Проаналізовано основні компоненти системи професійно-психологічної підготовки та визначено їхній вплив на особистість поліцейського. Визначено важливість урахуванням особливостей умов виконуваної діяльності поліцейськими кінного підрозділу поліції та залежно від цього визначено особливості професійно-психологічної підготовки кавалериста. Наукова новизна полягає в узагальненні та систематизації результатів наукових досліджень, присвячених вивченню особливостей професійно-психологічної підготовки поліцейських кавалеристів шляхом аналізу міжнародного досвіду та визначення можливостей інтеграції у систему підготовки поліцейських кінних підрозділів поліції департаменту Національної поліції України. Визначено сутність, зміст та особливості програми професійно-психологічної підготовки поліцейських кінних підрозділів низки країн та можливості інтеграції її основних компонентів у систему підготовки кавалеристів кінних підрозділів поліції України.

Ключові слова: професійна підготовка, психологічна підготовка, кінний підрозділ поліції, кавалерист, міжнародний досвід.

The purpose of the article is to study and analyze the international experience of the professional and psychological training of police horse units of the police and the possibility of its integration into the system of training cavalrymen of the National Police of Ukraine. The methodological toolkit was chosen in accordance with the outlined goal, specifics of the object and subject of research. The main concepts and components of professional and psychological training of cavalrymen are considered, depending on this, their tasks and functions are described. The structure of mounted police units, the personality requirements of a cavalryman and the specifics of their professional duties are analyzed. The system of training cavalrymen of the cavalry units of Canada and Ukraine was analyzed. The peculiarities of the professional activity of the police equestrian units of the police of such countries as Canada, the United Kingdom of Great Britain and Northern Ireland, the United States of America, Germany and France are revealed. The peculiarities of the psychological training of a mounted police officer, aimed at developing the necessary skills, thinking and stability for the effective performance of one's duties while on horseback, are considered and described. The main components of the system of professional and psychological training were analyzed and their influence on the personality of the police officer was determined. The importance of taking into account the specifics of the conditions of the activities performed by the policemen of the mounted police unit is determined, and depending on this, the specifics of the professional and psychological training of the cavalryman are determined. The scientific novelty consists in the generalization and systematization of the results of scientific research devoted to the study of the peculiarities of the professional and psychological training of police cavalrymen by analyzing international experience and determining the possibilities of integration into the system of training of police cavalry units of the National Police of Ukraine. The essence, content and features of the program of professional and psychological training of the police equestrian units of a number of countries and the possibility of integrating its main components into the system of training cavalrymen of the equestrian police units of Ukraine have been determined.

Key words: professional training, psychological training, mounted police unit, cavalryman, international experience.

УДК 159.9:343.915)

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.28>

Мітенко Т.М.

аспірант докторантури та аспірантури кафедри юридичної психології Національна академія внутрішніх справ

Процеси євроінтеграції, що відбуваються у нашій країні, актуалізують питання створення комплексної програми професійно-психологічної підготовки кавалеристів кінних підрозділів поліції. Міжнародний досвід може включати в себе новітні технології, методи та стратегії, які були успішно впроваджені в інших країнах.

Вивчаючи успішні моделі організації поліцейської діяльності, цілком можливим є шлях адаптації та інтеграції ефективних стратегій для вдосконалення власної правоохоронної системи. У загальному розумінні система професійно-психологічної підготовки є комплексом впливів на особистість правоохоронця, метою

яких є формування та розвиток професійно значущих якостей особистості. Досвід низки країн, таких як Канада, Сполучене Королівство Великої Британії, Сполучені Штати Америки, Німеччина та Франція, у галузі організації системи підготовки поліцейських кавалеристів указує на важливість урахування специфіки виконуваної діяльності. Загалом урахування міжнародного досвіду дає змогу Україні використовувати найкращі практики з усього світу, щоб поліпшити свою систему підготовки правоохоронців та в підсумку підвищити ефективність боротьби зі злочинністю.

Дослідженням різних аспектів системи професійно-психологічної підготовки кавалеристів кінних підрозділів займалися переважно зарубіжні вчені, а саме: Р. Бернауер, П. Мейер, К. Медскер, М. Пейн, Ф. Роберт. Актуальні питання професійної підготовки поліцейських висвітлено у працях В. Заросила, Л. Варунц, О. Бандурки, О. Негодченка, В. Сокурєнка та О. Ярмиша.

Правоохоронні системи розвинутих країн світу, насамперед таких, як Франція, Великобританія, Сполучені Штати Америки, Італія, Канада, Японія, Німеччина, мають довготривалу історію, великий досвід боротьби зі злочинністю й охорони громадського порядку. Усе це накладає відбиток на організацію підготовки кадрів для них, змушує урахувувати всі здобутки минулого і сучасного, широко розвивати міжнародну кооперацію не лише в питаннях безпосередньо правоохоронної діяльності, а й навчання, стажування, обміну досвідом персоналу поліцейських служб та органів [1].

Кінні поліцейські підрозділи можна знайти в різних країнах світу. Ураховуючи всю багатогранність структури даного правоохоронного підрозділу, зазначимо, що функції кінної поліції можуть відрізнятися, тому варто розглянути міжнародний досвід країн, що мають підрозділи кінної поліції, більш детально.

Сполучене Королівство Великої Британії має кілька підрозділів кінної поліції, у тому числі відділення кінної поліції в Лондоні, а також підрозділи в інших регіональних поліцейських підрозділах, таких як поліція Великого Манчестера та поліція Західного Йоркшира.

У Сполучених Штатах Америки кінні поліцейські загони присутні в багатьох містах і штатах. У таких великих містах, як Нью-Йорк, Лос-Анджелес і Чикаго, є поліцейські підрозділи, які в першу чергу зосереджуються на контролі натовпу, громадському порядку та громадській охороні.

Королівська канадська кінна поліція є яскравим прикладом кінної поліції. Окрім того, кілька служб муніципальної поліції по всій Канаді, наприклад поліцейська служба Торонто, мають кінні підрозділи.

У Німеччині є різні підрозділи кінної поліції, у тому числі Федеральна кінна поліція, яка діє

на федеральному рівні, а також окремі підрозділи державної поліції в Німеччині можуть мати власні кінні підрозділи.

Французька національна жандармерія та національна поліція мають кінні підрозділи, головним чином, для охорони громадського порядку та контролю натовпу в міських районах.

Федеральна поліція Аргентини керує підрозділом, відомим як «Кінний відділ», який виконує різноманітні правоохоронні завдання та патрулює у міських районах.

Федеральна поліція Бразилії керує кінним підрозділом під назвою «Група кінної поліції», яка відповідає за патрулювання громадських місць, контроль натовпу та підтримку операцій правоохоронних органів.

Південно-Африканська Республіка створила поліцейські підрозділи в рамках Служби поліції Південної Африки. Ці підрозділи використовуються для контролю над натовпом, запобігання злочинності.

Варто зазначити, що це не вичерпний перелік, є й інші країни, які мають кінні поліцейські підрозділи або еквівалентні кінні правоохоронні підрозділи. Структура кінної поліції може змінюватися залежно від практики правоохоронних органів країни, традицій і конкретних потреб у їхніх громадах.

Розглянемо більш детально систему підготовки підрозділів кінної поліції Канади та їхні основні функціональні обов'язки. Традиційно коні відігравали значну роль у правоохоронній діяльності, особливо у віддалених і важко прохідних районах, де доступ для транспортних засобів може бути обмеженим. Кінні патрулі використовувалися для різноманітних цілей, таких як пошуково-рятувальні операції, охорона громадського порядку, контроль натовпу та церемоніальні заходи.

Навчання кавалериста кінного підрозділу поліції зазвичай включає догляд за конями, верхову їзду, навички верхової їзди та спеціалізовані прийоми роботи поліції, яка виконується верхи. Офіцери, відібрані для виконання обов'язків кінного патруля, проходять спеціальну підготовку, щоб забезпечити ефективність дій у складі кінного патрульного підрозділу.

Королівська канадська кінна поліція є федеральним і національним правоохоронним органом Канади. Він відповідає за дотримання федеральних законів і статутів, підтримання миру та порядку, запобігання та розслідування злочинів, а також надання різноманітних поліцейських послуг у провінціях і територіях Канади. Королівська канадська кінна поліція відома своєю культовою червоною саржевою уніформою, широкополими стетсонськими капелюхами та своєю історичною асоціацією з кінними патрулями, хоча використання коней у сучасній поліції зменшилося.

Психологічна підготовка офіцерів, у тому числі в кінних підрозділах, зосереджена на підготовці їх до унікальних викликів, із якими вони можуть зіткнутися під час виконання своїх обов'язків у правоохоронних органах. Деякі ключові аспекти психологічної підготовки офіцерів, у тому числі в кінних підрозділах, включають обов'язкові положення, такі як стресостійкість, ефективна комунікація та толерантність. Розглянемо кожен із них більш детально.

1. Управління стресом: офіцери проходять навчання спрямоване на формування, щоб контролювати стрес і розвивати стійкість, справлятися з вимогами поліцейської роботи. Програма включає методи зменшення стресу, стратегії саморегуляції та розроблення ефективних механізмів подолання для підтримки психічного благополуччя.

2. Вирішення конфліктів і деескалація: офіцери проходять навчання методам вирішення конфліктів і стратегіям деескалації, щоб розрядити потенційно нестабільні ситуації. Цей тренінг допомагає офіцерам мирно врегулювати конфлікти, зменшити застосування сили, коли це можливо, і забезпечити громадську безпеку.

3. Комунікативні навички: ефективна комунікація є важливою для правоохоронних органів, і офіцери проходять відповідну підготовку, щоб поліпшити свої комунікативні навички. Підготовка включає систему заходів, спрямованих на розвиток вербальних та невербальних технік спілкування, активного слухання та засвоєння навичок, що сприятимуть швидкому встановленню міжособистісного контакту з різними категоріями громадян.

4. Навчання культурній чутливості та різноманітності: Канада є різноманітною країною, і офіцери проходять навчання, щоб поліпшити свою культурну чутливість та розуміння. Ця підготовка допомагає офіцерам шанобливо спілкуватися з людьми різного походження, спільнот і культур.

5. Реагування на травми та кризові ситуації: офіцери можуть постраждати від травматичних інцидентів і кризових ситуацій. Психологічна підготовка включає навчання щодо усвідомлення травми.

6. Прийняття етичних рішень: поліцейські проходять навчання для розвитку навичок прийняття етичних рішень, включаючи розпізнавання та усунення упередженості, збереження професійної доброчесності та дотримання цінностей і професійної етики.

7. Підтримка молодих спеціалістів і підвищення їхньої стійкості: у процесі підготовки наголошують на важливості підтримки колег на всіх етапах професійного становлення. Офіцерів заохочують звертатися за підтримкою до своїх колег, і існують програми для зміцнення психічного здоров'я та благополуччя.

Важливо зазначити, що специфіка психологічної підготовки може відрізнятися залежно від таких чинників, як посадові обов'язки, спеціалізовані підрозділи та кар'єрне зростання. Головними завданнями програми психологічної підготовки є формування та підтримка психологічного благополуччя офіцерів і забезпечення готовності, ефективності та загального психічного здоров'я під час виконання своїх обов'язків.

Також варто розглянути досвід Великої Британії у створенні та функціонуванні кінної поліції та особливості відбору кандидатів на дану посаду. По-перше, для того щоб заявити про своє бажання служити в даного роду підрозділі поліції, необхідний трирічний стаж бездоганної служби поліцейського. По-друге, у разі схвалення кандидатури на посаду офіцера кінної поліції він направляється на навчання у спеціальний навчально-тренувальний центр типу Імбер Корта. Навчальний курс розрахований на 16 тижнів, однак у подальшому всі кінні поліцейські постійно вдосконалюють свою майстерність верхової їзди і методики дресування і догляду за кінями. По-третє, надзвичайно важливою є ідеологічний бік перекладу поліцейського для служби в кінному підрозділі: офіцер поліції повинен мати бажання служити суспільству і своїм співгромадянам, швидко приймати рішення, бути готовим до змін і змін ситуації, мати прекрасні комунікативні якості й уміти працювати в команді. Особлива увага під час відбору приділяється фізичній формі співробітника, і, звичайно ж, його має відрізняти особливо позитивне ставлення до коней [3, с. 336].

Кінна поліція Великої Британії є окремим правоохоронним підрозділом та відповідає за підтримання правопорядку, забезпечення видимої присутності поліції та виконання конкретних поліцейських функцій. Найвидатнішим і найвідомішим підрозділом кінної поліції у Великій Британії є Відділення кінної поліції Метрополітен, яке діє у межах юрисдикції Служби столичної поліції (широко відомої як Скотланд-Ярд) у Лондоні.

Кінний відділ столичної поліції був заснований у 1760 р. і є одним із найстаріших підрозділів кінної поліції у світі. Його основна роль полягає у підтримці регулярних поліцейських операцій, контролі натовпу, охороні громадського порядку та виконанні церемоніальних обов'язків. Офіцери кінного відділення навчені вправно їздити верхи та керувати кінями, що дає їм змогу ефективно виконувати свої обов'язки в різних умовах.

Підрозділи кінної поліції у Великій Британії проходять спеціальну підготовку, яка поєднує навички верхової їзди з поліцейською підготовкою. Деякі з ключових аспектів їх навчання:

1. Підготовка вершника передбачає комплексну підготовку з верхової їзди, навчаючись

ефективно керувати конем і доглядати за ним. Це навчання включає у себе розвиток міцного партнерства з їхніми тваринами, розуміння поведінки коней і підтримку їхнього здоров'я.

2. Контроль натовпу та забезпечення громадського є наступним важливим компонентом у системі підготовки. Офіцери кінної поліції навчаються методам контролю натовпу та охорони громадського порядку. Вони навчаються керувати великими натовпами, контролювати демонстрації чи протести та забезпечувати громадську безпеку, перебуваючи верхи. Ця підготовка включає тактику збереження видимої присутності, формування встановлених бар'єрів та реагування на різні ситуації натовпу.

3. Підрозділи кінної поліції часто беруть участь в урочистих заходах, парадах і громадських заходах. Офіцери проходять підготовку з церемоніальних процедур, формувань і протоколів, щоб забезпечити виконання своїх обов'язків професійно.

4. Формування ефективних способів вирішення конфліктів. Комунікативні навички є важливими для офіцерів кінної поліції під час взаємодії з громадськістю або вирішення потенційно конфліктних ситуацій. Навчання зосереджено на ефективній комунікації, розв'язанні конфліктів і методах деескалації для підтримки громадського порядку та вирішення конфліктів мирним шляхом.

5. Адаптивність і універсальність: кінним поліцейським необхідно адаптуватися до різних умов і операційних вимог. Вони можуть працювати в міських районах, парках або сільській місцевості з відповідним коригуванням тактики та стратегії. Навчання підкреслює адаптивність, гнучкість і навички швидкого прийняття рішень.

Підрозділи кінної поліції Великої Британії відіграють вирішальну роль у забезпеченні видимої поліцейської діяльності та підтримці звичайних поліцейських сил у підтримці громадської безпеки. Ці підрозділи мають унікальний набір навичок, мобільності та видимості, що сприяє ефективній поліцейській діяльності. Із метою запобігання правопорушенням та злочинам у парковій зоні, на масових заходах, концертах, футбольних матчах, мітингах, парадах та маршах створено кавалерійські роти патрульної поліції. Ефективність їхньої діяльності перевірена часом та підтверджується їхньою високою мобільністю у тій місцевості, де патрульні на автомобілі та піші патрулі малоефективні.

