

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 51



Видавничий дім
«Гельветика»
2023

Редакційна колегія:

Шапошникова Ірина Василівна – доктор соціологічних наук, професор

Лісеєнко Олена Василівна – доктор соціологічних наук, професор

Алісаускієне Мілда – доктор соціальних наук, професор

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

Ендріулайтієне Ауксе – доктор психологічних наук, професор

Тавровецька Наталія Іванівна – кандидат психологічних наук, доцент

Терешкінас Артурас – доктор соціальних наук, професор

Хижняк Лариса Михайлівна – доктор соціологічних наук, професор

Волошенко Марина Олександрівна – кандидат педагогічних наук, доцент

Кузьменко Вячеслав Віталійович – доктор філософських наук, професор

Деркач Лідія Миколаївна – доктор психологічних наук, професор

Асєєва Юлія Олександрівна – доктор психологічних наук

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

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

Електронна сторінка видання – www.habitus.od.ua

**Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet
Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту
економіки та інновацій (протокол № 7 від 31.07.2023 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)

ISSN (Print): 2663-5208
ISSN (Online): 2663-5216

© ПУ «Причорноморський науково-дослідний інститут економіки та інновацій», 2023

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ 1**СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ****Baghirli A.H.**YOUTH POLITICS IN THE CONTEXT
OF CONTEMPORARY GLOBAL EXPERIENCE.....11**Болотова В.О., Деркачов Н.В., Байдак Т.М.**ТЕХНОЛОГІЯ АВТОМАТИЗОВАНОГО СТВОРЕННЯ МЕДІЙНОГО КОНТЕНТУ:
ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ, МОЖЛИВОСТІ ТА СОЦІАЛЬНІ ЗАГРОЗИ.....16**Гвоздецька Б.Г.**АНАЛІЗ КУЛЬТУРНИХ ПРАКТИК СТУДЕНТІВ ЦЕНТРАЛЬНО-СХІДНОЇ ЄВРОПИ
(ЗА РЕЗУЛЬТАТАМИ МІЖНАРОДНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ)..... 24**Кудринська Г.І., Лапан Т.Д., Химович О.С.**

МІСІЯ СОЦІОЛОГІЇ В ОСМИСЛЕННІ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ..... 29

Соснюк Є.О.КОНЦЕПТУАЛЬНА МОДЕЛЬ ПОЛІТИЧНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ:
СТРУКТУРА, РІВНІ ТА ІДЕНТИТЕТИ..... 35**Суська О.О.**ЗАСОБИ ТА ПРИЙОМИ РОСІЙСЬКОЇ ПРОПАГАНДИ:
ВИТОКИ Й НАСЛІДКИ..... 40**СЕКЦІЯ 2****ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ****Вірна Ж.П.**КОНСТРУКЦІЯ ТІЛА ТА МОРАЛЬНОЇ ПСИХІКИ
В ПСИХОАНАЛІЗІ..... 46**Завгородня О.В.**

МОДЕЛІ ІНТЕГРАЦІЇ ТЕОРЕТИЧНИХ НАДБАНЬ ПСИХОЛОГІЇ.....53

Моляко В.О., Шепельова М.В., Третяк Т.М.ТВОРЧЕ МИСЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ
У ПРОЦЕСІ РОЗВ'ЯЗУВАННЯ ЗАДАЧ..... 59**СЕКЦІЯ 3****ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ****Артюхіна Н.В., Кучеренко Р.О.**

ЖИТТЄТВОРЧІ МОЖЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ В ДОРОСЛОМУ ВІЦІ..... 64

Волошок О.В., Ноздріна Л.В.ЕМОЦІЙНІ ПЕРЕЖИВАННЯ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ
В ПЕРІОД РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ.....70

Карпенко З.С. ФЕНОМЕН АКАДЕМІЧНОГО ЕЙДЖИЗМУ У СОЦІАЛЬНІЙ ПЕРЦЕПЦІЇ СУБ'ЄКТІВ ОСВІТИ.....	77
Красілова Ю.М., Пракапас Р.А., Коломицева І.В. АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....	82
Крупник І.Р., Тавровецька Н.І. МОТИВАЦІЯ ДО УСПІХУ ТА ПРЕВАЛЮЮЧІ СТРАТЕГІЇ ПОВЕДІНКИ В КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ ЗДОБУВАЧІВ ФАХОВОЇ ПЕРЕДВИЩОЇ ОСВІТИ.....	88
Пилявець Н.І. ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	93
Піщевська Е.В., Кантарьова Н.В., Юнг Н.В. ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКІВ – УЧАСНИКІВ БУЛІНГУ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	98
Поліщук О.Р. ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ТА КОМУНІКАТИВНІ ТРУДНОЩІ ВИКЛАДАЧІВ ТА СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ.....	103
Тарасова Т.Б. ДО ПРОБЛЕМИ МОТИВАЦІЇ НАВЧАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО КУРСУ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	108
Учитель І.Б., Сурякова М.В., Кучинова Н.М. АДАПТАЦІЙНІ РЕСУРСИ ТА ОСОБИСТІСНА ТРИВОЖНІСТЬ ПІДЛІТКІВ.....	114
Хоменко Є.Г. ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ВІЙСЬКОВИЙ ЧАС.....	121
Яценко Т.В., Шкляєва Г.О. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ УКРАЇНИ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	126

СЕКЦІЯ 4

ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

Богдан Ж.Б. АСЕРТИВНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ: ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПОНЯТТЯ ТА ПСИХОДІАГНОСТИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ.....	132
Горецька О.В., Сердюк Н.І., Цимбалюк К.Р. РОЗВИТОК ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ ЯК ВАЖЛИВИЙ СКЛАДНИК ЇХНЬОЇ ОСОБИСТІСНОЇ ПІДГОТОВКИ ДО МАЙБУТНЬОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	140
Завязкіна Н.В., Гайдаш М.С. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ МОБІЛІЗОВАНИХ ДО СЛУЖБИ ПІД ЧАС ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ.....	147
Кривошей К.Ю., Бужинська С.М., Міхалець І.В. КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИКИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ В ЛЮДЕЙ ДОРОСЛОГО ВІКУ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....	153

Лефтеров В.О., Оніщенко Н.В., Тімченко О.В. ФЕНОМЕН ЗАЗДРОСТІ ТА ЙОГО ОСОБЛИВОСТІ У СУЧАСНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ.....	158
Мірошник З.М., Маєр Ю.В. РОЗВИТОК РОЛЬОВОЇ ПОЗИЦІЇ СУЧАСНОЇ ЖІНКИ ШЛЯХОМ УПРОВАДЖЕННЯ РОЗВИВАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ.....	163
Міщенко М.С. ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПЕДАГОГІВ В УМОВАХ ВІЙНИ.....	168
Пісоцький В.П., Горянська А.М. ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФЛЕКСИБІЛЬНОСТІ–РИГІДНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ.....	173
Сімовоник А.І. ВПЛИВ ГУМАНІТАРНОЇ ПАРАДИГМИ НА ГЕНЕЗИС УЯВЛЕНЬ ПРО САМОУСВІДОМЛЕННЯ Й ЖИТТЄТВОРЧИСТЬ ОСОБИСТОСТІ.....	179
Філонова К.С. ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ САМОРУЙНУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ.....	186
Хомич Г.О., Шляхта В.М. РЕФЛЕКСІЯ ЯК КОМПОНЕНТ ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА.....	192
Целікова Ю.О. ФАКТОРИ ІНТОЛЕРАНТНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ГОМОСЕКСУАЛЬНОСТІ.....	197

СЕКЦІЯ 5

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

Бобровник Ю.В., Неділько В.В., Нежива С.М. ВПЛИВ ТЕХНОЛОГІЧНОГО ПРОГРЕСУ НА СУЧАСНІ СОЦІАЛЬНІ ТА ФІЛОСОФСЬКІ ПРОБЛЕМИ.....	202
Католик Г.В., Нечітайло І.С. ЗАЗДРІСНІСТЬ І СТИЛІ МІЖОСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У ЧОЛОВІКІВ ТА ЖІНОК.....	206
Литвин-Кіндратюк С.Д. МИСТЕЦТВО ТА ВІЙНА: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ТРАНСФОРМАЦІЇ.....	211
Мілорадова Н.Е., Філоненко В.М. ЗАЗДРІСНІСТЬ У КОНТЕКСТІ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	217
Мохорєва О.М. КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ЗАЗДРОСТІ В ЗАРУБІЖНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ.....	222
Нерубасська А.О., Москальова В.А., Фесюк А.І. СУЧАСНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ БОЙОВИХ ДІЙ.....	229

СЕКЦІЯ 6

ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

Бригадир М.Б., Бамбурак-Кречківська Н.М.

ОСОБЛИВОСТІ ПОЯВИ ТА ДІАГНОСТИКИ ГСР Й ПТСР,

СПОСОБИ ЇХ ЕФЕКТИВНОГО ЛІКУВАННЯ.....234

Клімук В.В., Клімук О.С., Берегова А.С.

ВИКОРИСТАННЯ МЕХАНІЗМУ ДОФАМІНОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ

У ВИВЧЕННІ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ.....239

НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ.....247

CONTENTS

SECTION 1**SPECIAL AND BRANCH SOCIOLOGIES****Baghirli A.H.**YOUTH POLITICS IN THE CONTEXT
OF CONTEMPORARY GLOBAL EXPERIENCE.....11**Bolotova V.O., Derkachov N.V., Baidak T.M.**TECHNOLOGY OF AUTOMATED MEDIA CONTENT CREATION:
HISTORY OF DEVELOPMENT, OPPORTUNITIES AND SOCIAL THREATS..... 16**Hvozdetska B.H.**ANALYSIS OF CULTURAL PRACTICES OF STUDENTS IN CENTRAL-EASTERN
EUROPE (BASED ON RESULTS OF INTERNATIONAL RESEARCH).....24**Kudrynska H.I., Lapan T.D., Khymovych O.S.**THE MISSION OF SOCIOLOGY IN UNDERSTANDING
OF RUSSIAN-UKRAINIAN WAR.....29**Sosniuk Ye.O.**CONCEPTUAL MODEL OF POLITICAL IDENTITY:
STRUCTURE, LEVELS AND IDENTITIES..... 35**Susska O.O.**MEANS AND TECHNIQUES OF RUSSIAN PROPAGANDA:
OCCURRENCE AND CONSEQUENCES..... 40**SECTION 2****GENERAL PSYCHOLOGY. HISTORY OF PSYCHOLOGY****Virna Zh.P.**CONSTRUCTION OF BODY AND MORAL PSYCHE
IN PSYCHOANALYSIS..... 46**Zavhorodnia O.V.**

MODELS OF INTEGRATION OF THEORETICAL ASSETS OF PSYCHOLOGY.....53

Moliako V.O., Shepelova M.V., Tretiak T.M.CREATIVE THINKING OF PERSONALITY
IN THE PROCESS OF TASKS SOLVING..... 59**SECTION 3****AGE AND PEDAGOGICAL PSYCHOLOGY****Artiukhina N.V., Kucherenko R.O.**

LIFE-CREATING POSSIBILITIES OF PERSONALITY IN ADULT AGE.....64

Voloshok O.V., Nozdrina L.V.EMOTIONAL EXPERIENCES AND COPING STRATEGIES
OF YOUTH PERSONS DURING THE RUSSIAN-UKRAINIAN WAR.....70

Karpenko Z.S. THE PHENOMENON OF ACADEMIC AGEISM IN THE SOCIAL PERCEPTION OF EDUCATION SUBJECTS.....	77
Krasilova Yu.M., Prakapas R.A., Kolomytseva I.V. ADAPTATION OF STUDENTS TO STUDYING UNDER MARTIAL LAW.....	82
Krupnyk I.R., Tavrovetska N.I. SUCCESS MOTIVATION AND DOMINANT BEHAVIORAL STRATEGIES IN CONFLICT SITUATIONS OF COLLEGE STUDENTS.....	88
Pyliavets N.I. STUDY OF PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF SELF-PRESERVING BEHAVIOR OF YOUTH STUDENTS.....	93
Pishchevska E.V., Kantarova N.V., Yunh N.V. PSYCHOLOGICAL STABILITY OF THE PERSONALITY OF TEENAGERS, PARTICIPANTS OF BULLYING IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT.....	98
Polishchuk O.R. PSYCHOLOGICAL SAFETY AND COMMUNICATION DIFFICULTIES OF TEACHERS AND STUDENTS DURING DISTANCE EDUCATION.....	103
Tarasova T.B. TO THE PROBLEM OF MOTIVATION THE EDUCATIONAL AND PROFESSIONAL ACTIVITIES OF FIRST-YEAR STUDENTS OF HIGHER EDUCATION.....	108
Uchytel I.B., Suriakova M.V., Kuchynova N.M. ADAPTIVE RESOURCES AND PERSONAL ANXIETY OF ADOLESCENTS.....	114
Khomenko Ye.H. PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF STUDENTS IN WAR TIME.....	121
Yatsenko T.V., Shklyaiieva H.O. THE FEATURES OF THE FORMATION THE VALUE ORIENTATIONS OF STUDENT YOUTH IN THE CONDITIONS OF WAR IN UKRAINE.....	126

SECTION 4

PERSONALITY PSYCHOLOGY

Bohdan Zh.B. ASSERTIVENESS OF PERSONALITY: THEORETICAL JUSTIFICATION OF THE CONCEPT AND PSYCHODIAGNOSTIC TOOLS.....	132
Horetska O.V., Serdiuk N.I., Tsymbaliuk K.R. DEVELOPMENT OF LEADERSHIP QUALITIES IN PSYCHOLOGY STUDENTS AS AN IMPORTANT COMPONENT OF THEIR PERSONAL PREPARATION FOR FUTURE PROFESSIONAL ACTIVITY.....	140
Zaviazkina N.V., Haidash M.S. PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF THOSE MOBILIZED FOR SERVICE DURING HOSTILITIES.....	147
Kryvoshei K.Yu., Buzhynska S.M., Mikhalets I.V. COPING PERSONALITY STRATEGIES AS FACTORS OF STRESS RESISTANCE IN ADULT PEOPLE DURING THE WAR.....	153

Lefterov V.O., Onishchenko N.V., Timchenko O.V. THE PHENOMENON OF ENVY AND ITS PECULIARITIES IN MODERN PSYCHOLOGICAL RESEARCH.....	158
Miroshnyk Z.M., Maier Yu.V. DEVELOPMENT OF THE ROLE POSITION OF A MODERN WOMAN THROUGH THE IMPLEMENTATION OF A DEVELOPMENT PROGRAM.....	163
Mishchenko M.S. CHARACTERISTICS OF EMOTIONAL BURNOUT OF TEACHERS IN THE CONDITIONS OF WAR.....	168
Pisotskyi V.P., Horianska A.M. STUDY OF PSYCHOLOGICAL FEATURES OF FLEXIBILITY–RIGIDITY OF FUTURE TEACHERS.....	173
Simovonyk A.I. THE HUMANITARIAN PARADIGM INFLUENCE ON THE GENESIS OF IDEAS ABOUT SELF-AWARENESS AND PERSONAL LIFE-CREATIVITY.....	179
Filonova K.S. PSYCHOLOGICAL FACTORS OF SELF-DETERMINATION OF PERSONALITY.....	186
Khomych H.O., Shliakhta V.M. REFLECTION AS A COMPONENT OF THE CONSULTANT PSYCHOLOGIST’S PROFESSIONAL DEVELOPMENT.....	192
Tselikova Yu.O. FACTORS OF INTOLERANT ATTITUDE TOWARDS HOMOSEXUALITY.....	197
 SECTION 5 SOCIAL PSYCHOLOGY. LEGAL PSYCHOLOGY	
Bobrovnyk Yu.V., Nedilko V.V., Nezhyva S.M. IMPACT OF TECHNOLOGICAL PROGRESS ON CONTEMPORARY SOCIAL AND PHILOSOPHICAL ISSUES.....	202
Katolyk H.V., Nechitailo I.S. ENVY AND INTERPERSONAL RELATIONSHIP STYLES IN MEN AND WOMEN.....	206
Lytvyn-Kindratiuk S.D. ART AND WAR: SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL TRANSFORMATIONS.....	211
Miloradova N.E., Filonenko V.M. ENVY IN THE CONTEXT OF DEVIANT BEHAVIOR OF MILITARY PERSONNEL.....	217
Mokhorieva O.M. CONCEPTUALIZATION OF ENVY IN FOREIGN PSYCHOLOGICAL RESEARCH.....	222
Nerubasska A.O., Moskalova V.A., Fesiuk A.I. MODERN ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF MILITARY PERSONNEL IN COMBAT CONDITIONS.....	229

SECTION 6**PSYCHOPHYSIOLOGY AND MEDICAL PSYCHOLOG****Bryhadyr M.B., Bamburak-Krechivska N.M.**PECULIARITIES OF APPEARANCE AND DIAGNOSIS OF ASD AND PTSD,
METHODS OF THEIR EFFECTIVE TREATMENT.....234**Klimuk V.V., Klimuk O.S., Berehova A.S.**USING THE MECHANISM OF DOPAMINE DEPENDENCE
IN LEARNING A FOREIGN LANGUAGE..... 239

A NEW TYPE OF SCIENTIFIC SERVICES.....247

СЕКЦІЯ 1 СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ

YOUTH POLITICS IN THE CONTEXT OF CONTEMPORARY GLOBAL EXPERIENCE

МОЛОДІЖНА ПОЛІТИКА В КОНТЕКСТІ СУЧАСНОГО СВІТОВОГО ДОСВІДУ

Youth, as a social demographic group, constitutes a significant focus of social politics. In this regard, the activities of young individuals in various dimensions (cultural, economic, social, political, and others) within any nation, both present and future, create conditions conducive to the implementation of innovations, fostering development, cultivating an interest in global competitiveness, and fostering a substantial pool of human capital enriched with valuable experience. Whether within our domestic context or abroad, political objectives have been formulated with the aim of nurturing youth with a sense of patriotism, civic duty, global awareness, and universal values. This article presents insights derived from the outcomes of survey inquiries conducted in other countries as part of research into the social issues affecting young people. The available opportunities for our domestic youth, the methodologies employed by institutions serving youth in developed foreign nations, and their corresponding structures have been explored. It becomes evident within this discourse that youth policy within the social and political sphere of developed and developing countries places youth at the center of attention.

The implementation of youth policy is exemplified predominantly through foreign countries such as Denmark, the United Kingdom, Turkey, and Germany, which are regarded as developed nations. Notably, the recognition of youth policy within these countries is attributed to several pivotal factors, one of which revolves around the prosperous conditions of the youth population. Moreover, the selection of these countries is based on their geographical proximity to Azerbaijan.

The article addresses distinct categories of youth, such as those from underprivileged families, individuals with disabilities, and students. These specific social groups assume a particular significance within youth policy as priority target groups aligned with the state policy's overarching objectives. Notably, the social protection of youth with disabilities is constructed within the framework of international conventions and legal provisions. Concurrently, social support measures for underprivileged youth are implemented through internal legislations and programs, or alternatively, as a means of bolstering the educational pursuits of talented youth.

Key words: *youth, youth policy, youth as a social-demographic group, and youth as the object of social youth policy.*

У статті досліджується молодь як соціальна демографічна група, яка є суттєвим центром соціальної політики. У зв'язку з цим

діяльність молодих людей у різних вимірах (культурному, економічному, соціальному, політичному та інших) у межах будь-якої нації, як сьогодення, так і майбутнього, створює умови, що сприяють впровадженню інновацій, сприяють розвитку, виховують інтерес до глобального. конкурентоспроможності та розвитку значного людського капіталу, збагаченого цінним досвідом. У нашому національному контексті чи за кордоном політичні цілі були сформульовані з метою виховання молоді з почуттям патріотизму, громадянського обов'язку, глобальної обізнаності та універсальних цінностей. У цій статті представлені висновки, отримані за результатами опитувань, проведених в інших країнах у рамках дослідження соціальних проблем, що стосуються молоді. Були досліджені доступні можливості для нашої вітчизняної молоді, методології, що використовуються установами, що обслуговують молодь у розвинених іноземних країнах, та їхні відповідні структури. У цьому дискурсі стає очевидним, що молодіжна політика в соціальній і політичній сфері розвинених країн і країн, що розвиваються, ставить молодь у центр уваги.

Прикладом реалізації молодіжної політики є переважно зарубіжні країни, такі як Данія, Велика Британія, Туреччина та Німеччина, які вважаються розвиненими державами. Примітно, що визнання молодіжної політики в цих країнах пояснюється декількома основними факторами, один з яких обертається навколо благополучних умов молоді. Крім того, вибір цих країн базується на їх географічній близькості до Азербайджану.

Стаття стосується окремих категорій молоді, таких як вихідці з малозабезпечених сімей, особи з обмеженими можливостями та студенти. Ці специфічні соціальні групи набувають особливого значення в молодіжній політиці як пріоритетні цільові групи, що відповідають основним завданням державної політики. Слід зазначити, що соціальний захист молоді з інвалідністю будується в рамках міжнародних конвенцій та правових норм. Водночас заходи соціальної підтримки малозабезпеченої молоді впроваджуються через внутрішні закони та програми або, альтернативно, як засіб сприяння навчанню талановитої молоді.

Ключові слова: *молодь, молодіжна політика, молодь як соціально-демографічна група, молодь як об'єкт соціальної молодіжної політики.*

UDC 316

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208>.

2023.51.1

Baghirli A.H.

Associate Professor at the Department of International Relations
Azerbaijan Tourism and Management University

Problem statement. While youth policy holds particular significance as an object of social policy in each developed and developing country, its specification encounters a range of social and literary issues. Namely, legislative directions concerning youths with disabilities and those from underprivileged families possess both general and specific attributes. This pertains to discussions concerning either a general notion of underprivilege or a focus on disability. Activities oriented towards student youth, on the other hand, exhibit a more targeted approach based on the regulations predominantly set forth by universities.

Moreover, it is imperative to acknowledge that literary examples encompassing youth are limited within our country. The foundational role for literature is largely anchored in state programs, laws, decrees, and similar official documents.

Methods. The research employed comparative-analysis, synthesis, and analytical methods. The results of survey questionnaires conducted in foreign countries have been utilized.

Purpose and objectives of the article. The aim of the article is to examine the application of youth policy in the contemporary era, both within our country and in foreign nations, with the goal of investigating the situation and identifying optimal approaches to addressing the pertinent issues. The objectives are as follows:

- 1) to explore the position of youth within society;
- 2) to investigate state support for youth;
- 3) to determine the most crucial needs of youth;
- 4) to ascertain the role of youth in the international political arena.

The predicaments of the article: youth, youth policy, position of youth.

Theoretical and methodological framework of the article. The article draws upon Turkish, Azerbaijani, and English literature as well as internet resources. Within Azerbaijani literature, relevant information is sourced from documents such as the Law and Ministry Decree on Professional-Labor Rehabilitation for Persons with Disabilities, encompassing the Disabled Persons' Employment and Vocational Rehabilitation Center, alongside regulations pertinent to the Youth Foundation and Student Loans. Additionally, the study also references survey results from Turkey, further enriching the analysis.

Youth as an object of social policy in world literature. The literature and internet resources related to youth in world literature are notably extensive. Moreover, while the teaching of youth sociology as a discipline is relatively nascent in our country, it has long been a subject of instruction in foreign countries. As a consequence, the publication of textbooks addressing the position

of youth in social relations has opened up avenues for discourse.

Diverse social-demographic groups emerge within society as a result of factors such as age, gender, social status, place of residence, and various determinants, each exerting a distinct impact on society. Within these social-demographic groups lies the formulation of the future societal structure. Furthermore, the prioritization of youth policy serves as a political imperative, pivotal not only in the advancement of socio-economic, cultural-educational, and educational domains but also in the quest for global competitiveness and progress, both in developed and developing nations.

To explicate the comprehensive categorization of youth from a social-demographic perspective, the diverse range of interrelations between youth and social-demographic variations can be delineated as follows:

- youth and gender diversity;
- youth and education;
- youth and place of residence;
- youth and role allocation;
- youth and employment;
- youth and religion;
- youth and health.

Youth and employment concurrently bear a problematic character for contemporary youth. According to data provided by the International Labor Organization in 2017, one out of every four young individuals is engaged in informal labor relations. [2, p. 223].

In terms of youth and health from a social-demographic perspective, based on information from the World Health Organization, the emerging and salient causes of mortality during the youth phase encompass:

- gender-based factors;
- non-communicable diseases;
- suicide;
- substance abuse;
- global-scale illnesses, among others

[3, pp. 54–55].

When examining the historical development of youth care, it is essential to draw attention to the link between the establishment of the first educational institutions in the 10th century, known as madrasas, and the creation of the University of Bologna in the 11th century in Europe. The formulation of the concept of studentship and particularly the composition of student bodies primarily composed of youth has significantly contributed to the shaping of youth interest. Notably, when discussing youth interest in our country, it is imperative to highlight the support provided by the Azerbaijan Democratic Republic, where 100 young students were sponsored to study at prestigious foreign universities. The particular emphasis on women's education, reflected in the fact that the number of young girls

studying at the Ganja Gymnasium increased from 4 to 296, can be regarded within the historical context of youth interest.

The particular importance of youth care can be better discerned through the political activities of the National Leader Heydar Aliyev. The implementation of youth policy, initiated by the establishment of the Ministry of Youth and Sports on July 26, 1994, the declaration of 'Azerbaijan Youth Day' on February 2 since 1997, and the adoption of state documents and programs in this realm from 1996 to 2022, have all been closely associated with the name of the National Leader. These programs encompass the following initiatives:

- establishment of special scholarships for young talents;
- regarding physical education and sports;
- resolution on state care for azerbaijan's young talents;
- young family program.

President Ilham Aliyev's activities in the field of youth policy have been marked by the implementation of distinctive programs. These programs encompass the following:

- 'State Program on Azerbaijani Youth for 2011–2015';
- 'State Program on Azerbaijani Youth for 2017–2021';
- 'Development Strategy on Azerbaijani Youth for 2015–2025';
- 'Program on Azerbaijani Youth's Education Abroad for 2007–2015';
- 'State Program on Enhancing the International Competitiveness of Higher Education System in the Republic of Azerbaijan for 2019–2023.

In the Republic of Azerbaijan, the determination of youth's status, responsibilities, and the age category of youth is established based on the Law of the Republic of Azerbaijan on 'Youth Policy.' In our country, the youth age range is legally defined as 14–29 years. The youth age range recognized by UNESCO spans from 14 to 25 years [6, p. 161], while according to the United Nations, it encompasses the interval of 12–24 years [5, p. 9].

Among the social-demographic group, the segment of youth that holds particular significance both societally and in terms of importance is encompassed by students. Students, hailing from underprivileged families, in need of social protection, possessing talents, and demonstrating high academic performance, constitute a focal point of attention in the context of social safeguarding. The provision of Student Loans, with the purpose of social protection for aforementioned youth, is indicative of the extent of concern directed towards them. A Student Loan (hereinafter referred to as SL) is a financial resource provided to students, in accordance

with a contractual agreement entered into with the client bank, funded from the Fund's resources, to cover tuition fees at educational institutions within the Republic of Azerbaijan, subject to specified terms and conditions, including a defined repayment period and interest rates [1, pp. 1–2].

In the context of the formulation, assessment, and implementation of youth policy in our country, which ensures the active engagement and participation of youth, the sphere finds its subjectivity embodied by the Youth Foundation's activities. Specifically, the Youth Foundation provides support to youth in three main directions:

1. Facilitating the employment of young individuals who have completed their education, offering assistance to applicants for periods not exceeding one year.

2. Supporting academically accomplished student youth in their educational expenses through two forms: addressing domestic or international tuition fees. The specialization level of the applicants is taken into account during the process.

3. Ensuring youth participation in experiential programs of international organizations, where young individuals apply for the program three months in advance, thereby providing information. The supportive measures encompass transportation, sustenance, program fees, as well as accommodation expenses [10].

In our country, the Vocational Rehabilitation Center operates to support the integration of young individuals with disabilities into society, ensuring their preservation as contributing members, their continuous development as independent and responsible individuals, and facilitating the fulfillment of their needs through self-sufficiency. The Center sets the age standard for admission within the interval of 15–29 years. The following vocational activities are taught at the center:

- carpet weaving;
- weaving;
- knitting;
- leatherworking;
- barbering;
- and other vocational activities [11].

The Vocational Rehabilitation Center holds positive implications for young individuals with disabilities from both social and psychological perspectives. These implications encompass the following aspects:

1) engaging with the Center instills a sense of hope in the aspiring youth concerning their future prospects;

2) transformation of disability into capability counteracts self-imposed limitations and self-discrimination in societal interactions. The Center's activities mitigate such negative predispositions;

3) embarking on a new profession enhances self-esteem;

- 4) facilitates income generation;
- 5) elevates levels of participation in societal life;
- 6) counteracts differential treatment and feelings of 'pity' towards individuals with disabilities in society;
- 7) and engenders various other positive effects.

According to the Global Youth Development Index and its corresponding report by the European Union, the results of a conducted survey among individuals aged 15 to 29 have revealed the selection of 10 countries where young people perceive themselves to be in more prosperous conditions. Among the top three countries in this ranking are Germany, Denmark, and the United Kingdom.

In Germany, mechanisms for youth policy have been established through the Law on 'Youth Protection' adopted in 2011, the Federal Child and Youth Plan, the Ministry for Family Affairs, Senior Citizens, Women, and Youth, the Directorate for Children and Youth, Non-Governmental Organizations, and the German Youth Council. These entities play a distinctive role in the network of youth organizations in the country. Various measures are implemented with the aim of supporting youth, including:

- youth centers, art schools, and leisure activity centers contribute to enhancing young people's civic responsibility and assisting in shaping their future trajectories;
- conferences, events, and projects are organized within youth programs;
- organization of social work activities in schools and other educational institutions;
- educational initiatives for raising awareness.

In Germany, young individuals with specific needs, particularly those with disabilities, concurrently fall within the country's vulnerable groups. Currently, a program is being developed to enhance the well-being of the youth falling within this category [7, p. 3].

Among developed nations and in terms of social care for youth, Denmark stands out as a considerably experienced country, adopting an interesting and distinct approach. In Denmark, the youth sector operates within each institution. The Ministry of Social Affairs, Children, and Integration provides services to young people from vulnerable population groups. Denmark allocates up to 10% of the state budget to youth policy based on government recommendations. Youth organizations operating in the country are affiliated with the Youth Council, which functions as a network. The Council, encompassing an average of 70 organizations, particularly focuses on addressing the social issues faced by young people. According to survey results involving over 140,000 respondents from 38 countries among student youth, Denmark has been identified as

a nation that notably supports democratic initiatives and endeavors in the field of education, thus being acknowledged for its democratic approach [8, p. 2–3].

In the United Kingdom, an overarching 'Youth Strategy' has been established to unite the efforts of the constituent countries. The approval of this Strategy occurred in Wales from 2014 to 2018, and in Scotland from 2014 to 2019. Playing a pivotal role, the Youth Council, which serves as a coordinating body, operates within the framework [9, p. 2–3].

The European Union's 2019–2027 Support Strategy for Youth sets forth targeted goals in support of young people. These goals include the following:

- socialization, ensuring active participation of youth in social relationships;
- engagement, fostering involvement in various sectors of society;
- empowerment, reinforcing other objectives through meaningful social experiences [13].

In the context of the European Union Youth Strategy, a survey was conducted to investigate the social problems of youth, with the participation of 3000 respondents from 81 cities in Turkey, which are member states of the European Union. The survey was carried out during the month of August in the year 2021. Some of the findings of the research are as follows:

1. It has been revealed that 36 percent of participants identified financial conflicts as the source of their distress, and among this 36 percent, 13 percent of the youth indicated the presence of domestic tensions within their families.

2. The research results indicate that as the educational level of young people increases, their areas of interest broaden.

3. A logical relationship exists between financial constraints and the pessimism arising from expectations [4, pp. 60–65].

A survey conducted among 1052 individuals aged 18 and above from 18 cities in Turkey revealed that the greatest concern of young people is unemployment and the social problems resulting from it [12].

This prompts the question of why the social problems of young people are rigorously investigated and why states are interested in supporting youth. Several factors contribute to this phenomenon:

1. Young people represent a relatively small but crucial social-demographic group within societies.

2. Providing support to youth is an investment in the future.

3. They constitute the most suitable group for shaping existing trends.

4. Young people play a pivotal role in both the economic and social aspects of countries' lives.

Factors contributing to the breakdown of social relationships among youth and the inequality in

society can be identified. Youth who carry these factors are categorized as being part of the at-risk group. The following are associated with these youth:

- 1) deprivation of parental care;
- 2) substance abuse, alcoholism, addiction to alcoholic beverages;
- 3) proneness to suicide;
- 4) involvement in correctional institutions;
- 5) affiliation with radical religious groups;
- 6) individuals with disabilities and other factors.

The demonstration of social care measures towards youth at risk is predominantly facilitated by the activities of social workers, especially in developed and developing countries. The process is orchestrated in a phased manner, initially affording the possibility of addressing issues of assessment of processes, events, and individuals with comprehensive measures.

Significantly, voluntary engagement in youth's multifaceted development plays an instrumental role. The voluntary activities pursued by the youth, particularly in our country and other nations, are highly relevant. The execution of volunteer activities in our country is regulated according to the 'Volunteerism' Law of the Republic of Azerbaijan. The law encompasses the definition of volunteer activities, the roles and rights of participants and volunteers, and the requirements for a volunteer contract.

These thematic articles can exert a certain degree of impact on the lives of young individuals. These impacts can manifest in the following ways:

- exploration of the role of youth in society and their potentials, thereby influencing the development of youth policy;
- research and socialization of youth's social problems;
- evaluation of international policies and programs, fostering the formation of novel ideas in the field;
- choosing youth as a research topic not only motivates them but also stimulates their interest and engagement, enabling them to feel recognized.
- recognizing the conflicting and non-conflicting aspects of institutions that play a subjective role in the youth domain fosters responsibility and accountability.

Conclusions. The concept of youth occupying a position as an object of social policy finds affirmation in the article through the delineation

of political activities. The goals directed towards youth in terms of social policy encompass ensuring their engagement, fostering the activities of youth organizations, creating opportunities for equitable rights for youth with disabilities and those from disadvantaged families, and supporting the provision of rights and responsibilities for youth as equal members of society. These identified issues serve as foundational considerations.

Furthermore, the article highlights the implementation of political activities within the country and, in conjunction, the youth policy in countries where the youth express greater contentment in terms of their well-being.

BIBLIOGRAPHY:

1. 'Gənclər siyasəti' haqqında Azərbaycan Respublikasının Qanunu, Bakı şəhər, 9 aprel 2002 № 297-IIQ, s 1-2. URL: <https://e-qanun.az/framework/1619>.
2. Ulusal genç istihdam stratejisi, T.C. Çalışma ve Güvenlik Bakanlığı, 2021-2023, s 223. URL: <https://www.csgb.gov.tr/media>.
3. Türkiye de gençliğin sağlık sorunları prof.dr.Trethi Doğan, E.Ü Tıp fakültesi, Halk sağlığı, s 54-55. URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/593222>.
4. Türkiyənin geleceğine genç bakiş, İstanbul danışmanlıq və ekonomik A.Ş, Fredrich Nouman Faoundation , 2021 kasım, s 60-65 : file:///C:
5. Genç ve gençlik: sosiyolojik bakiş, Aylin Görgün Baran, Gənçlik araşdırmaları dərgisi, Hacettepe Univerisitesi, 2013, s 9. URL: <https://www.academia.edu>.
6. Gençlik döneminde boş zaman fəaliyyətlərinin yeri və önəmi, Mustafa Güçlü, Gənçlik araşdırmaları dərgisi, 2013, s161. URL: <https://www.acarindex.com/>.
7. Factsheet: Germany, The children and youth plan, 2015–2018, p 2-3. URL: <https://www.youthpolicy.org/factsheets/country/germany>.
8. Factsheet: Danimark, EU Youth programs,, 2015–2018, p 2-3. URL: <https://www.youthpolicy.org/factsheets/country/denmark/>.
9. Factsheet: United Kingdom, Postive for Youth Program, 2015-2018, p 2-3. URL: <https://www.youthpolicy.org/factsheets/country/united-kingdom/>.
10. Gənclərə imkanlar, Gənclər Fondu:. URL: <https://youthfoundation.az/action/foryouth/>.
11. Əlilliyi olan gənclərin peşə-əmək reabilitasiyası, ƏƏSM Nazirliyi. URL: <https://www.sosial.gov.az/ahil6677>.
12. Türkiyədə gənc işsizliyi, genç nüfusunda ətalət, Volkan işik. URL: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/263390>.
13. Youth Strategy, 26 November 2018. URL: https://youth.europa.eu/strategy_en.

ТЕХНОЛОГІЯ АВТОМАТИЗОВАНОГО СТВОРЕННЯ МЕДІЙНОГО КОНТЕНТУ: ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ, МОЖЛИВОСТІ ТА СОЦІАЛЬНІ ЗАГРОЗИ

TECHNOLOGY OF AUTOMATED MEDIA CONTENT CREATION: HISTORY OF DEVELOPMENT, OPPORTUNITIES AND SOCIAL THREATS

Стаття присвячена аналізу розвитку технології автоматизованого створення медійного контенту, її перевагам, соціальним загрозам та можливостям застосування в медійному просторі України. Зазначається, що у зв'язку з розширенням можливостей штучного інтелекту (AI) у медіаіндустрії актуальним є вивчення налаштованості вітчизняної медійної спільноти до технології AI, бачення сфери її застосування та готовності прийняти у своїй робочій процес. В статті висвітлюються історія розвитку штучного інтелекту та наводяться результати авторського пілотного дослідження (жовтень-листопад 2022 р.), завданнями якого було за допомогою експертних оцінок порівняти різні типи контенту, створені штучним інтелектом та людиною, виявити ставлення медіафахівців до автоматизованого створеного контенту та їх готовність застосовувати технологію AI в професійній діяльності. Експертами виступали журналісти та копірайтери. Дослідження показало, що у більшості випадків експерти, не знаючи, хто автор науково-популярного і рекламного текстів, оцінили роботи AI, ніжче за зроблені людиною. Але згенероване зображення отримало вищі оцінки за всіма параметрами. Експерти, обізнані про існування програм AI, помилялись у визначенні авторства рідше. Вони відчували алгоритмізованість.

Загалом опитані лояльно поставилися до перспективи впровадження технології AI в їх робочий процес. На сьогодні журналісти та копірайтери не бачать в ній конкурента для себе, а розглядають як інструмент, здатний пришвидшити робочий процес. Експерти відмітили, що AI поки не вдається розробляти концепції та генерувати власні ідеї, роботи непрямолинійний контент, працювати з особливими джерелами інформації, збирати нову інформацію та надавати експертну думку, створювати тексти у багатьох жанрах. Респонденти в цілому припускають негативний вплив AI у разі його масового використання та розповсюдження: погіршення якості контенту, втрата роботи багатьма копірайтерами, знищення унікальності медіа, підвищення ризику плагіату, можливість масового генерування фейків, порушення журналістських стандартів тощо.

Ключові слова: медіа, контент, створення медіаконтенту, штучний інтелект, автоматизований копірайтер.

The article is devoted to the analysis of the development of the technology of automated creation of media content, its advantages, social threats and possibilities of application in the media space of Ukraine. It is noted that in connection with the expansion of the possibilities of artificial intelligence in the media industry, it is relevant to study the attitude of the domestic media community to AI technology, the vision of its scope of application and readiness to adopt it in their work process.

The article highlights the history of the development of artificial intelligence and provides the results of the author's pilot study (October-November 2022), the tasks of which were to compare different types of content created by artificial intelligence and humans, using expert evaluations, to reveal the attitude of media professionals to automatically created content and their readiness apply AI technology in professional activities. Experts were journalists and copywriters.

The study showed that in most cases, experts who did not know who was the author of popular science and advertising texts rated AI works lower than those made by humans. But the generated image scored higher in all parameters. Experts aware of the existence of AI programs were less likely to be wrong in determining authorship. They felt the algorithm.

In general, the respondents were loyal to the prospect of introducing AI technology into their work process. Today, journalists and copywriters do not see it as a competitor for themselves, but consider it as a tool capable of speeding up the work process.

Experts noted that AI is still unable to develop concepts and generate its own ideas, make non-linear content, work with special sources of information, collect new information and provide expert opinion, create texts in many genres.

Respondents in general assume a negative impact of AI in the case of its mass use and distribution: deterioration of content quality, loss of work for many copywriters, destruction of the uniqueness of the media, increase in the risk of plagiarism, the possibility of mass generation of fakes, violation of journalistic standards, etc.

Key words: media, content, creation of media content, artificial intelligence, automated copywriter.

УДК 316.773.3: 316.772.5

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.2>

Болотова В.О.

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

Деркачов Н.В.

SMM-менеджер
Школа англійської мови Pictorial

Байдак Т.М.

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

Використання комп'ютерних програм для генерації автоматизованого контенту, тобто новинних повідомлень, опису товарів, ілюстрацій і, навіть, відео можна вважати інноваційним явищем в індустрії медіа. Медіаіндустрія все частіше застосовує штучний інтелект, його програми розширюють свій функціонал та можливості. Автоматизованими текстами вже близько десяти років користуються такі відомі організації, як Associated Press, Guardian, BBC, New York Times.

Аналізом штучного інтелекту та його можливостей займалися такі вчені, як Стюарт Расел, Мартін Форд, Макс Тегмарк та Нік Бостром. Переваги та загрози генерації автоматизованого контенту досліджувались в роботах Ехуда Райтера, Яджі Шріпада, Альберта Гатта та Еміля Крамера. Але, на жаль, українські науковці в сфері соціальних комунікацій та й соціальних наук взагалі не приділяли достатньо уваги цій технології, принаймні до 30 листо-

пада 2022 р., коли шалену популярність набув ChatGPT.

Українські користувачі отримали змогу застосовувати ChatGPT рідною мовою з 18 лютого 2023 р. і рівень обізнаності та використання даної технології для створення текстів піднявся у десятки разів. За допомогою ChatGPT почали створювати найрізноманітніші тексти: від привітань на день народження, шкільних есе, рефератів, студентських дипломних робіт до професійних текстів у роботі SMM-менеджерів та журналістів.

Якщо раніше, буквально ще декілька місяців до того, не всі фахівці чули про автоматичного копірайтера, уявляли собі можливості штучного інтелекту, знали де можна знайти програми, які б «розуміли» українську мову, то тепер автоматизований копірайтер став доступним, популярним і безплатним, принаймні його основні функції. Відповідно, всі переваги та загрози штучного інтелекту із потенційних перетворились у реальні, їх почали відчувати, осмислювати, обговорювати.

Наразі одним з основних залишається питання порівняння результатів роботи штучного інтелекту та людини. Наскільки дійсно якісним є автоматизовано створений контент, чи може він замінити (або вже замінив) людину і, у зв'язку з цим, для яких завдань та за яких умов програми створення контенту штучним інтелектом будуть використовуватись на постійній основі, перш за все, в нашій країні (бо у західних країнах та Китаю те тільки розробка, але й використання даних технологій ішло далеко уперед). Саме необхідність відповідей на ці питання зумовлює актуальність досліджуваної проблеми.

Слід зазначити, що технологія автоматизованого створення тексту, попри її відносну новизну, пройшла доволі довгий шлях у своєму розвитку. Це підгалузь штучного інтелекту та комп'ютерної лінгвістики що зветься «Генерацією природної мови» (або NLG), яка, своєю чергою, входить до «Обробки природної мови», де вивчається здатність програм розпізнавати людську мову [1].

Одне з найцитованіших визначень NLG сформулював Ехуад Райтер, професор комп'ютерних наук в Університеті Абердіна, а також головний науковий співробітник «Arria NLG», яка займається їх розробкою. За Райтером, Natural language generation – це комп'ютерна програма, яка використовує машинне навчання для написання текстів природною людською мовою з певного немовного уявлення інформації яке лежить в основі [2]. Визначення NLG, яке навів Райтер, є ідентичним за значенням із визначенням технології автоматизованого створення текстів.

Більшість сучасних генераторів тексту базуються на нейронних мережах. Вони створені

за образом людського мозку та копіюють процеси, що відбуваються в ньому, коли він оброблює інформацію. Подібно до мозку мільйони цифрових нейронів передають один одному інформацію у вигляді електричних імпульсів, що уможлиблює її здатність до самонавчання [3].

Тренування мовних моделей проходять за наступним алгоритмом: розробники завантажують в нейронну мережу масив даних: це книги, інтернет-видання, статті, соціальні мережі. Якийсь час вони структурують дані та надають вказівки технології, але згодом система не потребує подальшого програмування, а продовжує навчатись сама, знаходячи усі можливі варіанти поєднань нейронів Коли алгоритми проходять навчання, вони поступово адаптуються «бачити» зв'язок між тількино завантаженими даними та тими, що вже пройшли через мережу. Згідно з цим, технологія через певний час після навчання, зможе робити смислові висновки самостійно, знаходячи зв'язки між даними вже без допомоги розробника [4].

У 1956 році відбулася конференція під назвою «Дартмутська майстерня» на тему машинного навчання організована професором Джоном Маккарті, який зібрав дослідників із різних областей для відкритого обговорення штучного інтелекту (artificial intelligence, далі AI) – терміна, яким він позначив надзвичайні можливості машин. На ній було представлено першу версію штучного інтелекту «The Logic Theorist», створену Алленом Ньюеллом та Гербертом Саймоном. для виконання автоматизованих обчислень. Ця програма вважається найпершим у світі втіленням ідеї AI й саме вона започаткувала подальші дослідження в цій галузі на наступні роки [5].

Наступною ранньою версією AI став «Персептрон», розроблений у 1958 році психологом Френком Розенблаттом. Цей винахід заклав основу для безлічі нейронних мереж [6].

До 1970 року розвиток штучного інтелекту постійно сповільнювався через слабкі технічні можливості, що призвело до «Першої зими AI», що тривала з 1974 по 1980, яка ознаменувалася найбільшим застоєм у розробці технології [7].

У 1980 році з'явилась «Експертна система» – комп'ютерна програма, яка після навчання була здатна імітувати прийняття рішень. В програму завантажували бази знань з певної галузі, потім ставили перед системою проблеми та надавали варіанти їх вирішення, а вона самостійно знаходила рішення на проблемі, з якими вона вже стикалась, покладаючись на базу даних. Технологія стала першою передумовою появи сучасного штучного інтелекту [8].

У 1984 році була опублікована книга під назвою «Борода поліціанта наполовину скон-

струйована» – перша книга, написана AI, за допомогою мови програмування «Racter». У програму завантажили великий об'єм слів, вона брала окремі з них і випадковим чином з'єднувала в речення. Текст вийшов заплутаним та майже не мав сенсу, тому сприйнявся аудиторією скоріш як жарт, ніж серйозне відкриття [9].

У 2007 з'явилася одна з перших програм написання текстів, «Statsheet», створена випускником Массачусетського технологічного інституту Робі Аленом. Саме на сайті компанії Statsheet вперше з'явився «автоматизований контент», досить прості за викладенням звіти, результати матчів з різних видів спорту, які були повністю написані програмним забезпеченням [10].

Наступним відкриттям у створенні текстів за допомогою штучного інтелекту стала програма StatsMonkey, розроблена Narrative Science на початку 2010-х років. Вона робила те, про що не любили писати журналісти – описувала результати ігор Малої бейсбольної на основі обробки статистики бейсбольних матчів, дії гравців та результатів змагань. В результаті генерувався новинний сюжет про гру, без її тонкощів, проте з використанням бейсбольного сленгу, що робило його живим. У 2011 році StatsMonkey написала 400 000 звітів для дитячої ліги, у 2012 – 1,5 мільйона [11].

Після StatsMonkey компанія розробила Quill – просунуту платформу для генерації природної мови на базі AI, що дозволяє організаціям готувати фінансові звіти. Quill аналізує завантажені графіки з даними та швидко пише кілька абзаців з поясненням, що на них відбувається. Пізніше StatSheet покращили програму та змінили її назву на Automated Insights. Нейронна мережа тепер була здатна писати про фінанси, погоду, нерухомість і стала першою програмою AI, яка «отримала роботу» у відділі новин Associated Press у 2014 році. Журналісти компанії стали більше займатися журналістикою, а створення статей про доходи корпорацій повністю доручили штучному інтелекту. У тому ж 2014 році технологія виробила 1 мільярд одиниць контенту [11].

У 2015 році та сама компанія Automated Insight випустила «Wordsmith», або майстра слова – ще одну платформу AI для генерації природної мови. Компанія збільшила в програмі обсяг використовуваних даних, попрацювала над стилістикою та правилами листа для створення якіснішого контенту, і відкрила її в загальному доступі Wordsmith написав 4400 звітів про доходи за квартал для Associated Press і ці звіти писалися за лічені секунди [12].

Поки експерти обговорювали перспективи застосування алгоритмів у ЗМІ, масштаби застосування технології перевершили всі очікування. У 2013 році Wordsmith написав

300 мільйонів звітів, у 2014 році – 1 мільярд, у 2016 – 1,5 мільярда [13].

У 2016 The Washington Post запустив нейромережу Heliograf для великомасштабного висвітлення основних подій на основі даних. Технологія була вперше представлена під час Олімпійських ігор у Ріо-де-Жанейро у 2016 році, щоб допомогти журналістам повідомляти про результати. The Washington Post швидко розширила можливості Heliograf. Наступною роботою програми стане висвітлення президентських виборів у США. До листопада 2016 року Heliograf створив понад 500 статей, які залучили понад 500 000 кліків [14].

У 2018 Forbes запустив Bertie, свого письменника на основі штучного інтелекту названого на честь засновника журналіста Берті Форбса. Bertie пише висновки до статей, пропонує авторам актуальні теми на основі їх попередніх праць, підбирає заголовки та зображення, оптимізує SEO. Не дивлячись на багатофункціональність, у Форбс стверджують, що Bertie завжди буде лише доповненням, а з креативними завданнями можуть впрокатися лише люди [15].

Китайський торговий гігант Alibaba також не став відставати від нових трендів, і того ж року запустив AI письменника «Alimama», здатного виробляти 20 000 рядків контенту в секунду [16].

Значний внесок у розвиток технологій AI робить OpenAI – некомерційна американська компанія, яка займається розробкою та ліцензуванням технологій на основі машинного навчання. У 2018 році OpenAI розробили генератор текстів під назвою GPT-1, який був навчений текстами з Wikipedia і літературних творів [17].

Однак пізніше розробники припустили, що вчитися моделі більш природного мовлення зі своїм стилем та тоном легше на основі звичайних публікацій в інтернеті. Тому для наповнення наступної моделі GPT-2 використовували дані 8 мільйонів веб-сторінок різних форумів за типом Reddit із постами людей, які набрали високий рейтинг на сервісі GPT-2 продемонстрував суттєве покращення можливостей створення тексту та створив зв'язний текст із кількох абзаців. Але через потенційне зловживання його спочатку не було оприлюднено. Зрештою модель була запущена в листопаді 2019 року після того, як OpenAI провів поетапне розгортання для вивчення та зменшення потенційних ризиків [18].