Під час обміну досвідом у двосторонньому процесі навчання українських поліцейських було отримано цінний міжнародний досвід функціонування кінної поліції Канади з метою його подальшого інтегрування у реформу Національної поліції України [3].

Міжнародний досвід може надати українським правоохоронним органам можливість

навчатися з передових практик і стандартів, що застосовуються в інших країнах, може включати обмін досвідом, навчання у міжнародних академіях поліції, спільні тренінги та програми обміну з іншими країнами. Це допоможе підвищити професіоналізм правоохоронних працівників України та покращить ефективність виконання професійних обов'язків.

Варто зазначити про вимоги до особистості кавалериста на етапі професійно-психологічної підготовки. Основні вимоги, яким повинен відповідати кандидат: здатність установлювати причинно-наслідкові зв'язки, аналітичне мислення, уміння передбачати та оцінювати мінливі природні чинники, знання природної системи, багата уява, оперативне мислення, спостережливість, витривалість, наполегливість, відповідальність, стійкість, розподіл та довільне переключення уваги, наочно-образна та зорова пам'ять, неагресивний психотип особистості. Окрім базових умінь, патрульний повинен оволодіти такими навичками, як:

- уміння знаходити спільну мову з тваринами;
- знання і розуміння базових навичок техніки безпеки під час роботи з тваринами;
- мінімальні початкові навички ветеринарії;
- кмітливість і висока швидкість реакції;
- догляд за кіньми, розуміння їхньої поведінки, добре тримання у сідлі [3; 4].

Розвиток професійно важливих якостей кавалериста є надзвичайно важливим і має безліч переваг. Розглянемо декілька аспектів, що пояснюють важливість цього розвитку:

1. Безпека: кавалерист повинен мати високий рівень навичок і вмінь для безпечного управління конем. Розвиток професійної важливості допомагає кавалеристу вдосконалити свої навички верхової їзди, контролю коня та реагування на непередбачувані ситуації. Це забезпечує безпеку як для кавалериста, так і для його оточення.

2. Ефективність: розвиток професійних навичок і якостей кавалериста поліпшує його ефективність у виконанні завдань. Кавалерист, який використовує правильні техніки і прийоми, буде більш ефективним у виконанні завдань, таких як пошук, рятування та патрулювання.

3. Довіра і співпраця: взаємодія між кавалеристом і конем базується на взаємній довірі та співпраці. Розвиток професійних якостей кавалериста, таких як чуйність, уміння слухати і розуміти коня, забезпечує здорову співпрацю між ними.

4. Професійний розвиток: розвиток професійно важливих якостей кавалериста дає змогу постійно покращувати свої навички і знання. Це включає навчання новим технікам, удосконалення вмінь управління конем, вивчення розуміння поведінки та потреб коня і багато іншого.

Цей процес дає змогу кавалеристу стати більш компетентним та висококваліфікованим.

5. Підвищення впевненості: розвиток професійно важливих якостей кавалериста сприяє підвищенню його впевненості у власних здібностях. Це створює позитивний вплив на виконання завдань, сприяє кращому керуванню стресом та підвищує самооцінку.

Загалом розвиток професійно важливих якостей кавалериста допомагає забезпечити безпеку, ефективність та успішне виконання завдань. Він сприяє поліпшенню взаємодії з конем, підвищенню професійного рівня та впевненості.

Аналіз систем професійно-психологічної підготовки кавалеристів кінних підрозділів поліції низки країн свідчить про її багатогранність, що зумовлено специфікою виконуваних функцій. Залежно від цього, на нашу думку, систему підготовки кінної поліції Канади можливо інтегрувати в систему підготовки кінного підрозділу поліції Департаменту патрульної поліції України. Із метою вдосконалення підготовки кавалеристів доцільно впровадити додаткове навчання з основ зоопсихології та порівняльної психології, що допоможе у взаємодії з тваринами та сприятиме ефективному виконанню професійних обов'язків. Варто зазначити, що нині саме канадську модель під-

готовки кавалеристів взято за основу для створення оновленої програми професійно-психологічної підготовки поліцейських кінних підрозділів поліції України, що є перспективним напрямом подальших наукових розвідок.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гуйван О.О. Перспективи розвитку професійної підготовки українських правоохоронців в умовах євроінтеграційних процесів: Зарубіжний досвід. *DSpace at West Ukrainian National University*. URL: <http://dspace.wunu.edu.ua/bitstream/316497/23401/1/84-85.pdf> (дата звернення: 11.05.2023).
2. Варунц Л.Д. Роль королівської канадської кінної поліції в реалізації правоохоронної функції держави. *Правоохоронна функція держави: теоретико-методологічні та історико-правові проблеми* : зб. матеріалів науково-практ. конф., м. Харків, 12 жовтня 2017 р. Харків, 2017. С. 33–36. URL: https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/27_10_2017/pdf/8.pdf (дата звернення: 11.05.2023).
3. Мітенко Т. Порівняльний аналіз професійно-психологічної підготовки кінних поліцейських у Канаді та Україні. *Grail of science*. 2022. № 18–19. С. 336–339. URL: <https://doi.org/10.36074/grail-of-science.26.08.2022.55> (дата звернення: 01.06.2023).
4. Закон України «Про Національну поліцію» від 15.06.2022 № 580-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19#Text> (дата звернення: 11.05.2023).

ТРАВМА І ПАМ'ЯТЬ: ВПЛИВ ІСТОРИЧНИХ ПОДІЙ НА КОЛЕКТИВНУ ПСИХОЛОГІЮ СУЧАСНОЇ УКРАЇНИ

TRAUMA AND MEMORY: THE IMPACT OF HISTORICAL EVENTS ON THE COLLECTIVE PSYCHOLOGY OF CONTEMPORARY UKRAINE

У статті досліджено травматичні історичні події, які мали найбільший вплив на колективну психологію України, такі як Голодомор 1932–1933 рр., Друга світова війна, радянська окупація, Майдан та Революція гідності. Проаналізовано, як історичні події та їхні травматичні наслідки відображаються у колективній пам'яті сучасної України. Також досліджено психологічні наслідки історичних подій, а саме: питання, пов'язані з колективною тривогою, посттравматичним стресовим розладом, колективною винною відповідальністю, травмою поколінь та проявами цих ефектів у побутовому та міжособистісному рівні. Вивчено, як травматичні історичні події формують національну ідентичність та свідомість Українського народу. Це включає розгляд впливу історичної травми на формування понять про себе, свою культуру, національну гордість, стійкість та сприйняття інших народів. Травматичні історичні події в Україні впливають на формування національної самосвідомості, ідентичності та сприйняття власної ролі в історії. Вони впливають на сприйняття та стосунки з іншими народами, формуючи історичну пам'ять та стереотипи. Ці травматичні події мають значний вплив на розвиток громадянського суспільства та активну громадянську участь. Травматичні історичні події спонукають українців до боротьби за права та свободи, а також до розвитку громадських організацій та ініціатив. Вони стимулюють громадянську активність та залучення до різних соціальних рухів, спрямованих на поліпшення суспільства. Такі події можуть послужити каталізатором для розвитку демократичних процесів, змін у політичному полі та побудови громадянського ладу. Результати дослідження можуть бути використані для розроблення програм психологічної підтримки та реабілітації постраждалих від травматичних подій.

Ключові слова: колективна тривога, посттравматичний стресовий розлад, колективна вина, національна свідомість, ідентичність.

The article explores traumatic historical events that have had the greatest impact on the collective psychology of Ukraine, such as the Holodomor of 1932–1933, World War II, Soviet occupation, the Maidan protests, and the Revolution of Dignity. It examines how historical events and their traumatic consequences are reflected in the collective memory of modern Ukraine. The psychological effects of these historical events are also investigated, including issues related to collective anxiety, post-traumatic stress disorder, collective guilt, intergenerational trauma, and their manifestations in everyday life and interpersonal relationships. The study examines how traumatic historical events shape the national identity and consciousness of the Ukrainian people. This includes exploring the influence of historical trauma on self-perception, cultural identity, national pride, resilience, and the perception of other nations. Traumatic historical events in Ukraine influence the formation of national self-awareness, identity, and the perception of one's role in history. They also affect perceptions and relationships with other nations, shaping historical memory and stereotypes. These traumatic events have a significant impact on the development of civil society and active civic engagement. They motivate Ukrainians to fight for rights and freedoms and contribute to the development of civil organizations and initiatives. They stimulate civic activism and engagement in various social movements aimed at improving society. Such events can serve as catalysts for the development of democratic processes, political change, and the construction of a civic order. The findings of the research can be utilized in the development of programs for psychological support and rehabilitation for those affected by traumatic events.

Key words: collective anxiety, post-traumatic stress disorder, collective guilt, national consciousness, identity.

УДК 930.159.9
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.29>

Неділько В.В.

старший викладач кафедри теоретичних дисциплін
Коледж хореографічного мистецтва
«Київська муніципальна академія танцю імені Сержа Лифаря»

Бобровник Ю.В..

завідувач відділення народної хореографії,
викладач хореографічних дисциплін
Коледж хореографічного мистецтва
«Київська муніципальна академія танцю імені Сержа Лифаря»

Вступ. Колективна психологія нації неминує формується під впливом історичних подій, зокрема тих, які залишили глибокий слід у серцях людей. У випадку сучасної України її історія відзначена низкою значних подій, які не тільки сформували її ідентичність, а й глибоко позначилися на її колективній психології.

Історичний наратив України переповнений не лише моментами стійкості, а й глибокою травмою. Від боротьби за незалежність до руйнівних голодоморів, від іноземних окупацій до катастрофи Чорнобиля ці події не тільки спричинили великі страждання, а й залишили незабутні сліди в колективній пам'яті Українського народу. Відбитки цих історичних травм звучать через покоління, впливаючи на сприй-

няття українцями себе, свого суспільства та свого місця у світі.

У випадку України пам'ять про історичні події переплітається з національною свідомістю, служачи джерелом гордості, стійкості і нагадуванням про зроблені жертви. Водночас травматичні спогади можуть виявитися по-різному, впливаючи на окремих осіб і суспільство у цілому. Колективна психологія сучасної України формується не лише через самі історичні події, а й через способи, якими вони згадуються, вшановуються та тлумачаться.

Окрім того, вплив історичних подій на колективну психологію виходить за межі пам'яті. Він впливає на соціальні та культурні установки,

політичні ідеології, міжпоколінні відносини та сприйняття зовнішнього світу.

Досліджуючи цю тему, ми можемо зрозуміти важливість визнання історичної травми, підтримки процесу відновлення та створення колективного нарративу, що сприяє єдності, стійкості та спільній візії майбутнього.

Виклад основного матеріалу. Травматичні історичні події грають значну роль у формуванні колективної психології сучасної України. Конкретні події, такі як Голодомор 1932–1933 рр., Друга світова війна, радянська окупація, Майдан та Революція гідності, мають непередбачуваний вплив на національну свідомість та ідентичність Українського народу.

Голодомор 1932–1933 рр. – геноцидний, штучно створений голод, що спричинив смерть мільйонів українців, переважно сільського населення. Голодомор був результатом політики радянського режиму, який уживав різноманітні заходи для контролю над сільським господарством та вивезення продовольства з України.

Ця трагедія стала символом несправедливості, жорстокості та страждань Українського народу. Голодомор закарбувався у пам'яті українців як символ геноциду, який наклав великий відбиток на національну свідомість. Він посилив прагнення до визнання правди про цю трагедію та зміцнив національну єдність нашого народу.

Пам'ять про Голодомор стала важливим складником української ідентичності, що сприяє збереженню пам'яті про жертви, вшануванню їх пам'яті та забезпечує національне прагнення до свободи та справедливості. Голодомор також став приводом для проведення наукових досліджень, створення музеїв та пам'ятних комплексів, які покликані зберегти пам'ять про цю страшну трагедію [2, с. 56].

Подолання наслідків Голодомору та визнання його як геноциду є важливими завданнями для України. Це допомагає не лише зцілити колективну психологію суспільства, а й забезпечує національну свідомість та сприяє побудові справедливого і гармонійного суспільства.

Друга світова війна, яка відбувалася на Українській землі, призвела до втрати мільйонів життів та нищення національної інфраструктури.

Український народ став жертвою як нацистського режиму, так і тоталітарної системи Радянського Союзу. Війна стала випробуванням для нації, яка мужньо протистояла окупантам, боролася за свою незалежність та свободу. Воїни з усіх куточків України вступали в ряди партизанських загонів, визвольних армій, допомагали антинацистському опору [7].

Наслідки війни для колективної психології були величезними. Втрати близьких, горе, голод, розлука та травми надовго залишили

відбиток у серцях тих, хто пережив ці страшні події. Війна спричинила тривогу, страх та надзвичайну напругу у суспільстві.

Однак в Українському народі завжди жила надія на краще майбутнє. Після війни було відновлено руйнівні наслідки, відроджувалися міста та села, але подолання психологічних травм вимагало часу та зусиль. Важливими аспектами були згуртування нації, віра у свої сили та спільна боротьба за будівництво мирного та процвітаючого суспільства.

Радянська окупація та репресії також залишили величезний слід у колективній пам'яті українців. Масові політичні репресії, масові виселення та голодомори стали символами жорстокості тоталітарного режиму та призвели до багаторічного травматичного досвіду.

Важливо зазначити, що Майдан та Революція гідності як важливі історичні події, що відбулися у 2013–2014 рр., також мають значний вплив на колективну психологію України. Ці події стали проявом бажання народу до свободи, демократії та європейської інтеграції, але також призвели до серйозних страждань, втрати життів і травматичних подій. Майдан став символом національного протесту і боротьби за гідність, а його наслідки суттєво вплинули на подальший розвиток українського суспільства [4, с. 26–27].

Протестувальники мирно виступали за свої права, вимагаючи політичних, економічних та соціальних реформ. Проте ці події також призвели до насильства, репресій та трагічних смертей, що спричинило травму і розлад у суспільстві.

Революція гідності суттєво змінила колективну психологію України. Вона згуртувала народ і показала, що спільна боротьба може призвести до змін. Ці події викликали емоційні реакції, які змінили свідомість та світогляд багатьох людей. Вона посилила віру у власну силу та визначила шлях розвитку України як демократичної, суверенної та європейської країни.

Окрім згаданих, існує безліч інших історичних подій, які викликали широкомасштабну травму серед українського населення. Це можуть бути масові політичні репресії, геноциди, війни, терористичні акти, природні катастрофи та інші події, які змінили життя та світогляд людей.

Як уже було зазначено, історичні події та їхні травматичні наслідки глибоко впливають на колективну пам'ять сучасної України. Вони втілені в спогадах, легендах, пам'ятниках, музеях та культурних традиціях народу. Ці події стають складовою частиною національної ідентичності та формують свідомість українського суспільства [1, с. 92–93].

Травматичні історичні події переносяться через покоління, передаються від батьків до

дітей, від старших до молодших. Сімейні оповідання, особисті свідчення, література, мистецтво та культурні вирази виконують важливу роль у збереженні пам'яті та передачі історії.