GPT-3, випущений у червні 2020 року, став величезним кроком уперед. Цю модель було навчено на основі 175 мільярдів параметрів. Його розширені можливості генерування тексту призвели до широкого використання в різних програмах: від написання електро-

них листів і статей до створення віршів і навіть програмного коду. Він також продемонстрував здатність відповідати на фактичні запитання та перекладати з однієї мови на іншу. Запуск GPT-3 став ключовим моментом, коли світ почав визнавати цю новаторську технологію. Попри те, що моделі існували кілька років, саме з GPT-3 люди мали можливість безпосередньо взаємодіяти, ставити запитання та отримувати вичерпні та практичні відповіді [19].

Наступним у перегонях за кращий штучний інтелект став продукт Компанії Microsoft і Nivida «Megatron-Turing Natural Language Generation», випущений у 2021 році розміром 530 мільярдів параметрів, і рекорд GPT-3 був побитий. Така кількість даних дозволяє виконувати моделі ті ж завдання, що й GPT-3, але з ще більшою точністю, проте працювати така система може лише на дуже потужних комп'ютерах, недоступних звичайним користувачам [20].

До перегонів за найбільшу нейронну мережу у світі доєднався Google з їхньою новою моделлю Switch Transformer. При цьому навчити модель команді Google вдалося в 7 разів швидше за конкурентів, при використанні тієї ж кількості обчислювальних ресурсів [21].

Наймасштабнішою нейронною мережею на 2021 рік стала Wu Dao 2.0, навчена на 1,75 трільйонах параметрів, випущена Пекінською академією штучного інтелекту, за фінансової підтримки уряду. Вона також створює тексти будь-якого жанру, здатна імітувати творчість, виробляти фотореалістичні витвори мистецтва, а також має вдосконалені можливості навчання. Головною відмінністю Wu Dao 2.0, що дозволяє їй перевершувати попередні моделі, крім параметрів, стала мультимодальність. Модель може не тільки писати есе, вірші та резюме китайською та англійською, але й генерувати власний текст на основі статичного зображення, а також створювати фотореалістичні зображення, за описом людини [22].

30 листопада 2022 року OpenAI випустив останню версію GPT-4, і вона швидко стала вірусною у соціальних мережах, коли користувачі ділилися прикладами того, що ця програма може робити: від планування подорожі до написання байок і кодування комп'ютерних програм. За п'ять днів чат-бот залучив понад мільйон користувачів [19].

Як сам ChatGPT розповідає про себе – це мовна модель, створена, щоб допомагати з різноманітними завданнями та надавати точну та корисну інформацію з широкого кола тем. Проте він сам «визнає», що не ідеальний і не завжди може мати найновішу чи точну інформацію, а також створювати її. [23].

До GPT-4 були внесені можливості слідувати намірам користувача, менша ймовірність створення образливих або небезпечних резуль-

татів, підвищена фактична точність, краща керованість – можливість змінювати поведінку відповідно до запитів користувача, підключення до Інтернету (остання функція включає можливість пошуку в Інтернеті в режимі реального часу) [19].

Сьогодні на базі NLP в медіа існують такі технології комунікацій:

- голосові помічники (наприклад, «Siri» від «Apple» і «Alexa» від «Amazon», які розпізнають голос і надають відповідь на будь-які питання);

- «машинний переклад» (технологія перекладу тексту з однією мови на іншу, яка також працює на NLP, зберігаючи значення та смисл, наприклад, Google Translate);

- генерація зображень (це нові алгоритми нейронних мереж, які створюють зображення за короткою фразою чи реченням, яке задає людина, наприклад, «Dalle – 2», «Midjourney», «Stable Diffusion»);

- граматичні моделі (працюють як автозаповнення текстів та здатні передбачувати наступні слова в реченнях на основі вже введених до цього слів, наприклад, «Grammarly», також ця програма «розуміє» жанри і може створити якісний текст для блогу, електронної пошти, публікації в соціальних мережах тощо);

- чат-боти (програма забезпечення здатне сприймати природну людську мову, визначати потреби клієнта та відповідати на питання, за секунди піднявши рішення з баз даних);

- аналіз настроїв (ШІ здатний розпізнавати масові почуття людей у публікаціях, наприклад, допомагають «Twitter» видаляти твіти з нецензурною, расистською лексикою тощо. Технологія дозволяє одночасно аналізувати всі публікації, які завантажуються у світі, на такий аналіз здатний тільки ШІ);

- пошукові системи (наприклад, Google використовує NLP для найбільш точного пошуку потрібної для користувача інформації. ШІ на основі пошукової поведінки людини навчили визначати її потенційні наміри й надавати саме той контент, який скоріш за все їй потрібен).

Всі перераховані технології вже інтегровані в життя кожної людини. Але через здібності штучного інтелекту до самонавчання та постійній обробці нових даних з інтернету вони невпинно розвиваються. Наразі інноваційною залишається тільки NLG – генерація природної мови, яка ще не стала масовою, навіть, попри вірусне розповсюдження

На сьогодні, коли застосування штучного інтелекту набуло в світі неабияких масштабів, особливо важливо зробити об'єктивну оцінку відмінності результатів його діяльності від людської, налаштованості медіафахівців користуватися технологіями AI, визначити переваги та загрози такого використання.

У жовтні – листопаді 2022 р. автори здійснили пілотне дослідження, завданнями якого було за допомогою експертних оцінок порівняти роботу штучного інтелекту та людини на різних типах контенту, виявити ставлення українських спеціалістів у сфері комунікації до автоматизовано створених текстів та їх готовність застосовувати цю технологію в професійній діяльності. Експертами в цьому випадку виступали фахівці, які безпосередньо працюють з контентом: створюють та розповсюджують його.

У дослідженні взяло участь 14 осіб. З них 4 керівники медіа, 5 журналістів та 5 копірайтерів. Респондентами були представниками таких організацій, як «ХПГ» (Харківська правозахисна група), «Накипіло», «Суспільне», «Карітас-Спес Україна», «Smart Media», «СВЕТ», «Харківський антикорупційний центр» (ХАЦ). Серед них було 8 жінок та 6 чоловіків. За віком найстаршому респонденту було 69 років, наймолодшому – 22 роки. Було використано методи експерименту (оцінка контентів з анонімним авторством) та напівформалізоване інтерв'ю.

В процесі дослідження експерти оцінювали контенти різних видів, створені штучним інтелектом та реальною людиною: картину (роботи штучного інтелекту та ілюстратора Крістіана Димитрова), науково-популярну статтю та опис товару (роботи штучного інтелекту, журналістки Юлії Довгої та працівників сайту Rozetka). Для створення автоматичного контенту використовувались програми Smoodin AI (тексти) та Midjourney AI (картина).

До кінця участі в процесі оцінювання експерти не знали, що серед авторів є штучний інтелект, а половина опитаних, як це виявилось потім, взагалі не знала про існування технології створення контенту за допомогою штучного інтелекту та її можливості (про ці програми їм було розказано вже після проведеної оцінки).

Картина оцінювалась за наступними критеріями: естетичність, композиція, унікальність, вибір фарб, світло, деталізація. Науково-популярний текст оцінювався за логічністю, композицією (послідовність, цільність тексту), інформативністю, аргументованістю, легкістю розуміння, словниковим запасом, завершеністю тексту. А для опису товару критеріями були: послідовність тексту, змістовність інформації про товар, легкість розуміння (невимушеність, природність), ємність матеріалу (відсутність «води»), словниковий запас, переконливість, лексико-стилістична грамотність.

Після оцінки досліджувалась можливість експертів розрізнити роботи штучного інтелекту та людини на попередньо оцінених типах контенту. Також завданням інтерв'ю було виявити рівень обізнаності експертів щодо існування програм з написання текстів

на основі штучного інтелекту, міру готовності їх застосовувати, думки щодо переваг, недоліків та ризиків застосування таких програм в Україні.

В результаті опитування стосовно візуального контенту середня оцінка роботи штучного інтелекту виявилась вище за оцінку картини художника-людини за кожним з 5 критеріїв. Штучний інтелект обігнав людину з більшим відривом за унікальністю, композицією та вибором фарб. За критеріями естетичності та деталізація відрив був меншим (табл. 1).

Таблиця 1

Порівняння середніх оцінок візуального контенту експертами (за десятибальною шкалою, де «1» – найнижча оцінка, а «10» – найвища оцінка)

Критерії оцінювання	Автор – штучний інтелект	Автор – людина
Естетичність	7,3	6,6
Композиція	7,5	5,8
Унікальність	6,8	4,6
Вибір фарб, світло	7,4	5,8
Деталізація	6,7	6,6

Щодо тексту на науково-популярну тему, то більшість респондентів оцінили роботу людини вище за штучний інтелект за 5 параметрами з 7. Людина обігнала штучний інтелект за логічністю, композицією, інформативністю, аргументованістю та словниковим запасом. Найбільшим відрив виявився за критерієм інформативності та аргументованості. Текст штучного інтелекту визнали кращим лише за легкістю розуміння та завершеністю (табл. 2).

Таблиця 2

Порівняння середніх оцінок науково-популярного тексту експертами (за десятибальною шкалою, де «1» – найнижча оцінка, а «10» – найвища оцінка)

Критерії оцінювання	Автор – штучний інтелект	Автор – людина
Логічність	7,3	7,5
Композиція (послідовність, цільність тексту)	6,6	7,1
Інформативність	6,4	7,4
Аргументованість	5,8	6,6
Легкість розуміння	7,9	7,3
Словниковий запас	6,3	7,3
Завершеність тексту	6,6	6,3

В результаті опитування щодо маркетингових текстів, за загальними результатами всі респонденти оцінили роботу людини вище за

штучний інтелект за всіма параметрами. Текст людини, на думку експертів, перш за все, був набагато змістовнішим та переконливішим. Також людина виявилась набагато грамотнішою та писала по суті (табл. 3).

Таблиця 3

Порівняння середніх оцінок опису товару експертами (за десятибальною шкалою, де «1» – найнижча оцінка, а «10» – найвища оцінка)

Критерії оцінювання	Автор – штучний інтелект	Автор – людина
Послідовність тексту	5,9	7,4
Змістовність інформації про товар	5,1	8,1
Легкість розуміння	6,2	6,9
Ємність матеріалу (відсутність «води»)	5,4	7,6
Словниковий запас	5,8	7,1
Переконливість	3,7	6,5
Лексико-стилістична грамотність	5,6	7,6

В ході визначення того, яке зображення створено автоматично, а яке малював справжній художник, респонденти розійшлися у думці. П'ять з чотирнадцяти помилилися та вирішили, що малюнок людини було створено штучним інтелектом (чотири з них до опитування не знали про існування технології створення контенту за допомогою AI). Під час оцінки зображення штучного інтелекту у цих досліджуваних були сумніви щодо того, чи здатен штучний інтелект створити креативну роботу, тому вони були впевнені, що це малювала людина. Інші дев'ятеро експертів правильно визначили авторство зображень. З них – дві людини ніколи не чули про дану технологію.

Обізнаним респондентам правильно відповісти також допомогло розуміння за яким принципом працюють нейромережі. Вгадати автора респондентам допоміг і минулий візуальний досвід, адже зображення, згенеровані штучним інтелектом, активно поширюються у соціальних мережах.

Аналізуючи два науково-популярних тексти, правильно визначила авторство половина опитаних. Авторський текст здався тим, хто помилився складнішим і менш природнім, тому вони прийняли це за ознаки штучного інтелекту. Частина респондентів приписала текст штучного інтелекту людині через приклад наведений з життя. Не дивлячись на обізнаність про технологію, експерти не уявляли, що програма здатна на подібне. З тих, хто не помилився, п'ять вже знали про існування технології, а серед тих, хто помилився, таких було тільки двоє.

Під час аналізу маркетингових текстів помилились лише троє, і всі вони не чули про техно-

логію написання медіаконтенту за допомогою AI. Думка цих респондентів помилково збіглася в тому, що нецікавість викладання, сірість та банальність притаманна штучному інтелекту. Вони були впевнені, що людина впоралася б набагато краще. Текст, який насправді був написаний штучним інтелектом, необізнані респонденти оцінили вище за людський. Решта респондентів, які правильно вгадали, де текст писався автоматично, критичніше оцінили текст штучного інтелекту Вони відмітили неструктурованість інформації, відсутність мети, неграмотність тексту.

Найменше помилок у визначенні авторства контенту робили експерти, які займають керівні посади. Багаторічний досвід дозволив їм помітити тонкощі, які не завжди були очевидні для інших. Навіть експерт, який ніколи не чув про технологію AI, надав правильні відповіді.

Виявилось, що на той час жоден з респондентів не використовував технологію в своїй роботі. Причинами стали недовіра/невпевненість у гарному результаті, відсутність україномовної версії, недоступність програми у вільному доступі. Зараз принаймні дві з вказаних причин зникли. Тому проведення повторного дослідження дозволило б краще зрозуміти перспективи застосування ШІ у вітчизняних реаліях.

На момент проведення дослідження майже всі респонденти відповіли, що готові спробувати використовувати технологію за умов наявності такої програми у вільному доступі та зрозумілого функціоналу. Цікаво, що на питання масового впровадження технології у світовий медіапростір частина респондентів вважала, що це обов'язково трапиться, але не скоро, а частина вважала, що це питання декількох років. Ніхто не передбачив, що масове застосування AI в Україні стане можливим за два з половиною місяці. Проте всі зійшлися на думці, що штучний інтелект займе місце в журналістиці та копірайтингу.

Експерти також виділили перешкоди, які могли стояти на шляху до просування нейромережових технологій в українському медіапросторі: війна, важке економічне становище країни і, як наслідок, обмежений ринок реклами, скорочення донатів на роботу ЗМІ.

На питання, чи змінить технологія медіа на краще, респондентам було важко відповісти однозначно. Більшість зійшлася на тому, що це полегшить діяльність журналіста, а у роботі копірайтера можливі покращення через SEO-оптимізацію. Тобто штучний інтелект буде хорошим доповненням в написанні текстів.

Проте експерти виказали й побоювання, що в цілому технологія може погіршити якість контенту в інтернеті. Багато людей втратять робочі місця, а тексти будуть схожими між

собою, оскільки їх не будуть писати люди з різним життєвим досвідом, що призведе до зниження унікальності медіа, підвищиться ризик плагіату, можливе масове генерування фейків та порушення журналістських стандартів, журналісти та копірайтери можуть перестати покращувати свої навички.

Опитані висловили майже однакові думки щодо значного впливу «автоматизованого письменника» саме на професію копірайтера, яка стане дуже обмеженою, а журналісти повинні будуть освоїти AI-програми. ШІ може «прибрати» з професії людей, які пишуть не надто художні тексти, але неможливо автоматизувати розробку концепцій і генерування ідей для наповнення медіа, обирати теми для якісного матеріалу, працювати з особистими джерелами інформації, формувати актуальні та швидкі новини, робити аналітику і розслідування, інтерв'ю.

Навіть в роботі копірайтера неможливо автоматизувати гнучкість і сенс, який потрібно закладати поміж строк, подачу інформації непрямим способом, розуміння аудиторії.

Таким чином, дослідження показало, що у двох третіх випадків експерти оцінили якість контенту ШІ нижче за зроблений людиною. Перш за все, це стосується науково-популярного і рекламного текстів – людина виявилася майже абсолютним лідером у цих двох випадках. А от автоматично згенероване зображення оцінили вище за працю людини за всіма параметрами, що говорить про успіх ШІ у певних художніх жанрах, який вже може вийти на рівень людини і навіть її перевершити.

Обізнані про програми ШІ журналісти та копірайтери помилялись у визначенні авторства рідше. Вони відчували алгоритмізованість.

Необізнані про технологію AI респонденти частіше в своїх висловлюваннях занижували її можливості та переоцінювали людські. Це стосувалося і текстів, і зображень. У них існував стереотип, що контент штучного інтелекту сухий та нецікавий. Проте, не знаючи, хто автор контенту, експерти досить високо оцінювали його роботу. Як виявилось, тексти та зображення, написані штучним інтелектом, можуть бути непоганими та прийнятими аудиторією за людські, але скоріше у разі необізнаності про подібні технології.

Учасники опитування відмітили, що, не дивлячись на вдалу здатність імітувати людину, ШІ поки не вдається: розробляти концепції та генерувати власні ідеї, робити непрямолінійний контент (вкладати сенс поміж рядків), працювати з особливими джерелами інформації, збирати нову інформацію та надавати експертну думку, створювати тексти у багатьох жанрах.

Респонденти лояльно поставилися до перспективи впровадження технології AI в їхній

робочий процес. Вони серйозно розглядають перспективи масового впровадження ШІ-копірайтингу у світовий медійний простір найближчим часом. На сьогодні журналісти та копірайтери не бачать в ній конкурента для себе, а розглядають як інструмент, здатний пришвидшити робочий процес, залишивши час для складнішої роботи, за умови, що кожна дія програми буде контролюватися людиною. Загалом респонденти досить серйозно поставилися до перспектив масового впровадження ШІ-копірайтингу у світовий медійний простір, хоча і не найближчим часом, в чому, власне, і помилились.

Не дивлячись на плюси, які надає технологія AI у робочому процесі медійників, респонденти в цілому припускають негативний вплив ШІ на інформаційний простір у разі його масового використання та розповсюдження. Тому виникнення GPT-4, можливість його застосування українською мовою та вільний доступ зумовлюють необхідність подальших лонгїтюдних досліджень щодо змін думки фахівців у сфері медіа щодо ставлення до технології автоматизованого створення контенту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Definition natural language generation. URL: <https://www.techtarget.com/searchenterpriseai/definition/natural-language-generation-NLG> (дата звернення: 15.06.2023).
2. Natural language processing. URL: https://en.wikipedia.org/wiki/Natural_language_processing (дата звернення: 18.06.2023).
3. What are Neural Networks? URL: <https://www.ibm.com/cloud/learn/neural-networks> (дата звернення: 17.06.2023).
4. Neural networks. URL: <https://www.explainthatstuff.com/introduction-to-neural-networks.html> (дата звернення: 27.06.2023).
5. Veisdal J. The Birthplace of AI. URL: <https://www.cantorsparadise.com/the-birthplace-of-ai-9ab7d4e5fb00> (дата звернення: 18.03.2023).
6. Burrell A. T., Papantoni-Kazakos P. Stochastic Binary Neural Networks for Qualitatively Robust Predictive Model Mapping. *International Journal of Communications, Network and System Sciences*. 2012. Vol. 5. P. 603–608.
7. AI Winter: The Highs and Lows of Artificial Intelligence. URL: <https://www.historyofdatascience.com/ai-winter-the-highs-and-lows-of-artificial-intelligence/> (дата звернення: 18.06.2023).
8. What is an Expert System? URL: <https://www.javatpoint.com/expert-systems-in-artificial-intelligence> (дата звернення: 18.06.2023).
9. Racter. URL: <https://en.wikipedia.org/wiki/Racter> (дата звернення: 18.07.2023).
10. The Past and the Present of Natural Language Generation. URL: <https://www.aismartz.com/blog/the-past-and-the-presence-of-natural-language-generation/> (дата звернення: 29.06.2023).
11. The history of natural language. Will Robots Replace Journalists? (The Answer Is “Yes”).

Information. 2018. 9(7). P. 183. URL: <https://www.mdpi.com/2078-2489/9/7/183> (дата звернення: 18.06.2023).

12. The history of natural language generation. URL: <https://medium.com/@AutomatedInsights/the-history-of-natural-language-generation-5b4c3fa2f9f9> (дата звернення: 02.07.2023).

13. Written out of the story: the robots capable of making the news. URL: <https://www.theguardian.com/small-business-network/2016/jul/22/written-out-of-story-robots-capable-making-the-news> (дата звернення: 02.07.2023).

14. AI-powered audio updates for 2020 election results. The Washington Post to debut. URL: <https://www.washingtonpost.com/pr/2020/10/13/washington-post-debut-ai-powered-audio-updates-2020-election-results/> (дата звернення: 02.07.2023).

15. Naomi Eide. All about 'Bertie': Overhauling CMS technology at Forbes. URL: <https://www.ciodive.com/news/all-about-bertie-overhauling-cms-technology-at-forbes/554871/> (дата звернення: 07.07.2027).

16. Staff A. Alibaba Debuts «AI Copywriter». URL: <https://www.alizila.com/alibaba-debuts-ai-copywriter> (дата звернення: 17.07.2023).

17. GPT-1, GPT-2 and GPT-3. URL: <https://360digitmg.com/blog/types-of-gpt-in-artificial-intelligence> (дата звернення: 16.07.2023).

18. Better Language Models and Their Implications. URL: <https://openai.com/blog/better-language-models/> (дата звернення: 16.07.2023).

19. Marr Bernard A Short History Of ChatGPT: How We Got To Where We Are Today. *Forbes*, May 19, 2023. URL: <https://www.forbes.com/sites/bernardmarr/2023/05/19/a-short-history-of-chatgpt-how-we-got-to-where-we-are-today/?sh=281778f9674f> (дата звернення: 16.07.2023).

20. Megatron-Turing Natural Language Generation. URL: <https://developer.nvidia.com/megatron-turing-natural-language-generation> (дата звернення: 15.04.2023).

21. Switch Transformers: Transformer-модель с триллионом параметров. URL: <https://neurohive.io/ru/papers/switch-transformers-transformer-model-s-trillionom-parametrov/> (дата звернення: 15.07.2023).

22. Dilmegani C. Wu Dao 2.0: China's Improved Version of GPT-3. URL: <https://research.aimultiple.com/wu-dao/> (дата звернення: 15.04.02).

23. Rojewska Katarzyna. A ChatGPT Exclusive: What is it? Why Was It Created? And How Can You Use It? URL: <https://dlabs.ai/blog/a-chatgpt-exclusive-what-is-it-why-was-it-created-and-how-can-you-use-it/> (дата звернення: 08.05.2023).

АНАЛІЗ КУЛЬТУРНИХ ПРАКТИК СТУДЕНТІВ ЦЕНТРАЛЬНО-СХІДНОЇ ЄВРОПИ (ЗА РЕЗУЛЬТАТАМИ МІЖНАРОДНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ)

ANALYSIS OF CULTURAL PRACTICES OF STUDENTS IN CENTRAL-EASTERN EUROPE (BASED ON RESULTS OF INTERNATIONAL RESEARCH)

Стаття присвячена дослідженню й аналізу культурних практик студентів закладів вищої освіти Центрально-Східної Європи як важливого чинника їхньої життєвої перспективи. Культурний капітал у сучасному демократичному суспільстві є фундаментом та основою суспільного розвитку, моральним ядром молодої людини й суспільства. Це важливий інструмент культурної та соціальної репродукції сучасного суспільства, а у випадку України – потенціал для відновлення та подальшого розвитку демократичного українського суспільства. Саме культурний капітал може стати точкою опори для молодих людей у відновленні та стабілізації країни після закінчення війни та її жакликих наслідків. Результати міжнародного дослідження базуються на вибірковій базі даних опитаних студентів у 2019 році Центрально-Східних регіонів вищої освіти Європейського простору. Дослідження проводилося у закладах вищої освіти п'яти країн (Словаччина, Румунія, Україна, Сербія, Угорщина). Згідно з результатами дослідження, чим більш економічно розвинена країна, тим нижча частота практик акумулювання культурного капіталу у молоді. Згідно з дослідженням угорські студенти є найбільш пасивними з точки зору культурного споживання; вони рідше відвідують театри, музеї тощо, в більшості віддають перевагу розважальним заходам. Словацьким студентам також подобаються подібні заходи, тоді як студенти в Румунії, Україні та Сербії частіше беруть участь у класичних культурно-мистецьких програмах. Як висновок, забезпечення державою політики підтримки та розвитку культурного капіталу є фундаментальним внеском у майбутнє розвитку післявоєнної України.

Ключові слова: молодь, студентство, студенти Центрально-Східної Європи,

культурний капітал, форми культурного капіталу, культурні практики.

The article is devoted to research and analysis of cultural practices of students of higher education institutions in Central and Eastern Europe as an important factor in their life prospects. Cultural capital in a modern democratic society is the foundation and basis of social development, the moral core of a young person and society. This is an important tool of cultural and social reproduction of modern society, and in the case of Ukraine, a potential for the restoration and further development of democratic Ukrainian society. It is the cultural capital that can become a point of support for young people in the reconstruction and stabilization of the country after the end of the war and its terrible consequences. The results of the international study are based on a sample database of surveyed students in 2019 of the Central-Eastern regions of higher education in the European space. The research was conducted in institutions of higher education in five countries (Slovakia, Romania, Ukraine, Serbia, Hungary). According to the research results, the more economically developed a country is, the lower the frequency of cultural capital accumulation practices among young people. According to the study, Hungarian students are the most passive in terms of cultural consumption; they visit theaters, museums, etc. less often, most of them prefer entertainment activities. Slovak students also enjoy such activities, while students in Romania, Ukraine and Serbia are more likely to participate in classical cultural and artistic programs. As a conclusion, the state's policy of support and development of cultural capital is a fundamental contribution to the future development of post-war Ukraine.

Key words: youth, students, students of Central and Eastern Europe, cultural capital, forms of capital, cultural practices.

УДК 303.4(100):008(4)-057.87

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.3>

Гвоздецька Б.Г.

к.соціол.н.,

доцент кафедри філософії, соціології та політології імені професора

В.Г. Скотного

Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка

Вступ. Дослідження та вивчення практик, які формують та акумулюють культурний капітал, що має вагомий вплив на суспільне життя, особливо сьогодні, коли українське суспільство живе у час війни, є одним з найбільш актуальних дослідницьких питань не тільки у соціології, а й усіх соціальних та гуманітарних науках. Варто звернути увагу на те, що культурний капітал у сучасному, розвинутому суспільстві з демократичними цінностями все більшою мірою виступає не як продукт економічного та політичного розвитку, а як фундаментальний, незалежний чинник суспільного розвитку, моральне ядро особистості й суспільства. Цілком погоджуємось з А. Ручкою, який зазначає, що «...культура знаходиться не після економіки, а попереду неї, не після політики, а попереду неї. Це відбувається

по одній простій причині: саме культура, культурна ідентичність робить населення, популяцію суспільством, цілісним соціумом. Єдиний, цілісний соціум здатний продукувати, ставити і досягати значущі економічні й політичні цілі» [1, с. 115].

Сьогодні в Україні для молодого покоління, зокрема студентської молоді – рушія розвитку вільного та демократичного суспільства, культурний капітал є запорукою та потенціалом, який стане фундаментом у відновленні сучасного демократичного українського суспільства і запорукою його оптимального функціонування і динамічного розвитку після війни, допоможе витримати економічні негаразди та політичні випробування.

Аналіз досліджень і публікацій. Поняття культурного капіталу було запроваджено

в наукову сферу французьким соціологом П. Бурдьє. Такі дослідники, як Г. Беккер, Ю. Биченко, Н. Горбунова, Д. Ікеда, Дж. Коулмен, В. Радаєв, І. Самаріна, Ф. Фукуяма, пропонують визначення поняття «культурний капітал», досліджують перебіг накопичення, передачі та успадкування капіталів. Питання культурного капіталу у вітчизняних науковців, зокрема у соціологічному дискурсі, було розкрито у працях Н. Костенко, Л. Малес, А. Ручки, Ю. Сороки, Р. Шульги та багатьох інших українських науковців. Праці О. Грішнова, О. Голікова, К. Воденко, В. Зирянова, І. Самаріної, Л. Сокурянської, О. Фінагіна, В. Шапошникова та інших присвячені аналізу специфіки культурного капіталу сучасної студентської молоді в тому числі та перш за все при характеристиці окремих соціокультурних ознак цієї соціальної групи.

Метою статті є аналіз практик, які формують культурний капітал студентів закладів вищої освіти постсоціалістичних країн (Угорщини, Румунії, Словаччини, Сербії, України) як одного з показників готовності до засад демократичного суспільства.

Результати. Якщо говорити про молодь як соціальну категорію, необхідно враховувати зміни суспільства, що відбуваються як на локальному, так і на глобальному рівнях. Глобальні суспільні трансформації призвели до того, що багато країн світу нині перебувають у так званому «перехідному» стані. Мається на увазі насамперед перехід (а у випадку України виборювання та рух) до демократії та ринкових відносин. Такий перехід актуальний перш за все для країн Східної та Центральної Європи, зокрема для колишніх республік Радянського Союзу та колишніх країн так званого соціалістичного табору. Усі ці країни пройшли через соціалізм і обрали шлях демократичного розвитку. Демократія за соціалізму була ілюзією, тому що насправді люди не могли брати участь у державних справах, не мали реального впливу на свій добробут, не бачили реальних можливостей для змін.

Хочеться звернути увагу, що досліджувані країни (Угорщина, Румунія, Словаччина, Сербія та Україна) мають схоже соціалістичне минуле, оскільки всі вони тривалий час перебували під економічним, культурним та ідеологічним впливом Радянського Союзу. Усі ці країни обрали шлях демократичного розвитку, але кожна країна рухається у цьому напрямку зі своєю швидкістю. Більших успіхів досягли країни, які майже відразу після розпаду Радянського Союзу увійшли до Європейського Союзу і нині входять до нього (Угорщина, Польща, Румунія, Словаччина). Сербія та Україна, маючи статус кандидатів на вступ до Євросоюзу, мають дещо нижчий темп, а Україна через воєнну агресію російської федерації виборює

свій шлях до демократії та суверенності. Розвиток демократії, негативні наслідки тривалого впливу Радянського Союзу тією чи іншою мірою досі переслідують. Повне позбавлення від цих наслідків може бути свідченням завершення переходу. Проте в усіх досліджуваних країнах перехідні процеси ще тривають.

Культурний капітал виступає неабияким ресурсом у створенні можливостей і шансів ментального розвитку людей, зростання їх компетентності, змістовного культурного споживання. Звідси він є дійсно важливим чинником культурної та соціальної репродукції сучасного суспільства, його оптимального функціонування і динамічного розвитку [1, с. 115].

Японський філософ і гуманіст Д. Ікеда, спираючись на досвід «японського дива», стверджував, що культурний капітал є підґрунтям, фундаментом, на якому вибудовуються адекватні йому економічні, соціальні та політичні інститути. Саме від культурного капіталу залежить економічне зростання та розвиток країни, благоустрій громадян та її політична свобода й незалежність. Видатний американський філософ японського походження Ф. Фукуяма акцентує увагу на значущості культурного капіталу для збереження механізму спадковості в суспільстві та підтримання контактів між поколіннями, а також ставить його на провідні позиції у підтриманні сталості та розвитку цивілізації [3, с. 185].

За визначенням П. Бурдьє, культурний капітал – це накопичувальний ресурс, нееконічне багатство (освіта, культурні цінності тощо), яке особа може як придбати, так і наслідувати в сім'ї (освіта та досягнення батьків тощо) [2, с. 50].

Він розглядає проект моделі формування компонентів культурного капіталу, який включає в себе три структурні різновиди культурного капіталу: об'єктивований, інкорпорований та інституціоналізований. Об'єктивований культурний капітал включає такі культурні ресурси, як заклади і предмети культурного призначення (навчальні, мистецькі, рекреаційні тощо), культурні блага, культурні знання, а також знаходить своє вираження в матеріальних цінностях, може передаватися через письмові документи, книги, пам'ятники, картини тощо. Основою інкорпорованого культурного капіталу є освіта, він накопичується у формі знань, вмінь, навичок, системи цінностей і норм. Тут є пропорційна залежність між рівнем, якістю освіти та культурною компетенцією окремої людини чи певної соціальної групи. Культурний капітал може переміщуватися з об'єктивованої форми в інкорпоровану, суб'єктивну форму. Результатом інкорпорованого культурного капіталу є сформовані культурні якості, такі як креативність, компе-

тентність, відповідальність, що становлять підґрунтя конкурентоспроможності сучасної людини, її здатності не тільки репродукувати чи модифікувати вже відоме, а й створювати принципи нове. Інституціалізований культурний капітал, на думку П. Бурдьє – це різного роду документи, що засвідчують культурну компетенцію людини (дипломи, атестати, сертифікати, звання, титули), що безпосередньо пов'язано з престижем чи репутацією певної особи у певному суспільному середовищі [2].

За даними моніторингу «Українське суспільство», на пропозицію оцінити ступінь важливості розширення культурного кругозору, залучення до культурних цінностей (через мистецтво, художню творчість, хобі тощо) майже 63% респондентів зазначили, що для них це скоріше важливо і дуже важливо. В опитуванні, проведеному 2018 р., бачимо ще перекоханіші цифри: майже 73% українців вважали важливим для себе долучитись до культурних цінностей. Якщо порівняти з тими, для кого долучення до культурних цінностей «зовсім не важливо», то в 2020 р. таких виявилось 2,9% і 8,9% тих, кому це «скоріше не важливо». Цікаво, що у 2018 р. таких було менше – 1,9% і 5,9% відповідно [4, с. 284]. Це свідчить про те, що зростає кількість тих, хто вважає, що практики залучення до культурних цінностей не є важливою.

Методологічні передумови дослідження. Для аналізу було використано результати дослідження, отримані з даних опитаних студентів у 2019 навчальному році (PERSIST 2019, N = 2324), проведено Центром досліджень та розвитку вищої освіти університету Дебрецена (CHERD-Hungary). Опитування проводилось в одному зі східних регіонів Європейського простору вищої освіти. Дослідження¹ проводилось у вищих навчальних закладах Східного регіону Угорщини² та у вищих навчальних закладах чотирьох країн (Словаччина, Румунія, Україна, Сербія)³. Вибірка включала студентів другого курсу денної форми навчання ступеня бакалавра.

Аналіз даних проводили за допомогою програмного забезпечення SPSS 22, використовуючи χ^2 тест та аналіз дисперсії.

Характеристики культурного споживання респондентів були проаналізовані на основі частоти, з якою у традиційній чи електронній

формі виконуються такі види практик: читання класичної, фахової та популярної літератури, прослуховування класичної музики, перегляд художніх фільмів. Серед студентів Румунії – 9,3%, України – 12,7% та Сербії – 18,2%, найбільше респондентів, які регулярно читають художню літературу. Серед словацьких – 75,2%, українських – 71,1% та румунських 70,3% студентів, найбільше представників, які рідко читають класичну літературу, тоді як 37% студентів Угорщини ніколи не читають художню літературу. Що стосується читання фахової літератури, то румунські студенти увібрали найбільший відсоток – 17,3% з них читають літературу щодня. У переважній більшості 87,5% словацьких студентів роблять це рідко. У середньому 8% респондентів щодня читають легку літературу, 19,5% щотижня, але суттєвих відмінностей між країнами не було. Сербські студенти 17,1% в порівнянні з іншими регулярно полюбують читати популярну розважальну літературу, угорські студенти – 23,9%, склали найбільший відсоток серед країн тих представників, які ніколи не читають розважальну літературу (див. табл. 1).

Існує загальна тенденція, що студенти, як і молодь загалом, рідко відвідують класичні концерти. Однак 40% угорських студентів навіть не ходять на концерт легкої музики, 42% з них – лише кілька разів на рік [5, с. 7]. Прослуховування класичної музики є найпоширенішим заняттям серед українських студентів, 25,7% з них регулярно займаються цією діяльністю та 21,1% сербських студентів щотижня слухають класичну музику. Румунські студенти 62,7% рідко слухають класичну музику, але серед таких аналогічна частка студентів Словаччини – 59,3% та Сербії – 59,2%. Молодь в Угорщині найменше цікавиться класичною музикою – 41,4% та художніми фільмами – 44,8%. 8,1% українських та 9,2% сербських студентів переглядають такі фільми щодня, проте серед студентів Румунії найбільше тих, хто рідко переглядає художні фільми (див. табл. 1).

За результатами досліджень угорської молоді 2012 року, діяльність, пов'язана з високою культурою, майже не відіграє жодної ролі у житті молоді, а частка тих, хто ніколи не бере участі у програмах високої культури, зростає [6, с. 216]. За результатами досліджень у вищих навчальних закладах східного регіону Угорщини (University of Debrecen, University of Nyíregyháza) студенти університету Ніредьгаза характеризуються тими ж уподобаннями у вільний час, що й досвід угорської молоді загалом. Молодь не характеризується високим культурним споживанням, що є не лише віковою, але й соціокультурною характеристикою [7 с. 120].

Що стосується відвідування бібліотеки, то більшість студентів відвідують бібліо-

¹ Дослідження на тему «Роль соціальних та організаційних чинників у випадінні студентів з навчального процесу» № 123847 проект, за підтримки НКФІ, фінансування прикладної програми К-17.

² Університет Дебрецена, Університет Ніредьгаза, Університет реформованої теології в Дебрецені.

³ Клузький університет імені Бабеша Бої, Університет Емануеля, Університет Орадя (Румунія), Університет Костянтина Філософа, Університет імені Яноша Шейне (Словаччина), Партиський християнський університет, (Угорщина), Новосадський університет (Сербія), Ужгородський національний університет, Закарпатський угорський інститут імені Ференца Ракоці II, Мукачівський державний університет, Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, Одеський національний політехнічний університет (Україна).

Таблиця 1

Розподіл культурних практик по країнах, (%)

Культурні практики	Частота практик	Угорщина	Румунія	Україна	Словаччина	Сербія
читання класичної літератури	ніколи	37	20,5	16,2	18,8	22,1
	рідко	59,1	70,3	71,1	75,2	59,7
	регулярно	3,9	9,3	12,7	5,9	18,2
читання фахової літератури	ніколи	14,5	11,6	19	9,4	11,9
	рідко	72,7	71,1	69	87,5	79,1
	регулярно	12,7	17,3	11,9	3,1	9
читання популярної літератури	ніколи	23,9	21,1	16,7	19,8	18,6
	рідко	66,6	69,5	70,1	67	64,3
	регулярно	9,5	9,4	13,2	13,2	17,1
прослуховування класичної музики	ніколи	41,4	20,5	24,3	25,3	19,7
	рідко	47,7	62,7	50	59,3	59,2
	регулярно	10,9	16,8	25,7	15,4	21,1
перегляд художніх фільмів	ніколи	44,8	23,3	26,9	25,5	22,4
	рідко	53,2	72,4	65	70,6	68,4
	регулярно	2	4,2	8,1	3,9	9,2

Джерело: PERSIST 2019 (N = 2324)

теки в середньому щомісяця або менше. Щотижневі або частіші відвідування бібліотек найчастіше зустрічаються серед студентів Сербії – 31,5%, Румунії – 27,6% та Угорщини – 25%. Однак ми виявили значні відмінності між країнами щодо театральних та музейних відвідувань. Серед сербських студентів 31,5% найбільше тих, хто щомісяця і щотижня ходять в театр і музей. Українські студенти також часто ходять в театр – 7,7% опитаних. Протилежне характерне для угорських студентів –

1,2%. Серед угорських студентів ті, хто ніколи не ходить у театр, музей, художнє кіно чи концерти класичної музики, є надмірно представленими. Українські – 12,3% та словацькі – 7% студенти відвідують кінотеатри частіше, ніж інші студенти, щотижня або частіше. Угорські студенти 67,8% не так часто відвідують кінотеатри. Відвідування концертів класичної та популярної музики особливо характерно для студентів з Сербії – 5,4% та Словаччини – 5,2% (див. табл. 2).

Таблиця 2

Розподіл культурних практик по країнах, (%)

Культурні практики	Частота практик	Угорщина	Румунія	Україна	Словаччина	Сербія
відвідування бібліотеки	ніколи	14,5	11,6	14,3	8,6	2,2
	рідко	60,5	60,7	65,4	83,6	66,3
	регулярно	25	27,6	20,3	7,8	31,5
відвідування театру	ніколи	36,2	31,8	31,1	16,1	6,5
	рідко	62,6	64,1	61,2	79,7	82,8
	регулярно	1,2	4	7,7	4,2	10,8
відвідування музею	ніколи	42,7	37,9	40,3	27,4	18,1
	рідко	55,9	59,9	55,8	69,2	79,8
	регулярно	1,4	2,2	3,9	3,4	2,1
перегляд художніх фільмів	ніколи	60,7	46	58,9	42,6	41,3
	рідко	37,7	49,7	37,2	51,3	53,3
	регулярно	1,7	4,4	3,9	6,1	5,4
відвідування кінотеатрів	ніколи	27,6	42,1	50,3	36,5	42,4
	рідко	67,8	52,7	37,4	56,5	51,1
	регулярно	4,6	5,2	12,3	7	6,5
концерти класичної музики	ніколи	73	57,6	64,6	65,5	35,9
	рідко	26,1	39,9	33,1	29,3	58,7
	регулярно	0,9	2,5	2,2	5,2	5,4
популярні музичні концерти	ніколи	37,7	33,1	46,4	44,9	28,7
	рідко	60,2	62,1	46,4	50	63,8
	регулярно	2,1	4,9	7,3	5,1	7,4

Джерело: PERSIST 2019 (N = 2324)

В цілому ми виявили, що більшість угорських студентів можна вважати пасивними з точки зору практик формування культурного капіталу; вони рідше відвідують театри, музеї та класичні концерти, вони віддають перевагу розважальним заходам, відвідують кінотеатри. Словацьким студентам також подобаються подібні заходи, тоді як студенти в Румунії, Україні та Сербії частіше беруть участь у класичних культурно-мистецьких програмах.

Висновки. Метою нашого дослідження було отримання картини практик акумулювання культурного капіталу студентами закладів вищої освіти постсоціалістичних країн (Угорщини, Румунії, Словаччини, Сербії, України) як одного з показників готовності до засад демократичного суспільства. Ми дізналися про частоту практик акумулювання культурного капіталу молоді досліджуваних країн. Дослідження показало певну залежність між рівнем життя та частотою акумулювання культурного капіталу. Чим вищий рівень життя, тим нижчий рівень практик формування культурного капіталу. Так, більшість угорських студентів можна вважати пасивними з точки зору культурного споживання; вони рідше відвідують театри, музеї та класичні концерти, в більшості віддають перевагу розважальним заходам, відвідують кінотеатри тощо. Словацьким студентам також подобаються подібні заходи, тоді як студенти в Румунії, Україні та Сербії частіше беруть участь у класичних культурно-мистецьких програмах.

Отже, культурний капітал – це важливий суспільний феномен, що створює фундамент особистісного зростання та професійної реалізації молоді людини, її життєвих позицій та шансів на майбутнє. Чим більший обсяг куль-

турного капіталу акумулює молодь, тим реалістичніше сприйняття навколишнього світу, грамотніша оцінка ресурсів, знань, навичок, умінь, вибір ефективної стратегії життєдіяльності та цінностей. Тому важливим завданням для державної політики, а у випадку молоді – особливо освітніх закладів, є забезпечення якості розвитку культурного капіталу, збереження його фундаментальності та відповідності потребам особистості, суспільства та держави.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ручка А. Культурний капітал та його реалізація в сучасному українському соціумі. *Вісник Маріупольського державного ун-ту. Зб. наук. пр. Серія: Філософія, культурологія, соціологія*. Вип. 3. Маріуполь: Маріупольський державний ун-т, 2012. С. 114–122.
2. Bourdieu P. The forms of capital. *Education, culture, economy, society*. New York, Oxford University Press, 1997. pp. 46–58.
3. Колотило М. Культурний капітал та особливості його відтворення у вищій освіті (соціально-філософський дискурс). *Вісник Дніпропетровського університету*. 2013, Т. 21, Вип. 23(4). С. 184–191.
4. Українське суспільство: моніторинг соціальних змін. Випуск 7 (21) / Головні редактори д.екон.н. В.М. Ворона, д.соціол.н. М.О. Шульга. Київ: ІС НАНУ, 2020. 547 с.
5. Pusztaï G. Combining and Balancing Work and Study on the Eastern Border of Europe. *Social Sciences*, 2019. 8(6):193. P. 1–12.
6. Nagy Á. Szabadidős tervek és tevékenységek. In: Székely, L. (szerk.): *Magyar Ifjúság*. Kutatópont, Budapest, 2013. P. 211–228.
7. Kovács K. Szabadidő-eltöltés és sportolás a nyíregyházi fiatalok körében. *Acta Medicina et Sociologicae* (7)20-21. 2016. P. 112–130. DOI 10.19055/ams.2016.7/20-21/6.

МІСІЯ СОЦІОЛОГІЇ В ОСМИСЛЕННІ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ

THE MISSION OF SOCIOLOGY IN UNDERSTANDING OF RUSSIAN-UKRAINIAN WAR

Соціальна реальність українського суспільства, яку формує російсько-українська війна, потребує наукового осмислення. Соціологія не може залишатися осторонь цього, адже одна з головних функцій соціолога – усвідомлювати ймовірні проблеми та дати їм наукове пояснення.

Війна, яка сьогодні ведеться в Україні, певною мірою розширює предметне поле для професійного аналізу у сучасній соціології. Серед предметних зацікавлень соціології виокремлюється низка аспектів, зокрема причини виникнення війни, її характер, умови розгортання та підтримки, досягнення миру, наслідки (безпосередні та віддалені) тощо. Одним із наслідків є ризик виникнення нової соціальної диференціації громадян України, критерієм якої є їхня поведінка під час війни. Актуалізується питання: «Де був і що робив під час війни?». Послугуючись наявним у науковому дискурсі розмежуванням українських громадян на чотири категорії (ті, хто воював у лавах ЗСУ, тощо; ті, котрі залишилися в Україні під час війни; ті, хто вліхав за кордон, біженці; ті, хто перебував на окупованій території), окреслюються певні драматичні наслідки, що продукує кожна з цих категорій.

Зазначається, що сучасна війна для українського суспільства зумовлює поточне переживання культурної та соціальної травми. Йдеться не про безпосередній травматичний досвід, а про колективну рефлексію суспільства з приводу такого досвіду. Акцентовано на необхідності формування в українському суспільстві нової філософії безпеки, що містить основні принципи зменшення ризиків для України, передусім зовнішніх небезпек.

Ці та низка інших аспектів, перелік яких можна було б продовжити, потребують зосередження дослідницького потенціалу українських соціологів.

Ключові слова: соціологія, війна, російсько-українська війна, мікро-, мезо-, макро- та мегарівень соціологічного аналізу, наслідки

війни, травма як соціальне та культурне явище, соціальна безпека.

The social reality of Ukrainian society, which is shaped by the Russian-Ukrainian war, needs a scientific understanding. Sociology cannot remain aloof from this because one of the main functions of a sociologist is to be aware of possible problems and give them a scientific explanation.

The war that is being waged in Ukraine today, to some extent, expands the subject field for professional analysis in modern sociology. Among the subject interests of sociology a number of aspects are singled out, including the causes of war, its nature, conditions of deployment and support, achievement of peace, consequences (immediate and distant), etc. One of the consequences is the risk of a new social differentiation of Ukrainian citizens, the criterion of which is their behavior during the war. The question: "Where were you and what did you do during the war?" is updated. Using the division of Ukrainian citizens into four categories available in the scientific discourse (those who fought in the ranks of the Armed Forces, etc.; those who remained in Ukraine during the war; those who went abroad, refugees; those who were in the occupied territory), certain dramatic consequences produced by each of these categories have been outlined.

It is noted that the modern war causes the current experience of cultural and social trauma for Ukrainian society. It is not about a direct traumatic experience, but about the collective reflection of society about such an experience. Emphasis is placed on the need to form a new security philosophy in Ukrainian society, which contains the main principles of reducing risks for Ukraine, primarily external dangers.

These and a number of other aspects, the list of which could be continued, require concentration of the research potential of Ukrainian sociologists.

Key words: sociology, war, Russian-Ukrainian war, micro-, meso-, macro- and mega-level of sociological analysis, consequences of war, trauma as a social and cultural phenomenon, social security.

УДК 316-021.414:355.4(470:477)"2022/..."
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.4>

Кудринська Г.І.

к.соціол.н.,
доцент кафедри соціології
Львівський національний університет
імені Івана Франка

Лапан Т.Д.

к.іст.н.,
доцент кафедри соціології
Львівський національний університет
імені Івана Франка

Химович О.С.

к.соціол.н.,
доцент кафедри соціології
Львівський національний університет
імені Івана Франка

Соціологія – наука, що пояснює особливості функціонування суспільства, фіксує його реальний стан. Соціальну реальність українського суспільства формує російсько-українська війна, що потребує ґрунтового опису, аналізу та пояснення.

Війна як соціальне явище така ж давня, як і саме людське суспільство, що з часом трансформується. Тому історично модифікуються причини, перебіг війни, змінюються її риси, простежуються нові тенденції бойових дій. Як слушно зауважує Н. Черниш, російсько-українська війна – війна якісно нового характеру. Війн такого типу у повоєнній Європі ще не було. Це війна з активним використанням нових технологій, високоточної зброї, безпілотних літальних апаратів, «старлінково-центричної» оборонної стратегії тощо [15, с. 20–21].

Сучасна російсько-українська війна – це новий цивілізаційний виклик, який потребує належного наукового опрацювання соціологів. Проте, як слушно зауважує С. Хобта [14, с. 126], наукова традиція соціологічного аналізу війни та її наслідків у вітчизняній соціології тільки починає формуватися. Зокрема, осмислення поліваріативності війни, її сутності та характеристик, соціально-політичного змісту тощо відображаються у працях таких вітчизняних науковців, як І. Рущенко (особливості російсько-української гібридної війни) [8], С. Хобта (історія дослідження війни, війна як об'єкт вивчення соціології) [14], М. Требін (теоретико-методологічні аспекти дослідження війни; збройна боротьба в Україні в контексті сучасних тенденцій у військовій справі) [11], Н. Черниш (соціологічне теорети-

зування проблематики російсько-української війни) [15], П. Токар (геополітичні реалії та внутрішня ситуація в Україні, спричинені російсько-українською війною) [10], Г. Кудринська, Т. Лапан, О. Химович (соціологічний дискурс мілітарної проблематики) [5] та ін.

Отже, постає питання: *що саме, який дослідницький вектор для соціолога є актуальним у контексті війни*. Одна з особливостей соціології як науки полягає у її дослідницькій стратегії: системності та комплексності. Зокрема, комплексний та системний аналіз російсько-української війни передбачає її розгляд крізь призму мікро-, мезо-, макро- та мегарівневого підходів.

Мегарівень стосується аналізу світового суспільства як єдиної глобальної мегасистеми, зокрема особливостей формування міжнародних відносин та існування наднаціональних феноменів. У цьому «ключі» для соціології актуальними є теоретичні та практичні аспекти аналізу таких питань, як види війн (гібридна, інформаційна); їхні фази та масштабність (короткотривала (бліцкриг)/довготривала); геополітичні настрої щодо питання миру та війни на світовій арені; воєнне насильство; правила ведення війни; роль міжнародних інституцій (включаючи НАТО та ЄС) у стримуванні та запобіганні воєнних загроз; воєнно-політичні виклики; міжнародна безпека за умов ядерної загрози; проблематика мілітаризації/демільтаризації світової спільноти; торгівля зброєю; міжнародний тероризм тощо.

Предметом дослідження на *макрорівні* соціологічного аналізу є загальні закономірності соціальних змін у суспільстві, процеси соціальної трансформації, соціального конфлікту та соціальної мобільності людей (наприклад, міграція). Зокрема, готовність/неготовність суспільства до ефективного функціонування в умовах війни, рівень довіри до державних інститутів (Президента, Збройних сил України, Нацгвардії, Служби безпеки України, Державної служби з надзвичайних ситуацій, Національної поліції та ін.), інституціоналізація волонтерства, воєнна організація суспільства, громадська думка щодо воєнних кампаній, воєнна доктрина держави, вимушена міграція населення під час війни, питання біженців, внутрішньо переміщених осіб, фільтраційних таборів для цивільного населення тощо.

Мезорівень соціологічної проблематики формують воєнно-цивільні відносини між різними великими і середніми соціальними групами, що стосуються розбудови громадянського суспільства, захисту національного суверенітету, мовних питань, регіональних аспектів надання гуманітарної та медичної допомоги, волонтерської діяльності тощо.

Як відомо, *мікрорівень* соціологічного аналізу передбачає аналіз процесів безпосеред-

ньої міжособистісної взаємодії. Отже, на цьому рівні доречно фокусувати увагу дослідників на такій проблематиці, як активізм цивільного населення, добровольчі ініціативи та формування, взаємопідтримка та міжособистісні стосунки у ситуації щоденних викликів та загроз війни, ресурси для забезпечення життя цивільного населення під час війни, психологічні маркери війни, стресостійкість, власна безпека тощо.

Більшість аспектів вищезазначеної проблематики висвітлюються у дослідженнях, проведених в Україні низкою українських та зарубіжних соціологічних агенцій із початку повномасштабного вторгнення РФ, про це йдеться у попередній статті авторок [5, с. 55–57].

Як бачимо, соціологічна спільнота усвідомлює свою місію у суспільстві, зокрема необхідність адекватного осмислення деструктивної реальності російсько-української війни, її ретельний аналіз, й оперативно реагує на події, зумовлені російською агресією. Свідченням цьому є й колективна монографія «Українське суспільство в умовах війни. 2022», видана науковцями Інституту соціології НАН України. У цьому науковому доробку висвітлюються глобальні та локальні аспекти війни, трансформації інституціональної структури, зміни в настроях й очікуваннях громадян, їхніх ціннісних орієнтаціях, соціально-психологічному стані населення [12].

Вдалим дискусійним майданчиком був XIII Львівський соціологічний форум, який відбувся 5 квітня 2023 р., де обговорювалася низка аспектів, що стосуються творення нових соціальних порядків в умовах російсько-української війни (соціологічне теоретизування на тлі війни, дискурс нових порядків у контексті парадигми миру та війни, громадські та владні ініціативи, міграційна ситуація та нові соціальні практики, зумовлені глобалізаційними викликами).

Війна, яка сьогодні ведеться в Україні, певною мірою розширює предметне поле для професійного аналізу у сучасній соціології. Воно фокусується навколо причин виникнення війни, характеру (обмеженого чи тотального), умов її розгортання та підтримки, досягнення миру, наслідків (безпосередніх і віддалених) тощо. Доцільно зазначити, що наслідки війни не обмежуються лише хронологічними рамками її ведення чи безпосередніми підсумками. Під її наслідками «розуміється характер змін у розстановці соціально-економічних, політичних і духовних сил між державами і всередині них, що складається в результаті військових дій, понесених втрат та ступеня реалізації цілей сторін, що воювали» [11, с. 33]. Власне, у *нашій науковій розвідці ми спробуємо окреслити місію соціології в осмисленні наслідків російсько-української війни*.

Зрозуміло, що соціальна реальність занурює соціологічну спільноту у контекст війни. Разом із тим варто зауважити, що соціологія не лише передбачає фіксування реальних особливостей функціонування суспільства, але й осмислення його розвитку в перспективі. На цьому має зосередитися дослідницький потенціал українських соціологів, адже після завершення війни ми матимемо дещо інше суспільство – повоєнне, з низкою проблем, які потребують належного «соціального діагнозу» та подальшого дослідження (трагічні та моральні наслідки війни, вплив війни на економічне та політичне життя, настрої й очікування населення, механізм залучення мігрантів до відновлення країни та ін.).

Одна з головних функцій соціолога – усвідомлювати ймовірні проблеми та дати їм наукове пояснення. На основі аналізу низки реалізованих досліджень пропонуємо огляд ключових аспектів, що продукують суспільні виклики та потребуватимуть належної уваги вчених-соціологів. У цьому контексті доречними є міркування П. Токара щодо ризику виникнення нової соціальної диференціації громадян України, враховуючи їхню поведінку в реаліях сучасного українського суспільства: «де був і що робив під час війни» [10]. У цьому контексті науковець виокремлює чотири категорії осіб: 1) ті, хто воював у лавах ЗСУ, тощо; 2) ті, котрі залишалися в Україні під час війни; 3) ті, хто виїхав за кордон, біженці; 4) ті, хто перебував на окупованій території.

Кожна з цих категорій продукує певні драматичні наслідки. Стосовно першої, то для її представників війна – це героїзм, відповідальність за долю країни, взаємопідтримка, що викликає подив і захоплення світової спільноти, а з іншого – трагічність їхніх долі і родин. Адаптація до повоєнного мирного життя є тривалим процесом, який ускладнюють отримані фізичні каліцтва, втрати кінцівок, реабілітаційні можливості тощо. Реакція соціуму на ці проблеми теж потребує належного аналізу. Якщо представника чоловічої статі з певними фізичними особливостями суспільство сприйматиме як «справжнього чоловіка», котрий безпосередньо брав участь у бойових діях та є героєм, то стосовно жінок такої впевненості немає. Надто вкоріненим є стереотип щодо зовнішньої привабливості жінки. Як наслідок, самим жінкам буде важче пройти всі етапи фізичної й психологічної реабілітації та відчувати себе «повноцінними».

Вплив війни на тих осіб, які залишалися в Україні, теж потребує належної уваги соціологів. Зокрема, які чинники «запускали» механізм самоменеджменту, мобілізації особистісних ресурсів у ситуації, коли складно керуватися звичним алгоритмом повсякденних дій. Війна призвела до втрати роботи третини працез-

датного населення, особливо складна ситуація для переселенців і мешканців зон бойових дій: половина з них втратили свою роботу. Навіть ті, хто мав змогу продовжити працювати під час війни, зазнали зменшення заробітної плати [4].

Ґрунтовного аналізу соціологів потребує вплив війни на міграцію українців, її соціально-економічні й політичні наслідки, кількісні та структурні характеристики населення сучасної України. Загалом проблема міграції для України не нова, але, якщо її поєднати з міграцією, що відбувається внаслідок повномасштабної російської агресії, то це матиме суттєві негативні наслідки для функціонування українського суспільства. Як свідчать дані прикордонної агенції ЄС Frontex, через війну в країні ЄС виїхали 5,3 млн українців. Доцільно зазначити, що частина їх через певний час повернулася. Як слушно зауважує Е. Лібанова (директорка Інституту демографії та соціальних досліджень ім. М.В. Птухи Національної академії наук України), наразі достеменно невідомо скільки людей виїхало за межі нашої країни, але за час повномасштабного вторгнення росії в країнах ЄС притулок знайшли близько 4,9 млн українців [7].

Сьогодні виїзд українців не є значною проблемою для економіки, але ця ситуація матиме негативне відлуння в майбутньому, адже навряд чи відбудеться масове повернення українців-біженців із-за кордону. Чим більше часу триватимуть воєнні дії, тим актуальнішою є загроза, що мільйони біженців – переважно матері з дітьми – залишаться у Європі. Така ситуація детермінована низкою чинників: «утікачі» звикають до наявного способу життя в країнах перебування, вивчають мову, працевлаштовуються; діти відвідують дошкільні заклади та школи, отримують перспективи європейської освіти. Як зазначає Е. Лібанова, сучасні вимушені мігранти – дещо інша категорія осіб, аніж ті, хто в попередні роки їздив у країни ЄС на заробітки. Мігрували найбільш активні, підприємливі, забезпечені та цілеспрямовані жінки, а не ті, хто звик жити за спиною чоловіка. Жінка, яка сама ніколи не приймала рішень, навряд чи поїде без підтримки чоловіка з дітьми за кордон. Ще одна хвиля еміграції простежуватиметься після завершення війни, до жінок із дітьми поїдуть їхні чоловіки. Тобто возз'єднання родин може відбуватися як в Україні, так і за її межами. Варто виокремити й інший аспект. Йдеться про те, що країни-рецепієнти (Польща, Німеччина й інші країни ЄС), що потерпають від старіння населення та скорочення чисельності робочої сили, якщо не в абсолютному, то у відносному вимірі зацікавлені зберегти українських «утікачок від війни», а також їхніх чоловіків (зберегти у себе цю робочу силу, адже це в основному молоді

люди віком 30–40 років) [7]. Згідно з прогнозами експертів, за кордоном можуть залишитися від 40% до 60% вимушених мігрантів (з плінном часу схильність мігрантів до повернення частуво знижується). За оцінками Міністерства економіки протягом наступних десяти років Україні доведеться додатково залучити на ринок праці 4,5 млн працівників. [2]. Отже, формування належної державної політики повернення вимушених мігрантів має стати невід'ємною складовою частиною повного відновлення України.

Не менш актуальними й такими, що потребують дослідницької уваги соціології, є низка проблемних моментів, з якими стикаються українські біженці у країнах Європейського Союзу, зокрема адаптаційний потенціал, особливості інтеграції, можливості працевлаштування, правовий захист, ставлення населення країн-реципієнтів до біженців і т.ін.

Демографічна ситуація теж є суттєвим викликом. В Україні ще до війни простежувався досить високий рівень смертності чоловіків працездатного віку. Зараз ця тенденція посилюється (багато військових загинуло під час бойових дій (така ситуація спостерігатиметься й надалі, допоки не закінчиться війна), гине від обстрілів і цивільне населення). Суттєво знизилася народжуваність. Запобіжним клапаном цієї ситуації слугуватиме стратегія демографічного відродження, що не зводиться лише до демографічної політики, а передбачає належну реалізацію комплексу політик (житлової, ринку праці, розселення, компенсації втраченого майна), а також систему підтримки людей старшого віку, створення належної інфраструктури для сімей із дітьми [6].

Грунтовного аналізу потребує і досвід життя в умовах екзистенційної небезпеки, адаптаційні практики самозахисту, процеси інтеграції населення тимчасово окупованих територій.

Сучасна війна для українського суспільства також зумовлює поточне переживання культурної та соціально-психологічної травми. Поняттям травми здебільшого послуговуються психологи, коли йдеться про психологічні наслідки перебування у складних умовах, спровокованих війною (люди, які перебувають під обстрілами, в окупації: втрачають близьких, майно; які змушені «кудись» їхати, не усвідомлюючи, яким буде їхнє майбутнє). З точки зору соціології акцент ставиться не на індивідуальний травматичний досвід, а на травму як соціальне та культурне явище. Осмислюючи наслідки поточної війни, доречно звернутися до поняття культурної травми (Дж. Александер), що передбачає не аналіз набуття безпосереднього травматичного досвіду, а колективну рефлексію суспільства з приводу такого досвіду. З огляду на це культурна травма – процес конструювання специфічного погляду

на те, що відбувається. Усвідомлення культурної травми передбачає колективний пошук відповіді на низку запитань: хто є жертвою, а хто злочинцем; яким є зв'язок жертви та злочинця з «широкою аудиторією»; яким має бути наше ставлення до того, що відбувається. На перший погляд, відповіді на ці запитання очевидні, але тут, як слушно зауважує А. Дейнека, є широке поле для дискусій: чи жертвою є цивільне населення (люди, котрі безпосередньо потерпають від російських обстрілів), чи в ролі жертви є все українське суспільство; чи агресор прагне знищити нашу країну, чи зазіхає на цінності всього цивілізованого світу; хто є ініціатором російської агресії: путін чи політична верхівка рф; чи є співучасником цієї агресії все російське суспільство. Але відповіді на ці питання варто давати дуже обережно й обґрунтовано. Це слугуватиме для нас підґрунтям того, як ми позиціонуватимемо себе у найближчому майбутньому; як ми вибудовуватимемо стосунки, транскордонне співжиття з усіма нашими сусідами. Наразі ці питання залишаються відкритими, але «дослідження процесів формування культурної травми говорить, що згодом простір для інтерпретації звукується. Формується новий специфічний панівний нарратив, де одні точки зору починають домінувати, а інші починають вважатися маргінальними» [1].

Невід'ємною властивістю будь-якої соціальної системи є безпека, яку можна зміцнювати або послаблювати, в яку можна інвестувати. Ми поділяємо думку І. Руценка, що «українському суспільству конче потрібна нова філософія безпеки. «Нова» тут вживається у тому сенсі, що це є новим завданням для поствоєнного часу. Безпекова філософія має містити основні принципи зменшення ризиків (для України це передусім зовнішні небезпеки), а також варто знайти відповіді на фундаментальні екзистенційні питання. Наприклад, що мусимо робити з колабораціоністами, проросійськими елементами» [9, с. 27]. У цьому ключі теж можна шукати та формулювати поточні завдання для української соціології, зокрема дослідження безпекових інституцій, сутність поняття яких потребує належного теоретизування.

На сьогодні нами не знайдено комплексного дослідження, що стосується проблематики безпеки. Натомість окремі її аспекти вивчалися Українським інститутом майбутнього в рамках онлайн-дослідження «Емоційно-психологічний стан українців» [3], проведеного на початку 2023 року. Відчуття безпеки, безперечно, має суттєвий вплив на емоційно-психологічний стан, тому респондентам пропонувалося оцінити, наскільки безпечно вони почувуються в тих чи інших місцях. Як свідчать результати цього дослідження, найбільш безпечним місцем перебування для більшості опитаних є власна домівка. Зокрема, 25% респондентів

зазначили, що відчувають себе у повній безпеці, перебуваючи вдома, а 47% – у частковій безпеці. Перебування вдома як часткової безпеки сприймають 20% респондентів, а 5% опитаних – як повну безпеку. Варто зазначити, що така ситуація більше притаманна мешканцям західних та центральних регіонів України. Для респондентів з Півдня та Сходу країни домівка не є тим місцем, в якому вони почуваються у повній/частковій безпеці.

Досить високий показник відчуття безпеки у громадських місцях, на вулиці, в транспорті, якщо поруч знаходяться військові (14% респондентів почуваються у повній безпеці, 44% – у частковій безпеці, 27% – у частковій небезпеці, 10% – у повній небезпеці). Перебуваючи на вулиці, в повній безпеці почуваються лише 7% респондентів, 49% – у частковій безпеці, 32% – у частковій небезпеці, 9% – у повній небезпеці. У громадських закладах/установах у повній безпеці почуваються 8% респондентів, 45% – у частковій безпеці, 32% – у частковій небезпеці, 10% – у повній небезпеці. Емпіричні дослідження у цьому векторі сприятимуть приращенню соціологічного знання щодо висвітлення проблематики безпеки.

Кожного свідомого громадянина України сьогодні цікавить, як складатиметься ситуація найближчим часом, чого очікувати в перспективі. Загалом час покаже, як будуть розвиватися події на фронті, як швидко нам вдасться досягнути довгоочікуваної перемоги. Перебіг війни – процес доволі динамічний, який залежить від характеру зброї, політичних цілей суб'єктів збройної боротьби та низки інших чинників. Часто виникають ситуації, які варто сприймати як певний компроміс із реальністю.

Загалом, результати дослідження, проведеного соціологічною групою «Рейтинг» з 6 по 11 червня 2023 р. на тему «Формула стійкості України: основні складники під час війни та у поствоєнний період» [13], демонструють позитивний посыл. Абсолютна більшість опитаних (82%) вважають Україну успішною державою, і лише 16% респондентів становлять ті, хто має діаметрально протилежну думку. Основною ознакою успішної держави є сильна армія, і це зазначили 56% респондентів. Третина опитаних вважають такими ознаками розвинутої економіки, верховенство права та згуртованість суспільства; за соціальний захист громадян та міжнародний авторитет країни висловилися по 19% (за кожен ознаку). Дещо нижчим є відсоток тих, вважає основними ознаками успішної держави сучасну науку та технології, політичну стабільність та міцні демократичні інституції (14–16%), національну ідею (11%).

Половина опитаних позитивно оцінюють взаємодію між мешканцями свого міста/села та місцевою владою з метою вирішення важли-

вих питань громади натеper та до повномасштабного вторгнення росії. Трохи меншим є відсоток тих, хто має протилежну думку (близько 40%). У майбутньому ефективною такою взаємодією вбачають 65%. І лише 13% не вірять в її ефективність.

Вирішення господарських, комунальних проблем та допомога армії – пріоритетні завдання місцевої влади, про це зазначили близько третини опитаних. Відбудову пошкодженої інфраструктури як пріоритетне завдання для місцевої влади розцінює 25% опитаних, облаштування бомбосховищ, укриттів – 21%, допомогу біженцям, внутрішньо переміщеним особам (ВПО) – 18%, сприяння малому та середньому бізнесу – 17%, покращення умов для дошкільної та середньої освіти – 14%, соціальний захист населення – 12%, прозорість роботи влади – 11%.

З огляду на вищевикладене доцільно зазначити, що соціальна реальність не лише занурює соціологів у контекст війни, а й дає неоціненну можливість ґрунтовного аналізу різних аспектів зазначеної проблематики і мілітарної зокрема. Ми мусимо розуміти, що в перспективі відмежувати мирне життя від мілітарної частини ми навряд чи зможемо. Їх треба інтегрувати, оскільки мирне життя функціонуватиме належним чином виключно завдяки мілітарному складнику.

Ці та низка інших аспектів, перелік яких можна було б продовжувати, перебувають у колі наукових зацікавлень українських соціологів, які намагаються доносити результати своїх наукових розвідок до громадськості. Від особливостей репрезентації реальності у свідомості суспільства залежатиме те, на яких засадах функціонуватиме українське суспільство в майбутньому.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Дейнека А. Як соціологія пояснює соціальні травми? Які соціальні травми у суспільстві під час/після війни? URL: <https://www.youtube.com/watch?v=oJ1D2VIGpe8>.
2. Експерти обговорили потребу збереження людського капіталу задля відновлення України після перемоги. URL: <https://uspp.ua/news/ostanni-novyny/2019/depopuliatsiia-nemynucha-eksperty-obhovoryly-potrebu-zberezhennia-liudskoho-kapitalu-zadlia-vidnovlennia-ukrainy-pisliaperemohy?fbclid=IwAR1yKPkBFHb-nwbnaBbiv9zoYtOGcvPJC63XKGGKKuHP8Exh8IK8mRYgpQwg>.
3. Емоційно-психологічний стан українців. 22.02.2023. Український інститут майбутнього. URL: <https://uifuture.org/publications/emoczijno-psyhologichnyj-stan-ukrayincziv%E0%BF%BC/>.
4. Комплексне дослідження: як війна змінила мене та країну. Підсумки року. URL: https://ratinggroup.ua/research/ukraine/kompleksne_dosl_dzhennya_yak_v_yna_zm_nila_mene_ta_kra_nu_p_dsumki_roku.html.

5. Кудринська А.І., Лапан Т.Д., Химович О.С. Мілітарна проблематика: соціологічний дискурс. *ГРАНІ*. 2022. Т. 25. № 5. С. 53–61.
6. Лібанова Е. Драматична смертність і еміграція найрозумніших: демографічні ризики для України через війну. URL: <https://www.rfi.fr/uk/україна/20230626-драматична-смертність-і-еміграція-найрозумніших-демографічні-ризики-для-україни-через-війну>.
7. Лібанова Е. Населення України близько 31 млн осіб, ще майже 5 млн отримали захист у країнах ЄС. URL: <http://www.polukr.net/uk/blog/2023/06/naselenia-ukraini-blisko-31-mln-osib>.
8. Рущенко І.П. Російсько-українська гібридна війна: погляд соціолога : монографія. Харків : ФОП Павленко О.Г., 2015. 268 с.
9. Рущенко І.П. Нові орієнтири української соціології. *Творення нових соціальних порядків в умовах війни* : збірник матеріалів XIII Львівського соціологічного форуму (5 квітня 2023 р., м. Львів). Львів : ЛНУ імені Івана Франка. 2023. С. 26–30.
10. Токар П. Соціологія війни: дослідження та оцінки. *Геополітика України: історія і сучасність*. 2022. № 2 (29). URL: <http://geopolitics-of-ukraine.uzhnu.edu.ua/issue/view/16268>.
11. Требін М.П. Соціологія війни: український контекст. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна*. 2015. № 1148. С. 30–34.
12. Українське суспільство в умовах війни. 2022 : колективна монографія / С. Дембіцький, О. Злобіна, Н. Костенко та ін. ; за ред. Є. Головахи та С. Макеєва. Київ : Інститут соціології НАН України, 2022. 410 с.
13. Формула стійкості України: основні складники під час війни та у поствоєнний період (6–11 червня 2023). 27.07.2023. *Рейтинг*. URL: https://ratinggroup.ua/research/ukraine/ukraine_s_resilience_formula_the_essential_components_during_war_and_post-war_6_11_june_2023.html.
14. Хобта С.В. Соціологія війни як завдання української соціології. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. 2016. № 5(302). С. 126–150.
15. Черниш Н.Й. Особливості розвитку української соціології в умовах російсько-української війни. *Український соціум*, 2022, № 4 (83). С. 9–27.

КОНЦЕПТУАЛЬНА МОДЕЛЬ ПОЛІТИЧНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ: СТРУКТУРА, РІВНІ ТА ІДЕНТИТЕТИ

CONCEPTUAL MODEL OF POLITICAL IDENTITY: STRUCTURE, LEVELS AND IDENTITIES

Стаття присвячена аналізу феномену політичної ідентичності. Розглянуто існуючі моделі політичної ідентичності, розроблені в межах різних підходів (соціально-економічного підходу, когнітивного підходу, персонологічного підходу, нарративного підходу, аксіологічного підходу, формування політичної ідентичності в умовах соціалізації). Здійснено змістовний аналіз моделі політичної ідентичності Р. Сміта. На основі проведеного аналізу та ідей, закладених в моделі Р. Сміта, запропоновано концептуальну модель політичної ідентичності. Дана модель адаптована під особливості розвитку політичної ідентичності громадян України в умовах суспільного транзиту і передбачає виокремлення ідентитетів на трьох рівнях. На макрорівні в структурі політичної ідентичності визначено: політичні, економічні та ціннісно-конститутивні ідентитети. Відповідно, на мезорівні в структурі політичної ідентичності виокремлено: геополітичні та внутрішньополітичні ідентитети, державно-регулятивні та ринково-орієнтовані ідентитети, ціннісно-етнічні, ціннісно-культурні, ціннісно-конфесійні та ціннісно-історичні ідентитети. Наведено емпіричні індикатори, які можуть розглядатись як ідентитети політичної ідентичності на мікрорівні. Автором заплановано здійснити верифікацію даної моделі в межах аналізу моніторингових даних та спеціального емпіричного дослідження. Очікується, що це надасть можливість уточнити контури запропонованої концептуальної моделі політичної ідентичності. Подальші перспективи дослідження пов'язані з вивченням зв'язків між структурними компонентами політичної ідентичності та визначенням тенденцій змін у розвитку політичної ідентичності громадян України в умовах демократичного транзиту.

Ключові слова: політична ідентичність, ідентитети, модель, макро-, мезо- та мікрорівні, демократичний транзит.

The article is devoted to analysis of the phenomenon of political identity. The existent models of political identity elaborated within the framework of social economical approach, cognitive approach, personological approach, narrative approach, axiological approach, and formation of political identity in context of socialization approach are reviewed. Substantive analysis of model of political identity of R. Smiths is performed. Conceptual model of political identity based simultaneously on previous analysis and ideas, embedded in R. Smiths model is proposed. This model is adopted for peculiarities of development of political identity of Ukrainian citizens under condition of social transit, and provides for allocation of identities on three levels. The following elements of political identity were defined in its structure at macro-level: political, economical, and value constitutive identities. The following elements were defined in the structure of political identity at the meso-level: geopolitical and internally political identities, state-regulative and market-oriented identities, value-ethnic, value-cultural, value-confessional, and value-historical identities. Empirical indicators, which can be seen as identities of political identity at the micro-level are provided. Author plans to perform verification of this model by analyzing monitoring data, and by conducting of specific empirical research. It is expected that it will provide a possibility to specify contours of proposed conceptual model of political identity. Further perspectives of research are connected to exploration of connections between structural components of political identity and to specifying trends of the development of political identity of citizens of Ukraine under conditions of democratic transit.

Key words: political identity, identities, model, macro-, meso- and micro-levels, democratic transit.

УДК 316.2+316.6
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.5>

Соснюк Є.О.

аспірант відділу соціальної психології
Інститут соціології Національної
академії наук України

Постановка проблеми. Політична ідентичність як феномен постійно знаходиться в центрі уваги українських та зарубіжних науковців. Дослідження політичної ідентичності мають яскраво виражений міждисциплінарний характер. З одного боку, це сприяє поповненню скарбниці наукового знання значною кількістю цікавих теоретичних положень та емпіричних даних. З іншого боку, уявлення науковців про політичну ідентичність досить варіативні. Доволі часто соціологічна специфіка у вивченні політичної ідентичності ніби розчиняється в працях представників інших наук. Насамперед, це стосується уявлень про структуру політичної ідентичності. Зазначені моменти істотно ускладнюють можливості аналізу динаміки розвитку політичної ідентичності громадян України, формування якої відбу-

вається в умовах демократичного транзиту. Таким чином, існує потреба у розробці моделі політичної ідентичності, яка має враховувати специфіку соціологічного знання стосовно політичної ідентичності та бути адаптованою до умов, в яких відбувається формування політичної ідентичності в Україні.

Мета статті полягає у розкритті особливостей концептуальної моделі політичної ідентичності та виокремленні її структурних компонентів (ідентитетів) на макро-, мезо- та мікрорівнях.

Виклад основного матеріалу. Вивчення проблем політичної ідентичності має багаторічну традицію. Як відомо, перші ґрунтовні наукові розвідки щодо визначення специфіки політичної ідентичності з'явилися в середині ХХ ст. в межах мічиганського проекту, представни-

ками якого політична ідентичність розглядалась як партійна [11; 12]. З того часу пройшло три «хвилі» концептуалізації поняття політичної ідентичності [5] та запропоновано низку нових концепцій політичної ідентичності (Д. Батлер та Д. Стоукс, Дж. Уелш, Р. Картер, Дж. Хелмс, Ф. Шлезінгер, М. Кастельс, Т. Райсс, В. Лот, Б. Страт, Ф. Черутті) [10; 13; 14; 15; 19; 21; 24; 27]. Крім того, науковцями було розроблено електорально поведінкові (М. Шенкс), комунікаційні (Т. Дж. Колтон) та самоідентифікаційні (Р. Барт, Р. Хакфельд, Е. Даунс, Дж. Спрагі) моделі політичної ідентичності [9; 17; 22]. Варто відзначити, що при всій креативності запропонованих ідей позбутися впливу розуміння політичної ідентичності як партійної науковцям повною мірою не вдалось.

Саме тому науковцями було відзначено наявність потреби у розширенні вимірів аналізу політичної ідентичності [17; 26]. Своєрідним відгуком на усвідомлення даної потреби стала поява концепцій політичної ідентичності, розроблених в межах різних підходів (соціально-економічного підходу, когнітивного підходу, персонологічного підходу, нарративного підходу, аксіологічного підходу, формування політичної ідентичності в умовах соціалізації). Ці підходи докладно розглядаються в одній з наших попередніх праць [4].

В контексті даного дослідження зазначимо, що з позицій соціально-економічного підходу політична ідентичність розглядається дослідниками як продукт економічних та соціальних структур, які мають визначальний вплив на особу та програмує її політичну поведінку. Однак у дослідників є розуміння обмеженості даного підходу. Саме тому Н. Крістенсен [17] та В. Вігнолес [26] наполягають на необхідності врахування факторів, яким не знайшлося гідного місця в попередньо розроблених концепціях. Зокрема, йдеться про чинники політичної культури та ціннісних орієнтацій, які, з їхньої точки зору, відіграють чималу роль в процесі формування політичної ідентичності.

В межах когнітивного підходу політична ідентичність визначається науковцями як генералізована установка, дія якої підтримується когнітивними процесами на нейропсихологічному рівні [25, pp. 213–224]. Дж. Ван Бавель та А. Перейра вважають, що зазначена генералізована установка формується під впливом політичної групи, цінності якої поділяє та чи інша особа. І саме ця установка має визначальний вплив на політичну ідентичність.

Прихильниками персонологічного підходу політична ідентичність розглядається як центральне каузальне утворення Я–концепції особистості [16, pp. 27–38]. С. Чен та О. Урмінський вважають, що в структурі Я–концепції можна емпірично дослідити та визначити центральний чинник, який зумовлює сприймання

особою тих чи інших політичних поглядів та відповідно визначає політичну ідентичність.

Для представників нарративного підходу політична ідентичність є різновидом соціальної ідентичності, що пов'язана з історичною пам'яттю та актуалізується через занурення в емоційно забарвлений життєвий простір [8, pp. 79–88]. Л. Браун та К. А. Ібарра підкреслюють, що політична ідентичність надає «форму» баченню тих чи інших історичних подій, та стає однією з призм, через яку інтерпретуються ті чи інші події, як в минулому, так і в сьогоденні [8, p. 84].

З позицій аксіологічного підходу політична ідентичність розглядається дослідниками як складова морального світогляду людини, в основу якого закладено певну систему цінностей [28, pp. 346–354]. К. П. Вінтеріч, Й. Дженгом та В. Міталом було встановлено наявність зв'язку між характером політичної ідентичності та пов'язаним з нею моральним світоглядом людини [28, p. 350].

Аналізуючи специфіку формування ідентичності в процесі соціалізації, дослідники розглядають політичну ідентичність як похідну від базових культурних установок [20, pp. 1–33]. Р. Реккер, Л. Кейсерс, С. Брені та В. Міус в результаті проведених досліджень було виявлено, що ідентичність молоді частіше формується в узгодженості з базовими установками, аніж навпаки. Також авторами було встановлено, що ранні культурні установки утворюють таку ідентичність, що може згодом визначати політичні установки.

Варто відзначити, що в межах зазначених підходів переважно використовувались цікаві, але значною мірою суто емпіричні моделі, які не дають уявлення про політичну ідентичність як цілісне утворення, що має чітко виражену структуру.

На їх фоні досить продуктивною можна вважати концепцію американського дослідника Р. М. Сміта (Smith R. M.), який в своїй роботі «Identities, interests and the future of political science» здійснив спробу концептуалізації структури політичної ідентичності, яка позбавлена низки недоліків, властивих раніше розглянутим концепціям і моделям [23].

Модель політичної ідентичності вченого містить 3 основних компоненти: *economical stories*, *political power stories* та *ethically constitutive stories*. Поняття *stories* автором окремо не визначається. Однак під ним можна розуміти погляди людини стосовно тієї чи іншої сфери, які базуються на життєвому досвіді людини у взаємодії з референтними групами, що визначають спільне бачення з ними та прагнення до членства в подібних соціальних спільнотах.

У якості *economical stories* Р. М. Сміт розглядає такі аспекти членства у спільноті як перспек-

тива матеріальної вигоди для поточних і майбутніх поколінь (сюди автор вносить те, що він іменує «капіталістичною» та «соціалістичною» ідеологіями). В свою чергу, до political power stories відноситься членство в спільноті, що дає перспективу особистого захисту, і «частку» у колективній владі (тут автор розглядає у якості прикладів республіканізм та фашизм). В якості ethically constitutive stories) розглядається приналежність до певного народу чи групи, що тим чи іншим чином є невід'ємною частиною того, ким вони насправді є. Ця приналежність має моральну та етичну цінність (сюди автор відносить расові, етнічні, релігійні, етнічні, культурні, історичні та гендеризовані почуття приналежності до спільноти, які автор вважає етично установчими).

Дана модель була розроблена в межах політологічної науки і має досить загальний характер. Однак ми вважаємо, що з певними доповненнями її можна використовувати в інших соціальних науках, зокрема і в соціології, з огляду на широту охоплення феномену та лабільність моделі, яка дозволяє адаптувати її

до емпіричних досліджень в різних ситуаційних контекстах, зокрема і в контексті українського демократичного транзиту. Тим більше, що такі варіанти її доопрацювання та вдосконалення передбачав і сам Р. М. Сміт [23].

Для вдосконалення є й інші причини. Як зазначають українські соціологи (О. Вишняк, А. Ручка, Ю. Шведа), зарубіжні концепції та моделі не в повній мірі враховують специфіку нашого суспільства і не можуть бути використані в чистому вигляді для аналізу політичної ідентичності українців [1; 3; 6].

Саме тому на основі проведеного аналізу та ідей, закладених в моделі Р. Сміта, нами запропоновано власну концептуальну модель політичної ідентичності (рис. 1).

Ми вважаємо, що компоненти (stories), виокремлені Р. М. Смітом, сутнісно відповідають поняттю ідентитету, яке було введено в соціальні науки М. Шульгою. Він визначає ідентитет як сутнісну ознаку, що може бути властива людині чи спільноті, та яка дозволяє максимально точно встановити приналежність людини до тієї чи іншої групи чи спільноти

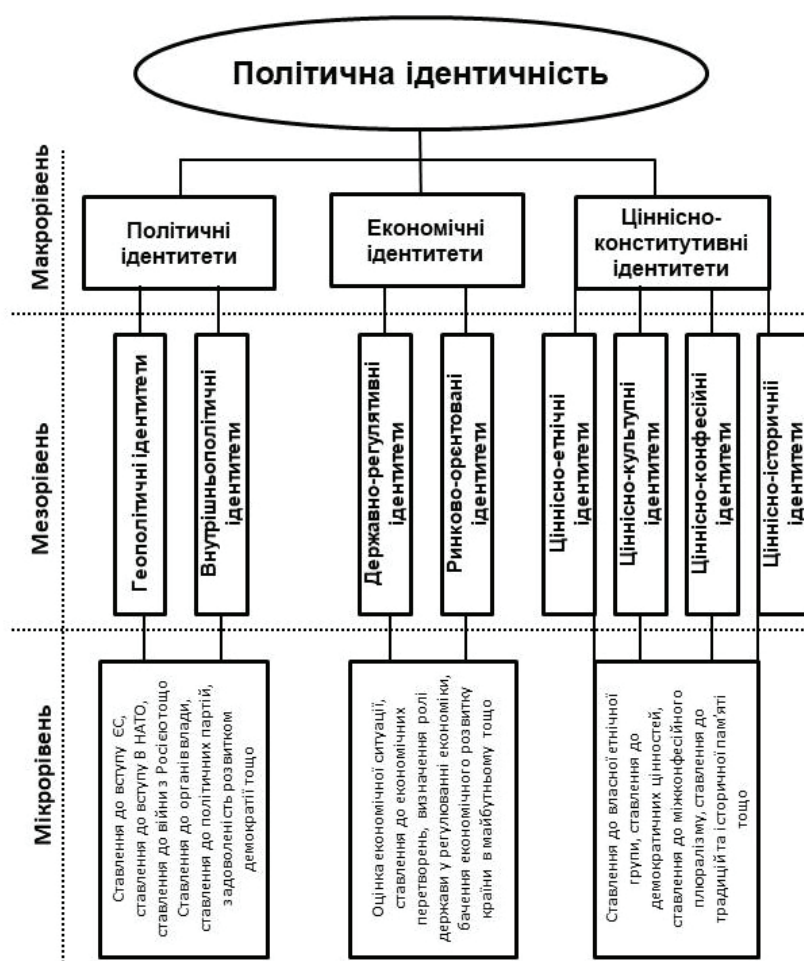


Рис. 1. Концептуальна модель політичної ідентичності

[7]. Віддаючи належне авторському баченню Р. М. Сміта, ми вважаємо доцільним надалі називати визначені ним компоненти ідентичності «ідентитетами», оскільки нам видається, що подібна їх категоризація вносить більшу теоретичну ясність, якої не надає оригінальне «stories». Водночас ми не відкидаємо ні авторське, ні інші можливі варіанти назви цих компонентів, доки вони відповідають їх сутності.

Політичну ідентичність ми розглядаємо як форму соціальної ідентичності, що позначає членство у групі, члени якої беруть участь у спільній боротьбі за певну форму влади. Таке, узагальнене на основі багатьох наукових праць, визначення, як нам видається, достатньо повно розкриває сутність поняття «політична ідентичність».

В нашій моделі, структура політичної ідентичності визначається на макро-, мезо- та мікрорівнях.

На макрорівні в структурі політичної ідентичності ми виокремлюємо:

- політичні ідентитети – сукупність можливих диспозицій з питань державного устрою, розподілу державної влади, приналежності/прихильності до тієї чи іншої партії, ідеологічної течії;

- економічні ідентитети – сукупність можливих диспозицій членів політичних груп з питань економічного устрою, що може включати питання ролі держави в економіці, питання розподілу економічних благ тощо;

- ціннісно-конститутивні ідентитети – сукупність можливих диспозицій членів політичних груп щодо цінності належності до певних етнічних, конфесійних, культурних спільнот та варіантів спільної історичної пам'яті.

На мезорівні політичні ідентитети представлені геополітичними та внутрішньополітичними ідентитетами; економічні – державно-регулятивними та ринково-орієнтованими ідентитетами; ціннісно-конститутивні – ціннісно-етнічними, ціннісно-культурними, ціннісно-конфесійними та ціннісно-історичними ідентитетами. Ціннісні ідентитети представлені більш детально через потребу в їх системному розкритті [2].

На мікрорівні ідентитети політичної ідентичності можуть розглядатись як емпіричні індикатори, які наведено в схематичному описі моделі (див. рис. 1).

Звісно, ми не розглядаємо дану концептуальну модель як повністю завершений варіант. Скоріше, як певний контур, структурні та змістовні компоненти якого можуть бути уточнені в процесі верифікації моделі. Однак ми сподіваємось, що завдяки її використанню ми зможемо визначити особливості розвитку політичної ідентичності громадян України в умовах демократичного транзиту.

Висновки з проведеного дослідження.

Політичну ідентичність можна розглядати як форму соціальної ідентичності, що позначає членство у групі, члени якої беруть участь у спільній боротьбі за певну форму влади.

На основі проведеного аналізу та ідей, закладених в моделі Р. Сміта, запропоновано концептуальну модель політичної ідентичності. Дана модель адаптована під особливості розвитку політичної ідентичності громадян України в умовах суспільного транзиту і передбачає виокремлення ідентитетів на трьох рівнях. На макрорівні в структурі політичної ідентичності визначено: політичні, економічні та ціннісно-конститутивні ідентитети. Відповідно, на мезорівні в структурі політичної ідентичності виокремлено: геополітичні та внутрішньополітичні ідентитети, державно-регулятивні та ринково-орієнтовані ідентитети, ціннісно-етнічні, ціннісно-культурні, ціннісно-конфесійні та ціннісно-історичні ідентитети. Наведено емпіричні індикатори, які можуть розглядатись як ідентитети політичної ідентичності на мікрорівні.

Передбачається здійснити верифікацію даної моделі в межах аналізу моніторингових даних та спеціального емпіричного дослідження. Очікується, що це надасть можливість уточнити контури запропонованої концептуальної моделі політичної ідентичності.

Подальші перспективи дослідження пов'язані з вивченням зв'язків між структурними компонентами політичної ідентичності та визначенням тенденцій змін у розвитку політичної ідентичності громадян України в умовах демократичного транзиту.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вишняк О. Електоральна соціологія: історія, теорії, методи. Київ : Ін-т соціології НАНУ, 2000. 308 с.
2. Дембицький С., Сидоров М., Соснюк Є. Системний підхід до соціологічного вивчення індивідуальних цінностей. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2019. № 3. С. 102–123. URL: <https://doi.org/10.15407/sociology2019.03.102>.
3. Ручка А.О. Політико-ідеологічна самоідентифікація населення сучасної України. *Українське суспільство 1992–2012. Стан та динаміка змін. Соціологічний моніторинг*. Київ : Ін-т соціології НАН України, 2012. С. 29–40.
4. Соснюк Є.О. Аналіз сучасних підходів до вивчення політичної ідентичності в зарубіжній соціології. *Габітус*. 2021. № 27. С. 17–21. DOI - <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.27.2>.
5. Соснюк Є. Концепції політичної ідентичності в соціальних науках. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2019. № 4. С. 118–135. URL: <http://10.15407/sociology2019.04.118>.
6. Шведа Ю.Р. Трансформації партійної системи в контексті трансформації політичної системи в Україні. *Українська національна ідея: реалії та перспективи розвитку. Збірник наук. праць*. Львів :

Видавництво Національного університету «Львівська Політехніка», 2007. № 19. С. 165–172.

7. Шульга М. Маргінальність як криза ідентичності. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2000. № 3. С. 166–170.

8. Brown L. and Ibarra K.A. Commemoration and the expression of political identity. *Tourism Management*. 2018. No 68. P. 79–88.

9. Burt R. *Structural Holes: The Social Structure of Competition*. MA: Cambridge, 1992. 313 p.

10. Butler, D., Stokes, D. *Political Change in Britain*. London, 1974. 516 p.

11. Campbell, A., Converse, P. E., Miller, W. E., Stokes, D. E. *Elections and the political order*. New York : Wiley, 1966. 385 p.

12. Campbell, A., Converse, P. E., Miller, W. E., Stokes, D. E. *The American Voter*. New York : Wiley, 1960. 573 p.

13. Carter, R. T., Helms, J. E. White Racial Identity Attitudes and Cultural Values. Black and White racial identity: Theory, Research and Practice. *Journal of Multicultural Counseling and Development*. 2003. Volume 31, No. 4. P. 226–244.

14. Castels M. *The Power of Identity*. Oxford : Blackwell, 1997. 280 p.

15. Cerutti, F. Towards the political identity of the Europeans: An Introduction. *A soul for Europe. On the political and cultural identity of the Europeans*. 2001. Vol. 1. P. 26–45.

16. Chen S.Y. & Urminsky O. The role of causal beliefs in political identity and voting. *Cognition*. 2019. No. 188. P. 27–38. URL: <https://doi.org/10.1016/j.cognition.2019.01.003>.

17. Colton T. J. *Transitional Citizens: Voters and What Influences Them in the New Russia*. London : Cambridge, 2000. 336 p.

18. Kristensen N. N. The Meanings and Dimensions of Citizens' Political Identity: Approaching an Understanding of the Concept of Political Identity. European Consortium of Political Research (ECPR): General Con-

ference Papers, Université de Montreal, Montreal, Canada, 2015.

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

20. Rekker R., Keijsers L., Branje S., Meeus W. The dynamics of political identity and issue attitudes in adolescence and early adulthood. *Electoral Studies*. 2017. doi: 10.1016/j.electstud.2017.02.005.

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

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

23. Smith Rogers M. Identities, interests and the future of political science. *Perspectives on Politics*. 2004. 2(02). P. 301–312. DOI: 10.1017/S1537592704040174. S2CID 144844167.

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

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

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

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

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

ЗАСОБИ ТА ПРИЙОМИ РОСІЙСЬКОЇ ПРОПАГАНДИ: ВИТОКИ Й НАСЛІДКИ

MEANS AND TECHNIQUES OF RUSSIAN PROPAGANDA: OCCURRENCE AND CONSEQUENCES

У статті проаналізовано міфотворчість агресивної російської пропаганди, що давно стала прикладом «антипропаганди», яка спотворює та захарашує медіасередовище. В той час, коли загальносвітовий тренд на підвищення інтерактивності у комунікативних контактах з медіапростором все більш зростає завдяки інтернет-мережам, а пропагандистські ефекти масової комунікації відходять на задній план, у медіасередовищі країни-агресорки зберігаються і підсилюються протилежні тенденції. Визначено, що після початку широкомасштабного вторгнення російських військ на територію України та розгорнутій у російських медіа антиукраїнській пропаганді стало абсолютно зрозумілим, що це була продумана заздалегідь кампанія, яка наслідувала досягнення «очікуваних результатів впливу» в дусі «парадигми ефектів» середини минулого століття.

Окреслено, що повсякденними практиками російської пропаганди стали такі прийоми, як підміна понять, «псевдофактаж», дифамація, ін. Протягом десятиліття безглузді та переважно антилюдські міфи та фейки витісняють «практичний глузд» як на рівні індивідуальної, так і на рівні масової свідомості російського населення. Зазначено, що все це призводить до втрати автентичності, зниження функцій критичного мислення, підміни його стереотипами. Профанне ставлення до цінностей і вищих почуттів створює підґрунтя домінування «антиправди» у медіапросторі країни-агресорки. Намагання підсилити «путінізм» успадкований від радянських часів патерналізм призводить до вихолощення журналістських матеріалів, маніпуляцій смислами і текстами, ужорсточення авторитарних умов існування російської мас-медійної системи. Резюмовано, що відмова від демократичних свобод та експлуатація традиціоналістських підходів до організації медіакомунікативних відносин, вульгаризація і профанація медіапростору створює так звану «інформаційну капсулу», яка базується на найгірших стереотипах радянського часу та є неприйнятною для європейської і світової спільнот.

Ключові слова: медіапростір, російська пропаганда, масова свідомість, агресія, маніпуляція, міфотворчість.

The article analyzes the myth-making of aggressive Russian propaganda, which long ago became an example of "anti-propaganda" that distorts and clutters the media environment. At a time when the global trend to increase interactivity in communicative contacts with the media space is growing more and more thanks to Internet networks, and the propaganda effects of mass communication are receding into the background, the opposite tendencies are preserved and strengthened in the media environment of the aggressor country. It was determined that after the beginning of the large-scale invasion of the Russian troops on the territory of Ukraine and the anti-Ukrainian propaganda deployed in the Russian media, it became absolutely clear that this was a premeditated campaign that followed the achievement of "expected results of influence" in the spirit of the "effects paradigm" of the middle of the last century.

It is outlined that techniques such as substituting concepts, "pseudofactage", defamation, etc. have become everyday practices of Russian propaganda. For a decade, senseless and mostly anti-human myths and fakes have supplanted "practical sense" both at the level of individual and at the level of the Russian population mass consciousness. It is noted that all this leads to a loss of authenticity, a decrease in the functions of critical thinking, and its replacement by stereotypes. A profane attitude to values and higher feelings creates the basis for the dominance of "anti-truth" in the media space of the aggressor country. Attempts to strengthen the paternalism inherited from Soviet times with "putinism" lead to the emasculation of journalistic materials, manipulation of meanings and texts, and the hardening of the authoritarian conditions of existence of the Russian mass media system.

It is summarized that the rejection of democratic freedoms and the exploitation of traditionalist approaches to the organization of media communication relations, vulgarization and profanation of the media space create the so-called "information capsule", which is based on the worst stereotypes of the Soviet era and is unacceptable for the European and world communities.

Key words: media space, Russian propaganda, mass consciousness, aggression, manipulation, myth-making.

УДК 316.77

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.6>

Сууська О.О.

д.соціол.н., доцент,
професор кафедри зв'язків
з громадськістю
Національний університет
«Києво-Могилянська академія»

Постановка проблеми. Протягом останньої чверті ХХ ст. світові та європейські теорії та концепції мас-медіа почали спиратися на більш глибоку наукову базу, зокрема, філософський капітал постмодерну, досліджуючи роботу засобів масової комунікації в досить широкому соціальному та семіотичному контекстах. Так, аналізуючи «владу журналістики», П. Бурд'є артикулює, що пропагандистські ефекти масової комунікації поступово відходять із широкого поля комунікацій у медіа-

просторі, залишаючись лише в полі політики, зокрема, при проведенні електоральних кампаній та будь-яких пропагандистських акцій, в разі цілеспрямованої пропаганди за умов існування авторитарних режимів; «абсолютно очевидно, що влада, зокрема, урядові інстанції, діють не лише за допомогою свого економічного примусу, але й за допомогою різного роду тиску, пов'язаного із монополією на легітимну інформацію – зокрема, на інформацію з офіційних джерел» [1].

Саме «ефекти впливу», притаманні медіа-центризму, базувались на прагненні добитись від аудиторії «єдиної очікуваної реакції», і ця, так звана «ефективність», визнавалася начебто неминучим результатом роботи, таким чином демонструючи, що це передбачається існуванням і смыслом діяльності всієї системи.

Традиційно існуючі тонкі грані між конструктами «наукова свідомість», «масова свідомість» та «громадська думка» поступово стираються. Втім, соціологічне теоретизування, відштовхуючись від постмодерну в ролі «стартової філософії» XXI ст., не запропонувало нового бачення в царині наукового аналізу перетворень в медіакомунікативній сфері, так і не відкривши наукових глибин для пояснення, чому на межі першої і другої чверті XXI ст. може відбуватись гібридна інформаційна війна, що спричинила до активної фази реальної військової агресії, тобто нападу путінської «російської імперії» на Україну.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Суспільствознавство і філософські течії останніх десятиліть минулого століття були схильні до певного нехтування досвідом, виходячи з того, що він нібито «розхитує об'єктивність». Як зауважує П. Бурд'є, «влада журналістського поля посилюється у всіх полях інституції й агентів, розташованих поблизу від полюсу, найбільш підвладного впливу ринку та узалежненого від кількості (глядачів, читачів, продажів...). Цей ефект виявляється тим сильніше, чим більшою мірою підпорядкована цій логіці структура підвладного йому поля і чим більше журналістське поле, в своїй структурі найбільш підвладне його дії порівняно з іншими полями культурного виробництва, у той чи інший момент виявляє свою підпорядкованість зовнішньому тиску» [1]. Намагання зануритись у специфіку медіа або «поля журналістики» (Н. Больц, Ф. Кітлер, Дж. Маклеод та С. Чаффі, ін.) одночасно були спробами пояснення, як відбувається взаємодія еліт, засобів масової комунікації і «публіки», беручи до уваги, що остання набуває знання про проблеми на ґрунті саме власного досвіду, елітних джерел і мас-медіа. Використання засобів масової комунікації завжди стає особливо актуальним у ситуаціях напружень між елітами і громадськістю; при цьому кожна з них здійснює спроби контролювати масову комунікацію.

В українській соціологічній теоретичній думці вже на початку XXI століття відбувались спроби осмислити та науково впорядкувати ті трансформаційні процеси, що відбувались тоді в Україні. «Першопрохідниками» в цьому сенсі були Є.І. Головаха, Н.В. Костенко, В.А. Матусевич, В.Л. Осовський, Н.В. Паніна, В.І. Паніотто, І.М. Попова, А.О. Ручка, В.Є. Хмелько, О.О. Якуба, ін.).

Саме в працях початку XXI ст. ми знаходимо зараз деякі речі, які допомагають розібратись та проаналізувати поточну ситуацію (якою б вона не була загостреною). Так, ще у 2001 році Є.І. Головаха зауважував, що «у стабільному суспільстві цінність теперішнього є основною суспільно-психологічною опорою соціальної організації. ...В перехідному теперішньому втрачає самоцінність, оскільки виконує лише певну допоміжну функцію «перехідника» між тим суспільством, яке втрачено, й тим, яке повинно бути» [2, с. 155–156]. Тенденції, які були визначені свого часу Є.І. Головахою, можна певною мірою екстраполювати на сучасну ситуацію; також відштовхуючись від них, можна спробувати проаналізувати, чому російська пропаганда досить швидко «переорієнтувала» мізки більшості населення РФ у бік агресивності, ненависті до України та підняла на поверхню найбільш «темний мул» минулого (переважно базований на стереотипах радянського часу).

Не бажаючи підтримувати рівень життя і демократичних свобод росіян на елементарно достатньому з точки зору європейської і світової спільнот рівні, уряд і російське політичне керівництво, навпаки, спрямували свої зусилля і витрати на підсилення пропаганди, зупираючись саме на сентенцію «повернення колишньої могутності», незважаючи на жебрацьке сьогодення. Так, вивчаючи рівень щастя, російські соціологи ще у 2019 році констатували його зниження до 73% (за сукупністю показників), де серед найбільш задоволених життям визначались мешканці міст Томська, Липецька, Владивостока; проте, найменш задоволені життям були мешканці Хабаровська, Воронежа та Владикавказу [12].