Ці історичні події впливають на сприйняття сучасних проблем та визначають спрямованість суспільства. Вони формують колективну свідомість, включаючи цінності, переконання, ставлення до влади, територіальну ідентифікацію та національну гордість. Часто історичні події викликають глибокі емоційні відгуки, такі як горе, гнів, обурення або надія, які перетворюються на важливі мотиви дії та активну громадську участь [3, с. 64].

Окрім того, історичні події можуть мати вплив на політичні, соціальні та економічні реалії сучасної України. Вони допомагають формувати уявлення про справедливість, права людини, демократію та соціальну справедливість, особливо під час війни.

Також історичні події та їхні травматичні наслідки відображаються у політичному, культурному й освітньому контекстах. У політичній сфері історичні події можуть стати предметом політичної риторики, використовуватися для маніпуляцій або створення політичних альянсів. Особливо актуальним це стає у контексті конфліктів, регіональних суперечок або геополітичних інтересів.

У культурному аспекті історичні події відображаються у літературі, мистецтві, кіно та інших культурних формах. Вони надихають на творчість та стають матеріалом для роздумів про сутність людського буття, мораль та справедливість. Через мистецтво історія оживає і набуває емоційного зв'язку з глядачем або читачем, спонукаючи до рефлексії та зміни світогляду [5, с. 23–24].

Освітній аспект також відіграє важливу роль у відображенні історичних подій у колективній пам'яті. Вивчення історії дає змогу розуміти причини і наслідки минулих подій, формує аналітичне мислення та критичне ставлення до інформації. Важливо забезпечити об'єктивне та багатогранне вивчення історії, щоб зрозуміти різні перспективи та уникнути маніпуляцій або ідеологічних спрощень [7].

Травматичні історичні події мають значний вплив на психологію українського суспільства, викликаючи різні психологічні наслідки. Деякі з них включають:

- колективну тривогу. Травматичні події можуть створювати загальну атмосферу тривоги та нестабільності. Люди можуть відчувати постійний страх, незахищеність та небезпеку;

- посттравматичний стресовий розлад. Багато осіб, які пройшли через травматичні події, можуть відчувати посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Це стан, що характеризується повторними спогадами, кошмарами, тривожністю, депресією та іншими

симптомами, що виникають після травматичного досвіду;

- колективну відповідальність. Після травматичних подій, таких як війни або масові порушення прав людини, у суспільстві може виникнути почуття колективної вини або відповідальності. Люди можуть почувати себе відповідальними за події, навіть якщо не мали прямого зв'язку з ними, що може призводити до покаяння, самозвинувачень та внутрішньої конфліктності;

- травму поколінь. Травматичні події можуть передаватися через покоління, впливаючи на ментальне благополуччя прийдешніх поколінь. Покоління, що народилося після травматичних подій, можуть відчувати вплив цих подій через спадкову пам'ять, сімейні оповідання та культурні традиції [6, с. 88–89].

На побутовому та міжособистісному рівнях можуть виявлятися різні прояви психологічних наслідків травматичних історичних подій:

- підвищена вразливість та чутливість. Люди, які пережили травматичні події, можуть бути більш уразливими до стресу та емоційної напруги. Вони можуть реагувати на звичайні ситуації зі збільшеною тривогою, підвищеною чутливістю та реакціями на подразники, які нагадують про травму;

- посттравматичні симптоми відновлюються. Певні події, запахи, звуки або ситуації можуть викликати повторні спогади та симптоми, пов'язані з травматичним досвідом. Це може включати флешбеки, гіпервигляд і збудженість [3, с. 65].

Травматичні події можуть впливати на спосіб, яким Український народ сприймає себе і свою ідентичність. Вони можуть формувати почуття самосвідомості, національної гордості та сприйняття своєї ролі в історії. Травматичні події також можуть впливати на сприйняття та ставлення до інших народів. Вони можуть формувати історичну пам'ять, стереотипи та стосунки з іншими націями, які можуть бути сприйняті як союзники, супротивники або свідки минулих травм. Травматичні історичні події мають потужний вплив на розвиток громадянського суспільства та суспільних рухів у сучасній Україні. Ці події викликають активну громадську участь, боротьбу за права та свободи, розвиток громадських організацій та ініціатив [7].

Висновки. Отже, дослідження впливу історичних подій на колективну психологію сучасної України свідчить про те, що травматичні історичні події мають значний вплив на українське суспільство. Ці події створюють глибокі емоційні рани та травми, які впливають на національну свідомість, ідентичність та сприйняття себе та інших народів.

Травматичні історичні події спонукають до виникнення колективної тривоги, посттрав-

матичного стресового розладу та колективної відповідальності. Вони формують почуття національної гордості, стійкості. Окрім того, вони впливають на політичні настанови, ідеології, взаємини з іншими національностями, громадянське суспільство та суспільні рухи.

Існує потреба в подальших дослідженнях, щоб глибше розуміти вплив травматичних історичних подій на колективну психологію сучасної України. Дослідники можуть зосередитися на таких аспектах, як:

- аналіз впливу травматичних історичних подій на політичну та соціальну ситуацію в Україні;

- дослідження впливу травматичних історичних подій на молоде покоління, визначення ролі історичної травми у формуванні світогляду, цінностей та ідентичності української молоді.

Практична значущість результатів дослідження впливу травматичних історичних подій на колективну психологію сучасної України полягає у їх використанні для розроблення ефективних стратегій подолання травми та побудови здорового суспільства.

Результати дослідження можуть бути використані для розроблення програм психологічної підтримки та реабілітації постраждалих від травматичних подій. Це можуть бути програми психотерапії, групові сесії, тренінги зі стресового менеджменту та інші інтервенційні заходи, спрямовані на поліпшення психічного стану та забезпечення психологічної підтримки тим, хто відчуває наслідки травми.

Дослідження можуть допомогти українському суспільству стати свідомими своєї історії, зрозуміти власні потреби і цінності та розвивати здорову політичну й соціальну культуру.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Горностаї П.П. Колективна травма та групова ідентичність. *Психологічні перспективи. Спеціальний випуск: Актуальні проблеми психології малих, середніх та великих груп. Проблема цілісності суспільства, групи та особистості.* 2012. Т. 2. С. 89–95.

2. Горностаї П.П. Колективна травма як проблема соціальної та політичної психології. *Проблеми політичної психології.* 2018. № 21(1). С. 54–68.

3. Міхно Н.К. Проекції культурної травми в просторі повсякденності: до питання візуальної презентації дискурсу війни в міському просторі. *Габітус.* 2020. Вип. 11. С. 61–66.

4. Суший О.В. Проблема колективної травми в українському соціумі та пошук стратегій її опанування. *Наукові записки Інституту політичних і етнонаціональних досліджень ім. І.Ф. Кураса НАН України.* 2014. № 6(74). С. 18–32.

5. Суший О. Проблема колективної травми в українському соціумі та пошук стратегій її опанування. *Наукові записки ІПіЕНД ім. І.Ф. Кураса НАН України.* 2014. Вип. 6(74). С. 18–32.

6. Яремчук О.В. Історична психологія: націєтворчий потенціал : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 142 с.

7. Лубківський І. Колективна травма українців: її позитивні та негативні наслідки, що з нею робити і навіщо. URL: <https://life.pravda.com.ua/columns/2019/02/12/235552/> (дата звернення: 22.06.2023).

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ: СУЧАСНІ ВИКЛИКИ ТА СТРАТЕГІЇ ВЗАЄМОДІЇ

PSYCHOLOGICAL ASPECT OF LIFE SAFETY: MODERN CHALLENGES AND INTERACTION STRATEGIES

Стаття є дослідженням психологічних аспектів безпеки життєдіяльності. Указано, що психологічний аспект безпеки життєдіяльності – це важлива та багатогранна концепція, що охоплює різноманітні виклики та стратегії взаємодії у сучасному суспільстві. Психологія безпеки життєдіяльності допомагає людям розуміти й усвідомлювати ризики, пов'язані з різними сферами їхнього життя, такими як безпека на роботі, на дорозі, вдома тощо. Це дає змогу індивідам усвідомлювати потенційні небезпеки і приймати обґрунтовані рішення. Психологія безпеки життєдіяльності вивчає, як емоції впливають на сприйняття й оцінку ризику, а також на реакцію людини на небезпеку. Розуміння впливу емоцій може допомогти розробити ефективні стратегії зниження ризиків і поліпшити безпеку. Психологія безпеки життєдіяльності враховує важливість соціального контексту у формуванні безпеки життєдіяльності. Соціальні чинники, такі як норми, цінності, стереотипи, підтримка оточуючих людей і комунікація, можуть впливати на сприйняття ризиків та безпеку. Сучасний світ стикається з різноманітними проблемами психології безпеки життєдіяльності. Найбільш поширеними проблемами є: інформаційна перевантаженість, цифровий стрес, кібербулінг, крадіжка особистих даних, залежність від технологій, інформаційна маніпуляція. Стратегії заспокоєння та розвитку резилієнтності є важливими аспектами психології безпеки життєдіяльності в сучасному світі. Ось деякі з них: дихальні вправи та релаксація, збереження фізичного здоров'я, планування та управління часом, практика позитивного мислення. Розвиток психологічного аспекту безпеки життєдіяльності має практичне значення для нашого повсякденного життя. Він допомагає нам зберегти особисту безпеку, поліпшити якість міжособистісних відносин, ефективно вирішувати проблеми та підтримувати фізичне і психічне здоров'я. Ці стратегії взаємодії стають інструментами, які допомагають нам адаптуватися до змін і забезпечувати психологічну стійкість у сучасному світі.

Ключові слова: безпека життєдіяльності, психологічне благополуччя, цифровий світ,

конфіденційність, резильєнтність, критичне мислення.

The psychological aspect of life safety is an essential and multifaceted concept that encompasses various challenges and interaction strategies in modern society. This abstract explores the contemporary challenges related to psychological safety and the strategies for effective interaction. First and foremost, modern society faces a wide range of threats, including natural disasters, technological accidents, terrorist acts, pandemics, and more. These events can cause significant levels of stress and anxiety in individuals. The psychological aspect of life safety investigates how emotions influence risk perception, assessment, and individual reactions to danger. Secondly, the social context plays a crucial role in psychological safety. Interactions with others, group dynamics, and perceptions of social safety norms can influence feelings of security and emotional resilience in individuals. Thirdly, the psychological aspect of safety in the informational environment examines the impact of information technologies, social media, and media on psychological well-being. People are confronted with an increasing volume of information, including negative and harmful content, which can induce stress and affect mental well-being. The psychological aspect explores how to manage information overload, develop critical thinking skills, and promote a healthy relationship with technology. Contemporary challenges in the psychology of life safety include information overload, digital stress, cyberbullying, personal data theft, technology addiction, and information manipulation. Strategies for calming and developing resilience are vital aspects of the psychology of life safety in the modern world. Some of these strategies include breathing exercises and relaxation techniques, maintaining physical health, effective time management, and practicing positive thinking. The development of the psychological aspect of life safety has practical significance in our daily lives. It helps us maintain personal safety, improve interpersonal relationships, effectively solve problems, and support physical and mental well-being. These interaction strategies become tools that enable us to adapt to changes and maintain psychological stability in the modern world.

Key words: life safety, psychological well-being, digital world, confidentiality, resilience, critical thinking.

УДК 159.9.316

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.30>

Нежива С.М.

старший викладач кафедри теоретичних дисциплін
Коледж хореографічного мистецтва
«Київська муніципальна академія танцю імені Серга Лифаря»

Неділько В.В.

старший викладач кафедри теоретичних дисциплін
Коледж хореографічного мистецтва
«Київська муніципальна академія танцю імені Серга Лифаря»

Вступ. Психологічний аспект безпеки життєдіяльності – це важлива та багатогранна концепція, що охоплює різноманітні виклики та стратегії взаємодії у сучасному суспільстві. Забезпечення благополуччя та безпеки осіб у повсякденному житті передбачає не лише фізичний захист, а й вирішення їхніх психологічних потреб та проблем. В останні роки психологія усе більше визнає глибокий вплив

психологічних чинників на відчуття безпеки та загальну якість життя особи. Це визнання призвело до збільшення уваги до розуміння та вирішення психологічних аспектів безпеки життєдіяльності.

У цьому контексті з'явилися сучасні виклики, що підкреслюють необхідність комплексного підходу до забезпечення психологічного благополуччя особи. Чинники, такі як тех-

нологічний прогрес, соціальні зміни, екологічні загрози і глобальні кризи, внесли нові складнощі та ризики в життя людей, що вимагають глибокого розуміння психологічних динамік, що відбуваються. Окрім того, пандемія COVID – 19 принесла непередбачувані виклики для відчуття безпеки особи, її психічного здоров'я та соціальної зв'язаності, наголошуючи на важливості психологічних стратегій у збереженні стійкості та підтримки благополуччя.

Для успішного вирішення цих викликів необхідно розробляти та впроваджувати відповідні стратегії взаємодії. Ці стратегії стосуються не лише окремих осіб, а й спільнот, установ, що приймають рішення, оскільки вони відіграють важливу роль у сприянні культурі безпеки та психологічної підтримки. Співпраця між психологами, медичними працівниками, педагогами та різними зацікавленими сторонами є вирішальною для створення комплексних кадрових систем, які інтегрують психологічне благополуччя у ширший контекст безпеки життєдіяльності.

Виклад основного матеріалу. Свідомість ризиків є важливим складником психології безпеки життєдіяльності. Вона відноситься до усвідомлення людиною потенційних небезпек і ризикованих ситуацій у різних аспектах їхнього життя. Основна мета свідомості ризиків полягає у тому, щоб люди могли розпізнавати небезпеку, оцінювати ризики і приймати обґрунтовані рішення, спрямовані на зниження ризиків та забезпечення безпеки.

Ключові аспекти свідомості ризиків:

- Розпізнавання ризиків: виявлення фізичних небезпек, соціальних загроз, здоров'язберігаючих ризиків та інших потенційних небезпек.

- Оцінка ризиків вимагає здатності аналізувати інформацію про потенційні наслідки, ймовірність їх виникнення та вплив цих наслідків на безпеку.

- Самооцінка. Люди повинні бути в змозі оцінювати свої власні здібності, знання та навички, які необхідні для безпечної поведінки. Це включає визначення своїх обмежень та усвідомлення власних сильних і слабких боків [7].

- Прийняття обґрунтованих рішень означає урахування доступної інформації про ризики, оцінювання альтернатив та вибір найбезпечніших шляхів дії.

- Комунікація. Важливою частиною свідомості ризиків є здатність ефективно спілкуватися щодо безпеки з іншими людьми. Це може включати обмін інформацією про ризики, поради щодо безпеки, навчання та попередження інших про потенційні небезпеки [2, с. 168–169].

Емоції грають важливу роль у психології безпеки життєдіяльності. Вони мають вплив на сприйняття, оцінку та реакцію людини на ризиковані ситуації та небезпеку.

Коли ми стикаємося з потенційно небезпечними ситуаціями, емоції можуть впливати на сприйняття ризику. Позитивні емоції можуть призвести до недооцінки ризиків, тоді як негативні – спричинити перебільшення ризиків. Розуміння впливу емоцій на сприйняття ризиків допомагає забезпечити більш об'єктивну оцінку потенційних небезпек.

Емоції також мають вплив на поведінку в ризикованих ситуаціях. Наприклад, страх може спонукати до обережності та уникання небезпеки, тоді як відсутність страху або позитивні емоції – сприяти більш ризикованій поведінці. Розуміння впливу емоцій на поведінку допомагає розробити ефективні стратегії безпеки.