Вже на початку 2023 року лише 36% росіян (за даними ВЦИОМ) вважають себе цілком щасливими, а серед мешканців столичних міст Москви та Санкт-Петербурга таких вдвічі більше [11]. У 2021 році таких було 41% (за даними Romir) [13].

Водночас Україна посіла 92 місце у рейтингу найщасливіших країн “World Happiness Report 2023” (у 2021 році вона була на 110 місці, а у 2022 році – на 98-му). Автори звіту «Всесвітній індекс щастя» зазначають, що в Україні відбулося суттєве «зростання доброзичливості» (протягом 2020 та 2021 років). Причому у 2022 році доброзичливість людей різко зросла в Україні, проте впала в Росії. «Незважаючи на масштаби страждань і збитків в Україні, оцінки життя у вересні 2022 року залишалися вищими, ніж після російської анексії 2014 року», – йдеться у звіті [16].

Від усвідомлення «щастя» або ступеня «задоволеності» своїм становищем в житті значною мірою залежить і ставлення до культурних та взагалі цивілізаційних цінностей, які можна спроектувати за певними векторами

і зробити висновок – зміст дискурсу мас-медіа може стати своєрідним «оберненим фактором», тобто, або фактором залучення людей до соціальних подій, традицій, життєвих цінностей, або фактором їхнього відчуження від таких подій і цінностей.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сучасна ситуація у медіапросторі країни-агресорки нагадує кінець вісімдесятих, коли політичні зрушення у Радянському Союзі часів горбачовської перебудови породжували так звані «міфи демократизації», міфи політики «гласності», проте згодом ці примарні образи «віри у краще майбутнє» були зруйновані і країна повернулася до експлуатації невмирущого спадку радянщини – патерналізму. Саме патерналізм, притаманний російському населенню набагато більшою мірою, ніж населенню інших країн пострадянського простору, став тим підґрунтям, на якому російська пропаганда почала будувати свої безглузді та переважно антилюдські міфи та фейки. Різноманітні програми діючих політичних «акторів» дуже швидко були підмінені єдиним «правильним поглядом» – путінізмом. В результаті їхні дії в політичному полі були приречені на невдачу завдяки повній безперспективності, а самі діючі особи або присягнули режиму, або просто були знищені (наприклад, Б. Немцов). Тоді «після розпаду Радянського Союзу, в умовах хаосу, кризи, спаду економіки, десть громадянської війни, як у Таджикистані, десть надзвичайно гострої політичної боротьби, як у Росії, між прихильниками Ельцина і прихильниками Верховної ради, практично скрізь були схвалені президентські республіки з величезними повноваженнями президента, практично скрізь крок за кроком ці президенти сконцентрували владу, а потім скасували обмеження на терміни переобрання. ...Поліцейщина, антизахідництво, жорстка внутрішня політика – це, найімовірніше, ознака персонального стилю Володимира Путіна», так на сайті Радіо Свобода писали в березні 2021 року (майже рівно за рік до початку повномасштабної війни) в матеріалі «А що якби наступником Ельцина став не Путін, а Борис Немцов?» [9].

Маргіналізоване з точки зору всього демократичного світу поле російської політики використовує патерналістські настановлення більшості населення та замінює об'єктивну парадигму бачення ситуації – суб'єктивно-перекрученою, переносючи стосовно «практичного глузду» поняття володіння «капіталом незгоди» (вислів П. Бурд'є) [2] у площину ідеолого-політичного дискурсу. Проте, саме у російському виконанні, режим не дозволяє відмежувати цей дискурс від домінуючої ідеології, й тим більше – висловлювати свої критичні думки публічно. «Правильним» для росіян є лише новинний та дискурс громад-

сько-політичних ток-шоу традиційних мас-медіа, тобто центральних каналів російського телебачення та радіомовлення. При тому, що для таких відомих журналістів, як Світлана Сорокіна, Олександр Невзоров та ін., які раніше реалізувались переважно в офіційному дискурсі російських медіа, тепер в ньому немає місця. Витискання демократично налаштованої спільноти (не тільки журналістської) з країни, або прямі загрози тим, хто має іншу думку, стали ознакою путінізму як тоталітарного режиму, заперечуючого всі інші категорії соціального простору, крім «елітарного» (олігархічного) і «масового».

Хиткість подібного соціального простору передбачав П. Бурд'є, прийшовши до висновку дещо парадоксального, – якщо все більше людей не можуть довіряти власному уряду, політичній владі, або дозволити собі «взяти на віру» якусь позитивну (або негативну) світоглядну доктрину, то у такому суспільстві (його групах і спільнотах) починає народжуватися віра «від протилежного», де кожен має свою так звану «негативну віру» [2].

Російська пропаганда експлуатує такі непорушні протягом десятиліть, традиціоналістські підходи до організації медіакомунікативних відносин, як:

- гіперболізоване збільшення ролі «сукупного комунікатора» (який представляє державні канали мас-медіа або певний засіб масової комунікації);
- підпорядкованість інформаційних джерел, «перевіраних» державою;
- непорушні настанови патерналістської «об'єктивності»;
- надавторитетність дискурсу «сукупного комунікатора», джерела (каналу) інформації, тощо;
- потенційні патерналістські налаштування всієї мас-медійної системи щодо одностороннього впливу на масову аудиторію та очікувані ефекти цього впливу.

Також експлуатується застаріла ще з радянських часів концепція «ефективності роботи засобів масової інформації», що свого часу артикулювалась як «вирішення проблеми» ефективності діяльності системи масової комунікації в цілому та забезпечувалась використанням відповідних для цього моделей, що становили теоретичну базу масової комунікації [6] та емпіричної соціології другої половини ХХ століття.

Використання цих моделей спрямоване у російському пропагандистському медіа-дискурсі на блокування будь-яких проявів суб'єктивності. Вищезгадана ідея «ефективності впливу» мас-медіа, що (як відомо з історії соціології середини ХХ століття) базувалась на класичних моделях раціональності з їхнім принципом нейтралізації відтворення індивіду-

альних особливостей когнітивних систем, сьогодні спрямована на підтримку авторитаризму і патерналізму і чітко резонує з принципами роботи радянської системи мас-медій, що формувала відповіді «на всі питання» та заперечувала саму імовірність та наявність сумнівів щодо суспільного ладу, вважаючи це «помилковими судженнями», що є небезпечним для існування самої авторитарної системи. Таким чином, у саму комунікацію вбудовується система корекції так званих «хибних думок» і поглядів. Наявність таких думок попереджається цензурою; суворими утисками, забезпеченими законодавством; деталізованим відслідковуванням дотримання вимог, небажаних «контактів» (наприклад, витіснення з медіапростору всіх демократично орієнтованих мовників або визнання їх «іноземними агентами»). Отже, наразі маємо справу з ортодоксально застосованою «ефективністю» заради блокування свідомого і критичного ставлення аудиторії до змісту медіадискурсу.

Поточна ситуація в інформаційному просторі країни-агресорки демонструє використання «роспропагандою» таких прийомів:

– на лексико-семантичному рівні:

1) переважання лексики офіційно-адміністративного стилю;

2) зниження якості літературної мови;

3) заміна лексики нейтральної лексикою «псевдовисокого» стилю (або навпаки – зниженою, діалектною);

4) штучне введення емоційно-забарвленої лексики там, де має бути нейтральна;

5) штучна гіперболізація (використання гіпербол там, де їх не має бути);

– на рівні візуального сприйняття:

1) мозаїчність площини екрану (особливо в новинних випусках та на YouTube);

2) дискретність образів, надлишкова увага до деталей з метою «розмивати» сприйняття цілого;

3) дисонанс другого та першого планів у відеозображеннях, що не дає зосередитись глядачу;

– на рівні мовленнєвого відтворення тексту:

1) інтонація абсолютизованої «істини»;

2) інтонація незаперечності та авторитарної персуазивності;

3) затягнуті паузи для створення «ефекту значимості»;

– на рівні ментального сприйняття:

1) створення міфологічних «ефектів»;

2) використання потенціалу «надавторитетності» традиційних мас-медіа (як наслідок патерналізму, притаманного російській масовій аудиторії);

3) експлуатація «спільного минулого» періоду СРСР;

4) маніпуляція історичними фактами, переакцентуація їхньої значимості;

5) перекручування з метою дезінформації наявних фактів дійсності.

Втілення прийомів російської пропаганди можна класифікувати за певним типом меседжів або «тактик» (як це зробив «Детектор медіа») [5]. Серед них виділені такі тактики, як: а) «вотебаутизм» (“whataboutism”), що набув розповсюдження ще у 70–80-х роках ХХ століття у піковий період «холодної війни»; б) використання «образу жертви»; в) маніпуляції на тлі релігійних питань; г) подання розпаду СРСР як «катастрофи» та спекуляції на фактах радянського минулого, а також на фактах історії України, експлуатуючи образ «єдиного коріння»; д) розкручування значимості наукових і технічних винаходів, а також перетворення музики, спорту, шоубізнесу, кіно та навіть відеоігор на інструменти «роспропаганди». Зокрема, саме «тактика пропаганди «whataboutism» передбачає відповідь на критику чи поставлене запитання у форматі «А як щодо...?». Тобто «переведення стрілок» на недоліки опонентів» [5].

З точки зору соціально-психологічних наслідків та логіки розумових процесів всі засоби, що застосовує російська пропаганда, призводять до розпорошення уваги реципієнтів, деформації логіко-розумових операцій та когнітивних функцій мислення [17], порушення встановлення причинно-наслідкових зв'язків тощо. Дослідник освітніх процесів В. Левкулич зауважує, що «істотне (якщо не вирішальне) значення для перспектив ефективного мислення має критичний перегляд стереотипів, значна частина яких є або неадекватними буттєвим реаліям, або комплексні наслідки їхнього впливу мають більше недоліків, ніж переваг» [7, с. 105]. Також на цьому аспекті наголошує і професор університету Торонто Дж. Пітерсон у праці «12 правил життя: антидот проти хаосу» [18].

Дослідження дискурсу «роспропаганди» та довготривалих наслідків її діяльності фіксують, що метою такої діяльності є «розхитати суспільні настрої, посіяти паніку і ворожнечу між окремими верствами і групами населення, все це є цілями «мови ворожнечі» у гібридній війні, яка є одним із провідних комунікаційних інструментів для деморалізації суспільства» [6, с. 49].

Щодо «мови ворожнечі» – вона спрямована на створення «образу ворога» та має на меті посіяти ворожнечу між народами; приниження «опозиціонерів» та «інакомислячих» до рівня низькопробності, людей «низького штибу»; руйнування психологічного та інформаційно-енергетичного балансу на міждержавному рівні та у світовому медіасередовищі.

Вульгаризація і профанація інформаційного простору стають інструментом впливу українсько-агресорці, що особливо справджується

у спотворенні інформації та проявах ворожості до «інакомислячих» [14]. Також, як зазначає Ю. Сорока, ознак ворожості можуть набувати різні предмети, явища, соціальні групи через негативне ставлення, заперечення перспективи їхнього існування. Характерним є явище стигматизації, тобто негативне виділення соціальної групи на підставі стереотипів, не беручи до уваги особливості індивіда [10].

В умовах воєнного часу значно зростає необхідність застосування «інформаційних фільтрів», які є на суб'єктному рівні запобіжником щодо ворожих впливів та «інформаційних атак», а також запорукою психічного благополуччя. «Інформаційні фільтри» – це набір правил, способів за допомогою яких споживач може легко відсіювати неправдиву інформацію. А критичне мислення – це система суджень, яка дозволяє аналізувати інформацію таким чином, щоб на її підставі ухвалювати раціональні рішення [4].

На жаль, визначена ще Н. Луманом аксіома, що медіасистемам притаманний «аутопойезис» (самовідтворюваність) [8], що саме середовище «реальності мас-медіа» здатне чинити спротив власним стереотипам, прийомам та звичкам подання інформації, а отже, всередині системи може відбуватись або «трансформація», або ж «ротація» цінностей, – останнім часом піддається верифікації та випробуванню часом. Дійсно, «інформаційні фільтри» – це фактично «верифікація інформації через систему цінностей особистості, або через певні стадії перетворень власної свідомості, через які має пройти реципієнт цієї інформації, щоб стати персоніфікованим суб'єктом. На запитання, чи є «інформаційні фільтри» дієвим запобіжником ворожим або маніпулятивним впливам мас-медіа, намагаються відповісти і соціологи масової комунікації, і фахівці з теорії журналізму» [15, с. 267].

Проте ситуація, коли не спрацьовують «інформаційні фільтри», або персона споживача продукції мас-медіа не готова до їх застосування, є досить поширеною.

Реципієнт мас-медійного дискурсу іноді втрачає особистісні можливості оцінки та переосмислення інформації, пропускаючи її не через «інформаційні фільтри» (тобто перевірену або додаткову інформацію), а лише керуючись переважаючими на той момент психологічними станами тривоги, страху тощо. У такій стресовій ситуації знижується відчуття реальності, а «міфологізація» інформації стає впливовішою. Поки що немає цілісної стратегії боротьби з фейками та дезінформацією, що є складовими гібридної війни. Проте, усвідомлюючи структуру і можливості системи, що використовує подібні інструменти, можна запобігати втручанням у свідомість як окре-

мого реципієнта мас-медійного простору, так і окремих груп і спільнот.

Поступово ресурси «антиправди» вичерпуються. Російська пропаганда з кожним днем використовує дедалі спрощеніші методи впливу на масову свідомість [20]. Традиційно використовуються прийоми навіювання, дифамації, до альтернативних інтерпретацій додаються підміна та перекручування фактів, створення фейків, неіснуючих подій тощо. Використання нових технологій полегшує створення візуальних ефектів, монтаж різноманітного відеоматеріалу, відзнятого у різних місцях, з іншими учасниками, які потім «продаються» за ту саму подію.

В умовах гібридної війни все більш активно розгортається боротьба за домінування на «арені» маніпуляцій. Уніфікація і примітивізація інформації також є певним бар'єром розвитку як на особистісному, так і на рівні спільнот (співтовариств) та соціальних груп. Якщо людина як соціальний індивід постійно аналізує власний повсякденний досвід, визначає для себе смисл і значення життєвих цінностей, тоді в такого індивіда виробляються стійкі уявлення, що породжені соціальними умовами та пов'язані безпосередньо з його картиною світу, цінностями та сферою діяльності. Проте відмова або максимальне «спрощення «орієнтації на аудиторію», її інтереси, інтелектуальні запити тощо до прямого пропагування, а також порушення принципів журналістики – вже давно перетворили тоталітарні російські медіа на «пропагандистську помийку» [19, с. 63].

Висновки. Експансія російської пропаганди, спрямованої на виправдання агресії проти України у російських мас-медіа, є прикладом навмисного викривлення інформації та підризу довіри до будь-яких джерел масової інформації. Витіснення з медіапростору всіх мовників, крім «дозволених» і «санкціонованих» владою, виправдання у російських мас-медіа самого факту агресії проти сусідньої мирної країни не тільки порушує всі загальноприйняті стандарти світової журналістики, але й стає причиною безглуздої віри російського населення у будь-які міфи, нав'язані пропагандистами путінського режиму.

Серед причин такого становища у спотвореній масовій свідомості країни-агресорки можна назвати втрату або часткову втрату автентичності її громадянами, що призводить до стирання психологічно визначених граней тих властивостей людського розуму, що спрямовані на вміння аналізувати зміст інформації, співставляти її з фактами та продукувати власні результати такого аналізу. Можна дійти висновку, що перебування у полі «антиправди» більшості російського населення призводить до нехтування цінностями (зокрема, приниження цінностей попередніх поколінь); узвича-

ення проявів агресії на екрані та їх схвалення (зокрема, щодо сцен насильства); введення в оману з метою досягнення політичного зиску; а також спричиняє лояльне ставлення до спотворених фактів, виховує профанне ставлення до вічних цінностей і вищих почуттів та поблагливе ставлення до приниження людської гідності на користь інтересів кланів: політичних, олігархічних, кримінальних, тощо. Результатом масштабного спотворення інформації та її викривлення російськими пропагандистськими мас-медіа є утворення так званої «псевдосвідомості» росіян, яка переважно оперує фейковими меседжами та негативними стереотипами.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бурд'є П. Влада журналістики / пер. з фр. *Незалежний культурологічний часопис «ї»*. Чис. 32. 2004. URL: http://www.ji.lviv.ua/n32texts/bourdieu1.htm#_edn9 (дата звернення: 11.07.23).
2. Бурд'є П. Практичний глудз. Київ : Український Центр духовної культури, 2003. 503 с.
3. Головаха Є.І. Соціологічна публіцистика. Київ : Ін-т соціології НАН України, 2001. 226 с.
4. Детектор медіа. 25 жовтня 2021р. MediaSapiens. Як перевіряти інформацію та не піддаватися впливу дезінформації. Правила StopFake та «Фільтр». URL: <https://ms.detector.media/trendi/post/28364/2021-10-25-yak-pereviraty-informatsiyu-ta-ne-piddavatysya-vplyvu-dezinformatsii-pravyla-stopfake-ta-filtr/> (дата звернення: 12.07.23).
5. Детектор медіа. 11 липня 2023 р. URL: <https://disinfo.detector.media/theme/tactics-and-tools> (дата звернення: 11.07.23)
6. Королько В.Г., Суська О.О. Соціопатерни війни: як медіапростір впливає на соціопсихологічні настрої суспільства. *Габітус. Науковий журнал з соціології та психології*. Вип. 41. 2022. С. 47–52.
7. Левкулич В. Вища освіта сучасності крізь призму концептуальних пріоритетів. *Міжнародний науковий журнал «Університети і лідерство»*. 2(12). 2021. С. 100–116.
8. Луман Н. Реальність мас-медіа. / За ред. Іванова В. та ін. Київ : ЦВП, 2010. 158 с.
9. Радіо Свобода. 1 березня 2021р. «А що якби наступником Єльцина став не Путін, а Борис Немцов?». URL: <https://www.radiosvoboda.org/a/yakbynastupnykom-yeltsyna-stav-nyemtsov/31127848.html> (дата звернення: 10.07.23).
10. Сорока Ю. Мова ворожнечі в перспективі соціології та культури. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2018. № 3. С. 25–46.
11. Соціологічні дослідження.(ВЦИОМ). URL: <https://news.ru/society/nazvany-regiony-rossii-s-samyimi-schastlivymi-zhitelyami/> (дата звернення: 10.07.23).
12. Соціологічні дослідження рівня щастя. (Gazeta.ru. 02 травня 2019 р.). URL: https://www.gazeta.ru/lifestyle/style/2019/05/a_12334993.shtml (дата звернення: 10.07.23).
13. Соціологічні дослідження. (Romir). URL: <https://adindex.ru/news/researches/2021/12/28/301322.phtml> (дата звернення: 10.07.23).
14. Суська О.О. Дезінформація та «мова ворожнечі» як втілення вульгаризації і профанації інформаційного простору. *Зб. статей і тез доповідей IX Всеукраїнськ. наук.-практ. конф. з міжнар. уч. «Розвиток основних напрямів соціогуманітарних наук: проблеми та перспективи» (м. Кам'янське, 9-10 червня 2022 р.)*. Кам'янське : ДДТУ, 2022. С. 290–297.
15. Суська О.О. Інформаційне поле персоніфікованого суб'єкта в медіапросторі сучасного суспільства : дис...докт. соціол. наук : 22.00.04 ; Київський національний університет імені Тараса Шевченка, 2020. 576 с.
16. Українська правда. Життя. 20 березня 2023 р. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2023/03/20/253419/> (дата звернення: 10.07.23).
17. Maskie D., Hamilton D.L. (Eds.) Affect, cognition, and stereotyping: Interactive processes in group perception. New York : Academic Press, 1993.
18. Peterson J. B. 12 Rules for Life: An Antidote to Chaos. Random House Canada, 2018.
19. Susska Olga. The problem of the exhaustion of “anti-truth” as a propaganda tool in mass media discourse [Суська Ольга. Проблема вичерпаності «антиправди» як інструмента пропаганди у дискурсі мас-медіа]. *European Political and Law Discourse*. 2022. Volume 9. Issue 5. P. 60–65.
20. Susska Olga, Chernii Liudmyla, Sukharevska Hanna. Media as a tool of manipulative technology of russian infoaggression in the ukrainian media space. *AD ALTA, Journal of Interdisciplinary Research*. Volume 12, Issue 1, Special Issue XXV. 2022. pp. 228–234.

СЕКЦІЯ 2

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

КОНСТРУКЦІЯ ТІЛА ТА МОРАЛЬНОЇ ПСИХІКИ В ПСИХОАНАЛІЗІ¹

CONSTRUCTION OF BODY AND MORAL PSYCHE IN PSYCHOANALYSIS

У статті конкретизовано психоаналітичні позиції конструювання тіла та моральної психіки людини. Теоретичний дискурс зосереджений в контексті аналізу історії людини та в історії психоаналізу як «впізнання себе в обличчі матері» (матір наділяє тіло дитини афективними та лібідинальними інвестиціями, які є основою первинних рис Я), «дитина перед дзеркалом» (диференціація власного відображення у дзеркалі символізує початок процесу ідентифікації) та «З. Фройд перед дзеркалом» (ставлення людини до старості та постарілого тіла спрямовує життєву активність до близькості смерті та актуалізує анімістичні образи витіснених дитячих комплексів та подоланих первісних вірувань). Також зазначено про необхідність врахування фаз статевого дозрівання та дорослості, які призводять до тілесних змін, втрат та набуття досвіду. Розглянуто положення щодо засвоєння тілом досвіду в проекті наукової психології З. Фрейда, в якому психоаналітик розглядає функціонування нейронної сітки як термодинамічну модель, яка відповідає за виникнення збуджень, асоціацій та патернів поведінки, які є залежними від переживання задоволення засобом розрядки. Процес гальмування розрядки відбувається за допомогою вторинних психічних процесів, які транслюють еґо-рівень свідомості (моралі). У фрейдівському дискурсі саме моральний рівень психіки пояснює, чому тіло може бути не тільки об'єктом задоволення, але й об'єктом страждання, туги чи сорому. Визначено, що конструкт тіла є базовим субстратом людською життєдіяльністю, що містить внутрішню тілесність як вісцеральну сукупність органічних процесів, та зовнішню тілесність, оформлену в «образ тіла». Зазначено, що конструкція тіла формується у відповідності із історичними факторами суб'єктивності. Конкретизовано загальний алгоритм конструювання тіла у психотерапевтичній і клінічній практиці через інтерпретацію тіла як біо-нейро-психотворення, в якому об'єднані внутрішні та зовнішні чинники узгодженої активності та наближення до ідеалу здоров'я, краси та досконалості.

Ключові слова: образ тіла, моральна психіка, «впізнання себе в обличчі матері»,

«дитина перед дзеркалом», «З. Фройд перед дзеркалом».

The article specifies psychoanalytical positions on the construction of the human body and moral psyche. The theoretical discourse is focused in the context of the analysis of human history and in the history of psychoanalysis as "self-recognition in the mother's face" (the mother endows the child's body with affective and libidinal investments, which are the basis of the primary features of the self), «the child in front of the mirror» (the differentiation of one's own reflection in the mirror symbolizes the beginning of the identification process) and "Z. Freud in front of the mirror" (a person's attitude to old age and an aged body directs vital activity to the proximity of death and actualizes animistic images of repressed childhood complexes and overcome primitive beliefs). It is also mentioned the need to take into account the phases of puberty and adulthood, which lead to bodily changes, losses, and the acquisition of experience. The position regarding the assimilation of experience by the body in the project of Z. Freud's scientific psychology is considered, in which the psychoanalyst considers the functioning of the neural network as a thermodynamic model that is responsible for the emergence of excitations, associations and patterns of behaviour that are dependent on experiencing pleasure as a means of relief. The process of inhibition of discharge occurs with the help of secondary mental processes that translate the ego-level of consciousness (morality). In Freudian discourse, it is the moral level of the psyche that explains why the body can be not only an object of pleasure, but also an object of suffering, longing, or shame. It was determined that the body structure is the basic substrate of human life, containing internal corporeality as a visceral set of organic processes, and external corporeality framed in the "body image". It is noted that the construction of the body is formed in accordance with the historical factors of subjectivity. The general algorithm of body construction in psychotherapeutic and clinical practice is specified through the interpretation of the body as a bio-neuro-psycho-formation, which combines internal and external factors of coordinated activity and approach to the ideal of health, beauty and perfection.

Key words: body image, moral psyche, "self-recognition in mother's face", "child in front of the mirror", "Z. Freud in front of the mirror".

УДК 159.964.21
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.7>

Вірна Ж.П.
д.психол.н.,
професор кафедри педагогічної
та вікової психології
Волинський національний університет
імені Лесі Українки

¹ Подяка Папському католицькому університету Парани (PUCPR) (м. Курітіба, Бразилія) за сприяння проведенню дослідження.

Постановка проблеми. Життя людини розпочинається з її біологічного тіла, яке проходить довгий шлях від народження до смерті. У цьому проміжку від народження до смерті, саме біологічне тіло, окрім того, що відповідає за біологічні функції людини, ще й повинно утворити себе. Тобто конституція тіла знаходиться в постійному процесі розвитку, який зазвичай піддається змінам і спостереженню, й, за необхідності й конструюванню. Недарма в свій час З. Фройд наголошував, що «Я – це насамперед тілесне Я, яке є не просто поверхневою сутністю, а проекцією цієї поверхні» (переклад з порт. мови мій – Ж.П.) [18, с. 40]. Така психоаналітична позиція дуже добре пояснює зміст відображення способу соціального функціонування людини. Тобто проекціями поверхні тіла можна вважати будь-які тілесні модифікації як дії індивідуума, які санкціонуються ним або засобом певного групового пакту і соціального зв'язку над його тілом, з наміром перетворити його в остаточний матеріальний факт споглядання.

Йдеться про різноманітні тілесні втручання, які навіть схвалюються медициною, як-от силіконові імпланти, дієти та інші наукові процедури, які проводяться за підтримки офіційної медичної науки, а також різноманітні радикальні форми тілесного втручання, як-от: самобичування (самобиття), яке розглядається як випробування з метою возвеличення і піднесення людини; жертвопринесення, голодування, які передбачають анулювання суб'єкта у вірі задля спасіння людства чи то відпущення гріхів, і, навіть, в останню спробу існування через страждання; тіло як розвага для насолоди публіки (змішані бойові мистецтва) та як професія в проституції; татування, коли тіло отримує нову шкіру, яка обирається її власником з конкретним надписом; пірсинг з проколюванням шкіри та зміна форми тіла шляхом введення металів різноманітних форматів і розмірів; патологічне ожиріння і анорексія як варіанти приховування нестерпної нестачі стану «людського буття» у його життєстверджувальних вимірах.

Запропонований контекст проблеми конструювання тіла і моральної психіки цікавий й тим, що в умовах війни сьогодення, у психологічній практиці усе частіше приходиться стикатися із клієнтами (комбатанти, цивільні дорослі громадяни і діти), які пройшли полон і катування, що пов'язане із тілесним подоланням фізичних тортур. Проте який формат становлення духовної незалежності по відношенню до матеріального тіла полонених, які пережили біль і знемогу у жахливих модальностях тортур, та механізм досягнення мети перемоги у цьому протистоянні, потребує свого вивчення не тільки в межах клінічної психології, але й в межах психотерапевтичної практики вра-

хування інфантильного травматичного досвіду у переживанні посттравматичного стресового розладу людини. Про це неодноразово підкреслювалося в останніх працях Н. Барінової, А. Булана, П. Козира, О. Кочаряна, М. Маркової, А. Харченка та ін. [3; 6; 7 та ін.].

Визначивши усю проблемність заявленої проблеми конструювання тіла і моралі людини, спробуємо провести психоаналітичний аналіз із усіма можливими варіантами її інтерпретації.

Метою статті є теоретична експлікація конструкції тіла та моральної психіки людини у психоаналізі задля актуалізації проблеми тіла у психотерапевтичній і клінічній практиці та сучасній культурі.

Аналіз попередніх досліджень. Заявлена проблема має широкий прояв в соціальних перетвореннях, тому основний масив наукових доробок зосереджений у працях соціологів, філософів та соціальних психологів, які окреслювали специфіку тілесної репрезентації тіла людини в соціумі [5; 11; 13 та ін.]. У роботах М. Гайдеггера спосіб людського буття описаний у характеристиці створювання (конфігурації) себе, іншої людини і світу, в якому живе людина [5]. Г. Деборг у своїй фундаментальній праці «Суспільство спектаклю» постійно підкреслював, що хоча тіло за своєю будовою є нестійкою і постійно мутуючою структурою, саме у тілі інтегровані усі турботи суб'єкта щодо досягнення ідеального образу тіла за параметрами краси, фізіології чи то здоров'я [13]. Дж. Бірман, наголошуючи на суб'єктивний зв'язок життя людини із способом виробництва, виокремлює динамічну цінність зовнішності та егоцентричності людини [11].

На сьогоднішній день біологічне тіло людини найкращим чином описано у нейрофізіологічному феномені «мозкового суб'єкту», в якому увібрано досягнення молекулярної біології, картування геному людини, технології клонування та допоміжної репродукції, виробництво нових ліків тощо [15]. А психоаналітичне тіло потягу презентоване переважно у психоаналітичних доробках З. Фрейда і Ж. Лакана. До фрейдівських пропедевтичних конструктивів вивчення психоаналітичного тіла належать положення про: зв'язок тілесного в людині із потягами (лібідо, скопічний потяг тощо), сексуальне задоволення на стадіях дозрівання (Едіпов комплекс і комплекс Електри тощо); ерогенізацію зон і органів людини (мастурбація, генітальна логіка тощо) [20]. Ж. Лакан пропонує модель психічного у вигляді «боромеева вузла» (уявлюване, символічне і реальне) та двофазне становлення психіки (зеркальне і едіпове), пояснення яких робить тілесне людини недосконалим, тобто тіло набуває свою ерогенність із визначеністю ерогенної функції [21]. Ідеї Фрейда і Лакана знайшли своє продовження у працях С. Леклер, П. Меллі,

М. Фернандес та ін., які й склали фундамент для узагальнення проблеми конструкції тіла і моральної психіки [17; 24; 27 та ін.].

Результати. Розпочинаючи теоретичний дискурс зазначеної проблеми, зазначимо, що класично роль тіла в конституції особистості, розглядають в межах індивідуальної історії людини та в історії психоаналізу в контексті: 1. Впізнання себе в обличчі матері; 2. Дитина перед дзеркалом; 3. З. Фройд перед дзеркалом [12]. Тому пропонуємо в аналізі опрацьованих джерел дотримуватися саме цієї логіки інтерпретації соціально-психологічних та психофізіологічних дискусій про тіло в психоаналізі.

Контекст *впізнання себе в обличчі матері* добре описаний в психоаналітичних працях М. Кляйн, Дж. Боулбі, Д. Віннікота, М. Малер тощо, загальним твердженням яких можна вважати положення про те, що новонароджена дитина спочатку не розрізняє меж власного тіла, тому що її внутрішні і зовнішні відчуття переплутані; поступово вона визначає поверхню свого тіла, його внутрішній зміст, і вибудовує свою схему і образ тіла; саме у цій прогресивній конструкції Я дитини вміщується дві протилежності – образ самої себе і образ іншої людини (матері) [2]. Мати або людина, яка турбується за дитину, стає її об'єктом: при смоктанні грудей немовля дивиться в обличчя тієї, яка його кормить, і, за словами Д. Віннікота, «в ній бачить самого себе» [31], і лише з часом поступово починає розуміти, що коли дивиться на неї, то бачить обличчя матері, тобто мати повертає немовляті власне «я» і дитина стає менш залежною від повернення свого «я» з обличчя матері і батька.

Загалом зв'язок між матір'ю і дитиною встановлюється з моменту зачаття, і майбутня мати приписує своїй дитині уявлюване тіло, яке наділяє афективними та лібідинальними інвестиціями (первинні риси Я). З. Фройд постійно наголошував, що тілесне дитини як складова Его поступово диференціюється від Воно через часткові потяги, які першопочатково спрямовані на саме тіло, тобто є аутоеротичними, а згодом стають нарцистичними, тобто спрямованими на Его. «Его – це частина Воно, яка змінена зовнішнім впливом, ... але вони не розділені різко, є «невідома і безсвідома» частина самості, яка певним чином «зберігається і може бути знову винайдена», тобто може повернутися» [18]. Також слід пам'ятати, що конструювання Я, поряд із диференціацією Воно, роль ідентифікацій має першопочаткове значення. В примітивній оральній фазі вони невідмінні від об'єктних вкладень, крім того що вони є найбільш загальними і довготривалими. Втрачений об'єкт знову інсталюється в Я, але при цьому, інвестиції замінюються ідентифікацією.

Контекст *дитини перед дзеркалом* добре пояснює початок процесу ідентифікації, який спочатку ретельно представлений у однойменній «пробі дзеркала» А. Валлона, а з часом розвинутий у психоаналітичному описі «стадії дзеркала» Ж. Лакана. Так А. Валлон називає «пробою дзеркала» досвід, в ході якого дитина, розташована перед дзеркалом, поступово починає відрізняти своє власне тіло від свого образу відображення, а потім поступово трансформувати власний образ відображення у символічний образ [30]. Описуючи побудову образу тіла, Ж. Лакан вводить «стадію дзеркала» як психічний момент еволюції людини в межах між 6-ма і 18-тю місяцями життя, протягом якого дитина передбачає оволодіння своєю тілесною одиницею через впізнання собі подібної та сприйняття власного відображення у дзеркалі. Тобто ця стадія це така собі специфічна демаркація себе через процес ідентифікації з іншим [22]. Маленька дитина, дивлячись в дзеркало, спочатку бачить когось іншого, і вже через секунду вона розуміє, що це ж вона, тим самим створюючи гру чергування себе й іншого. У цей період З. Фройд наполягає звернути увагу на так звану «тривогу восьмого місяця», коли немовля плаче та виражає своє незадоволення, якщо побачить незнайоме обличчя, а саме не схоже на обличчя матері [18]. Цей період виявлення власного тіла перед дзеркалом демонструє помітну еволюцію конституції суб'єкта через виникнення напруження між ідентифікацією та проекцією, а також можливість виникнення нарцисизма (яку, до речі, З. Фрейд вважав нормальною стадією сексуальної еволюції) як ставлення, що виникає в результаті переносу на Его суб'єкта лібідинальних вкладень (аутоеротизм), які раніше були спрямовані на об'єкти зовнішнього світу (об'єктна любов). Варто відзначити, що неповноцінне дитяче дозрівання веде за собою травми, які супроводжують людину протягом усього життя. У статті, присвяченій феномену емоційної резистентності в дискурсі психоаналітичного знання, систематизовано основні наслідки дитячої травматизації, як-от: реалізація неефективних захисних механізмів, регрес на більш ранню стадію психосексуального розвитку, ідентифікація з фігурою агресора, регрес на рівень функціонування архаїчних проявів Супер-Его, автоматизація Его, ремобілізація інфантильних імпульсів, виникнення деструктивних змін в структурі ідеального «Я». Сама травма, при цьому, є також і певним тригерним механізмом, який провокує актуалізацію інфантильних конфліктів [4].

Розглядаючи контекст *Фрейда перед дзеркалом*, актуалізуємо аспект ставлення людини до старості і відповідно до постарілого тіла. Метафоричність контексту пов'язана із авто-

біографічними екзистенціями самого Фрейда, описані у його тексті «Незнайомець», який побачив світ у 1919 році (Фрейду було на цей час 63 роки), де він розповідає про епізод, в якому мандруючи потягом, в купе спального вагона від поштовху відкрились двері туалету і «зайшов джентльмен похилого віку в халаті і дорожній кепці». Він піднявся, щоб вказати на помилку цієї людини, а потім із здивуванням зрозумів, що незваний гість був його власним відображенням у дзеркалі відкритих дверей. Автор зазначає, що він був охоплений сильними емоціями, адже йому не сподобалась його зовнішність, він злякався свого «дивного двійника» [19]. Саме тут Фрейд наголошує на переживанні людиною страху і жаху від самої себе, тобто сприйняття себе не тільки з боку естетики як щось «прекрасне», «привабливе» і «піднесене», але й боку того, що викликає «відразу» й «засмучення». Він переконаний, що в житті людини настає той момент, коли вона переживає «відоме, старе і знайоме» як «дивне і лякаюче». «Кожен із нас пройде цей індивідуальний етап розвитку, що відповідає цій анімістичній стадії примітивних людей, ніхто не минув цю фазу без збереження залишків і слідів, які ще здатні проявити себе, і що все, що зараз ще нас дивує як «незнайомець» задовольняє умову торкання тих залишків анімістичної психічної діяльності всередині нас, з часом дасть їм вираження». (переклад з порт. мови мій – Ж.П.) [19, с. 33]. Прикладами анімістичної психічної діяльності для нього є дитячі комплекси, які в певний час були репресовані і витіснені, або це первісні вірування, які були подолані. Таким чином, «двійник» на цій стадії життя (зрілості або старості) контрастує з двійником на стадії дзеркала: тіло, яке передусім є джерелом насолоди і радості в певний момент стає об'єктом жаху, безпорадності і тим, що робить роковий натяк на смерть. Образ постарілого тіла відправляє до кастрації, до близькості кінця, до швидкої смерті. І в цей час якийсь обмін вже не можливий, адже у людини більше немає ресурсу стати кимось іншим. Однак у реальному світі завжди є уявлювана можливість, яка дає змогу побачити себе таким, яким хотілося б та ідентифікувати та полюбити себе в цьому світі.

Запропонований психоаналітичний дискурс конструкції тіла охоплює оригінальні дослідження сучасної психології, які підтверджують, що конструкт тіла є базовим субстратом людської життєдіяльності, і не тому, що тіло це не тільки біологічна характеристика, але й тому, що тіло має зовнішню і внутрішню тілесність, що у комплексі складають тілесно-соціальне, або точніше сказати, моральне утворення [16; 25; 26; 28; 29 та ін.].

Тіло, і передусім його поверхня, є місцем, від якого виходять зовнішні і внутрішні

відчуття: дотик, звуки, внутрішні та пропріоцептивні відчуття, відчуття болю, які повідомляють про внутрішні органи. При цьому зір відіграє особливу роль. Насамперед, зір дає змогу пізнати іншого і пізнати себе, визначити контури різних частин тіл, і тільки, дивлячись у дзеркало, можна впізнати своє обличчя. Саме за допомогою погляду створюється образ самого себе, дзеркальний образ, створений актом бачення себе у дзеркалі, споглядання і погляду іншої людини. Кожен образ сам по собі дуже оманливий, скороминучий, ілюзорний. Окрім того, наше уявлення про самих себе – наш образ – наше уявлення про світ відображають нашу точку погляду. У будь-якому випадку наше тіло «завдяки власним інтенціям і зусиллям у суперечливій єдності з психічною активністю соціалізується, окультурюється, унормовується, а також індивідуалізується і розвивається, стає (чи не стає) таким, яким його хоче мати його господар, а не тільки соціум» [8, с. 88].

Онтогенез людського тіла завжди відбувається у безпосередньому зв'язку із оточуючим середовищем. Але постає питання – як тіло реєструє та засвоює досвід? Відповідь на це питання віднаходимо у проєкті наукової психології З. Фрейда, в якому він представляє нейронну сітку, поділену на три системи, та передбачає певні уявлення про зв'язки між нейронами, які є важливими для нейронауки двадцятого століття. На думку З. Фрейда, нейрон є матеріальною опорою і складовим елементом психічного апарата, який є провідником і акумулятором енергії, в залежності від системи, до якої він належить. Від контакту організму з оточуючим середовищем нейрони будуть згруповані у такі три системи як ψ -система, ϕ -система і ω -система. Енергію, яка циркулює, трансформується та розряджається, З. Фрейд називає Q (або Q_n для позначення міжклітинної енергії або енергії, що надходить зсередини самого тіла). Контактні бар'єри між нейронами, що роблять їх проникними і непроникними, регулюють проходження Q та фактично й є основним механізмом пам'яті як здатності нервової тканини постійно модифікуватися: якщо величина опору контактного бар'єру більше Q, то нейрони непроникні та зберігають збудження і формують пам'ять, і, навпаки, якщо величина опору контактного бар'єру менше Q, то нейрони проникні і беруть участь в тільки в процесах сприйняття. Фактично все, що відбувається з людиною протягом її дозрівання, відбувається завдяки складній нейронній сітці: система ϕ неперервно отримує і вловлює збудження (Q) від зовнішнього середовища тіла; охоплені стимули розповсюджуються через ϕ , досягають системи ψ і ω , де вони викликають відчуття [32].

Власне кажучи, функціонування системи нейронів утворює специфічну термодинамічну

модель, яка відповідає за психічні процеси – це складно інтегрована нейронна сітка з більш менш інтенсивними асоціаціями в залежності від збуджень, отриманих із зовнішнього середовища або із середини тіла. Завдяки асоціаціям між нейронами і Q-шляхів в нейронній системі виникають певні патерни, які мають тенденцію повторюватися за умови однотипових збуджень, викликаючи *переживання задоволення* засобом *розрядки*. А коли стан потреби виникає знову, то з'являється психічний імпульс, який реінвестує мнемонічні образи об'єкта (в перші роки життя для дитини це є люди (переважно матір), які є відповідальні за її догляд), щоб отримати першопочаткове задоволення. З часом ці образи ускладнюються, і дитина починає користуватися двома образами пам'яті (перший знаходиться в об'єкті задоволення, а другий у розрядці певною дією). Коли стан імпульсу або бажання з'являється знову, життєво важливі інвестиції автоматично переходять до двох образів пам'яті, реактивуючи їх. Але цим процес організації психічного відображення не обмежується. Слідуючи фрейдівському дискурсу, завжди слід брати до уваги так звану «організацію» нейронів в -системі, які відповідають за гальмування розрядки Q за умови відсутності об'єкта на основі інформації, яка надходить із -системи (вторинні психічні процеси) і транслює знаки реальності (*его-рівень свідомості*). Саме цей рівень моральної психіки й є відповідальним у конструюванні тіла. Его-організація утворюється із зв'язків, які обмежують або перешкоджають вільному протіканню збуджень і мають тенденцію повторення, тобто людське тіло, переживаючи збудження, починає ідентифікувати патерни нейронних зв'язків і робити свій вибір. Тіло може бути як об'єктом задоволення, так й об'єктом страждання, туги або сорому. Також часто внутрішнє уявлення людського тіла, тобто образу тіла та образу, який подається дзеркалом, не співпадає. І поступово тіло починає транслювати конфлікт, тому що воно перетворилося в симптом. Переважно гармонія тіла порушується зовнішнім агентом, які проникає через захист тіла (або розуму), як фізична сила, що викликає травми, поранення, переломи тощо, хімічна речовина, джерело інфекції, зародок чи то психологічна травма. На користь сказаного можна навести такі останнім часом актуальні дослідження, в яких оцінюється зв'язок сорому за образ тіла із стурбованістю з приводу зовнішнього вигляду та психічним благополуччям [1; 9; 10 та ін.]. Такі специфічні способи психічного реагування на власне тіло обов'язково пов'язані зв'язком з мовленнєвою реальністю людини і демонструють, на думку Ж. Лакана, такі три варіанти психічних структур та їх характерних

ресурсів як невроз / симптом, психоз / маячня та перверсія / фетиш [23].

Виходить так, що, з одного боку, тіло являє собою вісцеральну сукупність, в якому відбуваються органічні процеси («схема тіла»), а з другого боку, це психічні уявлення («образ тіла»), які сприймаються як суб'єктом, так й іншими, хто його бачать. Якщо схема тіла є однаковою для усіх особин людського роду, то образ тіла є специфічним для кожного конкретного випадку, і залежним від типу лібідозних відносин [14]. У фрейдівському дискурсі, тіло, щоб стати Я, а потім суб'єктом, потрібно бажати: спочатку матерів, потім собі та іншому [20]. Д. Віннікот також підкреслював впливовість середовища в конституції особистості, і, особливо роль батьків в процесі дорослішання дитини, адже у їх спільній грі як автономній діяльності, починає вироблятися смисл [31]. На думку засновника селф-психології Х. Кохута, людина, пройшовши процес інтерналізації із селфоб'єктами, виробляє так звані полюси «селф» – дзеркальний, ідеальний та альтер-полюс, які з'єднані між собою «електричною дугою» базових навичок і талантів, за допомогою яких індивід набуває життєвий баланс і сенс життя [2].

Завершуючи психоаналітичний екскурс в проблему конструкції тіла і моральної психіки людини, хотілося б наголосити, що людське тіло завжди є видимим і відчутним, а його моральне наповнення є базовим орієнтиром «окультування тіла» (за В. Татенком), що наповнює життя людини онтичними диспозиціями «тілесне-для-себе», «тілесне-для-мене» та «тілесне-для-інших». Конструкція тіла відбувається у відповідності з історичними факторами суб'єктивності, які підтверджують або змінюють теологію тіла: психо-соматичний вимір засобом теологічного функціонування завжди знаходиться в пошуку організації, спрямованої на розрядку потягів. Також не слід забувати, що коли людина сприймає своє власне тіло або його частини, вона проектує ці образи на інші тіла. Ось чому насправді важко сказати, яке тіло ми сприймає першим – своє чи чуже. Звідси можна пояснити психологічний зміст іміджу як соціального феномену людини. Окрім побудови свого іміджу, людина може й зруйнувати образ свого тіла засобом постійного пошуку ідеального тіла, як-от перманентні пластики, татуювання, пірсинги тощо.

Загальним алгоритмом конструювання тіла у психотерапевтичній і клінічній практиці, є, на нашу думку, психоаналітична позиція інтерпретації тіла як біо-нейро-психо-утворення із обов'язковим врахуванням положень: тіло – це суб'єктивний досвід людини, який набувається з народження в системі об'єктних відносин з оточуючими (особливо з матір'ю); усвідомлення власного тіла пов'язане із емо-

ціями та почуттями людини про саму себе (те, як ми відчуваємо та думаємо про своє тіло, впливає загалом на сприйняття світу); аспекти тілесного досвіду формуються в оцінках інших людей, в спілкуванні, в автобіографічних спогадах та реакції на них («очі іншої людини» стають власними «очима пам'яті»); психологічна конструкція тіла не фіксована і не статична, вона постійно змінюється, тому що соціально детермінована (людське тіло залежить від вимог соціуму і постійно прагне до гомеостазу). Цей алгоритм підтверджує, що конструкція тіла і моральної психіки людини є матеріальним і одночасно символічним феноменом.

Висновки. Презентований матеріал дає змогу доповнити психоаналітичний матеріал щодо конструювання тіла в авторській систематизації матеріалу задля цілісного уявлення про функціонування тіла як біо-нейро-психо-утворення, в якому об'єднані внутрішні та зовнішні чинники узгодженої активності та наближення до ідеалу краси та досконалості. Акт конструювання психоаналітичних дискурсів щодо тіла призводить до знаходження образів, які пронизують нас із самого народження з метою задоволення різноманітних соціальних кореляцій життя. Тобто саме психоаналітичний дискурс приводить до усвідомлення, що конструкція тіла і моральної свідомості складають цілісність людини в її фізичних, розумових, емоційних настановах Я. І така тотальність, охоплюючи психоаналітичні знання вчених та власний спосіб розуміння його смислу, сприяє розширенню методології вивчення зазначеного феномену.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абсаямова Л.М. Образ тіла як психологічний чинник порушень харчової поведінки. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди*. 2017. № 56. 9–18. URL: <http://journals.hnpu.edu.ua/index.php/psychology/article/view/16>.
2. Багрій Я. Психоаналіз. Київ : ДП «Видавничий дім «Персонал», 2016. 138 с. URL: <https://maup.com.ua/assets/files/lib/book/psichoanaliz.pdf>.
3. Булан А.А. Психоемоційні стани комбатантів в умовах бойових дій. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. 2015. № 4(29). С. 9–12. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/229858285.pdf>.
4. Волков К., Вірна Ж. Феномен емоційної резистентності в дискурсі психоаналітичного знання. *Current aspects of the development of science and technology : collective monograph*. Sherman Oaks, California : GS Publishing Services, 2022. 223–236. URL: https://docs.google.com/viewer?docex=1&url=https://www.eo.kiev.ua/resources/zmist/mono10/mono2022_10.pdf.
5. Гайдерґер М. Будувати, проживати, мислити. Харків : Фоліо, 1998. С. 313–332. URL: <http://www.ji.lviv.ua/ji-library/Vozniak/text-i-perek/kn3-heid1.htm>.
6. Кочарян О.С., Барінова Н.В., Харченко А.О. Специфічність структури інфантильного травматич-

ного досвіду у демобілізованих учасників бойових дій в Україні з постстресовою психологічною дезадаптацією, що пережили різні типи інфантильних травм. *Психологічне консультування і психотерапія*, 2018. Т. 2. Вип. 9. С. 34–56. URL: <https://periodicals.karazin.ua/psychotherapy/article/view/11577/10992>.

7. Маркова М.В., Козира П.В. Постстресові дезадаптаційні стани на тлі соціальних змін : аналіз проблеми. *Медицина психологія*. 2015. № 1(37). С. 8–13. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mpsl_2015_10_1_4.

8. Татенко В. Психологія інтимного життя : монографія. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. 300 с.

9. Шебанова В., Яблонська Т. Вплив проблемної харчової поведінки на трансформації внутрішньої картини життєдіяльності. Соціальна ідентичність особистості в модернових умовах. Дніпро : Видавець Біла К.О., 2018. С. 257–289. URL: <http://dSPACE.ksu.kh.ua/handle/123456789/10008>.

10. Alvarenga M., Figueiredo M., Timerman F., Antonaccio C. *Nutrição Comportamental*. São Paulo, Brasil: Manole : 2019. 210 p.

11. Birman J. *As pulsões e seus destinos: do corporal ao psíquico*. Rio de Janeiro : Civilização Brasileira, 2009. 130 p. URL: https://lotuspsicanalise.com.br/biblioteca/Joel_Birman_As_pulsoes_e_seus_destinos_do_corporal_ao_psiquico_-_Colecao_Para_Ler_Freud.pdf.

12. Campos S. A imagem corporal e a constituição do eu. *Reverso*. 2007. V. 29. No 54. URL: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-73952007000100009&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt#Cor.

13. Debord G. *A sociedade do espetáculo*. Rio de Janeiro : Contraponto, 1997. 169 p. URL: <https://www.marxists.org/portugues/debord/1967/11/sociedade.pdf>.

14. Dolto F. *A imagem inconsciente do corpo*. Tradução: Noemi Moritz Kon e Marise Levy São Paulo: Perspectiva, 2017. 164 p.

15. Ehrenberg A. O sujeito cerebral. *Psicologia Clínica*. 2009. 21(1). 187–213. URL: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652009000100013.

16. Farias M.L., Cordeiro S.N. Narrativas de mulheres sobre o processo de envelhecimento feminino: reflexões a partir de uma perspectiva psicanalítica. *Psicologia Argumento*. 2023. 41(112). URL: <https://doi.org/10.7213/psicologum.41.112.AO06>.

17. Fernandes M.H. *Corpo*. São Paulo : Casa do Psicólogo, 2003. 175 p.

18. Freud S. O ego e o id (1923). *Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas*. V. 19. Rio de Janeiro : Imago, 1976. 1–66.

19. Freud S. O estranho. *Revista abosoes*. 2019. No. 10. URL: <file:///C:/Users/Lenovo/Downloads/42193-157127-1-PB.pdf>.

20. Freud S. Três ensaios sobre a teoria da sexualidade. *In Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud*. Rio de Janeiro : Imago. 1976. Vol. VII, 123–253.

21. Lacan J. Algumas reflexões sobre o eu. *In Psilacânise: Algumas reflexões sobre o espelho, por Jacques Lacan*. N.2. São Paulo : Clínica Freudiana, 1985.

22. Lacan J. O Seminário livro 11: os quatro conceitos fundamentais da psicanálise. Rio de Janeiro : Jorge Zahar, 1985. 273 p.

23. Lacan J. O seminário, livro 3 : As psicoses (1955–1956). Texto estabelecido por Jacques-Alain Miller. Rio de Janeiro : Zahar, 1992. 134 p.
24. Leclair S. O corpo erógeno. São Paulo : Escuta, 1992. 212 p.
25. Levyska I. Transformations of body image associated with impaired perception. *Fundamental and Applied Researches in Practice of Leading Scientific Schools*. 2019. 34(4), 39–46.
26. Lourenço G.O., Kobori E.T. A pandemia e o luto sob o olhar psicanalítico: Uma revisão de literatura. *Psicologia Argumento*, 2023. 41(113). URL: <https://doi.org/10.7213/psicolargum.41.113.AO06>.
27. Mielli P. Sobre as manipulações irreversíveis do corpo. Rio de Janeiro : Contracapa, 2002. 92 p.
28. Oliveira M. O sujeito, seu corpo e o adoecer. *Reverso*. 2021. V. 43. No. 82. 51–58. URL: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-73952021000200007&lng=pt&nrm=iso.
29. Pratima K., Bhavya B. Body Image Shame, Appearance Anxiety, and Mental Health Well-Being among Young Adults Victims of Body Shaming, *Youth Voice Journal*. 2022 ; ISSN (online): 2056–2969.
30. Wallon H. As origens do caráter na criança. São Paulo: Difusão Européia do Livro, 1971. 134 p. URL: <https://www.livrosgratis.com.br/ler-livro-online-115761/henri-wallon>.
31. Winnicott D.W. O uso de um objeto e o relacionamento através de identificações. In *Explorações psicanalíticas*. Porto Alegre: Artmed, 1994. 152 p.
32. Winograd M. Psicanálise, ciência cognitiva e neurociência: notas para uma interlocução sobre o corpo pensante. *Psyche*. 2006. Vol.10. No. 19. 179–195. URL: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-11382006000300012&lng=pt&nrm=iso.

МОДЕЛІ ІНТЕГРАЦІЇ ТЕОРЕТИЧНИХ НАДБАНЬ ПСИХОЛОГІЇ

MODELS OF INTEGRATION OF THEORETICAL ASSETS OF PSYCHOLOGY

У статті виокремлено кілька типів моделей інтеграції: моделі, що ґрунтуються на визначенні остаточного причинного пояснення, спроби побудови єдиної теорії; моделі, що спираються застосування методологічних інструментів інтеграції; плюралістично-діалогічні моделі; моделі, що ґрунтуються на інтегративному метатеоретизуванні. Охарактеризовано низку причин підвищеної уваги до інтегративного метатеоретизування. Значення метатеоретизування, специфічним предметом якого є теоретичні надбання науки, зокрема, в психології, визначається розрізненістю, суперечливістю та мінливістю психологічних знань. Наголошується на необхідності розробки інструментарію, який дав би змогу гармонізувати різні психогенетичні, психотехнічні та психотерапевтичні концепції. Метатеоретична структура має будуватися у термінах абстрактного узагальнення, спиратися на ідеальні конструкти. Фрагментація психологічної науки та практики багато в чому пов'язана з емпірично орієнтованим баченням психологічного знання. Для науки важливою є її теоретична основа, яка описує явища, пояснює їх і дозволяє обґрунтоване прогнозування. Велике значення мають концептуальні (ідеальні) моделі та методологічний інтегративний інструментарій, що розробляється на загальнонауковій основі. Психологія має багату традицію «великих» концептуальних підходів – психодинамічного, когнітивно-поведінкового, екзистенційно-гуманістичного та відповідних ідеальних конструктів. Теорії високого рівня узагальнення здатні пояснювати більше феноменів, ширшу реальність. Теорії середнього рівня грають важливу роль, забезпечуючи форми знання, близькі до конкретного емпіричного досвіду; їх слід охопити метатеоретичним інструментарієм, щоб отримати більш широку та детальну картину конкретної ділянки предметної галузі. Перспектива фасилітації інтеграційних процесів на метатеоретичному рівні можлива, зокрема, шляхом розвитку та вдосконалення інструментів інтеграції та створення загального багатовимірного теоретико-методологічного метапростору – матриці теорій.

Ключові слова: психологічне знання, метатеоретизування, інтеграція, методологічний інструментарій, психологічна наука, теорії середнього рівня, ідеальна модель, матриця теорій.

In the article, several types of integration models are distinguished: Several types of integration models are distinguished: models based on the determination of the final causal explanation, attempts to build a unified theory; models based on the application of methodological integration tools; pluralistic and dialogic models; models based on integrative metatheorizing. A number of reasons for increased attention to integrative metatheorizing are characterized. The value of metatheorizing, the specific subject of which is the theoretical acquisitions of science, in particular, in psychology, is determined by the diversity, contradictions and variability of psychological knowledge. The need to develop a toolkit that would make it possible to harmonize various psychogenetic, psychotechnical and psychotherapeutic concepts is emphasized. The metatheoretical structure should be built in terms of abstract generalization, based on ideal constructs. The fragmentation of psychological science and practice is largely related to an empirically oriented vision of psychological knowledge. For science, its theoretical basis is important, which describes the phenomena, explains them and allows reasonable forecasting. Conceptual (ideal) models and methodological integrative tools developed on a general scientific basis are of great importance. Psychology has a rich tradition of "big" conceptual approaches – psychodynamic, cognitive-behavioral, existential-humanistic and corresponding ideal constructs. Theories of a high level of generalization are able to explain more phenomena, a wider reality. Middle-level theories play an important role in providing forms of knowledge close to concrete empirical experience; they should be covered with a metatheoretical toolkit to get a broader and more detailed picture of a specific area of the subject area. The prospect of facilitating integration processes at the meta-theoretical level is possible, in particular, through the development and improvement of integration tools and the creation of a common multidimensional theoretical-methodological metaspace – the matrix of theories.

Key words: psychological knowledge, metatheorizing, integration, methodological tools, psychological science, middle-level theories, ideal model, matrix of theories.

УДК 159.9
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.8>

Завгородня О.В.

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

Постановка проблеми. За останнє століття психологія надзвичайно розширила свої зацікавлення, які охоплюють майже всі сфери життя. Зросли технології та досвід, специфічний для кожної галузі; відбулось певне відокремлення сфер одна від одної, у процесі спеціалізації. Сучасна психологія є сукупністю роз'єднаних галузей науки і практики з різними мовами, методами, способами поширення інформації. Діапазон визначень предмета психології коливається від вкрай суб'єктивістських, проблемних щодо верифікації, до вкрай об'єктивістських, що ведуть до редукції

і втрати специфіки психології. Це стає перепорою для розвитку психології та ефективного її використання. Важливими соціальними чинниками, що актуалізують інтеграцію психології, є глобалізація й широке включення психології в практику. Інформаційний обмін, потреби практики, необхідність розробки єдиних стандартів професії актуалізують пошуки загальнонаукового контексту психології, стимулюють як стихійні, так і цілеспрямовані інтеграційні процеси. Теоретичні надбання сучасної психології стають дедалі різноманітнішими. Все гострішою постає необхідність розробити інстру-

менти, які б дозволили узгоджувати різні психогенетичні, психотехнічні і психотерапевтичні концепції. Постає питання про наявні моделі процесу інтеграції та можливості їх реалізації.

За останнє століття психологія надзвичайно розширила коло своїх інтересів, охопивши практично всі сфери життя. Зросли технології та досвід, специфічні для кожної галузі; в процесі спеціалізації відбулося певне відокремлення сфер одна від одної. Сучасна психологія – це сукупність роз'єднаних галузей науки та практики з різними мовами, методами та способами поширення інформації. Діапазон визначень предмета психології коливається від вкрай суб'єктивних, проблематичних щодо верифікації до переважно об'єктивних, але таких, що призводять до редукції і втрати специфіки психології. Це стає перешкодою для розвитку психологічної науки та її ефективного використання. Важливими соціальними факторами, що актуалізують інтеграцію психології, є глобалізація та широке включення психології в практику. Інформаційний обмін, потреби практики, необхідність розробки єдиних стандартів професії актуалізують пошук загальнонаукового контексту психології, стимулюють як спонтанні, так і цілеспрямовані інтеграційні процеси. Теоретичні надбаня сучасної психології стають все більш різноманітними. Потреба в розробці засобів, які дали б змогу узгодити різні психогенетичні, психотехнічні та психотерапевтичні концепції, стає все більш актуальною. Постає питання про наявні моделі інтеграційного процесу та можливості їх реалізації.

Аналіз останніх досліджень. Для нашого дослідження важливими є праці, в яких проаналізовано проблематику інтеграції психологічного знання, зокрема, труднощі теоретичного об'єднання психологічної науки [1; 3; 4 та ін.], пропозиції різних стратегій, принципів та інструментів інтеграції [2; 4; 5; 7 та ін.], зокрема, в контексті інтегративного метатеоретизування [11; 12; 24 та ін.].

Мета дослідження – охарактеризувати наявні моделі інтеграції психологічного знання. **Методи дослідження** – аналіз дотичних до досліджуваної проблеми загальнонаукових, психологічних та інших інформаційних джерел; узагальнення, удосконалення теоретичних моделей.

Виклад основного матеріалу дослідження. Важливими соціальними чинниками, що актуалізують інтеграцію, є глобалізація й широке включення психології в практику. Інформаційний обмін, потреби практики, необхідність розробки єдиних стандартів професії актуалізують пошуки загальнонаукового контексту психології стимулюють як стихійні, так і цілеспрямовані інтеграційні процеси. Різноманітність теоретичних надбань психології зумов-

лює необхідність окреслення сучасних моделей процесу інтеграції та можливостей їх реалізації.

Можна виокремити кілька типів моделей інтеграції:

- моделі на основі визначення остаточного причинно-наслідкового пояснення, з якого можуть походити явища, спроби побудови єдиної теорії;
- моделі на основі застосування інтеграційного інструментарію;
- плюралістично-діалогічні моделі;
- моделі на основі побудови метатеоретичної каркаса.

На думку частини авторів, інтеграція психології вимагає, щоб психологічні теорії ґрунтувалися на загальній експлікативній структурі, подібній до тої, яку мають науки зі статусом парадигми. Інтеграція розглядається як пошук та визначення єдиного остаточного причинно-наслідкового механізму. Прикладом можуть бути концепції Н. Андерсона (інформаційна інтеграційна теорія), А. Staats а (психологічний бігевіоризм).

Моделі пошуку остаточного пояснення будуються на висхідній логіці формування знань, керованій емпіричними даними, і мають два варіанти. В одних випадках пропонується шукати основний експлікативний принцип поза психологічною наукою, в інших – в межах дисципліни. Наприклад, Ліклітер і Хонікат вважають, що еволюційна теорія є відповідною експлікативною структурою, на основі якої можна будувати єдину психологію [15]. Загарія, Андо і Зеннаро підкреслюють теоретичну хиткість психології та обґрунтовують ідею еволюційної теорії як об'єднуючої основи, яка дасть змогу психології вийти за межі допарадигмального стану (статус, який характеризується конфліктами між науковими школами-конкурентами, що перешкоджає розвитку справжньої об'єднувальної парадигми). Дослідники пропонують теоретичні основи еволюційної психології як найоптимальніші для побудови об'єднувальної загальнопсихологічної метатеорії та спроби вивести психологію за межі поточного допарадигмального стану [25]. Еволюційний підхід зазвичай асоціюється з біологічним редукціонізмом і детермінізмом (погляд, що біологія і генетика є самодостатніми для пояснення психологічного функціонування, дещо залишаючи осторонь культуру та соціальне середовище). Однак згідно з аргументами авторів, еволюційний підхід вирішує звичайну діалектику природи та виховання, оскільки гени «сліпі» до того, що є «вродженим» і тим, що «набутим у навчанні»: «Ми від природи обрані бути культурними. Водночас наше культурне життя має на нас біологічний вплив; ми культурно сформовані своєю природою» [25, р. 539].

Згідно з іншими дослідниками [9 та ін.], пошук експлікативної основи (остаточного

пояснення) принципово має відбуватися в межах психології, здійснюватися через поступове розширення експлікативної здатності конкретних теорій, їх трансформацію та розширення кола явищ, для яких початкова теорія спочатку була розроблена. В психології було зроблено численні спроби розширити деякі пояснювальні ідеї, що стосуються психічних функцій, до парадигматичної *експлікативної основи* для багатьох явищ.

Є підстави для сумнівів з приводу ідеї створення єдиної теорії на основі обрання найкращої з наявних теорій і відкидання інших. Розбіжності психологічних теорій сягають своїм корінням в різне розуміння сутності предмета психології, різне визначення наукового факту. Предмет психології перевизначається в ході її розвитку; з'являються нові погляди щодо поля дослідження; накопичуються і конкурують різні підходи, що мають різні системи понять й різні сфери застосування.

Однією з моделей інтеграції є *використання методологічних інтегративних інструментів* [2; 5]. Для інтеграції різних систем понять необхідний адекватний розроблений на загальнонауковій основі методологічний інструмент. Адекватність в цьому випадку означає те, що такий інструмент повинен давати можливість несуперечливо і без втрати змісту спочатку звести інтегровані системи понять до загальних для них концептів, а потім представити їх у інтегративній поняттєвій структурі. В.О. Медінцевим запропоновано поняття дескриптивної та прескриптивної інтеграції. Дескриптивна інтеграція – системне впорядкування фундаментальних ідей та психологічних підходів на основі визнаних критеріїв. Прескриптивна інтеграція – проведення нових досліджень із використанням інтегративних інструментів, розроблених на загальнонауковій основі. Класифіковано наявні інструменти інтеграції за їх методологічними ідеями та критерієм дескриптивності / прескриптивності. Виокремлено як найперспективніші ті інструменти, за допомогою яких досягне більш широке (за галузями і дисциплінами) і ґрунтовне (за деталізацією системи понять) охоплення психологічного знання. Показано можливість інтеграції теоретичних побудов на прикладі двох незалежно розроблених теорій інтелекту. Як можна було переконатися, майже всі компоненти цих теорій поняттєво відрізняються, при тому що описують ту саму предметну область досліджень – процеси мислення, – однак віднесені до різних (термінологічно і змістовно) їх складових. Як методологічний інструмент інтеграції був використаний розроблений Г.О. Баллом і В.О. Медінцевим *Теоретико-множинний метод опису процесів* (ТМ-метод). Метод призначений для опису процесів у будь-яких предметних областях досліджень, його можливості

були продемонстровані в низці публікацій [2; 6] Було продемонстровано придатність цього методу для інтеграції систем понять в одній предметній області [5].

Б.Л. Патерсон вважає, що метою інтеграції з позицій плюралізму є не створення єдиної теорії, що пояснює всі досліджувані явища, а скоріше, інтеграція спектру альтернативних теоретичних підходів для опрацювання дослідницької перспективи, ширшої, порівняно з тою, яку може забезпечити одна узагальнювальна теорія. Кожну з психологічних теорій, що мають власний понятійний апарат, термінологію та основоположення, важливо співвіднести одну з одною, здійснити критичне порівняння, посилити чіткість, визначити можливість інтеграції [16].

Одна з найактуальніших сучасних стратегій – інтегративне метатеоретизування; важливість його в психології зумовлена фрагментованістю, суперечливістю та варіативністю психологічного знання. Якщо предметом дослідження теорій є психологічні явища, то специфічним предметом метатеоретизування є самі теорії [24]. Можна виділити кілька причин підвищеної уваги до метатеоретизування. Однією з причин є відставання психології в концептуалізації психологічного феноменології, яка стрімко змінюється, тобто створюється розбіжність між теорією і мінливими явищами. Зміни психології людини, пов'язані з культурно-цивілізаційними трансформаціями, вимагають нових концептуалізацій, понять, методів, прийомів дослідження. Будь-яка теорія є відображенням певних аспектів буття, яке будується на основі певної системи понять, тобто кожна теорія опрацьовує певну власну мову. Відповідно, ще одна причина актуалізації метатеоретизування – це розходження мов теоретизування. Причиною підвищеної уваги до метатеоретизування також є WEIRD-проблема (проблема домінування у психологічній науці дослідників з країн WEIRD, тобто країн, які характеризуються як західні, освічені, промислово розвинуті, багаті і демократичні), вплив індигенної психології, емік-підходів, постколоніальних і гендерних досліджень; зазначені студії пропонують інший ракурс аналізу психологічної феноменології, пов'язаний з відмовою від універсалізації «психології євроамериканського білого чоловіка» і охоплення дослідженням психологічної «іншості» представників постколоніальних країн, меншин, людей різної ідентичності, різних рас, етносів, культур тощо. Розвиток нових інформаційних технологій в контексті психологічних досліджень і практики також стимулює інтерес до метатеоретизування.

Психологія має багату традицію «великих» концептуальних підходів – психодинамічного, когнітивно-поведінкового, екзистенційно-гу-

маністичного та відповідних ідеальних конструктів. Концептуалізація теоретичних надбань психології має відображати зв'язки між багатьма рівнями психологічних явищ, що дає змогу уточнити визначення провідних категорій психологічної науки, вважає Г. Хенрікес. На його думку [11], інтеграція може бути досягнута лише в тому випадку, якщо психологічна наука працюватиме як узгоджено організована сукупність знань. Важливою є узгодженість і взаємозбагачення теорій особистості, теорій розвитку, психогенезу, теорій клінічної психології (теорії девіацій, деформацій, розладів). Для цього, вважає дослідник, психології необхідний метатеоретичний фундамент, заснований на визначенні базових понять дисципліни – наприклад, «розум», «Я», «поведінка». Спробою досягти цього є запропонована ним нова епістемологія, яку він назвав системою «Дерево знань» (ДЗ) [12]. Система ДЗ відображає еволюцію складності когнітивних полів різних наук, пропонує нове бачення природи знання, що складається з чотирьох рівнів (матерія, життя, розум і культура); рівні відповідають існуванню чотирьох класів створіння природи (матеріальних об'єктів, організмів, тварин і людей) і чотирьох класів наук (фізичних, біологічних, психологічних і соціальних). Система створює основу для нового погляду на психологічну науку. Г. Хенрікес використовує систему ДЗ для визначення галузі досліджень психологічної науки у відношенні до інших наук і ставить психологію між біологією та соціологією. Вчений вважає, що сумісності конкуруючих теорій (наприклад, концепцій З. Фрейда і Б.Ф. Скіннера) можна досягти за допомогою системи дистанційного зондування. Зокрема, Г. Хенрікес демонструє низку неявних припущень, які поділяють дві теорії. Наприклад, три рівні поведінкових форм Б.Ф. Скіннера демонструють чітку відповідність структурним компонентам моделі З. Фрейда – Ід, Его та Суперего. Ці поняття, у свою чергу, чітко пов'язані зі складовими сучасної біопсихосоціальної моделі. З позицій системи ДЗ психологію слід вважати розташованою між центральними ідеями Б.Ф. Скіннера (на межі психології та біології) та З. Фрейда (на межі психології та соціальних наук); це створює метатеоретичну структуру, яка може поєднати основні теоретичні перспективи психології в єдине ціле. Ідеї Б.Ф. Скіннера поєднуються з когнітивною нейронаукою, спрямованою на розуміння генезису розуму в живих істотах. Ідеї З. Фрейда важливі для розуміння еволюційних змін, які сприяли формуванню людської культури. Психологія займає місце між біологією та соціальними науками, пов'язуючи життя з розумом знизу, а розум з культурою згори. Г. Хенрікес кваліфікує свій підхід як метапарадигмальний і використовує його

в низці досліджень, зокрема, щодо інтерпретації депресії [13].

На думку ряду дослідників (С. Сальваторе [17], А. Тоомела та Дж. Валсінер [22]), фрагментація психології відображає емпірично центроване бачення наукового знання. Таке бачення призводить до представлення психологічних конструктів у тісному зв'язку з досвідом, щоб зробити їхнє значення самоочевидним. Абстрактні конструкції не визначаються на основі конкретних профілів емпіричних характеристик, однак вони є інструментом для інтерпретації емпіричних даних у багатьох областях. Абстрактні конструкції є ефективними та застосовними для концептуалізації різноманітних явищ, які дуже відрізняються один від одного з емпіричної точки зору. На думку С. Сальваторе [17; 18], щоб подолати роздробленість психології, необхідно заново відкрити, переосмислити роль ідеальних конструктів. Психологічна наука має перейти від поширеного екстенсивного методу визначення своїх понять до інтенсивного. Екстенсивне визначення ґрунтується на зв'язку конструкту з означеною частиною реальності, з конкретними емпіричними явищами; таке визначення є описом або операцією вимірювання конструкції. Екстенсивні визначення не можуть забезпечити єдине значення понять, оскільки вони не можуть уникнути залежності від емпіричного контексту. Навпаки, інтенсивне визначення складається з карти семантичних зв'язків, які конструкт підтримує з іншими конструктами в теоретичній структурі. Значення таких конструктів не полягає в посиланні на емпіричні явища – скоріше, це категорія, визначена в теорії, яка потім використовується для моделювання реальності. Такі психологічні конструкти (наприклад, гештальт і та його завершення; асиміляція, акомодация, медіація, модерація та інші) визначені на засадах і в термінах теорії. Інтенсивні визначення основних психологічних понять мають бути зроблені на високому рівні узагальнення, вони потенційно можуть забезпечити єдине значення понять, оскільки не мають залежності від емпіричного контексту [14].

Отже, метатеоретична структура має будуватися в термінах абстрактного узагальнення, спиратися на ідеальні концепти. З метою інтеграції важливо працювати з ідеальними конструктами на рівні метатеоретизування, не ігноруючи при цьому, звичайно, концепції середнього рівня, які відіграють важливу роль, забезпечуючи форми знання, близькі до конкретного емпіричного досвіду; концепції середнього рівня слід охопити метатеоретичним інструментарієм, щоб отримати ширшу та докладнішу картину конкретної предметної галузі. Ідеальні конструкти порівнюються із спостережуваною реальністю в різних досвідних

сферах. Таке співвіднесення з реальністю та забезпечення зворотного зв'язку сприяє вдосконаленню теорій високого рівня узагальнення.

Висновки з проведеного дослідження. Концептуально-теоретичне різноманіття в сучасній психології зумовлює необхідність вводити в проблемне поле науки засоби конструювання психологічного знання, схеми предметної області науки, багатовимірні моделі, здатні репрезентувати психологічну феноменологію у якнайширшому культурному контексті. Для підготовки та сприяння інтеграції, крім зазначених, необхідні методологічні інструменти для формування та вдосконалення теоретичних моделей інтеграції, прогнозування процесів її здійснення. Для психологічної науки важливою є її теоретична основа, завдяки якій можливі опис і пояснення явищ, а також обґрунтовані прогнози розвитку, змін. Охарактеризовано кілька типів теоретичних моделей інтеграції: засновані на визначенні остаточного причинного пояснення, спроби побудови єдиної теорії; моделі, що спираються на застосування методологічних інструментів інтеграції; плюралістично-діалогічні моделі; моделі, що ґрунтуються на побудові метатеоретичного каркасу. Метатеоретична структура має спиратися на ідеальні конструкції. Перспектива фасилітації інтеграційних процесів можлива шляхом розвитку та вдосконалення низки інструментів інтеграції, зокрема, створення спільного багатовимірного теоретико-методологічного метапростору – матриці теорій та обґрунтування місця в ньому різних теорій із врахуванням їх епістемологічних координат, пояснювальних можливостей, сфери застосовності, логічної послідовності положень, внутрішньої узгодженості тощо.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Балл Г.О. Раціогуманістична орієнтація в методології людинознавства: наукове видання. Київ : Видавництво ПП «СКД», 2017. 300 с.
2. Балл Г.О., Медінцев В.О. ТМ-метод в описі інтелектуальних процесів. *Теоретичні дослідження у психології. Збірник статей* / за редакцією Г.О. Балла та В.Л. Зливкова. Київ : Педагогічна думка, 2017. С. 10–25.
3. Завгородня О.В. Проблема фрагментованості психології: напрямки досліджень. *Психологічні проблеми творчості: матеріали XXII Міжнародної науково-практичної конференції, 23 липня 2022 року* / за ред. В.О. Моляко. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. С. 92–101.
4. Інтегративно-особистісний підхід у психологічній науці та практиці : монографія / за ред. Г.О. Балла. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 312 с.
5. Медінцев В.О. Варіант інтеграції теорій інтелекту. Теоретичні дослідження у психології: монографічна серія / уклад. В.О. Медінцев. Том XI. 2022. С. 2–22.
6. Медінцев В.О. Матриця культурного простору особи. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка. 2011. Том II. Психологічна герменевтика. Випуск 7. С. 58–78.
7. Теоретико-методологічні основи інтеграції психологічного знання/ за ред. О.В. Завгородньої. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2020. 180 с.
8. Anderson, N. Unified psychology based on three laws of information integration. *Review of General Psychology*. 2013. Vol. 17(2). С. 125–132.
9. Green C. Why Psychology Isn't Unified, and Probably Never Will Be. *Review of General Psychology*. 2015. V. 19(3). P. 207–214.
10. Healy P. Toward an integrative, pluralistic psychology: On the hermeneutico-dialogical conditions of the possibility for overcoming fragmentation. *New Ideas in Psychology*. 2012. Vol. 30. . 271–280.
11. Henriques G. Achieving a unified clinical science requires a metatheoretical solution: Comment on Melchert (2016). *The American psychologist*, 2017. 72(4): 393–394. DOI: 10.1037/amp0000143.
12. Henriques G. Evolving from methodological to conceptual unification. *Review of General Psychology*. 2013. Vol. 17. P. 168–173. DOI: 10.1037/a0032929.
13. Henriques G. R. Depression: Disease or behavioral shutdown mechanism? *Journal of Science and Health Policy*. 2000. Vol. 1. P. 152–165.
14. Kazdin, A. (2008). Unity: Psychology's immunity booster. *Monitor on Psychology*. URL: <https://www.apa.org/monitor/2008/03/pc>.
15. Lickliter, R., & Honeycutt, H. A developmental evolutionary framework for psychology. *Review of General Psychology*. 2013 17, 184–189.
16. Paterson B. Pluralism. *The Sage Encyclopedia of Qualitative Research Methods*. L. : Sage Publications, 2008. P. 633–637.
17. Salvatore, S. The formalization of cultural psychology. Reasons and functions. *Integrative Psychological and Behavioral Science*. 2017. 51(1), 1–13. DOI 10.1007/s12124-016-9366-2.
18. Salvatore, S., Ando', A., Andrisano Ruggieri, R., Bucci, F., Cordella, B., Freda, M. F., Lombardo, C., Lo Coco, G., Novara, C., Petito, A., Schimmenti, A., Vegni, E., Venuleo, C., Zagaria, A., & Zennaro, A. Compartmentalization and unity of professional psychology. A road map for the future of the discipline. *Rivista Di Psicologia Clinica*, 2022, 1, 29–58.
19. Staats A. W. A psychological behaviorism theory of personality. In Millon, Theodore; Learner, Melvin J. (Eds.), *Handbook of psychology*. New York : John Wiley & Sons, 2003. P. 135–158.
20. Sternberg R. J., Grigorenko E. L. Unified psychology. *American Psychologist*. 2001. Vol. 56(12). P. 1069–1079.
21. Sternberg R. J., Grigorenko E. L. Unified psychology. *American Psychologist*. 2001. Vol. 56(12). P. 1069–1079.
22. Toomela, A., & Valsiner J. (Eds.) *Methodological Thinking in Psychology: 60 Years Gone Astray?* Charlotte, NC: Information Age Publishing. 2010. 345 p.

23. Valsiner, J., & Salvatore, S. How Idiographic Science could create its terminology? In S. Salvatore, J. Valsiner & A. Gennaro (eds.). *Making Sense of Infinite Uniqueness: The emerging system of Idiographic Science*. Vol. 4, Charlotte (NC): Information Age Publishing. 2012. P. 3–20.

24. Wallis S. Toward a Science of Metatheory. *Integral Review. A Transdisciplinary and Transcultural Journal For New Thought, Research, and Praxis*. 2010. Vol. 6(3). P. 73–115.

25. Zagaria, A., Ando', A., & Zennaro, A. (2020). *Psychology: Agiant with feet of clay*. *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 2020. 54(3), 521–562.

ТВОРЧЕ МИСЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ У ПРОЦЕСІ РОЗВ'ЯЗУВАННЯ ЗАДАЧ

CREATIVE THINKING OF PERSONALITY IN THE PROCESS OF TASKS SOLVING

Обґрунтовано роль структурно-функціонального аналізу інформації в процесі творчого мислення особистості. Показано, як відкривається невідома інформація в творчій мисленнєвій діяльності. Проаналізовано науковий доробок Г. С. Костюка щодо психології мислення, розв'язування задач, розуміння інформації, нових об'єктів. Акцентовано увагу на поглядах Г. С. Костюка відносно розробки методичних засобів активізації та стимулювання мисленнєвої діяльності учнів, розуміння ними нової інформації. Сформульовано визначення творчої задачі. Проаналізовано етапи розуміння і розв'язування задачі в процесі творчого мислення. Подано результати дослідження особливостей розуміння студентами творчих задач із застосуванням методу контент-аналізу. Встановлено, що найбільш яскравим проявом творчості можна вважати варіант відповіді, що передбачає критичність мислення та вміння помічати й долати протиріччя, відрізняється найменшою з усіх варіантів іпотетичністю, зменшує ступінь невизначеності в розумінні запропонованої в умові задачі ситуації. Залежно від рівня новизни умови задачі для того суб'єкта, який її вирішує, вона може розв'язуватись шляхом: доконструювання нової інформаційної структури до наявної конструкції; переконструювання наявної конструкції відповідно до заданих умов та результатів структурно-функціонального аналізу стартового її варіанту; переконструювання початкової моделі конструкції на основі адекватного структурно-функціонального аналізу початкових умов задачі та проміжних задумів для побудови шуканої конструкції, яка б відповідала всім вимогам задачі. При цьому оптимізація створеної конструкції здійснюється відповідно як до шуканих умов задачі, так і до потенціалу творчого інструментарію того, хто розв'язує задачу, основу якого складає здатність реалізовувати аналогізуючі, комбінуючі чи реконструюючі дії.

Ключові слова: задача, творче мислення, розуміння, інформація, структурно-

функціональний аналіз, конструкція, студенти.

The role of structural and functional analysis of information in the process of creative thinking of personality is substantiated. It is shown how unknown information is revealed in creative thinking activity. The H. S. Kostyuk's scientific work on the psychology of thinking, tasks solving, understanding of information and new objects was analyzed. Attention is focused on the views of H. S. Kostyuk regarding the development of methodical means of students' thinking activity activation and stimulation, their understanding of new information. The definition of a creative task is formulated. The stages of understanding and solving the problem in the process of creative thinking are analyzed. The results of the study of students' creative tasks understanding peculiarities using the method of content analysis are presented. It has been established that the most vivid manifestation of creativity can be considered the answer option, which involves critical thinking and the ability to notice and overcome contradictions, is the least hypothetical of all options, and reduces the degree of uncertainty in understanding the situation proposed in the task. Depending on the level of the task conditions novelty for the person that solves it, it can be solved by: adding a new information structure to the existing structure; reconstruction of the existing structure in accordance with the given conditions and the results of the structural and functional analysis of its initial version; reconstruction of the initial design model on the basis of an adequate structural and functional analysis of the initial conditions of the task and intermediate ideas for the construction of the desired structure that would meet all the requirements of the task. At the same time, the optimization of the created structure is carried out in accordance with both the desired conditions of the task and the potential of the creative toolkit of the one who solves the problem, the basis of which is the ability to implement analogizing, combining or reconstructing actions.

Key words: task, creative thinking, understanding, information, structural-functional analysis, construction, students.

УДК 159.937

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.9>

Моляко В.О.

д.психол.н., професор,
дійсний член Національної академії педагогічних наук України,
головний науковий співробітник лабораторії психології творчості Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

Шепельова М.В.

к.психол.н.,
в. о. завідувача лабораторії психології творчості Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України

Третяк Т.М.

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

Актуальність. Нині важливим завданням психологічної науки є вирішення проблеми оптимізації психологічного стану суспільства. Адаптивне розв'язання соціально-економічних, науково-технічних, соціально-психологічних проблем залежить і розвиток самої науки, і суспільства, і конкурентоздатність держави. У зв'язку з цим особливої актуальності набуває здатність людини адекватно оцінити наявну інформацію, що пов'язано з рівнем розвитку її перцептивно-мисленнєвої діяльності; психологічна готовність до розв'язування різноманітних задач у різних сферах творчої діяльності, що складає основу не лише її успішності як

особистості, а також і її витривалості, і вприти-решт її виживання, коли доводиться приймати рішення в ускладнених умовах: при дефіциті прогностично-необхідної інформації, часу та наявності раптових заборон і обмежень.

Виклад основного матеріалу. Процес мислення реалізується щодо об'єктів, які функціонують поза свідомістю людини: на основі перцептивних образів, уявлень, які є для нього матеріалом для конструювання. Основу мисленнєвого процесу складає структурно-функціональний аналіз інформації, що має місце у відчуттях і уявленнях, при вирішенні задачі

за умов відсутності прогностично-необхідних знань для її розв'язання.

До того ж структурно-функціональний аналіз наявної інформації здійснюється в наочно-дійовому плані, образному чи абстрактному. Людина прагне віднайти в аналізованих знаннях необхідну, приховану інформацію, ґрунтуючись на структурних і функціональних характеристиках образів і уявлень про об'єкти, у поєднанні з вимогами щодо характеристик шуканої конструкції, знайти шуканий розв'язок. Саме реалізація структурно-функціонального аналізу дозволяє з'ясувати весь масштаб характеристик елементів шуканої системи, зв'язки і співвідношення між цими елементами, і разом з тим із тією інформацією, яка поки що не є відомою в повній мірі, однак через ряд вимог до структурно-функціональних характеристик окремих її складових певною мірою проявляється.

Уже Г. С. Костюк стверджував, що мислення з'являється, коли людина починає усвідомлювати наявність у відомій їй інформації чогось незрозумілого, суперечливого, хоча і дуже важливого, однак за неможливості відразу з'ясувати всі бажані моменти. «Усвідомлюючись, проблемна ситуація стає для людини задачею. Зміст задачі визначається об'єктивною ситуацією. Остання задає роботу суб'єкту тим, що не все з того, що є важливим для нього, безпосередньо дано йому, дещо сховане і повинно бути виявлене. Об'єктивна ситуація стає задачею тільки для суб'єкта, який знає, що він чогось важливого в ній не знає, зацікавлено й активно прагне розв'язати задачу» [1, с. 227].

Успішність мисленнєвого процесу значною мірою залежить від ґрунтовності реалізації стартового його етапу. Адже адекватність аналізу початкових умов задачі, розмежування заданого і шуканого компонентів умови завдання забезпечує безпомилковість вирішення завдання. Взаємодія суб'єкта та об'єкта дозволяє віднаходити нові, раніше невідомі об'єктивні співвідношення між заданим і шуканим, на основі чого і формулюється шукане. У цьому й полягає суть мисленнєвого процесу при розв'язуванні задачі. Таким чином отримується все нова і нова актуальна інформація щодо початкової умови задачі, а сам процес мислення, орієнтуючись на нову прогностично необхідну інформацію, прямує до кінцевої мети – побудови шуканої конструкції.

Г. С. Костюк наголошував, що «найважливішим завданням є з'ясувати, як відбувається розуміння нових об'єктів, як здійснюється перехід від нерозуміння до дедалі глибшого їх розуміння. Від яких умов залежить його успіх. <...> Зрозуміти новий об'єкт – це розв'язати якусь, бодай маленьку пізнавальну задачу. <...> Процеси розуміння – це і є про-

цеси нашого мислення, спрямованого на розкриття тих чи інших об'єктів в їх істотних зв'язках з іншими об'єктами. Немає ніяких підстав відокремлювати розуміння від мислення, розглядати його як якийсь самостійний процес» [1, с. 255–256].

Проблема розуміння однозначно є центром розумової діяльності, її сутністю й передумовою осмисленої поведінки людини та здійснення будь-якої діяльності, успіх якої завжди залежить від адекватного, максимально повного розуміння ситуації, завдання, проблеми etc. [2].

Вагомість проблеми розуміння виявляється не тільки в науках, але й у практиці, у житті в цілому, відіграючи доленосну роль в антидідаді «успішність – неуспішність діяльності», прийняття рішень та багато ін. [2].

Нагадаємо, що саме Г. С. Костюк чи не єдиний на той час цілеспрямовано звернувся до цієї проблеми (1950 рік!!!), однозначно акцентуючи увагу наукового співтовариства на актуальності, безперечній всебічній значущості цього феномена. Так він, окреслюючи підступи до аналізу проблеми, визначав, що «говорячи про розуміння, ми можемо мати на увазі різні сторони цього складного явища, відображені й у різних значеннях самого слова «розуміння». Мова може йти про здатність особистості розуміти що-небудь, про сам процес розуміння, тобто проникнення у сутність тих чи інших об'єктів; про стан свідомості особистості, яка розкриває цю сутність, й про результати цього процесу, тобто ті судження, висновки, поняття, погляди й т. п., які складаються в особистості внаслідок розуміння нею деяких об'єктів. Ці сторони даного явища взаємопов'язані. Розуміння виникає там, де є здатність живої істоти що-небудь зрозуміти, яка й знаходить вираз у самому процесі розуміння, впродовж цього процесу змінюється стан свідомості особистості внаслідок того, що для неї стає ясным, зрозумілим, те, що раніше таким не було. Розуміння реалізується в певних результатах (судження, поняття та ін.), за якими тільки й можна судити про його наявність та його істинність, тобто відповідність об'єктивній дійсності» [2].

Важливою передумовою розуміння нових об'єктів є адекватність тієї картини світу, яку вибудувала людина в процесі свого життя. Адже розуміння нового об'єкта передбачає співвіднесення його взаємозв'язків із наявними об'єктами. У цьому і полягає парадокс розуміння: оволодіння новою інформацією відбувається шляхом оперування відомою інформацією.

На думку Г. С. Костюка, «спроби співвіднесення нового із старим при цьому можуть бути різними залежно не тільки від об'єкта, а також й від характеру задачі, в розв'язання якої

включається розуміння (перцептивна, мисленева, мнемонічна, репродуктивна або якась інша задача). Співвіднесення нового із старим може здійснюватися мимовільно і довільно, воно може набувати різного ступеня розгорненості» [1, с. 279]. А отже, одним із підсумків процесу розуміння є конструювання мисленевих дій – того інструментарію, за допомогою якого здійснюється пізнання нових об'єктів.

При цьому щодо розробки методичних засобів активізації та стимулювання розуміння і засвоєння учнями нової інформації, розвитку їх творчого інструментарію Г. С. Костюк стверджував, що насамперед слід уважно проаналізувати, «для чого, що і як роблять учні під керівництвом учителя на тому чи іншому уроці. Треба дбати про активізацію всіх ланок уроку, використовуючи різні її форми і залучаючи до роботи всіх учнів» [2, с. 438]. Він вважав доцільним реалізовувати при цьому такі методичні інструментарії, «які забезпечують учням нагоду під керівництвом інструктора самостійно знаходити способи розв'язування технічних завдань, науково обґрунтовувати їх доцільність, виявляючи елементи ініціативи, творчості» [1, с. 445].

Отже, творчою є та задача, для вирішення якої необхідний певний обсяг прогностично необхідної інформації. Причому цей дефіцит знань може стосуватися і обсягу предметно-специфічних знань, і способу дій. До того ж цей дефіцит може бути як суб'єктивним (невідомим лише для того, хто розв'язує задачу), так і об'єктивним (дана інформація є невідомою у відповідній науковій галузі).

З метою розробки комплексу характеристик шуканої конструкції і реалізується творче мислення. Для конструювання невідомого компонента при розв'язуванні актуальної задачі виконується структурно-функціональний аналіз наявної інформації, з'ясовуються кількісні та якісні властивості її складових. У результаті узагальнення формулюються вимоги до структурних і функціональних характеристик гіпотетичних компонентів створюваної конструкції на основі врахування знань щодо елементів даної конструкції.

Потім здійснюється побудова образу шуканої конструкції, визначення складових її елементів, вимог до характеристик цих елементів та ін., що забезпечує встановлення суті гіпотетичних взаємозв'язків між елементами шуканої конструкції, змісту їх взаємодії з уже наявними об'єктами.

Це забезпечується скрупульозним вивченням змістовних і діяльнісних компонентів початкової умови задачі, здійснюється диференціація відомих і невідомих складових, конструюються гіпотези щодо того, як визначити невідомі складові заданої конструкції на основі аналізу взаємозв'язків між відомими

елементами наявної інформаційної структури, встановлюються індикатори та критерії, яким мають відповідати структурні та функціональні характеристики елементів шуканої конструкції.

Розглянемо результати дослідження особливостей розуміння студентами творчих задач, проведеного протягом 2022/2023 навчального року. Вибірку склали студенти-психологи I (n=30), III (n=30), IV (n=21), V (n=5), VI (n=10) курсів та студенти III курсу спеціальності «Соціальна робота» (n=6) денної та заочної форм навчання ТНУ імені В. І. Вернадського. Загальна кількість досліджуваних – 102 особи. Виявлення проявів творчості в розумінні студентами запропонованих завдань здійснювалося із застосуванням методу контент-аналізу.

Задача, яку ми використали в якості матеріалу дослідження, взята з блоку завдань, запропонованих В. О. Моляко для діагностики творчого мислення. Вона сформульована таким чином: «Потяг запізнився. Олена сіла в потяг і проїхала тисячу кілометрів. До місця призначення вона прибула із запізненням на 45 хвилин. Ніяких затримок у дорозі не було, й потяг виїхав вчасно за розкладом. Чому ж потяг запізнився?». Кількість варіантів відповідей, які міг дати студент, не обмежувалася. Відповіді на запропоновану задачу дали 97 студентів, 5 осіб її пропустили. Деякі студенти дали кілька відповідей – від 2 до 5, отже, у результаті ми отримали 111 відповідей від 97 студентів, які й підлягали подальшому аналізу [3].

Розв'язування задачі з такою умовою може активізувати або ж, навпаки, блокувати творче мислення, оскільки тут необхідне вміння ставити собі додаткові питання (поставити додаткові запитання експериментатору досліджувані не мали), знаходити на них відповіді, робити припущення, оцінювати їх адекватність, знаходити протиріччя та конструктивно їх вирішувати. Саме розуміння умови задачі дозволяє не заплутатися в несуттєвих деталях, вхопити її сутність, а, отже, вирішити її конструктивно.

В. О. Моляко розглядає процес розуміння нової задачі як розуміння умови і розуміння результату, між якими існує процесуальна «перемичка» – перехід від розуміння того, що дано, до розуміння того, що потрібно знайти. Процес розуміння задачі протікає, як співставлення нової інформації, що міститься в задачі, з наявними суб'єктивними еталонами. Момент встановлення такої суттєвої подібності і є моментом настання розуміння [6].

Діагностико-тренінгова система КАРУС [5], розроблена академіком В. О. Моляко, що має багато модифікацій відповідно до конкретних цілей роботи і щоразу доводить свою ефективність (див., напр. праці співробітників лабораторії творчості [4; 7; 8 та ін.]), орієнтована на

навчання творчості із застосуванням ускладнюючих умов. Для стимуляції творчої мисленевої діяльності спеціально розроблено такі методи: 1) метод часових обмежень; 2) метод раптових заборон; 3) метод швидкісного ескізування; 4) метод нових варіантів; 5) метод інформаційної недостатності; 6) метод інформаційної перенасиченості; 7) метод абсурду; 8) метод ситуативної драматизації [5].

Відповідно до системи КАРУС, кожен із названих методів може поєднуватись з одним чи кількома методами і мати ряд модифікацій. Також В. О. Моляко звертає увагу на те, що діяльність суб'єкта, його конкретні дії, які характеризують специфіку мислення, його розвиток, лише в певній мірі залежать від умови задачі та головним чином відображають особистісні установки, стратегії даного суб'єкта, його стиль творчої діяльності [5].

Проаналізуємо відповіді студентів на запропоновану задачу більш детально. Відповіді на питання, поставлене в задачі, різняться від найтиповіших до загадкових, фантастичних, а інколи – абсурдних, заплутаних, таких, що врешті-решт не відповідають навіть тим даним, які є в умові задачі. Отримані відповіді ми розподілили за частотою появи в роботах студентів.

1. Найтиповіший варіант вирішення цієї задачі, який зустрічається найчастіше серед студентів нашої вибірки, – 33 відповіді (29,7 %) – пов'язаний зі зміною часового поясу чи переходу на літній чи зимовий час, що не було враховано Оленою при плануванні поїздки.

2. Другий, також досить поширений варіант – 29 відповідей (26,1 %). Цей варіант ґрунтується на припущенні, що потяг зменшував швидкість під час руху через погані погодні умови, технічні несправності, непередбачувані проблеми по дорозі, помилки в розкладі тощо. Такі вирішення не відповідають умові задачі, оскільки в ній чітко зазначається, що потяг виїхав вчасно і затримок у дорозі не було.

3. Наступним за частотою є варіант відповіді, пов'язаний із припущенням, що Олена сіла не в той потяг. Подібних відповідей було 11 (9,9 %).

4. Олена дезорієнтувалася в часі – 8 відповідей (7,2 %).

5. Запізнилася Олена, а не потяг – 8 відповідей (7,2 %).

До цього варіанта можна також приєднати такий, у якому припускається зміна Оленою місця призначення – 4 відповіді (3,6 %).

6. Дещо рідше студенти пропонують варіант несправності годинника Олени, через що вона неправильно розрахувала час – 7 відповідей (6,3 %).

7. Далі згадуються і фантастичні причини, такі як «діра в часі», «потяг набрав надзвукову швидкість і потрапив у майбутнє», «у Гоґвортсі

час спливає по-іншому» тощо – 6 відповідей (5,4 %).

8. Ще дещо менш поширеним – 4 відповіді (3,6 %) – є метафоричний варіант відповіді, у якому проводиться аналогія між потягом і людиною. Наведемо приклад такої відповіді: «Мова зовсім не про потяг. Потяг – символ людини. Іноді здається, що все йде за планом і як потрібно, як дорога потягу. Але іноді люди в повній мірі не розуміють, скільки часу, зусиль їм потрібно докласти до справи / завдання».

9. У 2 (1,8 %) відповідях стверджується, що на це питання дати відповідь можуть лише безпосередні учасники подій. Подібні висловлювання схожі на намагання уникнути відповіді.

Стосовно кількості варіантів вирішення задачі, запропонованих одним студентом, то більшість досліджуваних давали одну відповідь – 88 студентів (86,3 %), 7 студентів (6,9 %) дали 2 варіанти відповідей, 1 студент (1,0 %) – 3 варіанти і 1 студент – 5 варіантів, 5 студентів (4,9 %) не запропонували жодного варіанта.

Отже, найбільш яскравим проявом творчості можна вважати варіант відповіді, у якому стверджується, що запізнився не потяг, а Олена. Він передбачає критичність мислення та вміння помічати й долати протиріччя, відрізняється найменшою з усіх варіантів гіпотетичністю, зменшує ступінь невизначеності в розумінні запропонованої в умові задачі ситуації.

Фантастичний (7) та метафоричний (8) варіанти відповіді є досить оригінальними, але в результаті не дають корисної інформації, тому їх більше можна віднести до креативних, ніж до творчих.

Висновки. Творче мислення реалізується в процесі розв'язування творчих задач. При цьому відбувається трансформація тієї інформації, яка є актуальною для їх вирішення відповідно до початкових умов задачі з метою створення заданої конструкції з певними функціями. Творче мислення спрямоване на вивчення наявної інформаційної структури шляхом структурно-функціонального аналізу елементів у їх взаємодії з метою її трансформації відповідно до зовнішніх і внутрішніх умов.

Спектр зовнішніх умов складають об'єктивні детермінанти – впливи з боку зовнішнього середовища: часові, інформаційні, обмежуючі, забороняючі, а також початкові умови задачі. Внутрішніми умовами є все те, що інтегрується в інформаційному потенціалі самої людини: її знання, уміння, навички, уявлення – у підсумку вони характеризують рівень психологічної готовності особистості до творчої мисленевої діяльності.

Варто зазначити, що залежно від рівня новизни умови задачі для того суб'єкта, який її вирішує, вона може розв'язуватись шляхом: доконструювання нової інформаційної структури до наявної конструкції; переконструювання наяв-

ної конструкції відповідно до заданих умов та результатів структурно-функціонального аналізу стартового її варіанта; переконструювання початкової моделі конструкції на основі адекватного структурно-функціонального аналізу початкових умов задачі та проміжних задумів для побудови шуканої конструкції, яка б відповідала всім вимогам задачі. При цьому оптимізація створеної конструкції здійснюється відповідно як до шуканих умов задачі, так і до потенціалу творчого інструментарію того, хто розв'язує задачу, основу якого складає здатність реалізовувати аналогізуючі, комбінуючі чи реконструюючі дії.

Розглянута задача може бути засобом як діагностики, так і розвитку творчого мислення, оскільки при правильному супроводі може активізувати творчий підхід до вирішення завдань із високим ступенем невизначеності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / під ред. Л. М. Проколієнко. Київ : Рад. школа, 1989. 608 с.
2. Моляко В. О. Психологія розуміння в контексті антропологічної інформаційної катастрофи XXI століття (III) (до 120-річчя з дня народження Г. С. Костюка). *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ : Видавни-

цтво «Фенікс», 2020. Т. XII. Психологія творчості. Випуск 27. С. 6–17.

3. Шепельова М. В. Прояви творчості у розумінні студентами невизначених ситуацій. *Функціонування творчого мислення в умовах інформаційної невизначеності* : матеріали XXIII Всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Київ, 30 травня 2023 року. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2023. С. 123–129.

4. Ваганова Н. А., Гулько Ю. А., Латиш Н. М., Шепельова М. В. Актуальні проблеми сучасного творчого мислення. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2022. Т. 33(72). № 2. С. 145–152.

5. Моляко В. А. Творча конструктологія (прологімени). Київ : Освіта України, 2007. 388 с.

6. Моляко В. О., Третяк Т. М., Ваганова Н. А., Шепельова М. В. Розуміння нової інформації як процес розв'язування задач. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2020. Т. 31(70). № 4. С. 42–50.