Прийняття рішень також підпорядковується емоційному впливу. Емоційний стан може впливати на спосіб обґрунтування ризиків, оцінку альтернатив та вибір стратегій дії. Розуміння того, як емоції впливають на прийняття рішень, є важливим для кращого управління ризиками [4, с. 145].

Нарешті, емоції, особливо стрес, можуть впливати на реакцію людини на небезпеку. Стрес може викликати фізіологічні та психологічні зміни, що можуть впливати на здатність адекватно реагувати на небезпеку. Стресові реакції можуть змінювати рівень уваги, концентрації, реакційну швидкість та здатність приймати обґрунтовані рішення, що може впливати на безпеку.

Соціальний контекст відіграє суттєву роль у психології безпеки життєдіяльності. Він включає у себе взаємодію з іншими людьми, соціальні норми, культурні впливи та сприйняття безпеки в громадському просторі. Ось деякі аспекти соціального контексту, які впливають на безпеку:

- Вплив оточуючих: оточуючі люди можуть впливати на наше сприйняття безпеки і безпечну поведінку. Наприклад, якщо люди навколо нехтуючи ставляться до безпеки, це може підштовхнути нас до ризикованої поведінки. Зворотний вплив також може мати місце, коли ми спостерігаємо безпечну поведінку інших людей, що може стимулювати нас до прийняття безпечних рішень.

- Сприйняття безпеки в громадському просторі може варіюватися залежно від соціального контексту. Деякі сфери або ситуації можуть сприйматися як більш безпечні, ніж інші, на основі повідомлень ЗМІ, статистики, думок та досвіду інших людей [1, с. 76–77].

- Соціальна підтримка. Наявність соціальної підтримки може впливати на нашу поведінку в ситуаціях ризику. Коли ми маємо підтримку і розуміння оточуючих, це може підвищити нашу впевненість та здатність дотримуватися безпечних стратегій. Спільні правила, навчання і тренування з безпеки, а також допомога інших людей можуть сприяти безпеці та зменшенню ризику.

– Соціальний вплив може мати ефект на нашу безпеку, особливо у групових ситуаціях. Розуміння соціального впливу допомагає нам ставати більш самостійними й обґрунтованими у своїх діях, зберігаючи при цьому безпеку [3, с. 174].

Важливо зазначити, що психологічний аспект безпеки в інформаційному середовищі відіграє важливу роль у забезпеченні безпеки та захисту особистої інформації у цифровому світі. Для забезпечення ефективного захисту в цьому середовищі необхідно враховувати кілька ключових аспектів.

Розвиток критичного мислення є ключовим чинником у психологічній безпеці в інформаційному середовищі. Це означає, що особи повинні бути здатними критично оцінювати достовірність джерел інформації, переконуватися у безпеці перед виконанням певних дій (наприклад, натискання посилань або завантаження файлів), а також розуміти різницю між справжніми повідомленнями та шахрайськими схемами.

Управління пароллями та обмеження доступу до особистої інформації є ще одним важливим аспектом психологічної безпеки в інформаційному середовищі. Рекомендується використовувати сильні паролі, регулярно їх змінювати, уникати використання одного пароля для різних сервісів та забезпечувати конфіденційність своїх облікових записів.

Окрім того, важливим аспектом психологічної безпеки в інформаційному середовищі є здатність фільтрувати інформацію. В Інтернеті ми зіштовхуємося з великим обсягом інформації, і це може створювати психологічний стрес та спричиняти втому. Уміння відділяти достовірну інформацію від недостовірної, перевіряти джерела та розуміти контекст допомагає зберегти емоційний комфорт та уникнути поширення неправдивої або шкідливої інформації [5, с. 11–12].

Сучасний світ стикається з різноманітними проблемами психології безпеки життєдіяльності. Найбільш поширеними проблемами є: інформаційна перевантаженість, цифровий стрес, кібербулінг, крадіжка особистих даних, залежність від технологій, інформаційна маніпуляція.

Слід також звернути увагу на ефект FOMO (Fear of Missing Out). Соціальні мережі та постійний доступ до інформації про життя інших можуть створювати почуття упущеного шансу (FOMO). Люди можуть відчувати, що їхнє життя не таке захопливе або важливе, порівнюючи себе з ідеалізованими зображеннями інших. Це може спричиняти стрес, незадоволення собою та негативно впливати на психічне здоров'я [7].

Ураховуючи ці проблеми, важливо вживати заходів для забезпечення психологічної безпеки у сучасному світі:

– Саморегулювання і баланс. Важливо розуміти свої власні потреби і обмеження щодо використання технологій. Установлення границь і обмежень у часі, які ви приділяєте онлайн-активностям, може допомогти уникнути перевантаження та залежності.

– Розвиток критичного мислення.
– Збереження приватності та безпеки даних.

– Розуміння впливу соціальних мереж.
– Розвиток соціальної підтримки. Навчайтеся розпізнавати та уникайте взаємодій, які можуть бути шкідливими для вашої емоційної стабільності. Залучайтеся до підтримуючих груп і практикуйте емоційну взаємодію з близькими людьми. Важливо мати можливість відкрито висловлювати свої почуття, спілкуватися зі своїми близькими і шукати підтримку в разі стресових ситуацій [5, с. 17].

Психологічна безпека також включає у себе розвиток резильєнтності. Резильєнтність – це здатність пристосовуватися до стресу, невдач та труднощів і повертатися до нормального стану. Розвиток резильєнтності включає у себе розуміння власних емоцій, розвиток соціальної підтримки, позитивного мислення і здатність швидко адаптуватися до змін.

Стратегії заспокоєння та розвитку резильєнтності є важливими аспектами психології безпеки життєдіяльності у сучасному світі. Ось деякі з них:

- Дихальні вправи та релаксація.
- Збереження фізичного здоров'я.
- Планування та управління часом.
- Практика позитивного мислення.

Розвиток навичок рішення проблем є ще однією важливою стратегією. Уміння визнавати потенційні ризики, розробляти ефективні стратегії вирішення проблем та залучати необхідні ресурси допомагає забезпечити безпеку в різних ситуаціях.

Здоровий спосіб життя також має велике значення для психологічної безпеки. Звернення уваги на фізичне та психічне здоров'я (регулярна фізична активність, збалансоване харчування і відпочинок) допомагає підтримувати енергію та витривалість.

Окрім того, навчання і набуття нових навичок є важливою стратегією у психології безпеки життєдіяльності. Набуття знань про безпеку в різних аспектах життя допомагає підвищити компетентність і впевненість у себе. Це може включати навчання практичних навичок, таких як перша допомога або основи самооборони, а також оволодіння навичками розумного використання технологій та Інтернету [6, с. 98].

Висновки. Психологічний аспект безпеки життєдіяльності є важливим елементом нашого благополуччя й успішної адаптації до сучасного світу. Розвиток самосвідомості, комунікаційних навичок, навичок рішення про-

блем, здорового способу життя та набуття нових знань допомагає забезпечити психологічну безпеку і зменшити уразливість перед різними загрозами.

Окрім того, критичне мислення та розвиток резильєнтності є необхідними вміннями в умовах сучасного інформаційного середовища. Уміння критично оцінювати інформацію, виявляти шахраїв та захищати свою конфіденційність допомагає зберегти психологічну безпеку в онлайн-середовищі.

Розвиток психологічного аспекту безпеки життєдіяльності має практичне значення для нашого повсякденного життя. Він допомагає нам зберегти особисту безпеку, поліпшити якість міжособистісних відносин, ефективно вирішувати проблеми та підтримувати фізичне та психічне здоров'я. Ці стратегії взаємодії стають інструментами, які допомагають нам адаптуватися до змін і забезпечувати психологічну стійкість у сучасному світі.

Практичне значення отриманих результатів вивчення психологічного аспекту безпеки життєдіяльності полягає у можливості застосування цих знань і стратегій у реальному житті. Отримані результати можуть мати вагомий вплив на якість життя та безпеку людей у сучасному світі.

По-перше, інформування та освіта на основі отриманих результатів можуть допомогти збільшити рівень обізнаності про психологічну безпеку та свідоме ставлення до ризикових ситуацій. Це може включати розроблення інформаційних матеріалів, проведення тренінгів та навчальних програм для різних груп населення.

По-друге, результати дослідження можуть бути використані для розроблення індивідуальних стратегій взаємодії з різними викликами та небезпеками. Люди зможуть вивчити навички самосвідомості, емоційного регулювання, комунікації та розвитку резильєнтності. Це допоможе зміцнити їхню психологічну стійкість, забезпечити ефективну адаптацію до змін та зменшити негативний вплив стресових ситуацій.

Практичне значення отриманих результатів також полягає у впровадженні психологічних аспектів безпеки життєдіяльності на рівні громадської політики та соціальних програм. Інформація про вплив психологічних чинників на безпеку та благополуччя може бути використана для розроблення ефективних заходів у сфері охорони здоров'я, освіти, роботи з молоддю, кризового управління та соціального захисту. Такі програми можуть сприяти психологічній стійкості, підвищенню якості життя та загальному благополуччю суспільства.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Калашнікова Л.В. Особливості вивчення безпеки життєдіяльності як соціального явища. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Соціологічні дослідження сучасного суспільства: методологія, теорія, методи»*. 2017. Вип. 39. С. 73–79.
2. Корнієнко О.В. Теоретико-методологічні питання безпеки життєдіяльності на прикладі психології безпеки. *Психологія національної безпеки та безпеки життєдіяльності. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2021. Т. 32(71). № 5. С. 166–171.
3. Письменна М.С., Бондарчук С.В. Психологічні аспекти безпеки життєдіяльності. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2021. Т. 32(71). № 5. С. 172–176.
4. Піскунова Л., Прилипко В., Зубок Т. Безпека життєдіяльності : підручник. Київ : Академія, 2012. 224 с.
5. Слюсаревський М.М. Психологічна безпека людини в онтологічному і гносеологічному вимірах. Післямова до роботи, відзначеної Державною премією України в галузі науки та техніки. *Наукові студії з соціальних та політичних наук*. 2020. Вип. 45(48). С. 7–26.
6. Цюман Т., Нагула О. Психологічна формула безпеки як концептуальна основа формування навичок безпечної поведінки особистості. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка*. 2021. № 35(1). С. 94–100.
7. Толок А.О., Крюковська О.А. Безпека життєдіяльності : навчальний посібник. URL: <http://www.dstu.dp.ua/Portal/Data/5/10/2-10-mz33.pdf> (дата звернення: 23.06.2023).

ПСИХОЛОГІЧНЕ СУПРОВОДЖЕННЯ ПОЛІЦЕЙСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УКРАЇНІ В УМОВАХ ВІЙНИ

PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF POLICE ACTIVITIES IN UKRAINE DURING THE CONDITIONS OF WAR

У статті здійснено аналіз процесу психологічного супроводу поліцейської діяльності в Україні в умовах війни. Визначено, що завданням Національної поліції України є виконання специфічних державних функцій із забезпечення правопорядку, профілактики протиправних діянь та боротьби зі злочинністю на території нашої держави. Виконання завдань, покладених на поліцейського, передбачає високий рівень професійної психологічної підготовки, особливо в умовах війни. Акцентовано увагу на застосуванні різноманітних методів та методик у процесі психологічного супроводу поліцейської діяльності. Так, на етапі відбору персоналу Національної поліції використовують методи, які спрямовані на встановлення наявної психологічної готовності кандидатів до виконання специфічних стресогенних поліцейських функцій, особливо за наявності в Україні воєнного сьогодення (співбесіда, анкетування, тестування та ін.). На стадії професійної психологічної підготовки здійснюється тренування з розвитку особистісних якостей, таких як самоконтроль, рефлексія, емоційна стійкість, спроможність до самоактуалізації та творчості, проводяться тренінги з підвищення рівня комунікації, тимчасового зняття стресу, підвищення мотивації до виконання службових обов'язків, зниження рівня ризику психологічної травми у разі попадання в екстремальні ситуації, у тому числі за безпосередньої участі у бойових діях. Зазначено, що під час безпосереднього виконання поліцейськими службових обов'язків представниками психологічної служби Національної поліції також застосовуються багатовекторні психологічні методи. Вони включають у себе анкетування, спостереження, інтерв'ю, психологічні тести, експертні оцінки та ін. Наприклад, діагностика, яка є однією з найважливіших функцій психолога в Національній поліції України, необхідна для забезпечення ефективної роботи поліцейських у різних сферах їхньої діяльності, таких як робота з громадськістю, протидія злочинності, розслідування кримінальних правопорушень, охорона громадського порядку тощо. Резюмуючи, можна сказати, що виконання поліцейських функцій, особливо в умовах воєнного стану, передбачає високий рівень професійної психологічної підготовки. Рівень такої підготовки забезпечується на таких стадіях, як: процес психологічного відбору майбутнього персоналу Національної поліції України; процес професійної психологічної підготовки, який включає у себе безпосередньо теоретичні знання та практичні навички психологічних аспектів роботи поліцейського; психологічне забезпечення безпосереднього виконання службових обов'язків поліцейськими України, які нині невідділені від війни.

Ключові слова: Національна поліція, психологічне супроводження, психологічна підготовка, методи психологічного супроводження поліцейської діяльності, психологічна готовність.

The article analyzes the process of psychological support of police activity in Ukraine during the war. It was determined that the task of the National Police of Ukraine is to perform specific state functions to ensure law and order, prevent illegal acts and fight crime on the territory of our state. Completing the tasks assigned to a police officer requires a high level of professional psychological training, especially in wartime conditions. Emphasis is placed on the application of various methods and techniques in the process of psychological support of police activity. Thus, at the stage of selection of National Police personnel, methods are used that are aimed at establishing the existing psychological readiness of candidates to perform specific stressful police functions, especially in the presence of war in Ukraine today (interview, questionnaire, testing, etc.). At the stage of professional psychological training, training is carried out on the development of personal qualities, such as self-control, reflection, emotional stability, the ability to self-actualize and creativity, training is carried out on increasing the level of communication, temporary stress relief, increasing motivation to perform official duties, reducing the level of risk psychological trauma when exposed to extreme situations, including direct participation in hostilities. It is noted that during the direct performance of official duties by police officers, representatives of the psychological service of the National Police, multi-vector psychological methods are also used. They include questionnaires, observations, interviews, psychological tests, expert assessments and others. For example, diagnosis, which is one of the most important functions of a psychologist in the National Police of Ukraine. It is necessary to ensure the effective work of police officers in various areas of their activity, such as work with the public, combating crime, investigating criminal offenses, maintaining public order, etc. Summarizing, we can say that the performance of police functions, especially under martial law, requires a high level of professional psychological training. The level of such training is ensured at such stages as: the process of psychological selection of future personnel of the National Police of Ukraine; the process of professional psychological training, which directly includes theoretical knowledge and practical skills of the psychological aspects of the work of a police officer; psychological support for the direct performance of official duties by police officers of Ukraine, who are currently inseparable from the war.

Key words: National police, psychological support, psychological training, methods of psychological support of police activity, psychological readiness.

УДК 159.9.07:316.4

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.31>

Самара О.Є.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Національний університет
«Одеська юридична академія»

Ташматов В.А.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Національний університет «Одеська
юридична академія»

Статтю присвячено проблемі психологічного забезпечення поліцейської діяльності в Україні. Така діяльність, на нашу думку, спрямована на:

1. процес психологічного відбору майбутнього персоналу Національної поліції України;
2. процес професійної психологічної підготовки, який включає у себе безпосередньо теоретичні знання та практичні навички психологічних аспектів роботи поліцейського;
3. психологічне забезпечення безпосереднього виконання службових обов'язків поліцейськими України.