7. Перцептивно-мисленнєві стратегії творчого конструювання інформаційних систем у навчальній та трудовій діяльності : монографія / В. О. Моляко, Ю. А. Гулько, Н. А. Ваганова [та ін.] ; за ред. В. О. Моляко. Київ, 2018. С. 106–123.

8. Функціонування творчого мислення в інформаційно-віртуальному просторі суб'єкта : монографія / В. О. Моляко, Ю. А. Гулько, Н. А. Ваганова [та ін.] ; за ред. В. О. Моляко. Київ, 2021. 165 с.

СЕКЦІЯ 3 ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ЖИТТЄТВОРЧІ МОЖЛИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ В ДОРОСЛОМУ ВІЦІ LIFE-CREATING POSSIBILITIES OF PERSONALITY IN ADULT AGE

У статті представлені результати дослідження таких важливих життєтворчих можливостей особистості дорослого віку, як її спроможність до здійснення авторського життєвого вибору та організації процесу своєї життєдіяльності завдяки стійкості власного життєвого світу та суверенності власного психологічного простору. Вказується на те, що актуальність дослідження безумовно викликана науковим інтересом і пов'язана з часом, у якому проводиться дослідження, коли чисельні різноманітні трансформації в нашому суспільстві та світі взагалі характеризуються появою нових видів ризиків, пов'язаних зі збереженням цілісності особистості, її стійкості, реалізації потреби у суб'єктивному виборі та творчому самоздійсненні. Як наслідок, виникає необхідність у детальному вивченні особистості, яка обирає напрямок своєї активності на творче перетворення себе та навколишнього світу у вкрай складних умовах. Підкреслюється, що незважаючи на зростаючу увагу з боку психологічної спільноти до проблем авторського вибору, стійкості світу та життєтворчості дорослої особистості взагалі, ці питання досі є недостатньо вивченими. Те, що є в категоріальному апараті психології, не об'єднано та існує окремо у своїх автономних поняттях. Дослідники цих понять у своїх роботах під однією назвою мають на увазі часом різні речі, або навпаки, не дають однозначного трактування загальному поняттю. Визначається, що особливості організації людиною процесу власної життєдіяльності та формування стійкості її світу в онтогенезі закладає основи та підтримує життєтворчу діяльність особистості у дорослому віці. Підкреслюється, що для особистості, яка орієнтована на реалізацію свого життєтворчого проекту, характерна стійка, без суперечностей, картина світу і себе, висока відповідальність по відношенню до себе та свого оточення. І навпаки, особи, які відчувають протиріччя між образом світу та своїм способом життя, відчувають нестачу власного ресурсу, та супротив умов середовища для реалізації своєї життєтворчості, що супроводжується соціальною фрустрацією.

Ключові слова: особистість, життєтворчість, авторський життєвий

вибір, стійкість світу особистості, життєвий сценарій, суверенність психологічного простору, соціальна фрустрація.

The article presents the results of a study on important life-creativity abilities of adult personality, such as its capacity for making author's life choices and organizing the process of life activity through the stability of its own life world and sovereignty of psychological space. It is noted that the relevance of the study is unquestionably driven by scientific interest and is related to the time in which the research is conducted, characterized by numerous multilevel transformations in our society and the world in general, which involve the emergence of new types of risks associated with maintaining the integrity of the personality, its stability, the realization of the need for subjective choice, and creative self-fulfillment. As a result, there is a need for a detailed study of a personality that chooses the direction of its activity for creative self-transformation under extremely complex conditions. It is emphasized that despite the growing attention from the psychological community towards issues of author's choice, world stability, and life-creativity of the adult personality in general, these questions remain insufficiently explored. What exists in the categorical apparatus of psychology is not unified and work separately in its autonomous concepts. Researchers of these concepts often have different understandings of the same term in their works, or conversely, do not provide a consistent interpretation of the general concept. It is determined that the features of organizing one's own life activity and the formation of stability in one's own world in ontogenesis lay the foundations and support the life-creative activity of the adult personality. It is emphasized that individuals who are oriented towards the realization of their life-creative project have a stable, non-contradictory worldview and self-image, a high level of self-responsibility towards themselves and their environment. Conversely, individuals who experience contradictions between their perception of the world and their way of life, a lack of personal resources, and resistance from the environment to the realization of their life-creativity experiencing social frustration.

Key words: personality, life creativity, author's life choice, stability of the personality world, life scenario, sovereignty of psychological space, social frustration.

УДК 159.923

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.10>

Артюхіна Н.В.

к.психол.н.,

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

Кучеренко Р.О.

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

Звертаючись до поняття людського життя як проекту реалізації власних життєтворчих можливостей, сучасні психологи вивчають його різні маніфестації, які закріплюються в поняттях «життєтворчість», «життєдіяльність», «життєстійкість», «життєздатність», «життєвий шлях» та ін. Цим питанням присвячені

роботи чисельних зарубіжних та вітчизняних дослідників, таких як К. Левін, А. Маслоу, С.Л. Рубінштейн, Х. Томе, К. Роджерс, В. Франкл, Е. Фромм, Ш. Бюлер, Л. Сохань, І. Єрмаков, Г. Несен, В. Доній, І. Мартинюк, С. Максименко, Л. Бурлачук, Н. Богданова, М. Боришевський, О. Доценко, О. Киричук,

Н. Артюхіна, В. Роменець, М. Савчина, О. Старовойтенко, Т. Титаренко, В. Татенко, В. Моляко, Ю. Мороз, Р. Ануфрієва, О. Саннікова, Н. Чепелева та інші. Їхня увага приділяється окремим складовим життєтворчості, а саме: онтогенезу життєтворчості й життєздійснення, структурі життєтворчої компетентності, зв'язку життєтворчості з різними структурами, механізмами й особистісними утвореннями, зв'язку життєтворчості з критеріями розвиненої самоактуалізації, розвитку життєтворчих можливостей та інші [1; 4; 5; 6]. Проте, незважаючи на зростаючу увагу з боку психологічної спільноти до проблем життєтворчих можливостей особистості, питання авторського життєвого вибору, стійкості світу й суверенності психологічного простору в якості життєтворчих характеристик дорослої особистості, що існує в певному історичному соціо-культурному континуумі, досі є недостатньо вивченими.

Пріоритетним для нашого дослідження життєтворчих можливостей дорослої особистості є визначення взаємозв'язку між авторським життєвим вибором людини, стійкістю її життєвого світу, суверенністю власного психологічного простору та рівня соціальної фрустрованості, з урахуванням того, що особистість є відкритою, динамічною системою, дії якої розвертаються в певному соціо-культурному континуумі [1]. За визначенням І.Г. Білявського, ця система здатна до розвитку й саморозвитку, до активного пізнання навколишнього світу та себе в цьому світі, з метою розвитку власної свідомості й самосвідомості та покращення власних адаптивних можливостей щодо соціального існування.

У психологічних дослідженнях словосполучення «авторський життєвий вибір» пов'язано з роботами О.М. Гриньової [3]. Але сама проблема вибору, який робить особистість, має глибокі філософські й науково-психологічні коріння. Так, в роботах психологів частіше можна зустрітися з такими поняттями, як «вибір особистості, детермінований фізіологією і онтогенезом людини» (З. Фрейд, К. Хорні, А. Адлер), «вибір, як необхідний елемент здорового розвитку особистості (А. Маслоу) «ухвалення рішень» (Д.М. Узнадзе, Х.А. Саймон, Дж. Мейстер, А.Р. Лурія, Е.Д. Хомська) «екзистенційний вибір» (Е. Фромм, В. Франкл, Р. Мей, А. Ленглі, С. Мадді), «продуманий вибір» (Дж. Келлі), «вибір з урахуванням поведінкового сценарію» (Е. Берн), а також «реакція вибору та вольовий вибір», запропоновані в межах культурно-історичного підходу Л.С. Виготського.

Відсутність вибору чи його обмежена можливість, ухилення від нього або деструктивні наслідки зробленого вибору – все це пов'язано з фактами збільшення невротичних проблем у людей, як у нашому суспільстві, так і в сучасному світі в цілому, що безпосеред-

ньо згубно впливає на реалізацію їхніх життєтворчих проявів. Е. Лангер експериментально доведено, що, якщо з особистісних обставин людина схиляється до стереотипного способу життя й припиняє практику життєвих виборів, то припиняється її розвиток. Усі негативні типи старіння людини описують її життєдіяльність як індивіда, нездатного до створення нових обставин життя. А. Большакова вважає, що здатність до життєтворчості проявляється в можливості таким чином упорядковувати умови власного життя та власні можливості, щоб вони сприяли особистісному розвитку та досягненню важливих життєвих цілей [2].

Можливість здійснення проекту свого життя, зберігання ресурсу й надання сили на вирішення життєтворчих завдань стосовно нього забезпечується стійкістю життєвого світу особистості. У сучасній українській психологічній науці поширюється така точка зору, в якій стійкість особистості розуміється як психічна саморегуляція, що характеризується використанням психічних засобів відображення, моделювання та впливу на себе як на суб'єктивну реальність [8]. Стійкість життєвого світу людини дозволяє утримувати цілісність системи «людина – світ», що допомагає їй бути відкритою до нових можливостей в процесі реалізації себе як творчого проекту. За відсутності чи недостатньої виразності стійкості життєвого світу людина тотожна не всьому своєму життю, а лише його уривкам. На це вказують українські дослідники, які активно працюють над вивченням питань стійкості життєвого світу особистості та суверенності психологічного простору, враховуючи як загальні принципи, так і особливості українського контексту. Т. Титаренко вважає, що життєстійкість формується й розвивається в процесі онтогенезу, тому вона може бути такою, що навчається й розвивається. Дослідниця вказує на проблему необхідності підвищення рівня життєстійкості та рекомендує використовувати такі стратегії саморегуляції, як позитивне мислення та активний пошук підтримки. Розвинена життєстійкість, на її думку, відображає здатність людини пристосовуватися до будь-яких ситуацій, долати труднощі та відновлюватися після негативних подій. Дослідниця також вважає, що важливим фактором для формування у людини стійкої активної життєвої позиції, правильного реагування на скрутні ситуації, здатності зберігати адекватність мислення, приймати необхідні рішення та протидіяти дії стресорів, робити власний вибір та нести відповідальність за нього є виховання й розвиток автономності в онтогенезі особистості. Саме в цих процесах складаються ті риси характеру, мотиви та потреби, без яких успішний розвиток особистості та її самореалізація в дорослому віці просто неможливі [7]. І. Сухомлінська

вказує на важливість вивчення питань самоцінності та стійкості особистості в українському контексті. Вона досліджує вплив культурних, соціальних та історичних факторів на формування і розвиток психологічної стійкості саме українців. Її роботи спрямовані на розуміння особливостей української ідентичності та її впливу на стійкість життєвого світу українців та їхні життєтворчі особливості.

Саме зараз, з нашої точки зору, тема авторського життєвого вибору, стійкості світу та суверенності психологічного простору в Україні є дуже важливою та актуальною. Вона привертає увагу до питань, без яких не можливе функціонування розвинутого особистісно-орієнтованого суспільства, а саме до здатності людей проявляти креативність, інноваційність та самовираження в різних сферах життя, що буде сприяти розвитку культури, науки, мистецтва, підприємництва та інших галузей українського суспільства.

Отже, враховуючи актуальність та недостатню наукову розробленість питань взаємозв'язку авторського життєвого вибору, стійкості світу, суверенності психологічного простору в якості життєтворчих можливостей дорослої особистості, яка існує в певному соціо-культурному континумі, ми вирішили зосередити свою увагу саме на них.

Постановка завдання обумовлюється задачами теоретико-емпіричного дослідження взагалі. По-перше, здійсненням загальнопсихологічного аналізу наукової літератури з питань життєтворчих можливостей особистості у дорослому віці; по-друге, емпіричним дослідженням показників авторського життєвого вибору, стійкості світу особистості, суверенності її психологічного простору, соціальної фрустрованості, як проявів її здатності до життєтворчості у дорослому віці; по-третє, виявленні взаємозв'язку між досліджуваними показниками здатності до життєтворчості особистості у дорослому віці. Проведення даного дослідження визначається завданнями кафедри загальної психології та психології розвитку особистості ФПСР ОНУ імені І.І. Мечникова щодо наукової теми «Психологічні ресурси особистості в умовах викликів сьогодення» (0123U102605). Мета статті полягає у теоретичному визначенні та емпіричному дослідженні показників авторського життєвого вибору, стійкості світу й суверенності психологічного простору особистості як проявів її здатності до життєтворчості у дорослому віці.

У дослідженні взяли участь 102 особи віку середньої зрілості (25–50 років), за класифікацією Е. Еріксона, з них 69 осіб – жіночої статі та 33 особи чоловічої статі. Дослідження проводилось як в очному форматі, так і в онлайн-форматі за допомогою застосунку GoogleForms. До психодіагностичного комплексу увійшли

такі методики: методика дослідження стійкості життєвого світу І.О. Логінової; методика «Авторський життєвий вибір» О.М. Гріньової; опитувальник «Суверенність психологічного простору» С.К. Нартової – Бочавер; методика діагностики соціальної фрустрованості Л.І. Вассермана.

За методикою «Дослідження стійкості життєвого світу особистості» І.О. Логінової було визначено, що конструктивний характер прояву стійкості світу має 34% респондентів. Він досягається за рахунок розвиненої здатності до рефлексії власного життя та високої відповідальності по відношенню до себе та свого оточення. Ця група респондентів готова до здійснення творчих завдань на своєму життєвому шляху. 34% респондентів виявили неконструктивний характер стійкості життєвого світу. У таких респондентів слабо виражена здатність керувати собою та власним життям, вони не готові актуалізувати внутрішні ресурси відповідно до життєвих умов та завдань. Стагнаційний характер стійкості життєвого світу виявлено у 32% респондентів. Стагнаційний характер стійкості життєвого світу не сприяє продуктивному та оптимальному життєвому самоздійсненню, оскільки життєвий процес не включає творчу реалізацію особистості, знижуючи тим самим якість життя та продуктивність життєдіяльності.

Визначення типу життєвого сценарію дозволило діагностувати два типи життєвих сценаріїв, що характеризують дві тенденції стійкості життєвого світу дорослої особистості: «долання» як поповнення необхідного, без якого система не може рухатися далі, і «сходження» – поповнення наднеобхідного, що характеризує наднормативну сутність системи. Незважаючи на те, що розподіл в групі між двома сценаріями здійснився рівномірно (по 50% респондентів), у групі з життєвим сценарієм типу «сходження» більше респондентів із конструктивним характером стійкості світу, а у групі «долання» – з неконструктивним та стагнаційним.

За опитувальником «Авторський життєвий вибір» О.М. Гріньової було встановлено, що загальний рівень життєвого вибору респондентів дорослого віку перебуває на високому рівні. У 68% респондентів показники здатності до життєвого вибору є високими. Це свідчить, що досліджувані прагнуть до здійснення автономного від соціального тиску, найбільш оптимального для них варіанта життєвих рішень, який відповідає їх смисложиттєвим орієнтирам та оцінюється як власний. 32% респондентів мають середні показники розвитку механізму життєвого вибору. Такі особи надають перевагу здійсненню соціально стереотипних виборів, які не завжди відповідають індивідуалізованим життєвим викликам. Респондентів

з низькими показниками авторського життєвого вибору в нашому дослідженні визначено не було. Крім того, було встановлено, що кількість респондентів з високим рівнем здатності до життєвого вибору в групі з «долаючим» сценарієм переважає над групою зі сценарієм типу «сходження», тоді як респондентів із середнім рівнем у цій групі менше. Також аналіз вибірки та анкет респондентів показав цікаву закономірність: до групи сценарію типу «подолання» в основному увійшли респонденти віком 25–30 років, а до групи «сходження» – респонденти віком 30–50 років. При цьому в групі «долання» високі показники рівня здатності до вибору продемонстрували респонденти віком 25–27 років, а в групі «сходження» – 37–50 років. З цього можна зробити висновок, що висока здатність до прийняття життєвого рішення може супроводжувати життєвий сценарій типу «долання». Можливо, більша кількість респондентів із високим рівнем у групі із життєвим сценарієм «долання» пов'язана з тим, що ціннісний вибір у цьому віці більше декларується, ніж реалізується. Ще не обтяжені соціальними зобов'язаннями, молоді люди можуть здійснювати вибір без чіткого способу життєздійснення. В той час коли люди зрілі у ситуаціях вибору можуть виявляти більше обережності, менше автономності, орієнтуючись на «соціальні обумовленості». Але взагалі існуючі відмінності за здатністю до авторського життєвого вибору між двома групами респондентів з різними життєвими сценаріями знаходяться в зоні невизначеності за U – критерієм Мана-Уїтні ($U_{\text{емп}}=215$), що з нашої точки зору потребує подальших досліджень з цього приводу.

Дослідження «Суверенності психологічного простору особистості» за опитувальником С.К. Нартової-Бочавер показало, що група з життєвим сценарієм типу «сходження» в основній масі може бути віднесена до «середнього» та вище рівня суверенітету психологічного простору, а група з життєвим сценарієм типу «долання» – до «зниженого» рівня. Таким чином, зроблено висновок, що у групі із життєвим сценарієм «сходження» рівень психологічної суверенності вищий, ніж у групі із життєвим сценарієм «долання». Це підтверджує і метод математично-статистичної обробки даних U – критерій Мана-Уїтні. За цим критерієм виявлені відмінності в групах з різними сценаріями знаходяться в зоні незначущості лише за шкалами «Суверенності фізичного тіла» та «Суверенності речей», тоді як за іншими шкалами, такими як «Суверенність території» ($U_{\text{емп}}=137$), «Суверенність звичок» ($U_{\text{емп}}=127$), «Суверенність соціальних зв'язків» ($U_{\text{емп}}=91.5$), «Суверенність цінностей» ($U_{\text{емп}}=103.5$), і загальною шкалою «Суверенність психологічного простору» ($U_{\text{емп}}=143.5$) отримані емпіричні значення зна-

ходяться в зоні значущості. Все це вказує на те, що респонденти із життєвим сценарієм за типом «сходження» мають високу суверенність території, що означає переживання безпеки фізичного простору, в якому знаходиться людина. Також ця група відзначена високим суверенітетом звичок, свободою вибору соціальної комунікації, уподобань та світоглядів. Для цієї групи респондентів характерна висока суверенність психологічного простору. Показник суверенності фізичного тіла та речей в обох групах має меншу різницю, що дає нам можливість припустити, що у групі «долання» власне тіло та речі є саме тими об'єктами по відношенню, до яких респонденти цієї групи можуть виявити свою суб'єктність.

Здобуті результати за методикою «Діагностики рівня соціальної фрустрованості» Л.І. Вассермана (в адаптації В.В. Бойка) засвідчили, що «підвищений» і «дуже високий» ступінь фрустрованості виражений лише у групі з типом сценарію «долання», показників за даними ступенями фрустрації у групі з життєвим сценарієм «сходження» не виявлено. При цьому у групі «долання» значно домінує дуже високий ступінь фрустрованості – 35% респондентів дорослого віку, а підвищений ступінь фрустрованості присутній у невеликій кількості – 6% респондентів. Такі результати відображають загальну незадоволеність своїми життєвими досягненнями, а також сильну психологічну напругу, виражену у високій соціальній фрустрації. При досягненні емоційною напругою критичного рівня слід проявити пильність, оскільки такий психологічний стан може призвести до нервового і фізичного виснаження, а це загрожує соматичними захворюваннями. Ступінь фрустрованості в різних сферах життя для опитаних респондентів групи зі сценарієм «сходження» знаходиться в діапазоні низьких показників: «помірна» – 6%, «невизначена» – 8%, «знижена» – 10%, «дуже низька» – 26% респондентів. Це може свідчити про більш високе благополуччя психологічного стану респондентів цієї групи або про прийняття поточної ситуації. Отже, можемо констатувати, що групі з життєвим сценарієм «сходження» характерний низький рівень фрустрації, а групі зі сценарієм «долання» – високий. Метод математично-статистичної обробки даних U – критерій Мана-Уїтні підтверджує значущість одержаних показників ($U_{\text{емп}}=0$). Варто також зазначити, що методику респонденти проходили під час війни, у період значної невизначеності, що не може не вплинути на результати. І навіть у цих обставинах ситуація в Україні оцінювалася по-різному. У групі з типом сценарію «сходження» обстановка в соціумі оцінювалася як необхідний і неминучий етап до кращої політико-економічної ситуації в країні.

Аналіз кореляційних зв'язків за Спірменом висвітлює життєтворчі особливості респондентів дорослого віку, встановивши взаємозв'язок між їхніми показниками авторського життєвого вибору, стійкості світу, суверенності психологічного простору та рівня соціальної фрустрованості особистості. Так була виявлена позитивна кореляція на 5% рівні між показниками шкал визначення життєвого сценарію та стійкості життєвого світу особистості (0.854); показниками шкал визначення життєвого сценарію та суверенністю психологічного простору особистості (0.416); показниками шкал стійкості життєвого світу особистості та суверенністю психологічного простору особистості (0.4). Це говорить про те, що у разі коли життєвий сценарій розгортається у бік «сходження», то показник характеру прояву стійкості світу особистості збільшується у бік «конструктивного». Тобто для особи, яка орієнтована на реалізацію своїх «надзавдань», характерна стійка, без суперечностей, картина світу і себе, висока відповідальність по відношенню до себе та свого оточення. І навпаки, якщо показник зменшується у бік «стагнаційного» характеру стійкості світу, то й життєвий сценарій особистості розгортається на кшталт «долання». Тобто особи, які відчують протиріччя між образом світу та своїм способом життя, відчують нестачу власного ресурсу та супротив умов середовища для реалізації свого життєвого проекту. Якщо припустити, що тип життєвого сценарію визначає здатність особистості до життєтворчості, ми бачимо прямий взаємозв'язок життєтворчості зі стійкістю світу особистості, як і вимагалось довести. Позитивна кореляція між показниками шкал визначення життєвого сценарію та суверенністю психологічного простору особистості вказує на те, що при розгортанні життєвого сценарію на кшталт «сходження» збільшується суверенність психологічного простору особистості, і навпаки. Тобто реалізуючи свій життєвий проект на рівні життєтворчого самоздійснення, особистість виявляє та збільшує свою суб'єктність, незалежність та комфорт психологічного простору. Позитивна кореляція також виявлена між показниками шкал стійкості життєвого світу особистості та суверенністю психологічного простору особистості. Це означає, що зі збільшенням показників суверенності психологічного простору особистості показник стійкості життєвого світу рухається до «конструктивного» характеру, і навпаки. Тобто, відчуючи автономність та безпеку щодо свого тіла, території проживання, особистих речей, цінностей та світогляду, картина світу й себе в ньому стає стійкішою та без протиріч.

Аналіз кореляційних зв'язків також виявив негативну кореляцію на 5% рівні між такими

показниками шкал: визначення життєвого сценарію та рівнем соціальної фрустрованості особистості (-0.797); стійкості життєвого світу особистості та рівнем соціальної фрустрованості (-0.765); рівня соціальної фрустрованості та суверенністю психологічного простору (-0.5). Це вказує на те, що за розгортання життєвого сценарію у напрямі «сходження» ступінь соціальної фрустрованості особистості зменшуватиметься. Тобто якщо особистість здатна у своєму життєздійсненні реалізовуватися на рівні сверзавдань, її рівень задоволеності собою та світом буде вище. І навпаки, зі збільшенням ступеня фрустрованості, життєвий сценарій особистості розгортається у напрямі типу сценарію «долання». У цьому випадку незадоволеність собою та своїм життям може обмежувати та навіть зменшувати енергопотенціал особистості, позбавляти можливості бачити перспективи та точки зростання. Негативна кореляція між показниками шкал стійкості життєвого світу особистості та рівнем соціальної фрустрованості вказує на те, що при зменшенні ступеня фрустрованості характер прояву стійкості життєвого світу змінюється у бік «конструкційного», і навпаки. Так, особистість задоволена собою та світом навколо, бачить світ, і себе в ньому, без суперечностей, виявляє стійкість до зовнішніх тисків та мінливих обставин. Негативна кореляція між показниками шкал рівня соціальної фрустрованості та суверенності психологічного простору особистості вказує на зворотний взаємозв'язок між ступенем фрустрованості та суверенністю психологічного простору. Тобто при зменшенні фрустрованості збільшуватиметься суверенність психологічного простору, і навпаки. Так, чим менше незадоволеності відчуває особистість по відношенню до себе та обставинам свого життя, тим комфортніше та безпечніше вона почувається на рівні особистих контактів, речей, території проживання, звичок та світогляду.

Також була виявлена позитивна кореляція на 5% рівні між показниками шкал сенсожиттєвої й ціннісної основи вибору та рівнем соціальної фрустрованості (0.384). Це говорить про те, що у разі зростання ціннісної основи вибору буде зростати психічне напруження, що обумовлюється недосягненням цього вибору та положенням індивіду в системі соціальної ієрархії, яке також не сприяє його досягненню. І навпаки, чим більше особистість буде триматись за місце в соціальній ієрархії з відчуттям надмірної психічної напруги, тим більше їй буде потрібно ґрунтовних причин, щоб здійснити вибір у зміні існуючих обставин власного існування.

Негативні кореляції на 5% рівні між показниками шкал ґрунтовності вибору та суверенністю території (-0.336) та ґрунтовності вибору

й суверенністю речей (-0.288) говорять про те, що у разі зростання ґрунтовності вибору, з розумінням того, в ім'я чого він відбувається, в особистості буде знижуватись суверенність власної території. Кореляція достатньо слабка, але вона є і вказує на те, що особистість буде вступати в контакти, можливо звужувати або розширювати власні межі, щоб досягти власної мети. І навпаки, у разі неможливості особистості поступитися власними межами, тобто чим більшого значення вона надає суверенності власної території, тим менше вона буде здатною до ґрунтовності власного вибору, оскільки страх втрати суверенності буде сприяти роботі різних захисних механізмів, наприклад раціоналізаторській проекції: «я не хочу це досягати», «ці досягнення мені непотрібні, не цікаві» тощо. І ще, чим більше ґрунтовність вибору, тим менше значення надається недоторканості власних матеріальних речей. У разі зростання ґрунтовності вибору особистість має більше ступенів свободи використовувати речі без жалю у досягненні власної мети, й навпаки. Вважаємо, що розглянуті питання потребують подальших досліджень зі збільшенням кількості респондентів. На нашу думку, це може зробити результати дослідження більш значущими.

Висновки з проведеного дослідження. Життєтворча особистість дорослого віку – це динамічна особистість, відкрита можливостям світу, готова до авторського життєвого вибору та самозмін у тому напрямі, що максимально сприятиме її самореалізації в певній життєвій ситуації. Така життєтворча особистість у несподіваних ситуаціях виявляє алертність та адаптованість. При цьому подібна стратегія не є звичайним пристосуванням. Навпаки, це творча адаптація до життєвих обставин, що змінюються. Вона пов'язана з самореалізацією та самоствердженням особистості в її власному житті. Цей стан, у якому особистість творить своє життя, конструює нову суб'єктивну реальність, актуалізуючи потенційні здібності на противагу плавної і безболісної адаптації за пасивним типом пристосування до ситуації різними вигідними способами, більшість з яких є, якщо не руйнівними, то стагнуючими. При цьому практика попередніх авторських

життєвих виборів та життєвий досвід особистості опосередковують її вибір у даний час. Стійкість її світу та суверенність психологічного простору створюють умови, у яких здійснення авторського життєвого вибору та життєтворчого процесу взагалі стають можливими. Саме вони дозволяють утримувати цілісність системи «людина-світ» в процесі здійснення дорослою особистістю власного життєвого проекту. Існуючі взаємозв'язки між показниками авторського життєвого вибору, стійкості світу, суверенності психологічного простору особистості та рівня соціальної фрустрованості у дорослому віці свідчать про те, що здатність зрілої людини зберігати цілісність свого життєвого світу в процесі здійснення усвідомленого вибору у напрямку саморозвитку сприяє її життєтворчому самоздійсненню.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Артюхіна Н.В. Базові складові життєтворчості особистості. *Теорія і практика сучасної психології*.: зб. наук. праць. Запоріжжя : Вид-во «Класичний приватний університет», 2019. Т.1, № 2. С. 10–16.
2. Большакова А. Життєтворчі здібності та креативний потенціал особистості, яка самоактуалізується. *Теорія і практика управління соціальними системами*. Харків : [б.в.], 2016. № 4. С. 47–54.
3. Гріньова О.М. Психологічні особливості авторського життєвого вибору в юнацькому віці. *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова. Серія «Психологія»*. Одеса : Вид-во «Астропринт», 2018. Том 23. Випуск 1(47). С. 43–51.
4. Доценко О. Технології життєтворчості особистості. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*: зб. наук. праць. Київ : Вид-во ТОВ НВП «Інтерсервіс», 2018. Вип. 8. С. 6–13.
5. Мистецтво життєтворчості особистості: науково-методичний посібник : У 2 ч. / В.М. Доній, Г.М. Несен, Л.В. Сохань, І.Г. Єрмаков. Київ : ІЗМН, 1997. 758 с.
6. Сохань Л.В. Про життєтворчість, мудрість, про любов до життя. *Життєтворчість: концепція, досвід, проблеми*. Запоріжжя : Центрікон, 2004. С. 5–8.
7. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с. Яновська Л.В. Динаміка здатності до життєтворчості особистості у дорослому віці : автореф. дис. ...канд. психол. наук : 19.00.07 ; Південноукр. держ. ун-т ім. К.Д. Ушинського. Одеса, 2006. 19 с.

ЕМОЦІЙНІ ПЕРЕЖИВАННЯ ТА КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ В ПЕРІОД РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ

EMOTIONAL EXPERIENCES AND COPING STRATEGIES OF YOUTH PERSONS DURING THE RUSSIAN-UKRAINIAN WAR

Стаття присвячена аналізу домінуючих емоційних переживань, стану стресу та копінг-стратегій осіб юнацького віку у період повномасштабного вторгнення російської федерації в Україну. У статті розкриваються вікові особливості емоційної сфери особистості у юнацький період та актуальні емоційні переживання студентської молоді під час війни в Україні. Автори наводять результати описової статистики, а також порівняльного аналізу, який висвітлює відмінності у емоційних переживаннях, особистісних рисах та копінг-стратегіях осіб юнацького періоду та періоду дорослості. Виявлено, що для осіб юнацького віку не характерні негативні та тривожно-депресивні емоційні переживання, але і позитивні емоції не є сильно виражені. Рівень стресу у студентської молоді виражений на середньому рівні. Відмінності між особами юнацького віку та періоду дорослості стосуються таких копінг-стратегій: самоконтроль, дистанціювання та втеча-уникнення, які є більш вираженими у студентської молоді. У статті описано також результати кореляційного і факторного аналізу для виявлення латентних факторів та взаємозв'язків між домінуючими емоціями, станом стресу, особистісними рисами та копінг-стратегіями осіб юнацького періоду. Показано, що рівень стресу осіб юнацького віку прямо пов'язаний з емоційною нестабільністю, недобросовісністю як особистісними рисами та такими копінг-стратегіями, як: втеча-уникнення, самоконтроль, дистанціювання або конфронтація. Доведено, що індекс позитивних емоцій має прямий взаємозв'язок з добросовісністю та такими копінг-стратегіями, як: позитивна переоцінка та конфронтація. На завершення статті автори висвітлюють напрямки профілактичної роботи, шляхи попередження виникнення деструктивних копінг-стратегій та окреслює аспекти корекційно-розвиваючих форм діяльності зі студентською молоддю.

Ключові слова: емоційні переживання, стрес, копінг-стратегії, особистісні риси, студентська молодь.

The article is devoted to the analysis of dominant emotional experiences, the state of stress and coping strategies of young people during the full-scale invasion of the Russian Federation into Ukraine. The article reveals the age-specific features of the emotional sphere of the personality in the youth period and the actual emotional experiences of student youth during the war in Ukraine. The authors present the results of descriptive statistics, as well as comparative analysis, which highlights the differences in emotional experiences, personality traits, and coping strategies of individuals in the youth and adulthood periods. It was found that young people are not characterized by negative and anxious-depressive emotional experiences, but also positive emotions are not strongly expressed. The level of stress among student youth is expressed at an average level. Differences between individuals in adolescence and adulthood relate to the following coping strategies: self-control, distancing, and escape-avoidance, which are more pronounced in student youth. The article also describes the results of correlation and factor analysis to identify latent factors and relationships between dominant emotions, stress, personality traits, and coping strategies of individuals in the adolescent period. It is shown that the stress level of adolescents is directly related to emotional instability, dishonesty, as personal traits and such coping strategies as: escape-avoidance, self-control, distancing or confrontation. It has been proven that the index of positive emotions has a direct relationship with conscientiousness and such coping strategies as: positive reappraisal and confrontation. At the end of the article, the authors highlight directions of preventive work, ways to prevent the emergence of destructive coping strategies and outline aspects of corrective and developmental forms of activity with student youth.

Key words: emotional experiences, stress, coping strategies, personality traits, student youth.

УДК 159.942

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.11>

Волюшок О.В.

к.психол.н.,

доцент кафедри психології

Львівський національний університет імені Івана Франка

Ноздріна Л.В.

к.екон.н.,

доцент кафедри безпеки інформації та бізнес-комунікацій

Львівський національний університет імені Івана Франка

Період російсько-української війни негативно вплинув та продовжує впливати на стан психічного здоров'я громадян України. За даними МОЗ України, станом на початок листопада 2022 року за допомогою до психологів і психіатрів звернулися 650 тис. українців. Для порівняння, у 2019-му за психіатричною допомогою звернулося близько 302 тис. громадян. Крім того, у 20–30% осіб, які пережили травматичні події, може розвинути посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) [9]. Як повідомляв УНІАН, за прогнозами Міністерства охорони здоров'я, понад 15 мільйонів українців потребуватимуть психологічної допомоги за наслідками війни. Віктор Ляшко зазначив, що ця війна матиме суттєвий вплив на пси-

хичний стан людей, навіть тих, яким здається, що вони стійко переживають воєнні наслідки – таке уявлення є виключно міфічним [2].

Результати опитування 2100 українців, яке було проведено Gradus Research Company 22–26 вересня 2022 року засвідчило, що 42% досліджуваних відчувають напруження, 41% – втому, 41% – надію, трохи менше, зокрема, 26% опитаних переживають страх та 24% – гнів. Щодо переживання стресу останнім часом, то таких осіб серед досліджуваних виявилось більше половини – 71%. Війну найчастіше називають причиною стресу – 72% опитаних респондентів. Серед аспектів війни, які викликають стрес на першому місці знаходиться безпека близьких – 63%. [6].

Якщо говорити про особливості емоційної сфери у осіб юнацького періоду, то вчені зауважують, що вона є більш стабільною, ніж у підлітковому віці. Юнаки та дівчата спроможні до саморегуляції емоційних станів, ставлення до себе набуває більш стійкого позитивного змісту. Почуття, які формуються в узагальненому вигляді поєднуються зі знаннями і виражають світоглядні настанови у юнацький період [7]. Емоційна сфера у ранній юності, на думку вітчизняних вчених, є складною та різнобарвною, зростає її керованість та контрольованість. У цей період зменшується вміст афективних реакцій, емоційне життя є інтенсивним, хоча стає менш бурхливим і більш стабільним. Молоді люди незалежно від типу нервової системи, значно стриманіші й врівноваженіші порівняно з підлітками. Прояви емоцій та почуттів стають більш насиченими та гнучкими [4]. Зв'язок емоційних реакцій підлітків від гормональних та фізіологічних процесів певною мірою зберігається і у період ранньої юності, однак вона вже не є визначальною. Специфіка емоцій та почуттів у юнацькому періоді залежить від соціальних факторів і умов виховання, а також індивідуально-типологічні відмінності часто є більш суттєвими ніж вікові.

У цей період юнаки та дівчата прагнуть емоційної автономії, якої важко досягнути і цей процес є суперечливий. Заброцький М. стверджує, якщо у підлітковому віці проблеми більше пов'язані з дисципліною, то у ранній юності спостерігається більше емоційних конфліктів, зокрема, у взаєминах з батьками. Батьки ж досить хворобливо реагують на емоційне відчуження власних дітей, скаржаться на їх черствість та байдужість. Проте, як вважають науковці, це є тимчасове явище і емоційний контакт з батьками відновиться після завершення кризового періоду на новому рівні [5].

Щодо копінг-стратегій, то цікавими виявились результати дослідження 80 осіб юнацького віку, які проводила українська науковиця Сінельнікова Т.В. Опитування студентів 1 курсу Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського засвідчило, що домінуючими копінг-стратегіями молодих людей виявились уникнення (82%) та пошук соціальної підтримки (78%). Проте вже до 5 курсу співвідношення змінюється і з'являються нові стратегії подолання стресу, це – розв'язання проблеми (70%), пошук соціальної підтримки (65%), а стратегію уникнення обирають лише 5% досліджуваних юнаків та дівчат. Відмінність полягає ще й у тому, що першокурсники шукають підтримки здебільшого у батьків, а п'ятикурсники від партнерів у близьких стосунках, коханих [8]. Дослідження Гуріної Д. теж підтвердили дані результати, що найуживанішими копінг-стра-

тегіями серед осіб юнацького віку виявились уникнення (64%) та дистанціювання (37%) та пошук соціальної підтримки (36%) [3].

Проте Андрущенко І.Г. стверджує, що більшість осіб юнацького віку (60% опитаних зі 100 студентів 1–3 курсів) обирають продуктивні емоційні копінг-стратегії: оптимізм – 56% та протест – 4%. Їх емоційний особистісний стан можна охарактеризувати як активне обурення і протест щодо труднощів. Їм властива емоційна готовність вирішувати наявні проблеми і впевненість, що існує вихід із будь-якої ситуації. Непродуктивні поведінкові копінг-стратегії притаманні меншій кількості опитаних, зокрема 32% досліджуваним: активне уникнення – 20% і відступ – 12%. У такій поведінці спостерігається уникнення думок про неприємності, пасивність, самотність, байдужий спокій, ізоляцію, прагнення уникнути активних міжособистісних контактів, відмова від вирішення проблем [1].

Узагальнюючи результати проведених досліджень науковців, можемо стверджувати про різні поведінкові реакції на стресові ситуації у студентської молоді, що імовірніше обумовлюється індивідуальними відмінностями, зокрема типом темпераменту, характеру, рівнем самооцінки, особливостями спрямованості, а також минулим позитивним чи негативним досвідом, соціальним/сімейним статусом осіб юнацького віку.

Перейдемо до викладу основного матеріалу нашого дослідження з повним обґрунтуванням здобутих наукових результатів. *Мета дослідження* – виявити домінуючі емоційні переживання, рівень стресу і копінг-стратегії осіб юнацького віку та відмінності у даних явищах між студентською молоддю та особами періоду дорослості.

Гіпотези дослідження: 1) припускаємо наявність високого рівня стресу у осіб юнацького віку та домінування індексу гострих негативних емоцій та тривожно-депресивних емоційних переживань, пов'язаних з війною в Україні; 2) припускаємо наявність відмінностей між особами юнацького віку та періоду дорослості у рівні стресу та копінг-стратегіях; 3) припускаємо наявність взаємозв'язку між рівнем стресу, домінуючими емоціями та особистісними рисами осіб юнацького віку.

Було використано такі *психологічні методики дослідження:* шкала диференційних емоцій К. Ізарда, шкала психологічного стресу Лемур-Тесьє-Філіона (в адаптації Водоп'янової Н.), опитувальник копінг-стратегій Р. Лазаруса, короткий п'ятифакторний опитувальник особистості TIPI (в адаптації Кліманської М., Галецької І.).

Групу досліджуваних склало 148 осіб юнацького періоду та періоду дорослості, з них 89 осіб – студентська молодь віком 17–20 років

(експериментальна група) і 59 осіб періоду дорослості віком 21–70 років (контрольна група). Статевий розподіл респондентів: 133 жінок та 15 чоловіків. 140 осіб на момент опитування проживали в Україні і 8 осіб – за кордоном.

Досліджуваними особами юнацького віку були студенти різних закладів вищої освіти м. Львова (Львівський національний університет ім. І. Франка, національний університет «Львівська політехніка», Український католицький університет, Львівський національний медичний університет ім. Д. Галицького). Дослідження проводилось у період з жовтня по листопад 2022 року у дистанційному форматі на платформі Google-form. У цей час відбувалось загострення бойових дій, часті повітряні тривоги через активність російських військових атак на заході України.

Результати описової статистики за шкалою диференційних емоцій засвідчили, що індекс позитивних емоцій (інтерес, радість, здивування) домінує серед спектру інших переживань студентської молоді, але рівень його вираженості є середній (Mean=2,5). Щодо переживання стресу, то спостерігається вище середнього рівень його вияву (Mean=4,6). Індекс тривожно-депресивних емоцій (страх, сором, провина) має найменші показники (Mean=1,8), що свідчить про незначний ступінь його вираженості. Це можна пояснити тим, що студентська молодь не схильна зациклюватися на неприємних емоційних переживаннях, з оптимізмом дивиться у майбутнє, їй притаманні різноманітні інтереси, які дозволяють переключатись на інші джерела радості (див. рис. 1).

Щодо опитувальника «Копінг-стратегії» Р. Лазаруса, то домінуючими способами долаючої поведінки виявились стратегії «Втеча-уникнення» (Mean=14,36), «Самоконтроль» (Mean=13,26) та «Планування рішення» (Mean=12,04). Щодо перева-

жання копінг-стратегії «Втеча-уникнення», то наші результати співпадають з тими даними дослідженнями, які проводили українські науковиці Сінельнікова Т. та Гурина Д. [8; 3]. Молодь може вдаватись до певних захисних реакцій, таких як: заперечення проблеми, фантазування, втеча від відповідальності і схилитись до прояву аддиктивної поведінки (азартні ігри, інтернет-залежність, переїдання, зловживання алкоголем тощо) з метою швидкого зниження емоційного напруження. Ця стратегія багатьма дослідниками вважається неадаптивною, хоча у деяких ситуаціях, наприклад, при гострих стресових ситуаціях може приносити тимчасове полегшення. Проте треба пам'ятати про короткостроковий ефект дії даної копінг-стратегії зі зниження емоційного дискомфорту, неможливість повністю вирішити проблему та накопичення нових труднощів, зокрема пов'язаних зі здоров'ям.

Вибір копінг-стратегії «Самоконтроль» говорить про розвинутий емоційний інтелект досліджуваних. Адже для того, щоби долати негативні переживання спровоковані стресом, треба усвідомлювати їх наявність та керувати своїми емоціями. Проте у тих респондентів, які обрали дану стратегію для зменшення рівня стресу, може спостерігатись прагнення приховувати від оточуючих свої переживання через страх саморозкриття або надмірну вимогливість до себе. Такі дії можуть призвести до надконтролю поведінки.

Ті досліджувані, які обрали копінг-стратегію «Планування вирішення проблеми», знаходяться у найкращій ситуації, адже ця стратегія вважається адаптивною, яка сприяє конструктивному вирішенню труднощів. Цілеспрямований аналіз ситуації та варіантів вирішення проблеми, планування власних дій, які враховують об'єктивні умови, минулий досвід та наявні ресурси розкривають сутність даної копінг-стратегії (див. рис. 2).



Рис. 1. Результати описової статистики за шкалою диференційних емоцій К. Ізарда та шкалою психологічного стресу Лемур-Тесье-Філліона

Для перевірки 2 гіпотези про наявність відмінностей у рівні стресу та копінг-стратегіях між особами юнацького періоду та періоду дорослості був проведений порівняльний аналіз за методом T-tests Ст'юдента. Результати засвідчили наявність відмінностей між групами за такими параметрами, як: самоконтроль, дистанціювання, втеча-уникнення, які є шкалами опитувальника копінг-стратегій Р.Лазаруса та добросовісність, екстраверсія, які є шкалами короткого п'ятифакторного опитувальника особистості ТІРІ (див. рис. 3). За рівнем стресу достовірних статистичних відмінностей не було виявлено.

У досліджуваних осіб юнацького періоду більш вираженим є рівень копінг-стратегії «Втеча-уникнення» (Mean=14,36) на відміну від осіб періоду дорослості (Mean=12,76) при $t=2,16$. Такі копінг-стратегії, як «Дистанціювання» (Mean=10,30) та «Самоконтроль» (Mean=13,26) теж є більш вираженими у студентської молоді порівняно з дорослими (Mean=8,61 Mean=11,93) відповідно. Такі результати можна пояснити тим, що особи юнацького віку через брак життєвого досвіду та знань знаходяться у процесі пошуку

оптимальної копінг-стратегії. Також юнацький максималізм може призводити до розчарувань, браку віри у власні сили у процесі подолання труднощів. Набагато легше втекти від реальності, знецінити власні переживання або надмірно їх контролювати. Особи періоду дорослості у стресовій ситуації можуть поводити себе більш виважено і використовувати частіше адаптивні копінг-стратегії.

Також результати порівняльного аналізу засвідчили переважання вияву добросовісності (Mean=2,80) та екстравертованості (Mean=1,47) у осіб періоду дорослості порівняно з досліджуваними юнацького віку (Mean= 1,53 та Mean=0,46) відповідно. Дорослі особи виявляють більше наполегливості у процесі постановки цілей та власних дій, вищий рівень відповідальності, розсудливості, схильності підтримувати порядок порівняно з досліджуваними юнацького віку. Також особи періоду дорослості є більш схильними і відкритими до соціальної взаємодії, активними та енергійними порівняно з особами юнацького віку. Поясненням може бути вищий рівень особистісної зрілості у осіб періоду дорослості, а також наявний життєвий досвід, коли людина



Рис. 2. Результати описової статистики за методикою «Копінг-стратегії» Р. Лазаруса



Рис. 3. Результати порівняльного аналізу за копінг-стратегіями та особистісними рисами осіб юнацького періоду та періоду дорослості

розуміє значущість власних зусиль у досягненні цілей та особисту відповідальність за власні дії.

Для перевірки 3 гіпотези дослідження було також застосовано кореляційний аналіз у групі осіб юнацького віку (див. рис. 4). Результати статистичного аналізу засвідчили, що рівень стресу має прямі взаємозв'язки з такими копінг-стратегіями, як: самоконтроль, дистанціювання, втеча-уникнення, конфронтаційний копінг. Тобто при зростанні рівня стресу студентська молодь схильна обирати такі копінг-стратегії, як: самоконтроль, дистанціювання, втеча-уникнення та конфронтаційний копінг. При конфронтації особа вирішує проблему не завжди через цілеспрямовану діяльність, для неї властиві імпульсивні дії, може спостерігатись ворожість, труднощі у плануванні дій та прогнозуванні результату. Проте найбільш виражений взаємозв'язок у нашій групі досліджуваних осіб юнацького віку є між рівнем стресу та копінг-стратегією «Втеча-уникнення» ($r=0,38$).

Крім того, було виявлено, що рівень стресу обернено пов'язаний з такими особистісними рисами, як: добросовісність ($r= -0,30$) та емоційна стабільність ($r= -0,50$). Такі результати свідчать, що при зростанні рівня стресу юнаки та дівчата схильні до гедонізму, імпульсивності у прийнятті рішень, спонтанності дій. У стресовій ситуації у них виявляється нейротизм, менша здатність до емоційної саморегуляції, розгубленість у присутності інших, переживання страху і напруги.

Цікавими виявились також взаємозв'язки між індексом позитивних емоцій, особистісними рисами та копінг-стратегіями (див. рис. 5). Отже, такі емоції як інтерес, радість та здивування прямо пов'язані з добросовісністю ($r=0,21$), позитивною переоцінкою ($r=0,23$) та конфронтацією ($r=0,33$). Тобто при зростанні інтересу до якоїсь справи зростає наполегливість у ставленні до цілей, мотивація досягнення успіху, відповідальність та розсудливість. Також при спробі подолання негативних переживань за рахунок її позитив-

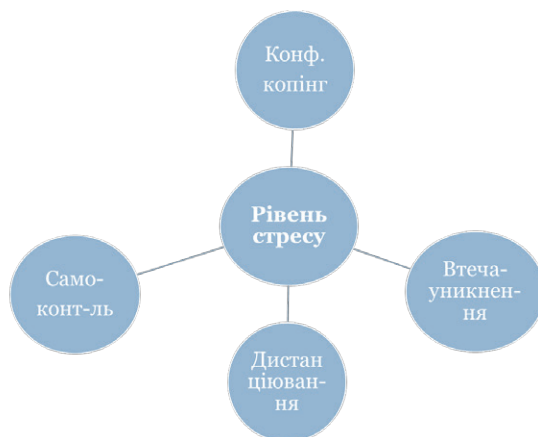


Рис. 4. Кореляційна плеяда між шкалою психологічного стресу Лемур-Тесье-Філліона та шкалами опитувальника «Копінг-стратегії» Р. Лазаруса



Рис. 5. Кореляційна плеяда між шкалою «Індекс позитивних емоцій», особистісною рисою та копінг-стратегіями

ного переосмислення, розгляд її як стимулу для особистісного зростання зростає рівень вияву позитивних емоцій. Проте і при способі вирішення проблеми шляхом імпульсивності поведінки, прояву ворожості до опонента чи ситуації будуть також зростати прояви позитивних емоцій. Крім того, було виявлено, що індекс тривожно-депресивних емоцій прямо пов'язаний з індексом гострих негативних емоцій ($r=0,22$), а також з такою копінг-стратегією, як – «Втеча-уникнення» ($r=0,34$). Тобто при зростанні таких емоцій, як страх, сором і провина, можуть зростати прояви інших емоцій, зокрема, горе, гнів, відраза і презирство, а також особа буде обирати заперечення чи ігнорування проблеми, ухилитись від відповідальності та дій щодо вирішення труднощів.

Для більш глибокого аналізу результатів дослідження та отримання факторної структури результатів був застосований факторний аналіз з використанням методу головних компонент (обертання Varimax raw). Рішення про кількість факторів приймалося за допомогою критерію «кам'яного осипу», в результаті якого було виділено 5 факторів, які пояснюють 63,9% сукупної дисперсії даних. Перший фактор включив змінні: екстраверсія (0,63), відкритість новому досвіду (0,76), планування рішення (0,77), пошук соціальної підтримки (0,54), позитивна переоцінка (0,81), конфронтація (0,67). Перший фактор пояснює 22,8% дисперсії. Дані характеристики можна об'єднати назвою «Особистісні риси та конструктивні копінг-стратегії». Тобто можна зробити висновок, що студентська молодь, яка виявляє відкритість у спілкуванні, позитивно оцінює новий життєвий досвід, схильна до соціальної взаємодії використовує в основному адаптивні, конструктивні стратегії поведінки у стресовій ситуації. Проте у деяких випадках може проявити імпульсивні дії, які є не завжди обдуманими, хоча при помірному використанні конфронтації такі особи здатні опиратись труднощам та вміють відстоювати власні інтереси.

Другий фактор включив змінні: рівень стресу (0,63), добросовісність (-0,61), емоційна стабільність (-0,77), втеча-уникнення (0,67). Другий фактор пояснює 18,6% дисперсії. Дані характеристики можна об'єднати назвою «Особливості студентів, які схильні до стресу». Тобто особи юнацького віку, які відчують вплив стресу є емоційно нестабільними, недобросовісними та схильними до ухиляння від вирішення життєвих труднощів.