Завданнями поліції України є надання поліцейських послуг у сферах:

- 1) забезпечення публічної безпеки і порядку;
- 2) охорони прав і свобод людини, а також інтересів суспільства і держави;
- 3) протидії злочинності;
- 4) надання у межах, визначених законом, послуг із допомоги особам, які з особистих, економічних, соціальних причин або внаслідок надзвичайних ситуацій потребують такої допомоги [1].

Виконання поліцейських функцій, особливо в умовах воєнного стану, передбачає високий рівень професійної психологічної підготовки. Рівень такої підготовки забезпечується на стадіях:

1. процесу психологічного відбору майбутнього персоналу Національної поліції України;
2. процесу професійної психологічної підготовки, який включає у себе безпосередньо теоретичні знання та практичні навички психологічних аспектів роботи поліцейського;
3. психологічного забезпечення безпосереднього виконання службових обов'язків поліцейськими України.

Процес психологічного відбору майбутнього персоналу Національної поліції України – це процес визначення в особи, яка є кандидатом на службу в поліцію, провідних індивідуально-психологічних особливостей, якостей і рис характеру, мотивації її поведінки, психофізіологічних, емоційних реакцій та станів, закономірностей перебігу психічних процесів, рівня розвитку інтелекту, пізнавальної сфери, особливостей мислення, пам'яті, уваги, емоційно-вольової сфери, способу прийняття самостійних рішень, наявності лідерських тенденцій, загального розвитку комунікативних якостей, схильності до управлінської діяльності, прогнозування стресостійкості, успішності у певних умовах професійної діяльності, психологічної готовності до несення служби в екстремальних ситуаціях.

На цій стадії супроводження поліцейської діяльності застосовується низка методів, наприклад тестування. Так, для оцінки інтелектуальних здібностей та рівня розвитку пізнавальних процесів використовуються різнома-

нітні тести на інтелект. Такі тести дають змогу визначити рівень розвитку когнітивних функцій особистості та виявити можливі особистісні відмінності. Окрім того, використовуються тести на професійну придатність, що дають змогу оцінити відповідність особистості певним професійним вимогам.

Для виявлення особистісних рис та властивостей використовуються різноманітні проєктивні методи, які дають можливість зрозуміти психологічну сутність особистості та виявити можливі проблемні аспекти. Наприклад, одним із таких методів є малювання, яке дає змогу визначити особливості сприйняття світу, емоційний стан, уміння досягати мети тощо.

Також використовуються методи професійної орієнтації, що дають можливість оцінити спрямованість особистості на виконання певних професійних завдань. Для цього використовуються різні психологічні тести та інструменти. Це можуть бути: методика КОТ; методика «Слухо-мовна пам'ять»; методика «Коректурна проба»; методика «16-факторний опитувальник Кеттела»; методика схильності до ризику О. Г. Шмельова; багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ) А.Г. Маклакова і С.В. Чермяніна та ін.

Професійна психологічна підготовка є однією з найважливіших функцій процесу психологічного забезпечення служби в Національній поліції України. Її мета полягає у забезпеченні психологічної готовності поліцейських до виконання службових завдань у складних та стресових умовах, особливо в умовах війни [2].

Професійна психологічна підготовка здійснюється у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання та в центрах первинної професійної підготовки поліцейських Міністерства внутрішніх справ України. До цього процесу безпосередньо задіяні як професійні психологи, що викладають психологію як науку, так і викладачі спеціальних дисциплін, які акцентують увагу на набутті практичних психологічних навичок поліцейської діяльності.

Тут ми можемо розглянути характерні приклади професійної психологічної підготовки поліцейських. Так, під час підготовки патрульних поліцейських акцент робиться на психологічних особливостях виконання функцій із:

- А) забезпечення громадського (публічного) порядку;
- Б) забезпечення безпеки дорожнього руху;
- В) надання відповідної допомоги людям, які внаслідок надзвичайних ситуацій потребують такої допомоги.

Під час підготовки дільничних офіцерів поліції робиться акцент на психологічних особливостях виконання функцій із:

- А) недопущення вчинення кримінальних та адміністративних правопорушень на закріпленій території;

Б) проведення профілактичних заходів серед населення, у тому числі серед осіб раніше засуджених, осіб, що вчинили домашнє насильство, та інших категорій;

В) розгляду заяв та повідомлень громадян, юридичних осіб, представників органів державної влади та місцевого самоврядування;

Г) збору матеріалів про адміністративні правопорушення та їх розгляду.

Під час підготовки співробітників кримінальної поліції здебільшого звертається увага на психологічні особливості:

А) проведення заходів із розкриття вчинених кримінальних правопорушень;

Б) проведення оперативно-розшукових заходів;

В) розшуку осіб, що переховуються від органів досудового розслідування чи суду.

Під час підготовки слідчих акцент робиться на психологічних особливостях:

А) проведення заходів із розкриття та досудового розслідування кримінальних правопорушень;

Б) проведення окремих процесуальних дій під час досудового розслідування кримінальних правопорушень;

В) взаємодії з різними учасниками кримінального процесу (адвокат, експерт, свідок, прокурор та ін.).

Але ми також обов'язково повинні відзначити, що український поліцейський незалежно від спеціального звання чи посади на всій території нашої держави незалежно від часу та місця знаходження повинен бути психологічно готовим до:

– затримання особи, яка явно вчиняє дії, що загрожують життю або здоров'ю людей, громадській безпеці та безпеці країни. Тут потрібні як суто тактико-спеціальні, так і психологічні навички із застосування вогнепальної зброї, спеціальних засобів та заходів фізичного впливу. Особливо це стосується воєнного сьогодення України;

– надання людям домедичної допомоги, у тому числі постраждалим від військових дій;

– здійснення можливих організаційних, рятувальних та інших заходів під час надзвичайних ситуацій [4, с. 31].

Методи професійної психологічної підготовки поліцейських включають тренування з розвитку особистісних якостей, таких як самоконтроль, рефлексія, емоційна стійкість, спроможність до самоактуалізації та творчості. Також до методів психологічної підготовки відносяться тренінги з підвищення рівня комунікації, тимчасового зняття стресу, підвищення мотивації до виконання службових обов'язків, зниження ризику психологічної травми в результаті зустрічі з екстремальними ситуаціями.

Професійна психологічна підготовка також включає у себе підготовку до виконання кон-

кретних службових завдань, що пов'язані з маніпулюванням експертними знаннями, підвищенням ефективності спілкування з громадянами, підготовкою до переговорів зі злочинцями, у тому числі що утримують заручників, до проведення різноманітних слідчих дій.

Психологічна підготовка є важливим складником процесу формування та підтримки професійної компетентності поліцейських України. Основні методи психологічної підготовки включають:

Тренінги – спеціально розроблені навчальні програми, які сприяють формуванню необхідних навичок та вмінь, а також розвитку певних особистісних якостей. Тренінги можуть бути спрямовані на розвиток комунікативних навичок, навичок управління конфліктами, зниження стресу тощо. Їх можна проводити як індивідуально, так і в групах. Індивідуальні тренінги дають змогу більш детально розглянути питання, які стосуються конкретного поліцейського, а також спрямовані на розвиток індивідуальних навичок та вмінь. Групові – сприяють формуванню комунікативної компетенції, навичок співпраці та колективної роботи.

Курси лекцій – такий метод передбачає проведення лекцій із психології, спеціальних аспектів конкретних функцій поліції, профілактики професійного вигорання та інших тем, які можуть бути корисними для поліцейських України.

Індивідуальні консультації – психологи та викладачі спеціальних дисциплін можуть працювати з поліцейськими індивідуально, надаючи їм допомогу в розв'язанні конкретних проблем, із якими вони зіткнулися у своїй професійній діяльності.

Групові заняття – такі заняття можуть включати дебати, дискусії, тренінги з комунікації тощо, де поліцейські можуть обмінюватися думками та досвідом, спілкуватися зі своїми колегами та знаходити шляхи вирішення певних проблем.

Симуляційні тренажери – цей метод полягає у використанні спеціального обладнання для створення віртуальних ситуацій, у яких можуть опинитися поліцейські.

Імітаційна підготовка, яка базується на використанні спеціального обладнання тренувальних майданчиків, що імітують реальні ситуації. Цей метод дає змогу поліцейським у практичних умовах відпрацювати навички та вміння, що є важливим у забезпеченні ефективності їхньої роботи, допомагають поліцейським у підвищенні ефективності роботи в екстремальних умовах, у тому числі в умовах війни.

Професійна психологічна підготовка в поліції відіграє важливу роль у формуванні компетентності поліцейських та підвищенні їхньої професійної майстерності. На нашу думку, квінтесенція професійної психологічної під-

готовки поліцейського – перетворення звичайної людини на людину персистентну, як здатна у складний час військового стану акумулювати, накопичувати і тривалий час утримувати в собі життєстійкі властивості і якості, навіть у несприятливих обставинах або в ситуаціях, що не сприяють особистісному росту [3, с. 156].

Психологічна діагностика є одним з основних напрямів роботи психолога в Національній поліції України. Вона застосовується на всіх етапах роботи з поліцейськими (підбір персоналу, його навчання та безпосереднє виконання правоохоронних функцій), що включає у себе такі методи, як анкетування, спостереження, інтерв'ю, психологічні тести та експертні оцінки. Ці методи психологічної діагностики мають свої переваги та обмеження і використовуються залежно від конкретної ситуації та завдання. При цьому, використовуючи такі методи, психолог може не допустити до роботи в поліції так званих «проблемних людей», тобто людей із різними формами девіації (хворих на наркоманію, алкоголізм, ігроманію), людей із підвищеним рівнем жорстокості та ін.

Для проведення психологічної діагностики у Національній поліції України використовуються різноманітні методи тестування, спостереження, анкетування та інтерв'ювання. Одним з основних методів є психологічне тестування, яке може бути як стандартизованим, так і нестандартизованим. Серед стандартизованих тестів можна виділити Мінесотський багатоаспектний особистісний інвентар (MMPI), Тест Айзенка, Тест Рошаха та ін. Нестандартизовані тести зазвичай розробляються психологами самостійно для вирішення конкретних завдань.

Окрім тестування, психолог може використовувати метод спостереження, що дає змогу отримати інформацію про поведінку та емоційний стан особи в різних ситуаціях. Також використовуються методи анкетування та інтерв'ювання, що дають змогу зібрати детальнішу інформацію про особистість та психічний стан поліцейського.

Психологічна діагностика є невід'ємним складником практичної роботи психолога в Національній поліції України. Завдяки застосуванню різноманітних методів діагностики психолог може отримати необхідну інформацію про психічний стан поліцейських та їхню здатність до виконання службових обов'язків у різних умовах.

Один з основних методів діагностики, які використовують психологи, – це опитування. Цей метод полягає у тому, що психолог задає низку запитань поліцейському з метою отримати інформацію про його/її психічний стан та досвід роботи. Завдяки опитуванню психолог

може виявити певні проблеми, які виникають у роботі поліцейських, та знайти способи їх вирішення.

Ще один метод діагностики – спостереження. Психолог може вести спостереження за роботою поліцейських на службі, участю в оперативних заходах та інших випадках, що потребують спеціальної підготовки та взаємодії із соціумом. За результатами спостереження психолог може дати рекомендації щодо поліпшення роботи поліцейських та їхнього психічного стану.

Також психологи використовують проєктивні методи діагностики, які дають змогу дослідити безпосередньо психічний стан поліцейського. Наприклад, тест Тематичної аперцепції є методикою, що використовується для вивчення психічних особливостей людини через її реакцію на стимули.

Психологічна корекція є одним із ключових напрямів роботи психолога в Національній поліції України. Психологічна корекція включає у себе різноманітні методики, спрямовані на поліпшення психологічного стану особи, такі як психотерапія, тренінги, коучинг, медитація та ін.

Головною метою психологічної корекції є зниження рівня дистресу, тривоги та інших психічних проблем у поліцейських, поліпшення психічного стану, збільшення самовизначеності та самореалізації.

Один із методів психологічної корекції, що використовуються в роботі з поліцейським, – це тренінги з психологічної стійкості. Вони дають змогу привити навички ефективного управління стресом, розвивають здатність до самоконтролю, допомагають поліпшити комунікаційні навички. Також використовуються методи релаксації, такі як медитація, йога та ін., які допомагають зняти напругу та зосередитися на внутрішніх ресурсах.

Інший метод психологічної корекції – психотерапія. Психотерапія може бути індивідуальною або груповою. Індивідуальна психотерапія передбачає взаємодію психотерапевта та клієнта один на один. Групова психотерапія зазвичай організовується у формі сесій, під час яких психолог спілкується з групою поліцейських, що мають спільні психологічні проблеми. Цей метод допомагає підтримувати здоровий психічний стан учасників групи та виховувати навички побудови взаємовідносин.

Психотерапія – це систематичний процес, спрямований на поліпшення психологічного стану, розв'язання проблем, зміну негативних установок і формування нових корисних поведінкових звичок. Різні школи психотерапії використовують різні методики, наприклад психоаналіз, гештальт-терапію, когнітивно-поведінкову терапію тощо.

Тренінги – це групові заняття, які мають на меті розвиток певних навичок і вмій. Тренінги

можуть бути спрямовані на розвиток комунікативних навичок, лідерських якостей, емоційного інтелекту тощо.

Коучинг – це індивідуальна або групова робота з клієнтом із метою досягнення конкретної мети. Коучингові сесії зазвичай проводяться у формі бесід, під час яких клієнт визначає свої цілі і разом із коучем розробляє план дій для їх досягнення.

Медитація – це метод зосередження уваги на деякому об'єкті або процесі з метою зниження рівня стресу і поліпшення психічного стану. Різні школи медитації використовують різні техніки, наприклад зосередження на диханні, мантричні медитації, візуалізації тощо.

Резюмуючи викладене, можемо сказати з усією відповідальністю, що психологічне супроводження поліцейської діяльності в Україні, у тому числі в умовах воєнного сьогодення, є вкрай важливим процесом, який спрямований на поліпшення психологічного стану поліцейських та попередження можливих психологічних проблем як у ході виконання службових завдань, так і у звичайному житті. Це, своєю чергою, повинно гарантувати виконання на більш якіс-

ному професійному рівні поліцейських функцій, завдяки яким буде відбуватися виховання гармонійного, законослухняного суспільства.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Про Національну поліцію : Закон України від 02.07.2015 № 580-VIII. Дата оновлення: 15.04.2023. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19#Text> (дата звернення: 15.06.2023).
2. Наказ МВС України від 06.02.2019 № 88 «Про затвердження Порядку організації системи психологічного забезпечення поліцейських, працівників Національної поліції України та курсантів (слухачів) закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0348-19#top> (дата звернення: 15.06.2023).
3. Крюкова М.А., Ташматов В.А. Персистентність як центральна проблема психології особистості. *Вісник Одеського національного університету. Серія «Психологія»*. 2014. Т. 19. Вип. 1(31). С. 152–158.
4. Остапович В.П., Бабенко В.Г., Кирієнко Л.А. Психологічна та фізична готовність особистості до дій в екстремальних ситуаціях : практичний посібник / за ред. В.О. Криволапчука. Київ : ДНДІ МВС України, 2016. 84 с.