Третій фактор включив змінні: індекс позитивних емоцій (0,62) та індекс тривожно-депресивних переживань (0,79). Третій фактор пояснює 8,9% дисперсії. Дані характеристики можна об'єднати назвою «Спектр емоційних переживань у юнацькому віці». Тобто студентська молодь може переживати різний спектр

емоцій: від позитивних до негативних, що імовірно може залежати від індивідуально-типологічних рис особистості, минулого досвіду вирішення проблемних ситуацій, сімейного виховання та наявності підтримки у соціальному середовищі.

Четвертий фактор включив змінні: індекс гострих негативних емоцій (0,77), пошук соціальної підтримки (-0,53). Четвертий фактор пояснює 7,5% дисперсії. Дані характеристики можна об'єднати під назвою «Негативні емоційні переживання та брак соціальної підтримки». Тобто особи, які не отримують чи не прагнуть соціальної підтримки у стресовій ситуації, можуть відчувати загострення негативних емоційних переживань, таких як: горе, гнів, відраза і презирство.

І останній п'ятий фактор включив змінні: дистанціювання (0,74) і самоконтроль (0,69). П'ятий фактор пояснює 6,2% дисперсії. Дані характеристики можна об'єднати під назвою «Копінг-стратегії, спрямовані на емоції». Тобто досліджувані особи юнацького віку намагаються подолати негативні емоційні переживання або шляхом суб'єктивного зниження її значущості та емоційної залученості до них, або через цілеспрямоване придушення і стримування емоцій. У обох стратегіях простежується прагнення до мінімізації впливу емоційних переживань на оцінку ситуації.

У результаті наукової роботи була досягнута мета та перевірені гіпотези дослідження. Зокрема, 1 гіпотеза була спростована, 2 гіпотеза – частково підтверджена, 3 гіпотеза – підтвердилась. У результаті наукової роботи була досягнута мета та перевірені гіпотези дослідження. Зокрема, 1 гіпотеза була спростована, 2 гіпотеза – частково підтверджена, 3 гіпотеза – підтвердилась.

Для осіб юнацького віку не властиві негативні та тривожно-депресивні емоційні переживання, але і позитивні емоції не є сильно виражені. Рівень стресу виражений на середньому рівні. Домінуючими копінг-стратегіями для студентської молоді виявились втеча-уникнення, самоконтроль та планування рішення. Рівень стресу у осіб юнацького віку прямо пов'язаний з емоційною нестабільністю, недобросовісністю, як особистісними рисами та такими копінг-стратегіями, як: втеча-уникнення, самоконтроль, дистанціювання або конфронтація. Індекс позитивних емоцій має прямий взаємозв'язок з добросовісністю та такими копінг-стратегіями, як: позитивна переоцінка та конфронтація. Використання конструктивних (продуктивних) копінг-стратегій пов'язано з такими рисами, як екстраверсія та відкритість новому досвіду.

У профілактичній роботі зі студентською молоддю слід звернути увагу на недостатність вираженості позитивних емоцій (інте-

рес, радість, здивування), домінування дезадаптивних копінг-стратегій, таких як: втеча-унікнення та конфронтація, низький рівень вияву адаптивної копінг-стратегії – пошук соціальної підтримки, який сприяє зростанню негативних емоційних переживань юнаків та дівчат. Важливо працювати над формуванням добросовісності (мотивації у досягненні цілей, відповідальності, розсудливості), пошуком тих сфер діяльності, хоббі, які приносять радість, розвитком комунікативних навичок та емоційного інтелекту, опануванням прийомів емоційної саморегуляції для зменшення рівня стресу у юнацькому віці. Перспективами подальших досліджень для розкриття даної теми може бути включення додаткового психологічного інструментарію для вивчення особистісних та соціальних чинників, які впливають на емоційні переживання та вибір домінуючих копінг-стратегій у осіб юнацького віку.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Андрущенко І.Г. Психологічні особливості впливу копінг-стратегій на саморозвиток особистості юнацького віку. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»* : збірник наукових праць. Острог : Вид-во НаУОА, 2018. № 6. С. 4–8.
2. Війна в Україні матиме критичні наслідки для психічного здоров'я людей – Ляшко. *Уніан* : веб-сайт. URL: <https://www.unian.ua/health/viy-na-v-ukrajini-matime-kritichni-naslidki-dlya-psi-hichnogo-zdorov-ya-lyudey-lyashko-12025647.html>.
3. Гуріна Д. Психологічні особливості копінг-стратегій у юнацькому віці. *Психологічні дослідження: наукові праці викладачів та студентів соціально-психологічного факультету*. Випуск 13. / За ред. Ю. Дем'янчук, Н. Портницької, І. Тичини. Житомир : Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2020. С. 16–17.
4. Дуткевич. Дитяча психологія. Навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 424 с.
5. Заброцький М.М. Основи вікової психології. Навчальний посібник. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2001. 112 с.
6. Психічне здоров'я та ставлення українців до психологічної допомоги під час війни. URL: https://gradus.app/documents/307/Gradus_Research___Mental_Health_Report_full_version.pdf.
7. Сергєєнкова О.П., Столярчук О.А., Коханова О.П. Вікова психологія. Навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 376 с.
8. Сінельнікова Т.В. Психологічні особливості вибору копінг-стратегій в юнацькому віці. *Наука і освіта*. № 3. 2015. С. 10–105.
9. Як війна відбивається на ментальному здоров'ї українців. Тексти : веб-сайт. URL: <https://texty.org.ua/articles/108997/jak-vijna-vidobrazhayetsja-na-mentalnomu-zdorovy-ukrayintsiv/>.

ФЕНОМЕН АКАДЕМІЧНОГО ЕЙДЖИЗМУ У СОЦІАЛЬНІЙ ПЕРЦЕПЦІЇ СУБ'ЄКТІВ ОСВІТИ

THE PHENOMENON OF ACADEMIC AGEISM IN THE SOCIAL PERCEPTION OF EDUCATION SUBJECTS

Статтю присвячено теоретичному узasadненню й емпіричній верифікації феномену академічного ейджизму в освітньому середовищі України з погляду надавачів (педагогів) та отримувачів (школярів і студентів) освітніх послуг. Шляхом тематичного аналізу оцінних конструктів есе «Мій улюблений педагог» у рамках описового (герменевтичного) емпіричного дослідження було виокремлено низку поцінованих молодим поколінням особистісних рис (емоційна зрівноваженість, справедливість, організованість та ін.) і професійних якостей педагогів (відданість своїй професії в поєднанні з глибокими знаннями предмета, вміння пов'язувати теорію з практикою, володіння інтерактивними методами навчання та ін.), причому пріоритет віддався комунікативним диспозиціям (повага і безумовне прийняття учня чи студента, щирість, відвертість, чесність, емпатія, доступність, почуття гумору тощо), здатним викликати довіру, почуття захищеності та впевненості у собі, мотивувати до навчання і розвивати критичне й творче мислення. Встановлено, що латентні симпатії молодого покоління належать молодшим за віком педагогам як таким, що менше зазнали на собі впливу емоційного вигорання та професійної деформації. Лонгітюдне включене спостереження, аналіз контенту обговорення проблеми у фокус-групах дав змогу визначити труднощі (дигітальний і мовний розриви, джейнізм, едалтизм, психофізична інволюція, ослаблення резильєнтності), переваги (любов до професії, мудрість, емоційна зрілість, комунікативна компетентність, професіоналізм) і стратегії досягнення вікової різноманітності (адміністративна підтримка, викорінення мобінгу, зумовленого віком працівника, соціальна справедливість, міжпоколінна співпраця, наставництво, самоорганізація і громадська діяльність, турбота про здоров'я) як засобів підвищення конкурентоздатності і психологічного благополуччя науково-педагогічних працівників ЗВО в контексті профілактики і подолання фактів академічного ейджизму.

Ключові слова: академічний ейджизм, вікова різноманітність, міжпоколінна взаємодія, соціальна перцепція, освіта.

The article substantiates theoretically and verifies empirically the phenomenon of academic ageism in the Ukrainian educational environment from the point of view of providers (teachers) and recipients (schoolchildren and students) of educational services. Evaluative constructs used in "My favourite teacher" essays were analysed within our descriptive (hermeneutic) empirical study and we determined teachers' personal traits (emotional balance, fairness, time management skills, etc.) and professional qualities (devotion to their profession combined with deep knowledge, the ability to connect theory with practice, mastered interactive teaching methods and etc.) that were highly esteemed by schoolchildren and students. Additionally, the priority was given to communicative skills (respect and unconditional acceptance of schoolchildren and students, sincerity, openness, honesty, empathy, accessibility, sense of humour, etc.) that help schoolchildren and students to feel trust, have a sense of security and self-confidence, motivating learning and developing critical and creative thinking. The latent sympathies of the younger generation belonged to younger teachers as those who were less affected by emotional burnout and professional deformation. The performed longitudinal included observation, content analysis of the discussion organised in focus groups allowed us to identify difficulties (digital and language gaps, Jainism, adultism, psychophysical involution, weakened resilience), advantages (love for the profession, wisdom, emotional maturity, communicative competence, professionalism) and strategies (administrative support, eradication of mobbing related to an employee's age, social justice, intergenerational cooperation, mentoring, self-organization and social activities, health care) for achieving the age diversity as a means increasing the competitiveness and psychological well-being of scientific-pedagogical workers and preventing and overcoming the facts of academic ageism.

Key words: academic ageism, age diversity, intergenerational interaction, social perception, education.

УДК 159.9:37.015.3
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.12>

Карпенко З.С.

Д.психол.н.,
професор кафедри теоретичної
та практичної психології
Національний університет «Львівська
політехніка»

Складна, диспропорційна вікова структура сучасного суспільства помножує притаманні йому політичні й економічні суперечності та спонукає шукати відповіді на виклики, породжені демографічним фактором. Так, згідно з прогнозом ВООЗ від 2016 року, кількість людей віком 60 років і старших зросте з 900 мільйонів до 2 мільярдів до 2050 року, тобто збільшиться з 12 до 22 відсотків – майже до чверті населення світу [10]. Статистичні дані вікової структури населення України підтверджують вказану тенденцію, позаяк частка людей віком від 60 років становить 23% з вираз-

ним трендом до збільшення, а частка молодих людей від 15 до 24 років заледве сягає 10% [3].

Суттєво погіршує міжпоколінно-віковий дисбаланс російсько-українська війна, що відволікає трудові ресурси на збройне протистояння агресору, а також сприяє масовому відтоку працездатного населення за кордон заради порятунку і безпеки насамперед малолітніх дітей. За цих умов закріплення робочих місць і посад за людьми пенсійного віку (60+) виступає об'єктивною необхідністю і вимушеним способом заповнити брак робочої сили, яка вимивається з різних галузей суспільного

виробництва. На заводі реалізації викликаного воєнним станом запиту стоять перцептивні упередження молодшого покоління щодо людей пізнього зрілого й похилого віку та їх когнітивних і фізіологічних кондицій, психічної адекватності тощо.

Справедливості ради слід відзначити, що вікові (ейджистські) стереотипи не зовсім безпідставні: геронтологія давно і досконало вивчила інволюційні зміни людей так званого третього віку; водночас їй відомі і явища вітаукту – сповільнення процесів старіння завдяки фізичній та інтелектуальній активності, участі людей літнього віку в посильній суспільно корисній праці, здоровому способу життя та ін. [9]. У цьому контексті відчутні переваги на ринку праці мають представники інтелектуально насичених науково-педагогічних і художньо-мистецьких професій, які пред'являють менше вимог до фізичного здоров'я їх носіїв. Водночас стрімкий розвиток і розповсюдження інформаційно-комунікаційних технологій створює їм серйозні труднощі, оскільки опанування ними потребує зміни вироблених і апробованих багатолітнім досвідом способів пошуку, опрацювання, верифікації та тиражування наукових, освітніх, культурно-мистецьких продуктів тощо.

З іншого боку, актуальний нині пошук дієвих засобів підвищення конкурентоздатності учителів і науково-педагогічних працівників пов'язаний з ідеологічною й організаційно-управлінською несумісністю задекларованих і частково реалізованих соціальних практик у контексті забезпечення високої якості освіти в Україні із залишковими явищами ще радянської спадщини. Мовиться про дотепер не подолану поляризацію геронтократії як влади стариків, що гальмує динамічний рух суспільства уперед, і геронтофобії як страху постаріти, і знецінення старих людей через їхню психофізичну дефіцитарність та здебільшого маргінальне становище на арені суспільного життя/боротьби/змагання за вищі позиції/статуси/привілеї тощо [7; 8].

Попри очевидну необхідність подолання вказаної контроверзи як ціннісно-організаційного рудименту ще радянської системи освіти, спостерігаємо лиш поодинокі спроби заглянути за лаштунки цієї проблеми. Так, юридичним аспектам профілактики й подолання ейджизму в Україні присвячено статтю О.В. Макарової та О.О. Гоцуляк [3], соціально-педагогічним – дослідження Н.П. Печериці [5; 6]. Ще раніше проблему ейджизму в Україні порушила психолог Л.Г. Магдисюк [2], але й досі цю проблему не було поставлено у фокус дослідження мобінгу як злоряксісного соціально-психологічного явища, що підмінює собою здорову конкуренцію між персоналом організації, консолідованими зусиллями яких тільки

і можливо, приміром, забезпечити якісну професійну підготовку майбутніх фахівців у закладах вищої освіти, які своєю чергою мають стати конкурентоздатними на світовому ринку праці [1].

Розв'язання проблеми ейджизму як різновиду дискримінаційної практики щодо осіб похилого віку та одного з предикторів мобінгу можна знайти в обґрунтуванні ресурсності вікової різноманітності, що подібно до мультикультурної різноманітності не утруднює, а фасилітує освітнє середовище як у напрямі підвищення успішності школярів, досягнення кращих результатів у науково-педагогічній царині, так і в напрямі гуманізації морально-психологічного клімату в українських закладах освіти.

Найновіші публікації зарубіжних авторів свідчать про посилену увагу до вікової різноманітності як цінного культурного й цивілізаційного надбання, яке потрібно раціональніше використовувати в різних царинах суспільного життя загалом та в практиці підготовки фахівців з вищою освітою зокрема [13]. Проте більшість цих публікацій стосується забезпечення вікової різноманітності шляхом інклюзії старших, порівняно з основним контингентом, студентів у сучасні університети США [13], Італії [12], Швеції [11] та інших країн. При цьому рефлексуються виклики/труднощі, можливості/переваги та стратегії/шляхи трансформації й гармонізації внутрішньо- та зовнішньоуніверситетської взаємодії різних її індивідуальних суб'єктів та цілих підрозділів/служб з урахуванням мобільності трудових ресурсів, необхідності перманентної самоосвіти і підвищення кваліфікації, а часто й перенавчання, здобуття суміжної, а часто й кардинально нової спеціальності, потреба в чому може виникнути на будь-якому етапі життя людини, зокрема й на так званому етапі пізньої зрілості – геронтогенезі. Однак досліджень на цю тему традиційно бракує.

Помітною подією, що привернула увагу українських дослідників до явища ейджизму, став захист у 2020 році дисертації Н.М. Печериці, яка ввела в науковий дискурс поняття «ейджизм студентської молоді» як латентної форми негативного стереотипу здобувачів вищої освіти 18–25 років до осіб похилого віку, що проявляється в міжособистісних взаєминах і у самоставленні (авторка пише «внутрішньоособистісних взаєминах», що, на наш погляд, не зовсім коректно). При цьому виокремлюється цілий спектр когнітивних, мотиваційно-ціннісних, емоційно-вольових та поведінкових ознак чи, скажімо, індикаторів цих перцептивних упереджень, як-от: брак знань або їхня недовіра, страх перед процесом старіння, знецінення досвіду старшого покоління, страх перед власним старінням, відраза до представників «тре-

тього віку», власна епатажна поведінка як символічна демонстрація переваги й домінування над людьми похилого віку та ін. [6].

Термін «академічний ейджизм», винесений у заголовок цієї статті, не стосується стереотипів сприймання студентською молоддю як специфічною соціально-демографічною групою осіб похилого віку загалом, а лише стереотипів, які побутують в освітньому середовищі закладів вищої освіти стосовно передовсім науково-педагогічних працівників передпенсійного й пенсійного віку як з боку студентів, так і з боку молодших представників професорсько-викладацького складу.

Незважаючи на можливий обсяг поняття академічного ейджизму, представлені нижче результати дослідження ґрунтувалися на експлікації оцінних уявлень студентської молоді про педагогів, насамперед осіб похилого віку. Таке емпіричне дослідження належить до розряду якісних, себто описових чи герменевтичних, і проводилося в рамках вивчення спецкурсу «Геронтопсихологія» для студентів третього курсу спеціалізації «Психологічне консультування». Вибірка становила 90 осіб.

Метою першого етапу дослідження став тематичний аналіз зворотного зв'язку від студентів про їхнє ставлення до факту вікової різноманітності у сфері освіти. З цією метою тим же було запропоновано написати *есе на тему «Мій улюблений педагог»* з характеристикою двох осіб: 1) шкільного вчителя; 2) викладача університету без зазначення предмета (навчальної дисципліни) чи прізвища з ініціалами. Стаття і приблизний вік рекомендувалося вказати. Під час написання есе слід було зазначити: а) характерні риси особистості педагога; б) відомі їм обставини та особливості його професійної підготовки; в) стиль спілкування вказаних осіб, які особисто приваблювали респондентів чи високо ними цінувалися.

Прихованою метою зазначеного завдання було: 1) з'ясувати, чи існує зв'язок між віком референтних (улюблених, авторитетних) педагогів і професійно-ціннісними орієнтаціями респондентів; 2) визначити вікові переваги студентів стосовно улюблених педагогів та ймовірні підстави такого вибору; 3) намітити шляхи оптимізації міжвікової взаємодії в академічному середовищі ЗВО з урахуванням завдань і запитів професійно-особистісного становлення майбутніх психологів.

У результаті тематичного аналізу студентських есе встановлено таке:

1) характеристики улюблених шкільних учителів містили значно більше конотацій, ніж характеристики референтних викладачів ЗВО, що пояснюється меншою тривалістю взаємодії з останніми, яка скорочується вимушеним переходом на дистанційне навчання, а тому – обмеженням безпосередньої міжособистісної

взаємодії, яка високо цінується всіма комунікантами;

2) з-поміж особистісних рис найбільш затребуваними названо емоційну врівноваженість, справедливість як поєднання доброзичливої підтримки з вимогливістю, організованість, сумлінність, мудрість як уміння знайти вихід зі скрутної ситуації;

3) найбільш важливими професійними якостями респонденти вважають відданість своїй професії/захопленість предметом викладання та намагання зацікавити ним учнів/студентів, уміння пов'язувати теоретичний матеріал з практикою (розбір консультаційних кейсів, презентація особистого досвіду), використання інтерактивних методів і засобів унаочнення дидактичного матеріалу, професійна творчість;

4) комунікативні якості педагогів прогнозовано отримали найбільше представництво у змісті есе. Найбільше значення для учнів/студентів мають: повага і прийняття, щирість, відвертість, чесність (автентичність) у взаєминах, емпатія й емоційна підтримка, довіра і доступність, почуття гумору, назагал – уміння створити «приємну атмосферу» як чинник фасилітації групової роботи;

5) прикметно, що в число улюблених педагогів потрапляли різні вчителі-предметники – особи різного віку і статі. З етичних міркувань навчальна дисципліна викладачів університету не вказувалася, а вказівку зазначити приблизний вік викладача частина студентів проігнорувала. Цей факт підсвідомого опору (забування інструкції до завдання) потребує додаткового прояснення. Тим не менш тенденція залишається сталою: в когорту вибраних потрапляли особи різного віку.

Однак із загальних міркувань студентів випливає, що перевага все ж надається молодшим викладачам, які є доступнішими для здобувачів вищої освіти через те, що: а) самі вчать, навчаючи інших, весь час підвищують свій професійний рівень шляхом самоосвіти, мають широкі інтереси і проявляють громадську активність; б) краще розуміють потреби молоді та відгукуються на них, надаючи адекватну професійну допомогу, практикують паритетний (діалогічний) стиль спілкування. Імовірно, йдеться про меншу культурну й ментальну дистанцію між поколінням молодих викладачів і студентів, адже, попри високий професіоналізм і солідний життєвий досвід, викладачі пізнього зрілого віку, за влучним висловом однієї студентки, «не запалюють серця». З проаналізованих есе випливає, що для *подолання культурного розриву* молодих здобувачів освіти від своїх набагато старших наставників останнім потрібно дбати про підтримання на належному рівні свого енергетичного потенціалу (фізичного й емоційного

здоров'я), бути в курсі сучасних молодіжних інтересів і рухів, запобігати професійній деформації та вигоранню.

Другим етапом емпіричного дослідження в царині особливостей академічного ейджизму стало підбиття підсумків багаторічного включеного спостереження, матеріалів фокус-груп з представників професорсько-викладацького складу (орієнтовно 60 осіб) з таким тематичним аналізом контенту, що дало змогу виокремити три засадничі аспекти вікової різноманітності як засобу подолання ейджизму щодо науково-педагогічних працівників передпенсійного й пенсійного віку.

Труднощі викладачів/науковців пізнього зрілого віку:

- дигітальне відставання від покоління молодших колег у плані володіння інформаційними технологіями, утруднене набування навичок навігації й комунікації в освітньо-науковому медіасередовищі;

- лінгвістичне відставання у сенсі слабкого володіння іноземними мовами (насамперед англійською), що перешкоджає інтеграції вітчизняних науково-педагогічних кадрів зрілого віку в глобальний освітньо-науковий простір;

- джейнізм – упереджене скептично-знецінювальне ставлення частини студентів до викладачів поважного віку як прояв розповсюдженого негативного стереотипу щодо сприймання стариків (немічні, малопродуктивні, інертні тощо), а також едалтизм як прояв зверхнього, надміру критичного ставлення старших викладачів до студентів та молодших від себе колег;

- реальна психофізична інволюція окремих органів і функціональних здатностей (погіршення концентрації уваги, короткочасної пам'яті, сенсорного розрізнення тощо);

- ослаблення резильєнтності, що проявляється в пониженій стресостійкості й фрустраційній толерантності, вищій імовірності емоційного вигорання, появи депресії й почуття безнадії внаслідок низки об'єктивних і суб'єктивних причин.

Переваги науково-педагогічних працівників пізнього зрілого віку:

- любов до професії, висока мотивація до збереження за собою робочого місця, що поєднується з готовністю до підвищення рівня своєї кваліфікації та набуття нових компетентностей;

- мудрість як системний когнітивний конструкт, який проявляється у високому рівні розвитку соціального інтелекту, багатому життєвому досвіді виходу зі скрутних ситуацій;

- емоційна зрілість як прояв розвинутого емоційного інтелекту (уникнення крайніх емоційних реакцій, самовладання, врахування своїх і чужих інтересів, здатність до справедливого оцінювання вчинків тощо);

- комунікативна компетентність і досвід розв'язання педагогічних конфліктів на підставі розвинутої інтерперсональної рефлексії й емпатії;

- глибокі знання, обізнаність у певній галузі науки, індивідуальний стиль науково-педагогічної діяльності.

Стратегії подолання академічного ейджизму через досягнення вікової різноманітності в організаційному середовищі ЗВО:

- адміністративна підтримка кваліфікованих і досвідчених кадрів у спосіб створення умов для використання їхніх здібностей задля досягнення високого командного результату, наприклад, шляхом зниження аудиторного навантаження, переводу на віддалену працю тощо;

- викорінення ейджистських настановлень й утвердження шанобливого ставлення до працівників різного віку, справедливого поцінування внеску кожного у сукупний ефект роботи певного структурного підрозділу ЗВО;

- налагодження творчої співпраці викладачів і студентів над науковими проектами, запровадження інституту наставництва досвідчених викладачів над нещодавно рекрутованими викладачами чи молодими науковцями, а також молодших колег над старшими з метою надання допомоги і навчання їх нових інформаційних технологій та набуття певних навичок сучасної організації праці;

- самоорганізація науково-педагогічних працівників похилого віку задля обговорення актуальних робочих питань, взаємодопомоги, відстоювання своїх прав, обміну досвідом підтримання працездатності та ін.;

- турбота про зміцнення здоров'я і якісне проведення дозвілля працюючих пенсіонерів (медичне страхування, пріоритетне виділення путівок у санаторно-оздоровчі заклади з повним або частковим відшкодуванням затрат, належне облаштування робочого місця з дотриманням санітарно-гігієнічних та ергономічних норм і т. д.).

З вищевикладеного випливає, що розроблення системи заходів з профілактики і подолання ейджизму та забезпечення вікової різноманітності в академічному середовищі ЗВО має стати складовою частиною державної освітньої політики, а не лише приватною ініціативою окремих ентузіастів чи зацікавлених професійних спільнот. На часі не лише пілотні описові студії, а і строго вивірені експериментальні дослідження з рандомізованими групами або вибірками з іншими формами дизайну експериментальних груп та фіксацією відповідних зрушень у разі запровадження рекомендованих технологій підвищення конкурентоздатності ЗВО і забезпечення психологічного благополуччя науково-педагогічних працівників різного віку.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Карпенко З.С. Мобінг в акмеперіоді: ризики і ресурси корекції життєвого сценарію особистості. *Психологічний часопис*. 2018. № 6(16). С. 82–94.
2. Магдисюк Л.І. Теоретико-емпіричні межі поняття ейджизму у психології. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. 2013. № 3(32). С. 167–172.
3. Макарова О.В., Гоцуляк О.О. Питання ейджизму в Україні. *Молодий вчений. Юридичні науки*. 2020. № 8(84). С. 74–77.
4. Міщиха Л.П. Психологічні особливості життєвої кризи похилого віку. *Вісник Одеського національного університету* : збірник наукових праць. Одеса, 2011. Т. 16, вип. 11, ч. 1: *Психологія*. С. 344–351.
5. Печериця Н.М. Ейджизм студентської молоді та соціально-педагогічні напрями його подолання. *Педагогічні науки*. 2018. Випуск LXXXII. Том 2. С. 216–220.
6. Печериця Н.М. Соціально-педагогічна корекція ейджизму студентської молоді в освітньо-культурному середовищі ЗВО : дис. ... канд. пед. наук. Харків, 2020. 267 с.
7. Новікова Ж.М. Особливості соціального становища людей похилого віку: теоретичне дослідження. *Наукові студії із соціальної та політичної психології* : збірник статей. 2011. Вип. 26. С. 65–75.
8. Шамне А.В., Євпак Ю.І. Уявлення про старість і ставлення до неї в юнацькому віці. *Humanitarian studios: pedagogics, psychology, philosophy*. 2018. Vol 9. № 5. С.78–85.
9. Fabiś A., Wawrzyniak J., Chabior A. Ludzka starość. Wybrane zagadnienia gerontologii społecznej. Kraków : Oficyna Wydawnicza «Impuls», 2015. 336 s.
10. Hoenigman Meyer E. Panel: Age Discrimination Issues in Higher Education – Handout: Ageism and the Job Hunt. *Journal of Collective Bargaining in the Academy*. Volume O. National Center Proceedings. 2017. Article 50. URL: <https://thekeep.eiu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1702&context=jcba>.
11. Martinsson J. Age discrimination at Swedish Universities. Bachelor Thesis. 2020. 21 p. URL: <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1441626/FULLTEXT01.pdf>.
12. Mazzetti G., Vignoli M., Guglielmi D., Van der Heijden B., Evers A. You're Not Old as Long as You're Learning: Ageism, Burnout, and Development Among Italian Teachers. *Journal of Career Development*. 2022. Vol. 49(2). Pp. 427–442.
13. Morrow-Howell N., Galucia N., Swinford E. & Tanner M. Challenges and opportunities of age diverse universities: Perspectives from admissions and career services. *Gerontology & Geriatrics Education*: Taylor & Francis Group, LLC. 2020. 17 Dec. 19 p. URL: <https://doi.org/10.1080/02701960.2020.1864345>.

АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ ADAPTATION OF STUDENTS TO STUDYING UNDER MARTIAL LAW

У статті вивчено механізми й тенденції адаптації дистанційного навчання у вищих навчальних закладах України до умов воєнного стану. У межах реалізації заявленої мети було проаналізовано наявні за темою дослідження праці зарубіжних та вітчизняних авторів. Зроблено висновок про критичний брак таких праць та неготовність світової й вітчизняної науково освітньої спільноти до тих викликів, з якими стикнулася українська освітня сфера, зокрема ланка вищої освіти. Охарактеризовано особливості впливу воєнних дій на території держави саме на нішу вищої освіти. Визначено функції дистанційного навчання в умовах воєнного часу на основі узагальнення ситуативно-світоглядного контексту, у якому вимушені працювати університети в період війни. Визначено основні тенденції адаптації дистанційного навчання у навчальному закладі до умов воєнного стану. Метою дослідження було визначення особливостей адаптації студентів до навчання в закладах вищої освіти в умовах воєнного стану.

Емпіричне дослідження полягало у проведенні онлайн-опитування серед студентів вищих навчальних закладів. Онлайн-опитування включало такі блоки, як: психологічна готовність студентів до навчання в умовах воєнного стану; особливості організації навчального процесу у вищих навчальних закладах в умовах воєнного стану; очікування щодо врахування викладачами особливостей становища студентів в умовах воєнного стану.

З'ясовано, що більшість студентів не адаптована до навчання в умовах воєнного стану, зокрема, не має психологічної готовності, навчальної мотивації та активності на заняттях. Особливо спостерігається різкий спад мотивації та активності після початку війни.

Визначено основні тенденції адаптації дистанційного навчання у навчальному закладі до умов воєнного стану.

Доведено, що шляхами поліпшення адаптаційного процесу до умов дистанційного навчання повинні виступати: висока самоорганізація студентів, за якої підвищується творчий, інтелектуальний потенціал та прагнення до здобуття знань.

Ключові слова: адаптація студентів до навчання, воєнний стан, дистанційне

навчання, інформаційно-комунікаційні технології, середовище навчання.

The article examines the mechanisms and trends of adaptation of distance learning in higher education institutions of Ukraine to the conditions of martial law. To achieve this goal, the author analyzes the existing research on the topic by foreign and domestic authors. It is concluded that there is a critical lack of such works and the unpreparedness of the world and domestic scientific and educational community for the challenges faced by the Ukrainian educational sector, in particular, higher education. The author characterizes the peculiarities of the impact of military operations on the territory of the state on the higher education niche. The functions of distance learning in wartime are defined on the basis of generalization of the situational and ideological context in which universities are forced to work during the war. The main trends in the adaptation of distance learning in an educational institution to the conditions of martial law are identified.

The purpose of the study was to determine the peculiarities of students' adaptation to studying in higher education institutions under martial law.

The empirical study consisted of an online survey among students of higher education institutions. The online survey included the following blocks: students' psychological readiness to study under martial law; peculiarities of the organization of the educational process in higher education institutions under martial law; expectations regarding the consideration by teachers of the peculiarities of the situation of students under martial law.

It has been found that the vast majority of students are not adapted to studying under martial law, in particular, they lack psychological readiness, learning motivation and activity in the classroom. There is a sharp decline in motivation and activity after the outbreak of war.

The main trends in the adaptation of distance learning in an educational institution to the conditions of martial law are identified.

It is proved that the ways to improve the adaptation process to the conditions of distance learning should be: high self-organization of students, which increases the creative, intellectual potential and the desire to acquire knowledge.

Key words: adaptation of students to learning, martial law, distance learning, information and communication technologies, learning environment.

УДК 364-787.522-057.875:37.018.43:
355.01(470+571:477)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.13>

Красілова Ю.М.

к.психол.н.,
асистент кафедри соціальної
реабілітації та соціальної педагогіки
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Пракапас Р.А.

д.соц.н. (едукологія),
професор
Інститут освіти і соціальної роботи;
професор факультету гуманітарних
та соціальних наук
Університет імені Миколая Ромеріса

Коломицева І.В.

студентка факультету психології
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Постановка проблеми. Реалії останніх років наскрізно змінили всю систему освіти в Україні. Країна стикнулася з пандемією коронавірусу, до чого досить швидко змогла адаптуватися завдяки попереднім напрацюванням щодо формату дистанційного навчання та можливостей інформаційно-комунікаційних технологій.

Утім ще до протистояння пандемії вітчизняна освітня система стикнулася з викликами, що постали внаслідок війни з Росією на Сході України. Хоча, доки війна мала локальний гібридний перебіг, вона не становила

тотальної загрози для системи вищої освіти в Україні. Більшість навчальних закладів, яких безпосередньо зачепили воєнні дії на Сході та експансія в Криму, змогли порівняно швидко адаптуватися, евакуювавшись із зони окупації. Альтернативні рішення щодо перебігу освітнього процесу, а саме формат віддаленої взаємодії між учасниками навчання, поєднання очних аудиторних та позааудиторних різновидів діяльності дали змогу вишам продовжувати роботу навіть у тодішніх екстремальних умовах.

Нині дистанційне та змішане навчання стали вже досить звичними для кожного, хто опосе-

редковано чи прямо має стосунок до освіти (на всіх її рівнях). Запровадження воєнного стану на всій території України у зв'язку зі збройною агресією Росії максимально загнало гуманітарну сферу життя країни в такий стан, коли необхідне надшвидке реагування, оперативні та дієві управлінські рішення з можливістю їх адаптувати відповідно до обставин, які, наприклад, у регіонах бойових дій змінюються надто спонтанно і, як правило, у сторону стрімкого погіршення ситуації. Тому зараз перед вищою освітою в Україні стоїть виклик зберегти активний освітній процес усіма можливими інструментами та формами взаємодії.

Аналіз попередніх досліджень. Аналіз наукової літератури показує, що поняття «адаптація» є багатоаспектним і розглядається різними вченими по-різному. Так, низка науковців розглядає адаптацію як результат пристосування: А. Гришаков, Т. Титаренко, В. Казміренко, Ф. Хайруллін. Інші, зокрема Г. Айзенк, Р. Хенкі, розглядають адаптацію, з одного боку, як стан, в якому потреби індивіда і вимоги середовища повністю задоволені і перебувають у гармонії. А з іншого боку, це процес, за допомогою якого цей гармонійний стан досягається.

Натомість В. Гамов розуміє адаптацію і як процес, і як результат активного пристосування до сукупності умов середовища, зумовлений цілями, ціннісними орієнтаціями особистості, можливостями їх досягнення в такому соціальному середовищі, адекватністю сприйняття себе, своїх соціальних зв'язків, ситуацій загалом [4].

Розуміння адаптації до навчання у ВНЗ як процесу розглядає С. Ворожбит, наголошуючи, що це «комплексний, динамічний процес, зумовлений взаємодією суб'єктивних і об'єктивних соціально-психологічних, психічних, психофізіологічних і фізіологічних чинників» [3].

Адаптація студента до навчання у вищому навчальному закладі – це процес складний і довготривалий, адже відбувається протягом усього періоду перебування студента у ВНЗ. Із вступом до вищого навчального закладу змінюється соціальна роль особистості з учня на професійно зорієнтованого студента, для успішного функціонування якого важливими рушіями є самовиховання та саморозвиток, встановлення взаємодії з викладачами та ровесниками, оволодіння новими формами, засобами і методами навчання, що являє процес адаптації до нових умов навчання [10].

Адаптація студентів до навчання в умовах воєнного стану досліджується недавно і вже є кілька досліджень у цій тематиці. Зокрема, Б. Савчук, У. Борис, Л. Шолохон та інші вивчали емоційний інтелект як чинник збереження психічного здоров'я та адаптації студентської молоді до кризових ситуацій [12].

Інші науковці: Т. Вешка, Б. Паламар, Т. Сафир та ін. вивчали психологічні чинники життєздатності студентів у роки війни в Україні. Результати дослідження показали безпосередній зв'язок життєстійкості із сильною та рухливою нервовою системою, гіпертимними та демонстративними акцентуаціями характеру. Тож людям із високим рівнем життєстійкості властиві виражений оптимізм, осмисленість життя, використання адаптивних копінг-стратегій [14].

На думку В. Казміренко, соціально-психологічна адаптація студентів у середовищі ВНЗ включає у себе, по-перше, професійно-фахову адаптацію; по-друге, активне чи пасивне пристосування особистості до оточення, побудову стосунків і взаємин у студентських групах, формування стилю особистісної поведінки; по-третє, соціально-фахову адаптацію як прийняття суспільних вимог до майбутньої професійної діяльності [6].

Слід підкреслити, що студентський вік співпадає з періодом юнацького віку, коли відбувається переоцінка цінностей, особистість набуває таких рис, як: самостійність, рішучість, цілеспрямованість, наполегливість, вміння володіти собою, вільним часом. У цей період змінюється ставлення до таких моральних цінностей, як сенс буття, мета в житті, дружба, кохання, родина тощо. Але цей процес пошуку власного шляху в житті, місця у суспільстві не завжди відбувається спокійно і рівномірно, а навпаки, іноді спричиняє конфлікти не тільки із собою, але і з іншими. Тому дослідження адаптації студентів до навчання в умовах воєнного стану є надзвичайно важливим.

Мета дослідження – визначити особливості адаптації студентів до навчання в закладі вищої освіти в умовах воєнного стану.

Виклад основного матеріалу та результатів дослідження. Емпіричне дослідження полягало у проведенні онлайн-опитування серед студентів вищих навчальних закладів. Дослідження проводилося у квітні 2022 року. Вибірка становила 62 респонденти, а саме 9 юнаків та 53 дівчини. Це студенти вищих навчальних закладів (міста Києва, Харкова та Кропивницького), а саме: Київського національного університету імені Тараса Шевченка, Національного торговельно-економічного університету, Київського медичного університету, Національного медичного університету імені О.О. Богомольця, Київського політехнічного інституту імені Ігоря Сікорського, Київського університету культури, Національного авіаційного університету, Льотної академії Національного авіаційного університету, Національного фармацевтичного університету та Національного університету біоресурсів і природокористування України. У дослідженні брали участь студенти таких спеціальностей, як: «Соціальна

педагогіка», «Психологія», «Логістична діяльність», «Маркетинг», «Менеджмент», «Медицина», «Стоматологія», «Комп'ютерні науки», «Економіка», «Право», «Журналістика», «Авіація» та «Агрономія».

Для об'єктивної оцінки ми створили онлайн-опитування, яке складалось з 3 блоків і відповідно кожен блок мав по 2–4 запитання. У нашому опитувальнику були такі блоки:

1. Психологічна готовність студентів до навчання в умовах воєнного стану.

2. Особливості організації навчального процесу у вищих навчальних закладах в умовах воєнного стану.

3. Очікування щодо врахування викладачами особливостей становища студентів в умовах воєнного стану.

У першому блоці «Психологічна готовність студентів до навчання в умовах воєнного стану» ми прагнули дослідити наскільки розвинута психологічна готовність у студентів до навчання після початку воєнного стану, а також відслідкувати зміни в навчальній мотивації та активності до та після початку війни. Для цього ми використовували такі питання: «Оцініть Вашу навчальну мотивацію до початку війни», «Оцініть Вашу психологічну готовність навчатися в період війни», «Оцініть Вашу активність на заняттях до початку війни», «Оцініть Вашу активність на заняттях у період війни».

У другому блоці «Особливості організації навчального процесу у вищих навчальних закладах в умовах воєнного стану» ми прагнули дослідити, в якому становищі перебуває більшість студентів та чи присутні сприятливі умови для відновлення навчального процесу в умовах воєнного стану. До цього блоку ми відносили такі запитання: «Де Ви перебуваєте в період війни?», «Чи маєте Ви можливість навчатися в умовах воєнного стану? Якщо Ви не маєте змоги, вкажіть будь ласка причину».

У третьому блоці «Очікування щодо врахування викладачами особливостей становища студентів в умовах воєнного стану» ми прагнули дослідити, якою мірою студенти задоволені організацією навчального процесу в їхньому навчальному закладі в умовах воєнного стану, та зрозуміти, як проходить процес їхньої адаптації саме в організаційній сфері. Для цього ми використовували такі питання: «Чи потрібна Вам допомога в організації навчального процесу в умовах воєнного стану?», «Оцініть наскільки Вас задовільняє організація навчального процесу в період війни у Вашому навчальному закладі», «Чи потрібно, на Вашу думку, викладачам зменшити вимоги під час навчального процесу в період війни?».

Аналіз результатів щодо визначення особливостей процесу адаптації студентів до навчання в умовах воєнного стану за мето-

дом опитування показав такі результати: за першим блоком «Психологічна готовність студентів до навчання в умовах воєнного стану», досліджуючи рівень навчальної мотивації студентів до початку війни, варто зазначити, що у більшості респондентів спостерігався середній рівень навчальної мотивації (32%), вище середнього (29%) та високий рівні (22%). Ми вважаємо, що це можна пояснити тим, що попередньо студенти вже 2 роки навчалися онлайн і це могло вплинути на їхню готовність (див. рис. 1).

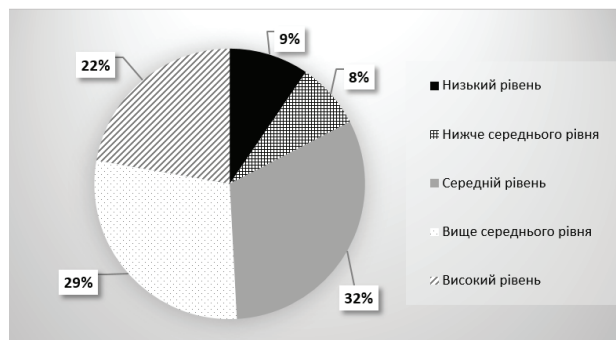


Рис. 1. Рівень мотивації до навчання до початку війни

Досліджуючи навчальну мотивацію студентів до навчання в період війни, варто відзначити, що більшість респондентів зазначили, що мають низький рівень (33%), середній (27%) та нижче середнього рівні (21%). На нашу думку, це можна пояснити тим, що у студентів погіршилось психічне здоров'я після початку війни, а відповідно, знизилася мотивація навчатися (див. рис. 2).

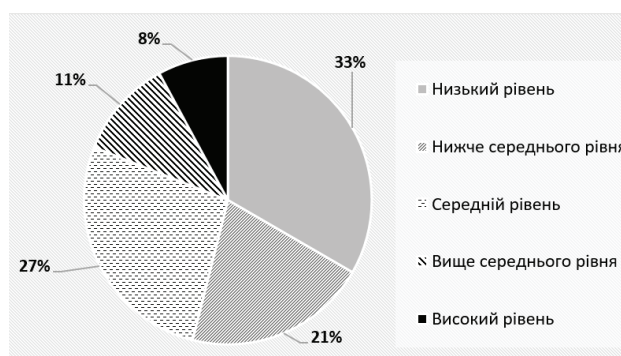


Рис. 2. Рівень мотивації до навчання під час війни

Досліджуючи рівень студентської активності на заняттях до початку війни, слід зазначити, що у більшості респондентів спостерігався рівень вище середнього (43%), високий (24%) та середній рівні (23%). Ми бачимо, що такі результати говорять нам про досить високу активність студентів на заняттях до початку війни (див. рис. 3).

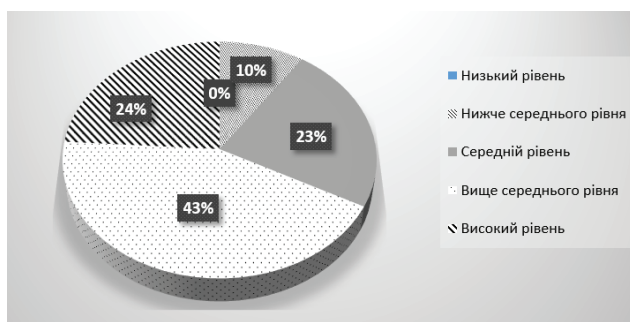


Рис. 3. Рівень активності студентів на заняттях до початку війни

Аналізуючи рівень студентської активності на заняттях у період війни, бачимо, що велика частина респондентів має низький рівень (41%), середній (27%) та нижче середнього рівні (17%). За цими результатами ми можемо побачити наскільки знизився рівень активності студентів на заняттях після початку війни. Це можна пояснити тим, що більшість студентів ще не адаптувалась до навчання в умовах воєнного стану (див. рис. 4).

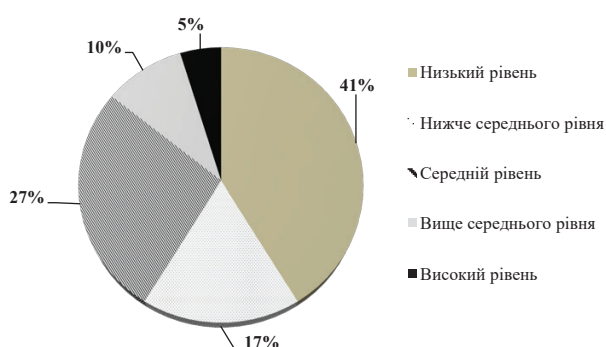


Рис. 4. Рівень активності студентів на заняттях у період війни

Отже, за першим блоком можна зробити висновок, що у більшості студентів значно зменшився рівень навчальної мотивації після початку війни та знизився рівень активності на заняттях. Отже, можна припустити, що студенти не готові відвідувати заняття та навчатися в період війни (48%).

За другим блоком «Особливості організації навчального процесу у вищих навчальних закладах в умовах воєнного стану» на питання «Чи маєте Ви можливість навчатися в умовах воєнного стану? Якщо Ви не маєте змоги, вкажіть будь ласка причину» 52% респондентів зазначило, що вони мають можливість навчатися в умовах воєнного стану. Та, з іншого боку, 48% респондентів не мають такої можливості через різні об'єктивні причини, зокрема нестабільний інтернет-зв'язок (22%). Особливо варто відзначити, що студенти дуже активні і займаються волонтер-

ською діяльністю, тому не можуть бути присутніми на заняттях (12%).

Отже, аналізуючи блок «Особливості організації навчального процесу у вищих навчальних закладах в умовах воєнного стану», можна зробити висновок, що в більшості студенти перебувають в Україні та мають можливість навчатися, а менша частка студентів має низку вагомих причин невідвідування занять, серед яких є нестабільний інтернет-зв'язок та активна волонтерська діяльність.

Аналізуючи третій блок «Очікування щодо врахування викладачами особливостей становища студентів в умовах воєнного стану» на питання «Чи потрібна Вам допомога в організації навчального процесу в умовах воєнного стану?» можемо зазначити, що 38% респондентів вказують, що допомога вкрай необхідна, оскільки, як показує наше дослідження, більша частина студентів не адаптована до навчання в умовах воєнного стану та потребує допомоги в організації навчального процесу з огляду на особливості ситуації, в якій перебуває той чи інший студент.

Досліджуючи рівень задоволеності організацією навчального процесу у період війни, слід зазначити, що у більшості респондентів спостерігається середній рівень (30%) та вище середнього рівня (28%). Тобто ми бачимо, що більшість навчальних закладів дбають про організацію навчального процесу для студентів у період війни (див. рис. 5).

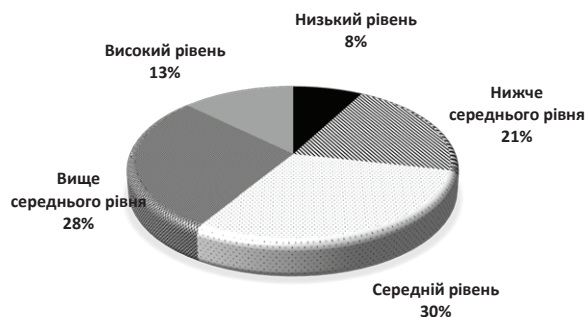


Рис. 5. Рівень задоволеності організацією навчального процесу в період війни

Відповідаючи на питання «Чи потрібно, на Вашу думку, викладачам зменшити вимоги під час навчального процесу в період війни?» 92% респондентів вважають необхідним викладачам зменшити вимоги під час навчального процесу в період війни і лише 8% цього не потребують. Це можна пояснити тим, що ця частина студентів не має проблем з навчальною мотивацією і активністю на заняттях, відповідно успішно адаптується до навчання в умовах воєнного стану.

Отже, аналізуючи отримані результати третього блоку, можна зробити висновок, що студенти вдало адаптуються до організації навчання в умовах воєнного стану, оскільки переважна частина з них не потребує допомоги в організації навчального процесу, але при цьому вважає, що викладачі мають зменшити вимоги до навчання під час навчального процесу в період війни.

Керуючись процесом розвитку воєнних дій в Україні, логікою та можливостями організації освітнього процесу, ми визначили основні тенденції адаптації дистанційного навчання у навчальному закладі до умов воєнного стану, зокрема:

1) запис відеороз'яснень, створення презентацій викладачами, збереження онлайн-занять зі студентами, що змогли бути присутніми на лекційному чи семінарському занятті, у форматі відео;

2) лояльність щодо дедлайнів;

3) робота над психологічним станом студентів;

4) виконання Указу Президента України № 143/2022 «Про загальнонаціональну хвилину мовчання за загиблими внаслідок збройної агресії Російської Федерації проти України» від 16 березня 2022 року;

5) інформаційна політика з боку викладачів: навчання того, як зорієнтуватися в потоці інформації та не вірити фейкам; додатковий контроль за студентською молоддю з метою швидкого реагування на можливі безпекові труднощі (пошук студента в разі його зникнення, запобігання диверсійній діяльності молоді тощо);

6) використання творчих завдань, заохочення навчальної та громадської ініціативи студентів;

7) негайне переривання синхронної взаємодії зі студентами на випадок повітряної тривоги;

8) переведення студентів, які вступили до ЗСУ, на індивідуальний графік або ж надання їм академвідпусток;

9) стимулювання самостійної роботи студентів, коригування навчальних планів відповідно до перебігу дистанційного навчання.

Вище наведено універсальні адаптаційні тенденції в парадигмі дистанційного навчання в умовах воєнного стану. Проте залежно від спеціальностей здобувачів вищої освіти та специфіки безпекової ситуації в регіонах, де розташовано інфраструктуру закладу освіти, будуть виникати інші пристосувальні потреби, які би могли збалансувати необхідність продовжувати освітній процес максимально якісно та настільки інтенсивно, як тільки є змога. А з іншого боку, брати до уваги труднощі воєнного стану та вплив війни на повно-

цінну освітню діяльність здобувачів освіти та роботу викладацького складу.

Висновки. Проаналізувавши результати нашого дослідження, ми можемо зробити висновок, що більшість студентів не адаптована до навчання в умовах воєнного стану, зокрема, не має психологічної готовності, навчальної мотивації та активності на заняттях. Особливо спостерігається різкий спад мотивації та активності після початку війни. Також значно менша частина студентів зазначає, що все-таки потребує допомоги в організації навчального процесу з боку навчального закладу та викладачів, що також свідчить про несформовану адаптацію до навчання в умовах воєнного стану.