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТЕНДЕНЦІЇ ДО НАСЛІДУВАННЯ БЛОГЕРІВ ТА ПРОФЕСІЙНОЇ САМОЕФЕКТИВНОСТІ МОЛОДІ

CORRELATIONAL BETWEEN TENDENCY TO FOLLOW BLOGGERS AND PROFESSIONAL SELF-EFFICACY OF YOUTH

У статті здійснено аналіз професійної самоєфективності та тенденції до наслідування блогерів у сучасній молоді. Доведено, що дана тема є актуальною і важливою з психологічного та практичного погляду. Перш за все, професійна самоєфективність є ключовим чинником успіху в будь-якій галузі, тому вивчення її впливу на молодь дасть змогу визначити шляхи поліпшення їхньої професійної діяльності. Окрім того, блогери впливають на молодь, формуючи в останніх тенденцію до наслідування чужого стилю життя.

Дослідження взаємозв'язку між самоєфективністю та наслідуванням блогерів допоможе зрозуміти цей процес та вплинути на нього для поліпшення якості життя та діяльності молоді. Окрім того, дослідження має практичну важливість, оскільки може сприяти розробленню ефективних методик навчання та розвитку професійних навичок молоді, а також формуванню культури вільного вибору та критичного мислення.

У роботі подано результати проведеного дослідження, які розкривають особливості взаємозв'язку професійної самоєфективності та тенденції до наслідування блогерів. Використано різні методи, зокрема теоретичні, такі як аналіз, синтез, індукція, дедукція і систематизація теоретичних даних. Для отримання емпіричних результатів застосовано діагностичне опитування та статистичне опрацювання даних із використанням кореляційного методу. Зокрема, здійснено психодіагностичне вимірювання рівня професійної самоєфективності, соціальних очікувань, професійного самоздійснення, а також міри вираженості цінностей особистості.

Виявлено взаємозв'язок відчуття близькості до блогера і ціннісних орієнтацій та переконань щодо своєї професійної діяльності, зокрема за показниками доброти, універсальності, автономії, стимуляції, гедонізму та досягнень. Доведено, що особи, які мають вищу схильність до використання професійного досвіду і досягнень інших, демонструють вищий рівень взаємодії з інфлюенсерами; особи з високим рівнем очікуваного ставлення до учасників взаємодії, очікуваними результатами діяльності і соціальними очікуваннями мають вищі показники довіри, надійності та компетентності інфлюенсерів.

Ключові слова: самоєфективність, професійна самоєфективність, інфлюенсери, медіалсихологія, соціальні мережі.

In article are analyzes professional self-efficacy and the tendency to imitate bloggers among modern youth. It has been proven that this topic is relevant and important from a psychological and practical point of view. Firstly, professional self-efficacy is a key factor for success in any field, so studying its influence on young people will help identify ways to improve their professional performance. Furthermore, bloggers exert an influence on young people, thus forming a tendency in the latter to imitate someone else's lifestyle.

Exploring the correlations between self-efficacy and the imitation of bloggers will shed light on this process and enable interventions to enhance the quality of life and activities of young individuals. Moreover, this research holds practical significance as it can contribute to the development of effective teaching methods and the cultivation of professional skills among youth. Additionally, it can foster a culture of independent choice and critical thinking. The research presents the results of conducted research that reveal the factors underlying the correlations between professional self-efficacy and the tendency to follow bloggers. Various methods were employed, including theoretical approaches such as analysis, synthesis, induction, deduction, and systematization of theoretical data. To obtain empirical results, a diagnostic survey was conducted, and data were statistically processed using correlation methods. Specifically, Psychodiagnostic measurements were taken to assess the level of professional self-efficacy, social expectations, professional self-realization, and the degree of expression of personal values.

The correlations between the feeling of closeness to the blogger and value orientations and beliefs regarding one's professional activity was revealed, in particular according to indicators of kindness, universalism, autonomy, stimulation, hedonism and achievements. It has been proven that individuals who have a higher tendency to use the professional experience and achievements of others demonstrate a higher level of interaction with influencers; individuals with a high level of expected attitude towards interaction participants, expected performance results and social expectations have higher ratings of trust, reliability and competence of influencers.

Key words: self-efficacy, professional self-efficacy, influencers, media psychology, social networks.

УДК 159.9
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.32>

Свідерська О.І.

к.політ.н.,
доцент кафедри теоретичної
та практичної психології
Національний університет
«Львівська політехніка»

Демид В.М.

студентка за спеціальністю 053
«Психологія»
Національний університет
«Львівська політехніка»

Вступ. Дослідження професійної самоєфективності та тенденції до наслідування блогерів є актуальним із кількох причин: по-перше, у сучасному світі професійна самоєфективність є ключовим чинником успіху у будь-якій галузі, оскільки вона дає змогу досягти поставлених цілей і завдань та ефективно використо-

вувати ресурси; по-друге, у сучасному віртуальному світі блогери мають значний вплив на молодь, що призводить до прагнення бути схожими на них, здобути таку ж популярність, копіювати життєвий стиль, погляди та вчинки; по-третє, блогери не завжди впливають позитивно на своїх читачів, будучи непрофесіона-

лами чи аматорами, вони швидко заповнюють певну «професійну» нішу, диктуючи моду на відсутність відповідної освіти, нехтування правил, спотворюють сприйняття реальності та ін.

Феномен блогерства тісно переплітається з поняттям професійності, експертності, лідерства, винятковості. Однак дуже часто блогер – це лише видимість компетентності. Соціальні мережі влаштовані так, що вони сприяють залипанню, формуванню кліпового мислення, конструюванню реальності, а «експертність» блогера визначається не рівнем диплому, достовірністю отриманих знань, а мовою кількості. Популярність є тим більшою, чим більше послідовників, лайків, коментарів та репостів отримує блогер. Таке наслідування, по суті, фейкового інфлюенсера є виключно прикладом негативного впливу, адже все, що хибне, рано чи пізно стає відомим. Яскравим прикладом був нещодавній скандал із викриттям некомпетентності Спартака Субботи. Певний період ми спостерігаємо, як переважна більшість його послідовників (підлітків та осіб юнацького віку) почала глибоко переживати розчарування у своєму лідері, злість на тих, хто підтримував викривачів цієї схеми, та ін. Не винятком були і студенти психологічних напрямів, для яких дуже часто образ інфлюенсера був прикладом успішності, професійного росту та віри, що вони дуже швидко досягнуть схожого до нього успіху. Однак фах психолога вимагає чималих зусиль, якщо тільки ти не розкручуєш свій образ як бренд шляхом політичних інвестицій, розкрутки на популярних медіаресурсах і т. д.

Отже, дослідження професійної самоефективності та тенденції до наслідування блогерів у сучасній молоді є важливим, оскільки воно дає змогу оцінити, як між собою взаємопов'язані довіра, тенденція до наслідування, відчуття близькості до блогера з особистою самоефективністю, професійним самоздійсненням та ціннісними орієнтаціями.

Теоретичне підґрунтя. Питання професійної самоефективності та тенденцію до наслідування блогерів вивчали такі українські науковці: М.І. Бойченко, Т.О. Галіч, Т.В. Данилова, О.В. Кревська, Н.Ф. Ліпінська, О.С. Поліщук та ін. Із зарубіжних учених варто виділити роботи таких науковців, як: А. Бандура, А. Касало, Ф. Чан, А. Елліс, С. Грабе, Дж. Якобсон, Д. Кім та ін.

Мета статті полягає у вивченні особливостей взаємозв'язку професійної самоефективності та тенденції до наслідування блогерів.

Результати і обговорення. Більшу частину нашого життя ми зайняті професійною діяльністю. Спочатку ми здобуємо освіту, а пізніше використовуємо набуті компетенції у професійному житті. Більшість бажає не просто виконувати обов'язки та отримувати за це кошти, а й розвиватися у своїй професії

та ефективно виконувати свою роботу. Ось тут ми і приходимо до поняття професійної самоефективності, яка відіграє важливу роль у житті практично кожної людини. Це підтверджують і слова А. Бандури: «Переконання людини стосовно її особистої ефективності впливають на те, який спосіб дії вона вибере, яких зусиль буде докладати, як довго вона зможе вистояти перед перешкодами і невдачами» [5, с. 65]. А. Бандура писав, що професійна самоефективність – це комплексна характеристика особистості, яка визначає її здатність до успішної діяльності у професійній сфері. Досвід особистості в діяльності та самооцінка власних здібностей є одними з ключових чинників, що впливають на рівень самоефективності. Надзвичайно важливим є самостійне вирішення складних завдань, що вимагають високого рівня зусиль. Невдачі у цьому можуть негативно вплинути на самооцінку і знизити рівень самоефективності.

Н. Ліпінська зауважує, що рівень самоефективності може змінюватися залежно від конкретної ситуації. Це залежить від наших навичок, які потрібні для виконання різних видів діяльності, наявності чи відсутності інших людей, а також від наших уявлень про їхні здібності, особливо якщо ми вважаємо їх більш компетентними за себе. Також це може залежати від нашої схильності до невдачі, а також від нашого фізичного стану, зокрема коли ми відчуваємо втому, тривогу, апатію або пригніченість [3]. Самоефективність як переконання у власних здібностях здійснювати дії та формування особистісного світогляду, що включає уявлення про себе та світ, є ключовими компонентами системи «особистість – соціальний світ». Вона визначає соціальний статус особи, її ставлення до оточуючого середовища, регулює міжособистісні взаємини та допомагає досягати поставлених цілей. Якщо люди не вірять у свої можливості досягти бажаного результату, вони не будуть мотивовані діяти. Тому самоефективність є важливим чинником успіху в будь-якій сфері життя [4].

У сучасному світі, де соціальні мережі стають усе більш популярними, цінності відіграють важливу роль у формуванні ідентичності та ідентифікації особистості у соціальному просторі. М. Бойченко підкреслює, що через цінності людина може ідентифікувати себе зі спільнотою та формувати свою соціальну ідентичність. Це є особливо актуальним у контексті соціальних мереж, де люди об'єднуються навколо спільних цінностей та ідеалів, щоб зробити певний вплив на світ навколо себе. Таким чином, цінності відіграють важливу роль у формуванні соціальної ідентичності та розвитку соціальної взаємодії [1, с. 49–51]. Ми стали свідками впливу соціальних мереж на поведінку людей. Численність мереж постійно

зростає, і вони стають домінуючими чинниками в житті людини. Тому Т. Галіч відзначає, що мережі вільно формують об'єднання людей та груп за інтересами, починають відігравати ключову роль у суспільстві. На відміну від традиційних соціальних структур мережі здатні самостійно створювати комунікативні конфігурації, недоступні для традиційних інститутів. Мережна комунікація стала основою сучасного суспільства [2].

Одним із цікавих феноменів соціальних мереж є інфлюенсери – особи, які мають значну кількість підписників на різних платформах соціальних мереж і впливають на свою аудиторію через свій контент. Відмінністю інфлюенсерів від знаменитостей та громадських діячів є те, що це звичайні люди, які стали популярними завдяки своїм соціальним медіаакаунтам. Зазвичай інфлюенсери позиціонують себе як певних «експертів» у таких важливих аспектах людського життя, як здоров'я, спорт, подорожі, харчування, краса, мода, психологія та ін. Останнє опитування, проведене серед користувачів Twitter, показало, що клієнти довіряють інфлюенсерам у соціальних мережах так само, як і своїм друзям [7]. Інфлюенсери добре відомі у соціальних мережах завдяки своєму контенту та рекомендаціям щодо продуктів та брендів. У них є віддані шанувальники та підписники, які цінують їхню думку. Інфлюенсери на платформах, таких як Facebook, Instagram та Twitter, уважаються справжніми авторитетами, і вони мають значну лояльну аудиторію. Інфлюенсери використовують соціальні мережі для просування нових продуктів або підвищення привабливості бренду компанії прямо або опосередковано [6]. Водночас соціальні мережі досить часто є їхнім місцем заробітку, а дохід, отриманий від донатів чи реклами брендированих товарів та послуг, може у разі перевищувати середньостатистичний дохід. Саме цей аспект разом із популярністю та визнанням є таким привабливим для осіб підліткового та юнацького віку, адже формує у них уявлення про те, що не важливо, якою буде твоя освіта чи професія, популярність може принести набагато більший прибуток і забезпечити гідне матеріальне становище.

Отже, сьогодні інфлюенсери є важливими фігурами в суспільстві, мають великий вплив на поведінку споживачів та сприяють формуванню іміджу брендів та продуктів. Вони стають усе більш популярними, і деякі люди розглядають їхню діяльність як професію. Інфлюенсери знаходяться на перехресті таких комунікативних каналів, як офіційні ЗМІ, тематичні медіафоруми та офіційні Інтернет-сторінки, а тому їх часто використовують для стратегічного позиціонування повідомлень у соціальних мережах. Будучи добре відомими та привабли-

вими, інфлюенсери можуть швидко передати повідомлення своїй аудиторії та залучити їх до купівлі рекламованих продуктів, підписання петицій, вибору навчального закладу, вони можуть робити висновки щодо вагомості певних моральних чи суспільних норм та ін. Усе вище зазначене спонукало нас здійснити дослідження особливостей взаємозв'язку професійної самоєфективності студентської молоді та їхньої тенденції до наслідування блогерів.

Для дослідження ми вибрали такі методики: «Методику тенденції до наслідування інфлюенсерів» доктора Фреда Чана; «Шкалу самоєфективності» Р. Шварцера та М. Єрусалема; «Ціннісний опитувальник» (ЦО) Шварца; опитувальник «Рівень соціальних очікувань» І. Поповича; опитувальник професійного самоздійснення О. Кокуна. У дослідженні взяло участь 92 особи, із них 74 (80,4%) – особи жіночої статі та 18 (19,4%) – чоловічої. Для даної роботи представлено результати кореляційного аналізу Спірмена.

За допомогою кореляційного аналізу Спірмена встановлено, що існує кореляційний зв'язок між шкалою «близькість» та шкалами «самоєфективність» ($r=0,31$, $p<0,05$), «доброта» ($r=0,26$, $p<0,01$), «універсалізм» ($r=0,27$, $p<0,01$), «самостійність» ($r=0,24$, $p<0,05$), «стимуляція» ($r=0,24$, $p<0,05$), «гедонізм» ($r=0,22$, $p<0,05$), а також «досягнення» ($r=0,33$, $p<0,01$), «рівень обізнаності про передбачуваний перебіг подій» ($r=0,21$, $p<0,05$), «рівень очікуваних результатів діяльності» ($r=0,33$, $p<0,01$), «рівень соціальних очікувань» ($r=0,32$, $p<0,01$), «формування життєво-професійного простору» ($r=0,20$, $p<0,05$), «досягнення поставлених професійних цілей» ($r=0,24$, $p<0,05$), «розкриття особистого потенціалу і здібностей у професії» ($r=0,22$, $p<0,05$), «вияв високого рівня творчості у професійній діяльності» ($r=0,30$, $p<0,01$), «професійне самоздійснення фахівця» ($r=0,22$, $p<0,05$). У роботі показник близькості ми розуміємо як відчуття особистого емоційного зв'язку та спільності з блогером. Особа, яка високо оцінює близькість до блогера, котрого вона наслідує, може відчувати сильне співпереживання, довіру, бажання отримати пораду або вплинути на блогера, а також регулярно споживання контенту, коментування і взаємодію з його публікаціями. Близькість до блогера у соціальних мережах може створювати відчуття приналежності до спільноти та впливати на особисті переконання і поведінку підписників. Наявність численних кореляційних зв'язків із цим показником може свідчити, що люди, які відчувають тісний, а також емоційний зв'язок із блогерами, можуть бути більш схильні шукати у них інформацію та поради щодо своєї професійної діяльності. Вони можуть бачити у блогері рольову модель або настав-

ника, який може надати їм цінну інформацію та пораду, що, своєю чергою, може підвищити їх самоефективність і мотивацію досягнення професійних цілей. Окрім того, кореляції зі шкалами доброти, універсалізму, автономії, стимуляції, гедонізму та досягнень свідчать про те, що люди, які відчувають тісний зв'язок із блогерами, можуть поділяти схожі цінності та переконання щодо своєї професійної діяльності. Вони можуть визначати пріоритетнішими подібні цілі і шукати схожі типи робочого середовища, що може призвести до підвищення задоволеності роботою та поліпшення її результатів. Також люди, які відчувають тісний зв'язок із блогерами, можуть бути більш схильними до певних установок та поведінки, пов'язаних з їхньою професійною діяльністю.

Кореляція зі шкалою креативності може свідчити про те, що люди, які відчувають близькість до блогерів, є більш відкритими до інноваційних ідей та підходів, що може допомогти їм бути більш креативними у власній професійній діяльності. Аналогічно кореляція зі шкалою професійного самоздійснення може свідчити про те, що люди, які відчувають близькість до блогерів, можуть бути схильні надавати пріоритет пошуку такої ж роботи, як у них, тобто такої, яка відповідає їхнім особистим цінностям та цілям, що може призвести до більшої задоволеності роботою та самореалізації.

Установлено кореляційний зв'язок між шкалою «інтерактивність» та шкалами «самоефективність» ($r=0,26$, $p<0,05$) і «використання професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями» ($r=0,21$, $p<0,05$). Інтерактивність у соціальних мережах у роботі розглядається як активна взаємодія користувачів із блогером шляхом коментування, лайків, спільного обговорення тем, відгуків на публікації та взаємного спілкування. Це створює можливість для прямої комунікації, обміну ідеями та формування спільноти навколо спільних інтересів. Отже, виявлені кореляційні зв'язки дають змогу говорити, що люди, які відчувають себе більш залученими до взаємодії з блогерами, можуть бути більш упевненими у власній здатності досягти професійного успіху. Це може бути пов'язано з тим, що взаємодія з блогерами надає людям доступ до інформації, ресурсів та підтримки, які в перспективі сприятимуть розвитку професійних навичок та знань, а отже, підвищенню самоефективності. Окрім того, кореляція між інтерактивністю та використанням професійного досвіду і досягнень інших фахівців може свідчити про те, що люди, які відчувають себе більш залученими у взаємодію з блогерами, з більшою ймовірністю будуть учитися та використовувати досвід і досягнення інших у власній професійній діяльності.

Також було встановлено кореляційний зв'язок між шкалою «привабливість» та шкалою

«рівень очікуваного ставлення до учасників взаємодії» ($r=0,23$, $p<0,05$). Привабливість у соціальних мережах розглядаємо у роботі як прояв зацікавленості та пристрасної користувачів до контенту, який створюють інфлюенсери. Блогери притягують увагу своїм досвідом, особистістю, стилем життя, розповідями та емоційним зв'язком зі своєю аудиторією. Користувачі прагнуть отримати інформацію, розваги, натхнення або взаємодіяти із цими блогерами, що робить їх привабливими у соціальних мережах. Отже, можна сказати, особи, які сприймають блогера як візуально приємного та привабливого, можуть також мати вищі очікування щодо ставлення інших людей до них під час взаємодії. Це може бути пов'язано з тим, що люди, які вважають блогера привабливим, можуть також асоціювати з ним позитивні характеристики, а також якості, такі як дружелюбність, доброта та доступність. Як наслідок, вони можуть очікувати, що інші люди також будуть проявляти ті характеристики, які були продемонстровані блогером.

Також установлено кореляційний зв'язок між шкалою «довіра» та такими шкалами, як «самоефективність» ($r=0,25$, $p<0,05$), «доброта» ($r=0,21$, $p<0,01$), «універсалізм» ($r=0,22$, $p<0,01$), «самостійність» ($r=0,29$, $p<0,01$), «стимуляція» ($r=0,25$, $p<0,05$), «гедонізм» ($r=0,34$, $p<0,01$), «досягнення» ($r=0,22$, $p<0,05$), а також «рівень очікуваного ставлення до учасників взаємодії» ($r=0,27$, $p<0,01$), «рівень очікуваних результатів діяльності» ($r=0,22$, $p<0,05$), «рівень соціальних очікувань» ($r=0,26$, $p<0,01$). Довіра у соціальних мережах розглядається у роботі як віра у надійність думки, поради та інформації, яку отримують користувачі від блогера. Вони сподіваються на об'єктивність, компетентність та чесність блогера і можуть приймати рішення або змінювати свої погляди на основі його рекомендацій та впливу. Згідно з отриманими результатами кореляційного аналізу, можна сказати, що довіра є вирішальним чинником у будь-яких відносинах, у тому числі й у відносинах між блогером та його підписниками. Якщо людина сприймає блогера як такого, що заслуговує на довіру, вона з більшою ймовірністю повірить інформації, яку він надає, прийме цінності та ідеї, котрі передає блогер. Ця довіра, своєю чергою, може призвести до підвищення самоефективності, оскільки читач може відчувати себе більш упевненим у своїй здатності приймати обґрунтовані рішення на основі інформації, яку він отримує від блогера. Окрім того, шкали доброти, універсалізму, самостійності, стимуляції, гедонізму та досягнень пов'язані з особистими цінностями та переконаннями, які можуть бути узгоджені із цінностями, ідеями, що пропагуються блогером. Якщо послідовник відчуває, що блогер передає «правильні» цінності та ідеї (ті, які узгоджуються із системою цін-

ностей самої людини), це може призвести до міцнішого зв'язку та більшої довіри.

Кореляційний зв'язок довіри з рівнем очікуваного ставлення до учасників взаємодії, рівнем очікуваних результатів діяльності, а також рівнем соціальних очікувань також може бути пояснений тим, що довіра тісно пов'язана зі сприйняттям компетентності та надійності. Якщо послідовники сприймають блогера як компетентного, вони з більшою ймовірністю очікуватимуть від нього та інших позитивного ставлення і високої результативності.

Висновки. Підсумовуючи викладене, можна зробити такі висновки: віртуальний світ усе частіше залишає свій відбиток на реальному; для сучасної психологічної науки, зокрема медіапсихології, тема тенденцій наслідування блогерів є надзвичайно актуальною; цінними висновками, які можна зробити на етапі проведення звичайного кореляційного аналізу, є виявлення взаємозв'язку відчуття близькості до блогера і ціннісних орієнтацій та переконань щодо своєї професійної діяльності, що відображено у шкалах доброти, універсалізму, автономії, стимуляції, гедонізму та досягнень; інтерактивність та використання професійного досвіду і досягнень інших фахівців також мають зв'язок із відповідним ставленням до блогерів, що свідчить про більшу схильність цих людей навчатися та використовувати досвід інших у своїй професійній діяльності; кореляційний зв'язок із рівнем очікуваного ставлення до учасників взаємодії, очікуваними результатами діяль-

ності і соціальними очікуваннями може бути пояснений через сприйняття довіри, компетентності та надійності, яку відчують у лідерах думок послідовники.

Результати даного дослідження можуть бути впроваджені у навчальний курс із медіапсихології та однозначно мають перспективу подальших наукових пошуків і напрацювань.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бойченко М.І. Системна значущість аксіологічних характеристик поведінки особистості. *Духовність. Культура. Людина* : тези Міжнар. наук. конф., м. Львів, 15–16 квітня 2010 р. Львів, 2010. С. 174.
2. Галіч Т.О. Соціальні Інтернет-мережі та віртуалізація суспільного життя. *Соціологія майбутнього*. 2010. № 1. С. 145–152.
3. Ліпінська Н.Ф. Самоефективність особистості як психологічна проблема. *Вісник Одеського національного університету ім. І.І. Мечнікова*. 2014. Т. 19. № 4(34). С. 53–59.
4. Сердюк Л.З. Самодетермінація особистості як психологічна основа її самореалізації. *Актуальні проблеми психології*. 2017. Т. 6. № 13. С. 164–173.
5. Bandura A. Social foundation of thought and action: A social cognitive theory. NJ: Prentice-Hall : Englewood Cliffs, 1986. 617 p.
6. Chan Dr Fred. A Study of Social Media Influencers and Impact on Consumer Buying Behaviour in the United Kingdom. *International Journal of Business & Management Studies*. 2022. P. 79–134.
7. Zhang H., Liang X., Moon H. Fashion cewebrity involvement in new product development: Scale development and an empirical study. *Journal of Business Research*. 2020. Vol. 120. P. 321–329.

ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ВПЛИВУ НА МАСОВУ СВІДОМІСТЬ

PSYCHOLOGICAL MECHANISMS OF INFLUENCE
ON THE MASS CONSCIOUSNESS

У статті проаналізовано психологічні механізми впливу на масову свідомість. Акцентовано, що свідомість – це вершина психічного розвитку, яка відіграє ключову роль у процесі сприйняття інформації та впливу, адже вона визначає, як люди звертають увагу, інтерпретують та реагують на різні стимули, включаючи інформацію, представлену через медіа, соціальну взаємодію та інші канали комунікації. Саме свідомість формує когнітивні упередження, емоційні реакції, здатність до критичного мислення, впливаючи на те, як людина конструює сенс і формує переконання.

Наголошено на викликах, які створює доступність інформації, а також поширеність цифрових платформ, які розмивають межі між правдою і вигадкою. Ці виклики включають у себе швидке поширення недостовірної, викривленої інформації, посилення впливу на масову свідомість. Доведено, що вплив – це цілеспрямована дія суб'єкта впливу на свідомість об'єкта впливу, будь то окрема людина, група або ж масова аудиторія, що здійснюється з використанням психологічних засобів із метою зміни думок, переконань, очікувань, установок чи рішень об'єкта впливу. Позитивний вплив формує поведінку, що є рамованою соціальними нормами, проте негативний вплив може спричинити упереджене сприйняття, переконання та деструктивну поведінку.

У статті підкреслено потребу в дослідженнях, спрямованих на розкриття психологічних механізмів впливу, які формують сприйняття, інтерпретацію та реакцію людей на інформацію. Психологічні механізми впливу охоплюють когнітивні, емоційні та соціальні процеси, які використовуються для формування та зміни потреб, мотивів, установок і моделей мислення окремих осіб або груп. Ці механізми діють на різних рівнях – від індивідуального до колективного і використовуються суб'єктами впливу для досягнення конкретних результатів, як-от зміна громадської думки, просування певних ідеологій або захоплення до певних дій.

Ключові слова: вплив, психологічні механізми впливу, масова свідомість, мішені пси-

хологічного впливу, когнітивні процеси, емоційний вплив, соціальний вплив.

The article analyzes the psychological mechanisms of influence on mass consciousness. It is emphasized that consciousness is the pinnacle of mental development, which plays a key role in the process of perceiving information and influence, as it determines how people pay attention to, interpret and respond to various stimuli, including information presented through the media, social interaction and other communication channels. It is consciousness that shapes cognitive biases, emotional reactions, and the ability to think critically, influencing how a person constructs meaning and forms beliefs.

The author emphasizes the challenges posed by the accessibility of information and the prevalence of digital platforms that blur the lines between truth and fiction. These challenges include the rapid spread of inaccurate, distorted information, and the growing influence on the mass consciousness. It is proved that influence is a purposeful action of the subject of influence on the consciousness of the object of influence, whether it is an individual, a group, or a mass audience, carried out using psychological means to change the thoughts, beliefs, expectations, attitudes, or decisions of the object of influence. Positive influence shapes behavior that is framed by social norms, while negative influence can lead to biased perceptions, beliefs, and destructive behavior.

The article emphasizes the need for research aimed at uncovering the psychological mechanisms of influence that shape people's perception, interpretation, and response to information. Psychological mechanisms of influence include cognitive, emotional and social processes that are used to shape and change the needs, motives, attitudes and thinking patterns of individuals or groups. These mechanisms operate at different levels – from the individual to the collective – and are used by influencers to achieve specific results, such as changing public opinion, promoting certain ideologies, or encouraging certain actions.

Key words: influence, psychological mechanisms of influence, mass consciousness, targets of psychological influence, cognitive processes, emotional influence, social influence.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.50.33>

Чорній О.В.

магістр з психології

Національний університет

«Львівська політехніка»

Вступ. Швидкість поширення інформації та постійне її збільшення, а також доступність до неї широкої аудиторії зумовлюють збільшення психологічного впливу на масову свідомість сучасного індивіда. Глобальний вплив, який здійснюється на людську свідомість через різні комунікативні канали, формує колективне сприйняття, переконання, уявлення, мислення й поведінку. З одного боку, постійний розвиток суспільства забезпечує людині нові можливості до самовдосконалення, розвитку, постійного пошуку себе, з іншого – технології психологічного впливу здатні суттєво спотворювати відображення дійсності. Чим

більше сучасна людина піддається цифровізації, тим більше викривленої інформації вона споживає, тим складніше їй відрізнити правду від симулякру. Одним із ключових елементів у процесі здійснення психологічного впливу є свідомість. У статті ми розглядаємо свідомість як найвищу форму розвитку психіки, яка притаманна виключно людині й виявляється у складних формах відображення світу. Як для індивідуального, так і для колективного рівня свідомості притаманні такі елементи, як потреби, мотиви, стереотипи, настанови, спосіб мислення та ін. Саме ці компоненти і виступають мішенями психологічного впливу,

кінцевим результатом якого є зміна цих конструктивів і, як наслідок, прийняття рішення, яке б задовольнило потребу суб'єкта впливу. Усе вище викладене підкреслює вагомість й актуальність збільшення наукових розвідок щодо розуміння особливостей функціонування психологічних механізмів, які впливають на масову свідомість, зокрема для того, аби навчитися ефективно протидіяти цьому впливу.

Мета та завдання статті: здійснити теоретичний аналіз літератури із заявленої проблематики, окреслити поняття психологічного впливу, охарактеризувати й розкрити основні психологічні механізми методів впливу.

Огляд літератури і попередніх досліджень. Методологічну основу становлять дослідження зарубіжних та українських учених, які переважно присвячені проблематиці психологічного впливу, його механізмам. Зокрема, проаналізовано доробки М. Філоненко, Г. Почепцова, О. Свідерської, Н. Чепелевої, Р. Чалдіні, Е. Гоффмана, Н. Гегена та ін.

Виклад основного матеріалу. Поняття впливу має достатньо довгу історію дослідження. Навіть в античній філософії доволі часто згадуються певні настанови, публічні лекції чи навчання, метою яких було навчити молодих лідерів, полководців та інших знаходити спільні точки дотику з народом, гідно триматися на судових процесах, виголошувати промови та ін. Будь-яка комунікація у сучасному світі практично неможлива без впливу. Щодня ми впливаємо на когось і піддаємося впливу. Сьогодні поняття впливу досліджується набагато ширше, ніж кілька десятків років тому, саме через можливість збільшення впливу на масову свідомість через ЗМІ, соціальні мережі та інші медіаресурси. Різні аспекти впливу як методу дії на людину вивчають багато соціально-поведінкових та гуманітарних наук, зокрема психологія, політологія, соціологія, філософія та ін. Багатовекторність дослідження цього феномену сприяє різноманітності його трактування. Наприклад, К. Левін розуміє вплив як зміни у поведінці, ставленні й переконаннях індивіда, які є результатом реальної чи уявної взаємодії з іншими. На його думку, у впливі дуже велику роль відіграють соціум і міцність міжособистісних взаємозв'язків [12]. Тобто, за його логікою, вплив буде сильнішим у соціумі, де його толеруватимуть і де ближчими будуть взаємостосунки з іншими людьми. А. Бандура, відомий своїми розвідками з теорії соціального навчання, розглядав вплив як процес, у якому індивіди спочатку спостерігають, а потім наслідують поведінку, ставлення та цінності інших значущих для них людей [12]. Таке трактування впливу дуже тісно пов'язане з психологією лідерства, тенденцією до наслідування авторитетних чи соціально значущих осіб, захоплення їхніми

силою, владою, харизмою та ін. До прикладу, із позиції психології впливу можна виділити самопросування, імпульс до наслідування та формування прихильності.

Л. Фестінгер, автор теорії когнітивного дисонансу, акцентував на взаємозв'язку концепції соціального впливу з конформізмом, визначаючи вплив як процес, за допомогою якого індивіди змінюють ставлення, переконання чи поведінку відповідно до норм чи очікувань соціальної спільноти, у якій вони перебувають [15]. Р. Чалдіні визначає вплив як здатність змінювати чийсь поведінку або мислення за допомогою певних прийомів (принципів) [9]. Сьогодні ми можемо розділяти вплив на такі види: соціальний вплив, релігійний вплив, інформаційний вплив, психологічний вплив, інституційний вплив та ін. Спільним знаменником для всіх видів впливу є намагання змінити людську поведінку, відповідно до існуючих та загальноприйнятих норм.

Вплив може бути як позитивним, так і негативним. Позитивний вплив, як правило, не має на меті нашкодити людині, через нього ми формуємо певну поведінку, рамовану соціальними нормами. Наприклад, шляхом виховного впливу формуємо уявлення у дітей про загальні концепції добра та зла, використовуємо педагогічний вплив, формуємо життєву позицію, ставлення до себе та світу, мотивацію до здобуття знань тощо. Також певні нешкідливі прийоми можуть використовувати психологи-практики у своїй роботі. Дещо інша ситуація складається із впливом негативним. Наслідками такого впливу, як правило, є деструктивна поведінка, складність відрізнити правдиве від симулятивного, спотворений світогляд, заміщення моральних цінностей аморальними та ін.

Отже, природа впливу є достатньо багатомірною. Вона охоплює як навмисні, так і ненавмисні процеси, що формують думки, переконання, ставлення, поведінку чи рішення людей. Порівняно з поняттям впливу психологічний вплив має більш вузьке визначення. Так, наприклад, М. Філоненко визначає психологічний вплив як застосування певних психологічних засобів із метою змінення стану, почуттів, думок, а також дій інших людей [8, с. 81]. О. Брик визначає психологічний вплив як певний процес, що спрямований на стан, думки, емоції, поведінку інших людей, але з можливістю людини протистояти цьому [1, с. 13]. Дослідник С. Ніколаєнко трактує психологічний вплив як «проникнення» людиною або групою людей у психіку (думки, почуття, дії) іншої людини та наголошує, що такий вплив реалізується через різні психологічні засоби (методи) [2, с. 83].

Отже, із погляду психології вплив можна визначити як цілеспрямовану дію суб'єкта впливу на свідомість об'єкта цього впливу

(індивідуальну, групову чи масову) шляхом залучення психологічних засобів із метою зміни думок, переконань, очікувань, ставлення, поведінки чи прийняття рішень. Він передбачає втручання у психічні процеси інших людей, часто з наміром сформувати їхні сприйняття, думки, а також дії. Вплив може здійснюватися прямим або непрямим шляхом і може бути зумовлений різними чинниками, такими як авторитет, досвід, соціальні норми, емоційні заклики або когнітивні упередження тощо. Навмисний чи ненавмисний, вплив є невід'ємною частиною мікро- та макрорівневої соціальної взаємодії та відіграє вирішальну роль у різних сферах життя індивіда.

Таким чином, розуміючи сутність впливу, можна безпосередньо перейти до його механізмів. Першим і найпростішим механізмом психологічного впливу визначаємо взаємність. Цей механізм впливу заснований на принципі «давати і брати». Взаємність – це взаємодія індивідів, що обмінюються чимось [17]. Основою взаємності є соціальні норми взаємного обміну та співпраця. Взаємність передбачає, що коли хтось робить нам послугу, дарує подарунок, купує у нас щось, ми відчуваємо почуття обов'язку відповісти взаємністю. Зобов'язання, яке засноване на взаємності, збільшує ймовірність, що той, хто отримав щось, із більшою ймовірністю виконає наше прохання. Наприклад, продавець може запропонувати потенційним клієнтам безкоштовний зразок вартісного товару, а у відповідь за це, відчуваючи борг перед продавцем, клієнт здійснить покупку товару.

Використання когнітивних упереджень, стереотипів – наступний ключовий психологічний механізм впливу, що використовує притаманні людині когнітивні ярлики, а також упередження, щоб формувати думки, переконання, ставлення та поведінку. Упередженість означає схильність людини шукати, інтерпретувати, запам'ятовувати інформацію, що підтверджує її існуючі переконання, очікування, ігноруючи або применшуючи суперечливу інформацію [16]. У контексті впливу їх можна використовувати для формування сприйняття певних подій. Наприклад, люди можуть довіряти легкодоступній інформації з яскравими прикладами. В останні кілька років зацікавлені люди у здійсненні впливу використовують мему – «культурну одиницю інформації, яка передається від людини до людини, поступово трансформуючись у колективне соціальне явище» [6, с. 138]. Особливість мему – у його схожості з коміксом, а також те, що він має обмежену кількість інформації та дуже легко запам'ятовується. Перетворення складного інформаційного повідомлення на мем має високі шанси, що подану інформацію людина сприйматиме як правдиву й актуальну. До прикладу, мемами

досить часто користуються шахраї, збираючи таким чином кошти, сіючи паніку чи страх. А якщо ця інформація лише підкріплює існуючі переконання цільової аудиторії, то упередженість може ще більше посилити переконливість повідомлення.

Використання і залучення емоцій – це потужний інструмент та механізм впливу. Емоції мають значний вплив на думки, ставлення та поведінку людини, адже вони здатні сильно дезорганізувати поведінку, вплинути на прийняття часто спонтанного, помилкового рішення. Вплив має на меті викликати певні почуття, найчастіше такі, як страх, щастя, гнів або співчуття, щоб вплинути на ставлення та поведінку. Наприклад, інфлюенсери чи блогери з метою встановлення зв'язку зі своєю аудиторією часто вдаються до використання у своїх зверненнях емоційних закликів, якими підігрують такі емоції, як щастя, радість, любов, страх, гнів, огида, сором, смуток та ін.

При цьому, як зауважує О. Свідерська, страх відноситься до найсильніших емоцій, і цю емоцію часто використовують із метою впливу [7, с. 43]. Апеляція до страху має на меті, передовсім, викликати тривогу, щоб мотивувати людей до певних дій або ж, навпаки, змусити їх зупинитися. Чудовий приклад – це тисячні й мільйонні репости та ретвіти, пов'язані з можливими наступом із Білорусі, вибухом АЕС, запуском ядерних ракет тощо.

Іншими емоціями, які також використовують для впливу, є провина, сором. О. Свідерська наголошує, що почуття образи, сорому є потенційними «емоційними гачками», які присутні у риториці популізму, адже маса більше реагує на образи, емоції і почуття, а не на раціональні аргументи [5, с. 87]. У деяких випадках суб'єкти впливу можуть намагатися прищепити колективне почуття сорому, провини. У політиці такий вплив здійснюється за допомогою апелювання до історичних злочинів, національних невдач або соціальних проблем.

Наступним інструментом впливу є використання авторитету. Свого часу проведені експерименти С. Мілгрема, С. Аша та Ф. Зімбардо показали, що конформність та підпорядкування є одними з головних елементів впливу на свідомість людини. Конформність виникає тоді, коли особа підлаштовує особисті переконання й поведінку під думку більшості, а підпорядкування – тоді, коли особа виконує вказівки або команди авторитету (лідера). Французький учений Н. Геген пише, що підкорення авторитету уособлює не лише ситуаційний акт конформізму. Це довготривалий процес, під час якого у свідомості людини поступово раціоналізуються сила, підкорення та влада через взаємодію між собою певних форм, образів, ситуацій [14]. За своєю природою люди завжди поділяються на тих, хто домінує, і тих,

хто підкорюється. Свого часу про це багато писав Е. Фромм, описуючи такі конструкти, як позитивна та негативна свобода.

Ще одним цікавим інструментом впливу є фреймінг. Його суть полягає у подачі або оформленні інформації так, щоб викликати у її споживача відповідну, заздалегідь сплановану реакцію. Ідея створення фрейму належить І. Гоффману. Фрейм – це певна рамка, контекст, точка зору, у які заздалегідь вплетена інформація. Використовуючи фрейми у психологічному впливі, його суб'єкти можуть штучно збільшувати або зменшувати значущість події [13]. Як зауважує Г. Почепцов, комунікація несе прямий і непрямий вплив, адже формує картину світу людини. Це відбувається тому, що кожна подія, яка висвітлюється, подається у певному фреймі (певній рамці). Факт буде одним і тим самим, але різна його передача у різних фреймах буде надавати йому різні значення. Це різноманіття подання та інтерпретацій створює певну систему впливу [3].

Позитивний фреймінг передбачає подання інформації так, щоб підкреслити потенційні вигоди, переваги або позитивні результати, пов'язані з певним питанням, рішенням, дією. Наприклад, певна політична кампанія може акцентувати на створенні робочих місць, стимулюванні економічного зростання, підкреслюючи даний позитивний вплив. Негативний фреймінг, з іншого боку, фокусується на потенційних утратах, ризиках, негативних наслідках. Наприклад, реклама системи безпеки може підкреслювати небезпеку вторгнення у будинок і потенційну втрату цінностей, щоб спонукати людей до дії і придбання продукту.

Наративізація – механізм впливу, який передбачає використання розповіді, наративів для формування поглядів, переконань та поведінки. Він використовує людську схильність до пошуку, взаємодії з історіями, що робить його потужним інструментом переконання та впливу. Н. Чепелева описує наратив як структуру, яка має оповідальний характер (містить у собі автора, головних героїв, сюжет та події) та виступає своєрідною рамкою, яка допомагає людині організувати, впорядкувати її життя в певному порядку [4, с. 140].

Наративи створюють можливості для людей ідентифікувати себе з різними персонажами, ситуаціями та досвідом, представленими в історії. Коли люди емоційно пов'язують себе з персонажами, а також подіями, вони стають більш зацікавленими та залученими у взаємодію. Цей емоційний зв'язок лише посилює вплив. М. Яцимірська вказує, що кожній людині властивий і близький той наратив, який відповідає її певним емоціям, і саме на це зважають у масовій комунікації [9, с. 219]. Тобто можна сказати, що вплив наративу буде ефективним тоді, коли він буде містити заряд, який буде здатний зачепити фундаментальні емоції

на зразок радості, гордості, страху, провини сорому тощо.

Висновки. Підсумовуючи, варто наголосити, що завдяки швидкому поширенню інформації та її доступності для аудиторії вплив на свідомість значно посилюється. Доступність цифрових платформ і можливість споживання великої кількості інформації роблять усе більш складними спроби відрізнити правду від вигадки. Акцентовано, що свідомість, яка розглядається як найвища форма психічного розвитку, відіграє вирішальну роль у впливі. Беручи до уваги всепроникну природу впливу, важливо проводити наукові дослідження, щоб поглибити розуміння психологічних механізмів впливу, адже вони лежать в основі того, як люди сприймають, інтерпретують та реагують на інформацію.

Доведено, що вплив може призвести до формування упередженого сприйняття, переконання і поведінки, які можуть не відповідати об'єктивній реальності, а механізми впливу виступають посередником у формуванні чи зміні потреб, мотивів, настанов, способу мислення та ін., що є вигідним для суб'єктів впливу і досягнення конкретних результатів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Брик О.М. Психологія впливу. Психолого-педагогічний практикум. Київ, 2019. С. 13–18.
2. Ніколаєнко С.О. Категорія психологічного впливу в психології. *Світогляд – Філософія – Релігія*. 2011. Вип. 1. С. 76–84.
3. Почепцов Г.Г. Комунікації створили і створюють людство: факт – ніщо, фрейм – це наше все. Частина перша. URL: <https://cutt.ly/5wrKBqqh> (дата звернення: 15.06.2023).
4. Проблеми психологічної герменевтики : монографія / за ред. Н.В. Чепелевої. Київ, 2004. 276 с.
5. Свідерська О.І. Використання сорому та провини у політичному популізмі. *Політикус*. 2022. № 5. С. 87–92.
6. Свідерська О.І. Роль політичного мему в інформаційних війнах. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2022. № 36. С. 136–140.
7. Свідерська О.І. Співвідношення психологічних та інституційних детермінант масової політичної поведінки : дис. ... канд. політ. наук : 23.00.01 ; Львівський національний університет імені Івана Франка. Львів, 2018. 222 с.
8. Філоненко М.М. Психологія спілкування : підручник. Київ : Центр учбової літератури. 2008. 224 с.
9. Чалдіні Р. Психологія впливу. Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2017. 352 с.
10. Яцимірська М.Г. Сучасний медіатекст: політичні наративи, смисли і сенси, емоційні маркери. *Вісник Львівського університету. Серія «Журналістика»*. 2022. Вип. 51. С. 216–224.
11. Bandura A. *Social Learning Theory*. General Learning Press, New York. 1971. 46 p.
12. Doreian P. *Networks in Social Psychology, Beginning with Kurt Lewin*. 2017. P. 1–8. URL: <https://cutt.ly/zwrKhC15> (дата звернення: 15.06.2023).

13. Goffman E. *Frame Analysis: An Essay on the Organization of Experience*. New York : Harper Colophon Books. 1974. 306 p.

14. Guéguen N. *Psychologie de la manipulation et de la soumission*. URL: <https://cutt.ly/7wrKhqjq> (дата звернення: 15.06.2023).

15. Harmon-Jones E., Mills J. An introduction to cognitive dissonance theory and an overview of current

perspectives on the theory. *Cognitive dissonance: Reexamining a pivotal theory in psychology*. 2019. P. 3–24.

16. Kahneman, D., Tversky, A. Intuitive Prediction: Biases and Corrective Procedures. *TIMS Studies in Management Science*, 12. 1979. P. 313–327.

17. Schweinfurth M.K., Call J. Reciprocity. Different behavioural strategies, cognitive mechanisms and psychological processes. *Learn Behav* 47. 2019. P. 284–301.

Наукове видання

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 50

Коректура • Я. Вишнякова

Комп'ютерна верстка • М. Михальченко

Формат 60x84/8. Гарнітура Pragmatica.

Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 20,89. Ум. друк. арк. 21,62.

Підписано до друку 27.06.2023. Замов. № 0723/470. 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.