Отже, тема адаптації студентів до навчання в умовах воєнного стану цілком залежить від розвитку воєнних подій. Це теж одна з особливостей сьогодення – коли необхідно пристосуватися й постійно коригувати заданий напрям у режимі реального часу. Утім як би не розвивалися події, перспективою подальших досліджень є вивчення психологічного стану здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Адаптивне навчання студентів професії вчителя: теорія і практика : монографія / В.І. Бондар, І.М. Шапошникова, Т.Л. Опалюк, Т.І. Франчук ; за заг. ред. В.І. Бондаря. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова. 2018. 308 с.
2. Алексєєва Т.В. Психологічні фактори та прояви процесу адаптації студентів до навчання у вищому навчальному закладі : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Київ : Київський національний університет імені Т.Г.Шевченка, 2004.
3. Ворожбит С.А. Вплив особливостей інтелекту на процес успішної адаптації студентів до університету. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2006. Т. 8. Вип. 7. С. 74–79.
4. Гамов В.Г. Психологічні особливості адаптації студентів. *Проблеми загальної та педагогічної психології*. 2004. Т. 6. Вип. 8. 234 с.
5. Дідух М.М. Проблеми й основні напрями адаптації студентів до умов навчання в закладах вищої освіти. *Юридична психологія*. 2019. № 2 (25). С. 61–69.
6. Казміренко В.П. Програма дослідження психолого-соціальних чинників адаптації молоді до людини до навчання у ВНЗ та майбутньої професії. *Практична психологія та соціальна робота*. 2004. № 6. С. 76–78.
7. Красілова Ю.М., Максимова, Н.Ю. Вплив воєнного стану на інформаційне навантаження особи. *Науковий журнал «Габітус»*. 2023. № 47. С. 121–126.
8. Мартинюк І. Психологічні особливості студентського віку. Психологія стресостійкості студентської молоді / за заг. ред. В. Шмаргуна. Київ : Видав. центр НУБіП України. 2018. С. 55–65.
9. Пухно С.В. Самооцінка студентів закладів вищої освіти як чинник успішності навчання. *Слобо-*

жанський науковий вісник. Серія «Психологія». 2023. Вип 2. С. 35–39.

10. Слободчиков В.І. Попереджувальна адаптація як особлива освітня діяльність викладачів вишу. *Педагогіка*. 2008. № 6. С. 68–73.

11. Milton S., Barakat S. Higher education as the catalyst of recovery in conflict-affected societies. *Globalisation Societies and Education*. 2016. Vol. 14. P. 403–421.

12. Savchuk B.P., Borys U.Z., Sholohon L.I., Lemko H.I., Fedchyshyn N.O., Fedoniuk L.Y., & Bilavych H.V. Emotional Intelligence as a Factor of

Preserving Mental Health and Adaptation of Student Youth to Crisis Situations. *Wiadomosci Lekarskie*, 2022. 75(12). 3018–3024.

13. Shevchenko V.V. The reform of the higher education of Ukraine in the conditions of the military-political crisis. *International Journal of Educational Development*. 2019. Vol. 65. P. 237–253.

14. Vasheka T.V., Lych O.M., Palamar B.I., Palamar S.P., Zhelanova V.V., Safir T.Y., & Kurdil N.V. Psychological Factors of Students' Vitality during the War in Ukraine. *Wiadomosci Lekarskie*, 76 (5 pt 2), 1279–1284.

МОТИВАЦІЯ ДО УСПІХУ ТА ПРЕВАЛЮЮЧІ СТРАТЕГІЇ ПОВЕДІНКИ В КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ ЗДОБУВАЧІВ ФАХОВОЇ ПЕРЕДВИЩОЇ ОСВІТИ

SUCCESS MOTIVATION AND DOMINANT BEHAVIORAL STRATEGIES IN CONFLICT SITUATIONS OF COLLEGE STUDENTS

У статті розглянуто питання мотивації, зокрема до успіху. Висвітлені найбільш впливові теорії мотивації. Охарактеризовано особливості мотивації у освітньому процесі. Зокрема, висвітлені новітні розвідки сучасних українських науковців. Дослідження мотивації досягнень дають можливість сучасним соціальним та педагогічним психологам більш ґрунтовно розкрити сутність міжособистісної взаємодії у освітньому процесі. Мета дослідження – з огляду на аналіз теоретичних джерел дослідити не тільки мотиваційний компонент особистості здобувачів, але і стратегії поведінки у міжособистісному конфлікті, що превалюватимуть, виходячи з полюсу мотивації, та описати особливості взаємодії мотивації до успіху та способів реагування у конфліктних ситуаціях. Для реалізації мети була використана методика О. Реана «Мотивація до успіху та страх невдачі» та методика «Стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях» (тест К. Томаса). За результатами психодіагностики зроблено ґрунтовний аналіз взаємозв'язку стратегій поведінки у міжособистісному конфлікті та полюсу мотивації. Виявлено, що більшість респондентів у загальній вибірці націлені на успіх та найчастіше використовують компроміс як стратегію для вирішення конфліктних ситуацій. При цьому доведено, що більшість респондентів, які націлені на успіх, вибирають саме стратегію компромісу, а здобувачі, які націлені на уникнення невдачі, вибирають найчастіше співробітництво як засіб подолання розбіжностей. Компроміс не є для них переважною стратегією.

Своєю чергою саме співробітництво не вважається доцільним у вирішенні конфліктів респондентами з високою мотивацією на успіх. Загалом респонденти з низькою мотивацією на успіх демонструють більш широкий вибір реагування у складних міжособистісних стосунках. Єдиною стратегією, яку вони не використовують зовсім, є конкуренція, оскільки вона націлена на активне досягнення власної мети, незважаючи на ризики потенційної невдачі.
Ключові слова: мотивація, стратегії поведінки у конфлікті, змагальність, соціальна взаємодія, самоактуалізація.

The article discusses motivation for success. The most influential theories of motivation are described. Features of motivation in the educational process are characterized. The latest intelligence of modern Ukrainian scientists was demonstrated. Research on achievement motivation provides an opportunity for modern social and pedagogical psychologists to more thoroughly reveal the essence of interpersonal interaction in the "student – student" and "teacher – student" systems. The purpose of the study: taking into account the analysis of theoretical sources, in our opinion it is important to investigate not only the motivational component of the personality of the achievers, but also which strategies of behavior will prevail in interpersonal conflict based on the pole of motivation (for success or avoiding failure) and to describe the features of the interaction of motivation for success and ways of responding in conflict situations. We used O. Rean's questionnaire "Motivation to succeed and fear of failure" and the questionnaire "Strategies of behavior in conflict situations" (K. Thomas test). Based on the results of psychodiagnostics, a thorough analysis of the relationship between behavioral strategies in interpersonal conflict and the pole of motivation was made. It was found that the majority of respondents in the general sample are aimed at success and most often use compromise as a strategy for resolving conflict situations. At the same time, it was proven that the majority of respondents who aim for success choose the strategy of compromise, and those who achieve success, who aim to avoid failure, most often choose cooperation as a means of overcoming differences, and compromise is not the preferred strategy for them.

Respondents with a high motivation for success do not consider cooperation appropriate in resolving conflicts. Respondents with low motivation for success demonstrate a wider choice of response in complex interpersonal relationships. The only strategy they do not use at all is competition, because it is aimed at actively achieving their own goals, despite the risks of potential failure.

Key words: motivation, conflict behavior strategies, competitiveness, social interaction, self-actualization.

УДК 159.9:378(043)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.14>

Крупник І.Р.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Херсонський державний університет

Тавровецька Н.І.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
Херсонський державний університет

Вступ. Питання мотивації до навчання, особливо в умовах вимушеної дистанційної освіти, є надзвичайно актуальним. Серед усіх понять, які використовуються в психології для опису і пояснення спонукальних моментів у поведінці особистості, основним є поняття мотивації. Мотивація – це процес спонукання людини до певної діяльності за допомогою внутрішньоособистісних і зовнішніх факторів. Найчастіше в науковій літературі мотивація розглядається як сукупність причин психологічного характеру, які пояснюють поведінку людини, її поча-

ток, спрямованість і активність [4]. Один із засновників гуманістичної психології та автор впливової теорії потреб А. Маслоу дає таке визначення: «Мотивація неперервна, вона не припиняється, вона складна і нестабільна і є майже універсальною характеристикою практично будь-якого стану організму» [19]. Питання мотивації, за А. Маслоу, – це питання самоактуалізації суб'єкта, тобто вільного, безперешкодного вираження, розвитку, реалізації у процесі життя притаманних особистості здібностей і унікальних властивостей. Це бажання

стати тим, ким людина може стати. Це є взагалі головною властивістю особистості [19].

Мотивація є джерелом активності суб'єкта. Вона може бути внутрішньою (хочу, прийняття обов'язків, задоволення від діяльності) чи зовнішньою (треба, усвідомлення обов'язків, гроші, премії) стосовно діяльності, але завжди залишається внутрішньою характеристикою особистості як суб'єкта цієї діяльності [14].

Сучасні теорії мотивації, засновані на результатах психологічних досліджень, доводять, що справжні причини, які спонукають людину наприклад до навчання або для самовідданої роботи, надзвичайно різноманітні. На думку одних учених, дії людини визначається її потребами. Інші дотримуються позиції, що поведінка людини базується на очікуваннях [21].

Таким чином, теорії мотивації умовно можна поділити на дві категорії: змістовні та процесуальні. Змістовні – визначають потреби, які спонукають людей до дії. Процесуальні – аналізують, як суб'єкт розподіляє зусилля для досягнення різних цілей і як вибирає конкретний вид поведінки. Перші намагаються дати відповідь на питання: що рухає людською поведінкою. До них відносять теорії потреб А. Маслоу та К. Альдерфера, а також двофакторну теорію мотивації Ф. Херцберга. До других відносять теорії, що дають відповідь на питання: в якому напрямку рухається людська поведінка. Сюди відносять теорії оперантного підкріплення (Б. Торндайк, С. Халл, Б. Скіннер), теорію постановки цілей Е. Лока, теорії очікувань (В. Врума, Е. Лоулера та Л. Портера), теорію рівності, атрибутивні теорії мотивації [3; 4; 6].

Якщо окреслити поняття мотивації у аспекті навчальної діяльності, то слід зазначити, що саме мотивація – перший компонент структури навчальної діяльності та є одним з основних та важливих компонентів структурної організації навчальної діяльності [1].

Мотивація учіння є окремим видом мотивів, включених у навчальну діяльність. Дослідження мотивації досягнень дають можливість сучасним соціальним та педагогічним психологам більш ґрунтовно розкрити сутність міжособистісної взаємодії у системах «учень – учень» та «вчитель – учень». Так, зокрема Т. Докучина тісно пов'язує позитивну мотивацію та досягнення успіху у навчальній діяльності [2]. А. Колчагіна, ґрунтовно розглядаючи специфіку навчальної мотивації здобувачів вищої освіти, виділяє серед провідних мотивів мотивацію до професійного становлення та набуття знань. Описуючи тісний зв'язок мотивації до успіху та мотивацію до навчання, дослідниця доводить наявність використання відмінних копінг-стратегій здобувачами залежно від рівня мотивації до успіху [7]. На важливість формування бажання до професійної діяльності для подальшого успішного професійного станов-

лення вказує також О. Танасійчук [12]. Сучасні українські науковці детально аналізують мотивацію до навчання, причини відсутності інтересу до навчання, розглядають види навчальних мотивів та діагностичний інструментарій для дослідження її рівня розвитку [1; 8; 10]. На взаємозв'язок рівня мотивації до успіху та рівня актуалізації особистісних мотивів вказує у своєму дослідженні К. Савченко [11].

Під час розгляду питання мотивації важливо розглянути також і віковий аспект. Зокрема, Т. Чаусова детально розглядає етапи та рівні формування мотиваційної сфери підлітків. О. Кашекова характеризує вплив вікових особливостей студентської молоді на формування мотивації успіху [5; 13].

Формування навчальної мотивації здобувачів ЗВО крізь призму створення ситуації успіху серед інших науковців висвітлюють Н. Бондаренко, Н. Черняк [14]. Обговорюючи важливість мотивації у освітньому просторі, D. Miele, A. Browman, S. Vasilyeva вказують на важливість індивідуального сприймання здобувачами завдання. Значно легше сприймається виконання завдання, коли його дає вчитель, і складніше, якщо його виконання сприймається як самостійна робота. Отже, вказується на нестачу саме внутрішньої мотивації [20]. На її важливість саме у педагогічному процесі, тобто на ефективність внутрішньої мотивації досягнення, спираючись на праці Х. Хекхаузена, вказує Н. Kehr [18]. Як вагомий чинник самодетермінації у навчанні студентів характеризує внутрішню мотивацію В. Климчук [6].

Більш широко проблему мотивації у освіті розглядають А. Garn, A. Morin, S. Lonsdale. Науковці у своєму ґрунтовному дослідженні, в якому брали участь близько двох тисяч учнів, акцентували увагу на важливості задоволення саме психологічних потреб учнів. Ці потреби буквально, за їхньою термінологією, є медіаторами успішних навчальних дій [16]. Важливість для академічної мотивації першокурсників задоволення психологічних потреб, особливо тих, які націлені на адаптацію, висвітлюють також В. Chevrier, L. Lannggrand [15].

На нашу думку, прагнення до діяльності, до успіху набагато ширше і не перебуває тільки у рамках «потреби–мотиви». Питання мотивації тісно пов'язане з особистісними рисами людини, з її баченням себе та світу навколо та із взаємодією з іншими людьми. Як зазначав уже згадуваний вище видатний дослідник мотиваційних процесів Х. Хекхаузен, «... у сучасних дослідженнях мотивації під мотивом прийнято розуміти лише відмінності між подібними стійкими індивідуальними особливостями». На його думку, мотивовані на невдачу люди, обтяжені конфліктом, набагато менше готові брати до уваги свій реальний рівень досягнень, який передбачає певні можливості досягнення [17].

Про існування взаємозв'язку видів міжособистісного спілкування, вибору стратегії вирішення конфліктних ситуацій, вміння побудувати стратегії успіху та мотивації до успіху у молоді зазначають і сучасні дослідження [9; 22]

Мета дослідження. З урахуванням аналізу теоретичних джерел, на нашу думку, важливо дослідити не тільки мотиваційний компонент особистості здобувачів, але і стратегії поведінки у міжособистісному конфлікті, що превалюватимуть, виходячи з полюсу мотивації (до успіху або уникнення невдачі), та описати особливості взаємодії мотивації до успіху та способів реагування у конфліктних ситуаціях.

Для реалізації мети була використана методика О. Реана «Мотивація до успіху та страх невдачі», оскільки, на нашу думку, саме від напряду активності залежить реалізація або блокування функціонування особистості у різних сферах суспільної діяльності, зокрема в освітній. Методика чітко виявляє рівень досягнень, оскільки базується на виявленні двох її компонентів: мотивації досягнення успіху та мотивації уникнення невдач. Ці мотиви спонукають особистість до діяльності, до активної позиції у соціумі, до самореалізації, до в разі потреби змагальності у міжособистісній взаємодії. Показники від 1 до 7 балів свідчать про наявність мотивації на невдачу (страх невдачі), від 14 до 20 балів – діагностується мотивація успіху, до досягнень через змагальність (надія на успіх). Якщо кількість набраних балів у межах від 8 до 13, то слід вважати, що мотиваційний полюс не виражений. При цьому 8–9 балів – ближче до страху невдачі, а 12–13 балів – ближче до мотивації успіху. У людей, орієнтованих на успіх, частіше переважають реалістичні, а у індивідів, орієнтованих на невдачу, – нереалістичні очікування, завищена або занижена самооцінка.

Для виявлення переважної стратегії поведінки у конфліктній ситуації використана методика діагностики схильності особистості до конфліктної поведінки «Стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях» (тест К. Томаса).

Вибірку становили здобувачі Херсонського фахового коледжу культури і мистецтв. Кількість респондентів – 24. Середній вік респондентів – 18 років.

Результати дослідження. Аналіз показників за методикою «Мотивація успіху або страх невдачі» наведено в таблиці 1.

Таблиця 1

Значення результатів за методикою «Мотивація успіху або страх невдачі»

Мотивація успіху (у %)	Страх невдачі (у %)
66%	34%

За методикою «Мотивація успіху або страх невдачі» було виявлено, що 66% респондентів

націлені на успіх у діяльності. За такої мотивації людина, починаючи справу, намагається досягти чогось конструктивного, позитивного. Такі люди зазвичай упевнені у собі, і своїх силах, відповідальні, ініціативні, змагальні та ефективні, оскільки вірять у свій успіх. Вони значно частіше досягають мети, ніж люди, які націлені на уникнення невдач та впевнені, що варті зайняти більш високу позицію у соціумі. Їх відрізняє наполегливість та цілеспрямованість та націленість на самоактуалізацію.

34% респондентів керуються у своїй поведінці на уникнення невдачі. За такого типу мотивації активність людини пов'язана з потребою уникнути негараздів, осуду, покарання, невдачі. В основі цієї мотивації лежить ідея уникнення та ідея негативних очікувань, тому люди прагнуть ухилитись від відповідальних завдань. Починаючи справу, особистість уже наперед очікує можливу невдачу, думає про шляхи уникнення цієї гіпотетичної невдачі, а не про засоби досягнення успіху. Люди, мотивовані на невдачу, зазвичай відрізняються підвищеною тривожністю, низькою упевненістю у своїх силах. Відсутня змагальність та наполегливість. При цьому такі особистості можуть доволі відповідально та ретельно ставитись до виконання завдань.

Дослідження стилю поведінки у конфліктній ситуації. Ця методика дозволяє виявити п'ять стилів або стратегій поведінки, при цьому особистість може використовувати декілька стратегій залежно від ситуації, але при цьому виділяється одна найбільш оптимальна, на думку респондента (див. табл. 2).

Аналіз результатів загальної вибірки. Найбільша кількість респондентів вибрали стратегію компромісу. Компроміс – угода на основі взаємних поступок; пропозиція варіанту, що знімає виникле протиріччя. Другою за частотою використання є стратегія співробітництва. Співробітництво – це те, коли учасники ситуації приходять до альтернативи, що повністю задовольняє інтереси обох сторін. Ця стратегія вважається найбільш ефективною, оскільки вона працює у системі «виграш–виграш». Кожен з учасників конфлікту може у результаті отримати навіть більше, ніж якщо б досяг первинної мети. Але ця стратегія доволі складна у використанні. Важливими умовами її застосування є відсутність бажання перемогти за будь-яку ціну, вміння слухати іншу людину, бути креативним, вміти спільно працювати у команді тощо. По 17% респондентів вибрали як превалюючу стратегію поведінки у конфліктах конкуренцію та пристосування. Конкуренція – прагнення домогтись своїх інтересів, навіть якщо це на шкоду іншому. Пристосування – принесення в жертву власних інтересів заради іншої людини.

Таблиця 2

Значення результатів за методикою «Стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях» (тест К. Томаса)

Змагання (конкуренція)	Пристосування	Компроміс	Уникнення	Співробітництво
17%	17%	33%	8%	25%

Усього 8% вважають, що найбільш доцільною є стратегія уникнення. Уникнення – відсутність прагнення до кооперації та брак тенденції до досягнення власних цілей.

Особливо слід зазначити, що більшість респондентів, які націлені на успіх (75%), вибирають стратегію компромісу, 20% – конкуренцію та 5% – співробітництво. Респонденти, які націлені на уникнення невдачі (57%), вибирають співробітництво, 10% – уникнення, 19% – пристосування та 14% – компроміс.

Проаналізуємо результати респондентів, які націлені на успіх. Компроміс вважається стратегією, яка найбільш швидко може призвести до більш-менш прийняттого результату. До хоча б часткового успіху. Тому, на нашу думку, респонденти, які націлені на успіх, вважають цю стратегію найбільш доцільною. Для успішного використання стратегії конкуренції потрібно мати якісь переваги перед опонентом. Якщо людина, яка націлена на успіх, не бачить переваг над опонентом, то таку стратегію не вибирає. Найбільш складною у використанні, хоча і дуже ефективною, є стратегія співробітництва. Як ми бачимо за результатами діагностики, вона не є переважною у респондентів, які націлені на успіх. Можливо, такі люди не бажають у спілкуванні врахувати думку співрозмовника, оскільки вони вмотивовані лише на досягнення власної мети.

Проаналізуємо результати респондентів, які націлені на уникнення невдачі. Загалом респонденти з низькою мотивацією на успіх демонструють більш широкий вибір реагування у складних міжособистісних стосунках. Єдиною стратегією, яку вони не використовують зовсім, є конкуренція. На нашу думку, це пов'язано із тим, що ця стратегія націлена якраз на активне, навіть агресивне досягнення власної мети, досягнення успіху, незважаючи на ризики можливої невдачі.

На відміну від респондентів, які націлені на успіх, така частина вибірки найчастіше вибирає стратегію співробітництва. Як було зазначено вище, особистості, які націлені на уникнення невдач, можуть бути досить відповідальними під час виконання завдань. Тому вони більше націлені на вирішення конфлікту, при цьому найкращим чином саме для справи, а не для себе.

Інші стратегії, які використовують у конфліктах не мотивовані на успіх респонденти, дозволяють цілком ефективно уникнути відпові-

дальності та можливих деструктивних для них наслідків. Ці стратегії дозволяють не брати на себе відповідальність за досягнення мети, але при цьому вкрай утруднюють самореалізацію суб'єкта діяльності.

Висновки. Результати дослідження показали наявність взаємовпливу мотивації та способів вирішення конфліктних ситуацій. Респонденти, націлені на успіх, віддають перевагу стратегіям, які більшою мірою здатні реалізувати їхні цілі.

З огляду на результати нашого дослідження слід наголосити на важливості навчання здобувачів, які мотивовані на успіх, навичок вирішення конфліктних ситуацій найбільш конструктивною стратегією, а саме співробітництвом. Респонденти, які націлені більшою мірою на уникнення невдач, більш гнучко проявляють себе у конфліктних ситуаціях. При цьому слід зазначити, що вони згодні піти на поступки, не бажаючи брати на себе відповідальність у досягненні мети.

Перспективами подальших досліджень вважаємо виявлення індивідуальних особливостей особистості, які впливають на мотивацію до успішної діяльності в освітньому процесі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Дзюбо Л., Гриценко Л. Мотивація навчальної діяльності як психолого-педагогічна проблема. *Психолінгвістика*. 2009. Вип. 4. С. 33–43.
2. Докучина Т. Мотивація навчання як запорука стимулювання учнів до досягнення успіху. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. 2011. Вип. 8. С. 32–37.
3. Зайцева О. Змістова модель мотиваційних чинників розвитку метакогнітивної активності студентів. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 6. С. 120–124.
4. Калініченко А.В. Мотивація та мотиваційний процес: сутність та поняття. *Вісник економіки транспорту і промисловості*. 2013. Вип. 42. С. 417–420.
5. Кашекова О. Вплив вікових особливостей на формування мотивації успіху молоді. *Психологічні науки*. Вип. 2.13 (109). С. 80–85.
6. Климчук В. Психологічні детермінанти розвитку внутрішньої мотивації студентів у навчальній діяльності : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07. Національний педагогічний університет ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2004. 22 с.
7. Колчигіна А. Специфіка навчальної мотивації. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2018. Вип. 1. Т. 2. С. 46–50.

8. Крупник І., Бабатіна С., Крупник Г. Особливості ставлення здобувачів вищої освіти до дистанційного навчання. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2022. Том 91. № 5. С. 98–112.
9. Меліхова І. Мотивація досягнення успіху та індивідуальний стиль міжособистісної поведінки. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2011. Вип. 26. С. 224–230.
10. Радудік О. Мотивація на навчання – ключ до успіху. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2016. Вип. 46. С. 44–46.
11. Савченко К. Взаємозв'язок показника мотивації успіху й рівня актуалізації особистісних мотивів у студентів і слухачів, що здобувають другу вищу освіту. *Аксіологічні аспекти соціально-психологічної практики*. 2012. Т. 1. Вип. 30. С. 255–262.
12. Танасійчук О.М. Концептуальний аналіз проблеми професійного становлення. *Молодий вчений*. 2018. Вип. 11. С. 645–650.
13. Чаусова Т. Особливості формування мотиваційної сфери навчання підлітків. *Вісник післядипломної освіти. Серія «Соціальні та поведінкові науки»*. Вип. 6(35). С. 121–134.
14. Черняк Н.О. Формування мотивації студентів до навчання у ВНЗ. *Проблеми інженерно-педагогічної освіти*. 2013. Вип. 38–39. С. 388–393.
15. Chevrier B., Lannegrand L. The relationship between academic motivation and basic psychological needs within the freshman year context: a longitudinal person-oriented approach. *Psychology Education. European Journal of Psychology of Education*. 2021. Vol. 37. Pp. 921–947.
16. Garn A., Morin A., Lonsdale S. Basic psychological need satisfaction toward learning: A longitudinal test of mediation using bifactor exploratory structural equation modeling. *Journal of Educational Psychology*. Vol 111(2), 2019. Pp. 354–372.
17. Heckhausen H. *The Anatomy of Achievement Motivation*. New York : Academic press, 2013. 215 p.
18. Kehr H. Motivation and volition at work. *Motivation Science*. 2020. No. 6(3). Pp. 201–202.
19. Maslow A. A theory of human motivation. *Psychological Review*. 1943. Vol. 50(4). Pp. 370–396.
20. Miele D., Browman A., Vasilyeva M. Individual differences in students' effort source beliefs predict their judgments of ability. *Motivation Science*. 2020. Vol. 6(2). P. 110–132.
21. Popovych I. The research of the parameters, properties and types of social expectations of student youth. *Modern research of the representatives of psychological sciences : collective monograph*. Lviv–Toruń : Liha-Pres, 2019. Pp. 163–181.
22. Zepeda C., Richey E., Ronevich P., Nokes-Malach T.J. Direct instruction of metacognition benefits adolescent science learning, transfer, and motivation: An in vivo study. *Journal of Educational Psychology. American Psychological Association*. 2015. Vol. 107(4). Pp. 954–970.

ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ САМОЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

STUDY OF PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF SELF-PRESERVING BEHAVIOR OF YOUTH STUDENTS

У статті представлено основні аспекти дослідження самозберезувальної поведінки в психології. Найважливішими з них є: визначення понять «самозбереження» та «самозберезувальна поведінка», ролі особистості як суб'єкта самозбереження та стратегії самозберезувальної поведінки, чинників, які впливають на формування здоров'язберезувальної та самозберезувальної поведінки. Мета статті – визначення рівнів сформованості самозберезувальної поведінки сучасної студентської молоді та напрямків її подальшого формування.

У ході експериментальної частини дослідження було проаналізовано ступінь сформованості у представників сучасного студентства ознак самозберезувальної поведінки. Узагальнення результатів теоретичних пошуків та здійсненого експериментального дослідження дало можливість обґрунтувати актуальність роботи психологів і педагогів у напрямку формування самозберезувальної поведінки студентів. Результати експерименту свідчать про те, що декларування цінностей самозбереження не завжди перекладається на практику, існує розрив між заявленими цінностями та фактичною поведінкою; переважання екстернального локусу контролю вказує на слабкість внутрішнього контролю, внутрішньої мотивації студентів до здорового способу життя і залежність молодих людей від зовнішніх факторів; високий рівень життєстійкості є ресурсом самозбереження, але невисокий рівень самореалізації свідчить про низьку спрямованість на розвиток свого потенціалу, роботу над собою для досягнення більш високих цілей. Результати дослідження також визначають подальшу спрямованість роботи щодо формування самозберезувальної поведінки студентської молоді: формування мотивації до самозберезувальної поведінки, як основної її ознаки, а також розвиток відповідальності за своє життя і здоров'я, самоаналізу, самомотивація та формування життєвих навичок, які сприяють самореалізації для досягнення більш здорового способу життя.

Ключові слова: самозбереження, самозберезувальна поведінка, здоровий спосіб життя, мотивація, самоефективність, життєстійкість, відповідальність за своє здоров'я.

The article presents the main aspects of the follow-up self-saving behavior in psychology. The most important of them are: the appointment to understand "self-saving" and "self-saving behavior", the role of specialness as the subject of self-saving and the strategy of self-saving behavior, officials like to add to the formation of healthy and self-saving behavior. Meta stats – a sign of the formation of the self-saving behavior of the current student youth and, directly, the distant formation.

In the course of the experimental part of the study, the stages of formation among the representatives of current students were analyzed as a sign of self-saving behavior. The study of the results of theoretical investigations and further experimental research made it possible to turn the actuality of the work of psychologists and teachers into a direct formation of self-saving behavior of students. The results of the experiment are evidence that the declaring of the values of self-saving is not always transferred to practice, having examined between the declared values and the actual behavior; the overriding of the external locus of control indicates the weakness of internal control, the internal motivation of students to a healthy way of life and the staleness of young people due to external factors; the high level of vitality is a resource of self-saving, and the low level of self-realization indicates a low directive to the development of one's potential, to work on oneself to achieve greater goals. The results of the study also show further directing of the work and the formation of self-saving behavior of student youth: the formation of motivation to self-saving behavior, as the main signs, as well as the development of viability for one's life and health, introspection, self-motivation and the formation of life habits, as a way to adopt self-realization to achieve a more healthy way of life.

Key words: self-saving, self-saving behavior, healthy way of life, motivation, self-efficacy, vitality, viability for one's health.

УДК 159.923.5
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.15>

Пилявець Н.І.

старший викладач кафедри психології
КЗВО «Вінницька академія
безперервної освіти»

В умовах сучасного суспільства з властивими йому особливостями соціально-економічного, науково-технічного розвитку проблема зміцнення здоров'я населення набуває першорядного значення. Здоров'я стає більш затребуваним як людський та навіть соціальний капітал. Досі немає загальноприйнятого уніфікованого поняття «здоров'я». Із безлічі визначень здоров'я найбільше поширення отримало визначення, дане ВООЗ: «Здоров'я – стан повного фізичного, духовного та соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб та фізичних дефектів» [4]. Всесвітня органі-

зація охорони здоров'я також констатує, що 50 % факторів, які впливають на стан здоров'я людини, – керовані. І, відповідно, можливість людини зберігати, підтримувати і відновлювати здоров'я багато в чому залежить не тільки від спадкових факторів, якості медичної допомоги і факторів навколишнього середовища, а від обраного стилю життя. І проблема полягає в тому, який стиль життя обирає людина і наскільки добре вона піклується про власне здоров'я, його збереження та зміцнення.

На сьогодні немає єдиного терміна на позначення поведінки, спрямованої на збере-

ження та зміцнення здоров'я. У цьому контексті фахівці використовують поняття «здоровий спосіб життя», «здорова поведінка», «поведінка пов'язана зі здоров'ям», «здоров'язбережувальна поведінка», «самозбережувальна поведінка» тощо. Не дивлячись на різницю в термінології, їх об'єднує основна думка про те, що людина є активним суб'єктом творення власного здоров'я та якості життя.

У наших дослідженнях ми зосередили свою увагу саме на самозбережувальній поведінці як на складній інтегративній системі діяльно-рольових та особистісних якостей індивіда, яка забезпечує здатність особистості до самозахисту та життєстійкості в екстремальних та особливих умовах діяльності й самотурботи про своє здоров'я, психологічне благополуччя в повсякденних умовах [15].

На нашу думку, формування самозбережувальної поведінки саме у студентської молоді є досить актуальним, оскільки цей період є важливим етапом життя, коли молоді люди вступають у нове соціальне середовище, стиль їх життя зазнає значних змін, життя ставить нові виклики, зокрема сама структура навчального процесу, висока вимогливість, нові соціальні зв'язки, самостійність і відповідальність – усе це може впливати на фізичне і психічне благополуччя студентів. І від того, які рішення щодо власного здоров'я людина приймає щодня, на подальші роки залежить її здоров'я. Навички самозбережувальної поведінки, сформовані в юному віці, можуть стати основою, фундаментом здоров'я в майбутньому.

Крім того, що стосується студентів, майбутня сфера діяльності яких пов'язана з роботою з людьми, то той фахівець, у якого особисто в процесі професійної підготовки буде сформоване усвідомлене ставлення до власного здоров'я, мотивація до його збереження та активне впровадження в життя практик самозбережувальної поведінки, сам стає прикладом і взірцем способу життя, внаслідок чого імовірно би стали зрушення в напрямку становлення самозбережувальної поведінки оточуючих.

Метою нашого дослідження є визначення рівнів сформованості самозбережувальної поведінки сучасної студентської молоді та напрямків щодо її подальшого формування.

За результатами аналізу наукових публікацій бачимо, що проблема самозбережувальної поведінки була об'єктом уваги різних дослідників. Дослідження самозбережувальної поведінки включають декілька основних напрямків.

Першим напрямком слід виділити визначення самого поняття «самозбереження» і зазначити, що проблемами наукового пояснення, прогнозування та формування самозбережувальної поведінки особистості займалися дослідники соціолого-демографічного,

медичного та психологічного напрямів. Причому науковці-психологи акцентують увагу саме на поведінці, яка спрямована на збереження організму і себе як особистості, і не ототожнюють її з медичною активністю людини, і не розглядають її як складову демографічної поведінки (В. Слободяник, Р. Сірко, Ю. Шевелева, О. Зуб, Ю. Таймасов, А. Турчинов, Л. Алфімова, Є. Потапчук, Н. Пилявець, З. Антонова, В. Худяков).

Наступним аспектом є визначення ролі особистості як суб'єкта самозбереження (Є. Потапчук, Н. Потапчук, Д. Казмірчук, О. Василенко, Ж. Вірна) та ступеня впливу соціального середовища на рішення та дії людини. Це можуть бути соціальні норми, груповий вплив, підтримка оточуючих або соціальні очікування. (О. Кобилянський, І. Заюков, О. Віговська).

Засоби формування особистості як суб'єкта самозбереження та стратегії самозбережувальної поведінки особистості описані в роботах наступних науковців: В. Бобрицької, Т. Бойченко, Е. Бондаревської, О. Янцаловського, О. Шостки. Чинники, які впливають на формування здоров'язбережувальної та самозбережувальної поведінки, досліджувалися в роботах Ю. Таймасова, А. Балицької, О. Черненко, І. Заюкова.

Опрацюючи літературні джерела, ми бачимо, що серед дослідників існують різні думки щодо критеріїв самозбережувальної поведінки, і це не дає чіткого уявлення про них. Задля усунення цієї проблеми ми залучили експертів та за допомогою експертних оцінок визначили найбільш вагомні ознаки самозбережувальної поведінки, якими є: мотивація до збереження і покращення якості життя, дотримання правил особистої гігієни (здоровий спосіб життя), схильність брати на себе відповідальність за свої вчинки (інтернальний локус контролю), самореалізація (саморозуміння і прийняття себе), життєстійкість [12].

Мотивація до збереження та покращення якості життя більшістю дослідників розглядається як основна ознака самозбережувальної поведінки, оскільки саме вона виступає в якості внутрішнього або зовнішнього стимулу, який підштовхує людину до дій. Наприклад, усвідомлення того, що здоров'я є цінним ресурсом, який впливає на якість життя, може підштовхувати до прийняття здорових звичок, таких як регулярна фізична активність, збалансоване харчування, відмова від шкідливостей і збалансований сон; бажання розвиватися, стати «кращою версією себе» стимулює до навчання новим навичкам, отримання додаткової освіти, розвитку творчих здібностей або розширення кругозору, що покращує якість життя; прагнення до гармонійних стосунків, бажання бути залученим до певних соціальних груп або спільнот обумовлюють необхідність

бути завжди в оптимальному функціональному стані, бути здоровим, енергійним, мати гарне самопочуття.

Почуття відповідальності за власне здоров'я полягає в усвідомленні особистої ролі у збереженні та поліпшенні свого фізичного і психічного благополуччя, відчутті контролю й можливості впливати на своє здоров'я і прийнятті активних кроків для його збереження та покращення.

Така ознака самозбережувальної поведінки, як дотримання правил особистої гігієни (по суті здоровий спосіб життя), включає низку звичок і практик, спрямованих на збереження і покращення фізичного та психічного здоров'я, таких як гігієна тіла, здорове харчування, фізична активність, сон і відпочинок, уникнення шкідливих звичок.

Самореалізація особистості та самозбережувальна поведінка взаємопов'язані, оскільки обидва аспекти спрямовані на розвиток, задоволення потреб і досягнення особистого благополуччя. Самореалізація стимулює людей до самозбереження і надихає на вжиття дій, що сприяють здоров'ю, розвитку та самовдосконаленню.

Життєстійкість також є важливою ознакою самозбережувальної поведінки, оскільки є основою адаптації, саморозвитку та виявлення психологічної сили в складних ситуаціях, що сприяє фізичному, емоційному і психологічному благополуччю людини.

Відповідно до вищезазначених ознак сформовано методичний інструментарій дослідження: опитувальник Т. Титаренко «Життєві завдання особистості» [16], опитувальник «Орієнтовна оцінка здорової поведінки» [8], методика дослідження локусу контролю (Дж. Роттера) [8], опитувальник діагностики самоактуалізації особистості (Е. Шострома) [10], тест життєстійкості (С. Мадді) [14].

Вибірку дослідження склали студенти Вінницького технічного університету, Донецького національного університету імені Василя Стуса, КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти», кількість опитаних – 130 осіб віком від 18 до 25 років.

Для визначення особливостей прояву мотиваційної сфери сучасних студентів ми використали методику «Життєві завдання особистості», зокрема для визначення вибіркової мотиваційної орієнтованості на першочергові сфери життєдіяльності (сім'я, навчання–праця, здоров'я, друзі), наводимо результати за підшкалою «Локалізація життєвих завдань». Так, можемо констатувати, що переважає спрямованість на сферу спілкування з друзями (мотивація сформована у 91,54 %, присутня – у 8,46 %). Мотиваційна спрямованість на сферу здоров'я сформована у 86,2 % опитаних, присутня – у 9,2 %, не сформована – у 4,6 %

респондентів), мотиваційна спрямованість на навчання і роботу сформована у 57,69 %, не сформована – у 42,31 %; на сім'ю – сформована у 34,62 %, присутня – у 26,92 %, не сформована – у 38,46 %.

Результати використання методики для діагностики локусу контролю свідчать про те, що лише у 31,54 % студентів переважає інтернальний локус контролю, решта (68,46 %) мають екстернальний локус контролю.

Для оцінки сформованості в сучасних студентів поведінкового компонента самозбереження використали опитувальник орієнтовної оцінки здорової поведінки. Результати свідчать про те, що переважна більшість опитаних (52,4 %) показали середній рівень ставлення до власного здоров'я, відмінний рівень ставлення до здоров'я показали лише 8,46 % студентів, рівень дещо вищий за середній – 18,46 % опитаних і рівень дещо нижчий за середній ще 20,77 % респондентів. Крайніх нижніх значень (вкрай зневажливого ставлення до здоров'я) не показав жоден з опитаних.

Щодо такого компонента, як самореалізація, то в результаті проведеного опитування маємо такі результати: високий рівень самореалізації продемонстрували 27,69 % респондентів, середній рівень – 56,93 %, низький рівень – 15,38 %.

За результатами дослідження життєстійкості студентів маємо наступні результати: високий рівень життєстійкості показали 32,31 % студентів, середній рівень – 59,23 %, низький рівень – 8,46 % студентів.

Відповідно до сформованості ознак самозбережувальної поведінки ми можемо констатувати, що високий рівень сформованості самозбережувальної поведінки виявили 2,31 % студентів, достатній – 7,69 %, середній рівень – 65,38 %, низький рівень – 24,62 % студентів.

Отже, декларування цінностей самозбереження вказує на те, що студенти свідомо розуміють важливість збереження свого здоров'я і можуть вважати його одним з основних пріоритетів. Однак, недотримання здорового способу життя свідчить про те, що вони не діють відповідно до своїх заявлених цінностей. Це може включати неправильне харчування, недостатню фізичну активність, недостатній відпочинок або небажання дбати про своє здоров'я.

Переважання екстернального локусу контролю свідчить, що молоді люди схильні здебільшого сприймати зовнішні фактори, такі як вплив оточення або зовнішні обставини, як визначальні для свого життя і стану здоров'я, замість внутрішнього контролю та особистої відповідальності. Це призводить до того, що вони не виявляють достатньої самомотивації до самозбережувальної поведінки, а поклада-

ються на зовнішні стимули або зовнішній контроль для здійснення здорових змін.

Показники рівня життєстійкості свідчать про те, що студенти мають здатність пристосовуватися до стресових ситуацій і відновлюватися після негативних впливів. Це беззаперечний ресурс у молодому віці, але, беручи до уваги низькі показники по інших ознаках самозбереження поведінки, високих показників рівня життєстійкості для забезпечення самозбереження недостатньо. Показники рівня самореалізації означають, що респонденти мають потенціал для самовдосконалення та розвитку, але не використовують його повністю. Це може впливати, зокрема, і на мотивацію до здорового способу життя, оскільки особа може не бачити прямого зв'язку між своїми діями і досягненням своїх особистих цілей.

Загалом, вищезазначені фактори вказують на можливі проблеми та виклики, з якими молоді люди стикаються в житті, і в реалізації самозбережувальної поведінки зокрема. Важливо зрозуміти ці фактори і спрямовувати зусилля на розвиток відповідальності, самоаналізу, самомотивації та формування життєвих навичок, які сприяють самореалізації для досягнення більш здорового способу життя.

Узагальнюючи теоретичні положення та результати проведеного експерименту, можемо зробити наступні висновки.

1. Актуальність формування самозбережувальної поведінки у студентів полягає в наступному:

- самозбережувальна поведінка сприяє збереженню та покращенню фізичного та психічного здоров'я студентів, регулярна фізична активність, збалансоване харчування, належний сон і відпочинок сприяють підтримці енергії, зниженню стресу, покращенню когнітивних функцій та загального самопочуття;

- здоровий спосіб життя та самозбережувальна поведінка мають позитивний вплив на академічні досягнення, хороше фізичне і психічне самопочуття сприяють кращій концентрації, пам'яті, продуктивності та здатності до навчання;

- студентське життя, тим більше життя сучасної молоді, пов'язане зі значними рівнями стресу, які впливають на психологічне благополуччя. Практики самозбережувальної поведінки можуть допомагати студентам ефективно керувати стресом і покращити свою психологічну стійкість;

- студентський період визначає основи здорового способу життя, які будуть мати довготривалий вплив на майбутнє здоров'я студентів. Формування самозбережувальних звичок у цьому віці сприяє їх збереженню та розвитку в подальшому житті.

2. Результати експерименту свідчать про те, що декларування цінностей самозбере-

ження не завжди перекладається на практику, існує розрив між заявленими цінностями та фактичною поведінкою. Переважання екстернатного локусу контролю вказує на слабкість внутрішнього контролю, внутрішньої мотивації до здорового способу життя і залежність молодих людей від зовнішніх факторів. Високий рівень життєстійкості є ресурсом самозбереження, незважаючи на всі труднощі та виклики. Невисокий рівень самореалізації свідчить про низьку спрямованість на розвиток свого потенціалу, роботу над собою для досягнення більш високих цілей.

3. Результати дослідження визначають подальшу спрямованість роботи щодо формування самозбережувальної поведінки студентської молоді. А саме, крім формування мотивації до самозбережувальної поведінки, як основної її ознаки, необхідно приділяти увагу розвитку відповідальності за своє життя і здоров'я, самоаналізу, самомотивації та формуванню життєвих навичок, які сприяють самореалізації для досягнення більш здорового способу життя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Антонова З., Худяков В. Самозбереження здоров'я як предмет наукових досліджень. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 10(28).
2. Віговська О.О. Самореалізація як ознака конструктивного самозбереження особистості : збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології», 2014.
3. Вірна Ж.П. Психологічні координати конструктивного самозбереження особистості. *Наук. вісник Микол. нац. ун-ту ім. В.О. Сухомлинського. Серія «Психологічні науки»*. 2017. С. 35–40.
4. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : кол. моногр. / МОН України, Харк. нац. пед. ун-т імені Г.С. Сковороди ; за заг. ред. проф. Ю.Д. Бойчука. Харків : ХНПУ, 2017. 488 с.
5. Зуб О., Таймасов Ю., Турчинов А., Алфімова Л. Формування самозбережувальної поведінки майбутніх офіцерів в процесі професійної підготовки. *Молодь і ринок*. 2019. № 10(177).
6. Карамушка Л.М., Дзюба Т.М. Феномен «здоров'я» як актуальний напрям досліджень в організаційній психології. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2019. № 1(16). С. 22–33.
7. Кобилянський О.В., Заюков І.В. Педагогічні та соціально-економічні аспекти самозбереження здоров'я зайнятого населення України. *Педагогіка безпеки*. 2016.
8. Коцан І.Я., Ложкін Г.В., Мушкевич М.І. Психологія здоров'я людини. Луцьк : Вежа, 2011. 427 с.
9. Максименко С.Д., Руденко Я.В., Кушнерьова А.М., Невмержицький В.М. Психічне здоров'я особистості : підручник для вищих навчальних закладів. Київ : «Видавництво Людмила», 2021. 438 с.
10. Мацко Л.А. Основи психології та педагогіки. Психологія : лабораторний практикум. Вінниця : ВНТУ, 2010. 139 с.

11. Потапчук Є., Казмірчук Д. Модель поведінки людини як суб'єкта самозбереження. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві* : збірник тез Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Львів, 22 жовтня 2021 р.). Львів : ЛьвДУВС, 2021. С. 263–265.
12. Потапчук Є.М., Пилявець Н.І. Самозбережувальна поведінка особистості як психологічний феномен. *Науковий журнал «Габітус» Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій*. 2022. Вип. 44.
13. Потапчук Є., Потапчук Н. Роль особистості як суб'єкта самозбереження в екстремальних та кризових ситуаціях. *Причорноморські психологічні студії*. 2017. С. 68–72.
14. Професійний розвиток та становлення особистості сучасного фахівця в умовах освітнього простору. Матеріали XI-ї Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції (м. Хмельницький, 25–26 листопада 2021 р.) / за ред. проф. О.М. Гомонюк. Хмельницький : Каф. психол. та педагог., 2021. 119 с.
15. Прикладна психодіагностика в Національній гвардії України : метод. посіб. / за заг. ред. проф. І.І. Приходька. Харків : НАНГУ, 2020. 388 с.
16. Слободяник В., Сірко Р., Шевелєва Ю. Теоретичний аналіз наукового поняття самозбережувальна поведінка майбутніх фахівців ризиконебезпечних професій. *Особистість в екстремальних умовах* : матеріали X Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Львів, 21 травня 2021 р.). Львів, 2021. С. 54–57.
17. Теорія та практика формування особистості як суб'єкта самотворення і самозбереження : монографія / за ред. О.М. Гомонюк. Хмельницький : ФОП Цюпак А.А., 2021. 460 с.
18. Титаренко Т.М., Злобіна О.Г., Лепіхова Л.А. та ін. Як будувати власне майбутнє: життєві завдання особистості / за ред. Т.М. Титаренко. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2021. 512 с.
19. Янцаловський О.Й., Вольська В.С. Залежність рівня мотивації до самозбереження здоров'я від типу темпераменту. *Інноваційні наукові дослідження: теорія, методологія, практика*. 2020.

ПСИХОЛОГІЧНА СТІЙКІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ПІДЛІТКІВ – УЧАСНИКІВ БУЛІНГУ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ

PSYCHOLOGICAL STABILITY OF THE PERSONALITY OF TEENAGERS, PARTICIPANTS OF BULLYING IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT

У статті висвітлено найбільш гостру проблему цькування (булінгу) серед підлітків. Проведено аналіз теоретичних та емпіричних досліджень, присвячених проблемам булінгу в освітньому середовищі, питанням психологічної стійкості особистості. Досліджено та проаналізовано психологічні характеристики учнів, учасників булінгу. Визначено особливості самоставлення учнів та структурні взаємозв'язки з їх психологічними характеристиками. Емпіричне дослідження показало, що «кривдники» більше схильні до прояву фізичної та вербальної агресії, роздратування. «Жертви» булінгу схильні до впливу обставин, нездатні протистояти долі, для них характерні погана саморегуляція, розмитий фокус «Я», відсутність тенденцій пошуку причини вчинків і результатів у собі самому, незадоволеність собою та своїми можливостями, сумнів у здатності викликати повагу. З'ясовано, що ситуація булінгу негативно впливає на більшість учнів, незалежно від їхніх ролей: «жертв» або «кривдників». Усі ці учні потребують подальшої роботи: з ними необхідно проводити профілактичні та психокорекційні заходи, які сприяють підвищенню ефективності адаптації.

Сформульовано рекомендації для психологів та педагогів щодо запобігання ситуації булінгу в освітньому середовищі школи. Реалізація програми складається з трьох рівнів: рівень школи (психолог розробляє діагностичний пакет, відбираючи стандартизовані методики; розробляє анкети, що дозволяють оцінити ситуацію булінгу в даній установі, проводить статичну обробку даних), рівень класу (педагоги та класні керівники, за допомогою делікатного спостереження, становлять психологічні характеристики учнів класу), індивідуальний рівень (зниження проблемних переживань «жертв» у сфері взаємовідносин з однолітками, розвиток адекватної самооцінки, навичок оволодіння своїм емоційним станом).

Ключові слова: психологічна стійкість, булінг, самоставлення, освітнє середовище, профілактика булінгу.

The article highlights the most pressing problem of bullying among teenagers. An analysis of theoretical and empirical studies devoted to the problems of bullying in the educational environment and the psychological stability of the individual was carried out. The psychological characteristics of students who participated in bullying were studied and analyzed. The features of students' self-attribution and structural interrelationships with their psychological characteristics are determined. Empirical research has shown that "offenders" are more prone to physical and verbal aggression and irritation.

"Victims" of bullying are subject to the influence of circumstances, unable to resist fate, they are characterized by poor self-regulation, a blurred focus of the "I", lack of tendencies to search for the cause of actions and results in oneself, dissatisfaction with oneself and one's capabilities, doubts about the ability to command respect. It was found that the situation of bullying has a negative effect on most students, regardless of their roles: "victims" or "perpetrators". All these students need further work: it is necessary to carry out preventive and psychocorrective measures with them, which contribute to increasing the effectiveness of adaptation.

Recommendations for psychologists and teachers regarding the prevention of bullying in the educational environment of the school have been formulated. The implementation of the program consists of three levels: school level (a psychologist develops a diagnostic package, selecting standardized methods; develops questionnaires that allow assessing the situation of bullying in this institution, conducts static data processing), class level (teachers and class leaders, with the help of delicate observation, make up the psychological characteristics of the students of the class), individual level (reducing the problematic experiences of "victims" in the sphere of peer relations, developing adequate self-esteem, and the skills of mastering one's emotional state).

Key words: psychological stability, bullying, self-attitude, educational environment, bullying prevention.

УДК 159.923.2
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.16>

Піщевська Е.В.

к.іст.н.,
доцент кафедри практичної та клінічної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Кантарьова Н.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри практичної та клінічної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

Юнг Н.В.

к.психол.н.,
доцент кафедри практичної та клінічної психології
Одеський національний університет імені І.І. Мечникова

У сучасному суспільстві найбільш гострою стоїть проблема цькування (булінгу) серед підлітків. Міністерство освіти і науки (далі – МОН) України (2018 р.) розробило «Методичні рекомендації щодо запобігання та протидії насильству». Наступним кроком стало ухвалення у грудні 2018 р. Верховною Радою України Закону України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» № 2657–VIII, у якому термін «булінг» визначено як «діяння учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиня-

ються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого» [3].

Законом окреслено шляхи попередження та протидії булінгу, внесено зміни до Кодексу України про адміністративні правопорушення та Закону України «Про освіту». Протидія булінгу – це один із найважливіших напрямків роботи шкільних психологів.

За даними Всесвітньої доповіді про насильство щодо дітей 2017 року (ЮНЕСКО) можна сказати, що кожен десятий сучасний школяр у світі зазнає булінгу, і цей показник, на жаль,

щороку зростає у всіх країнах. Незважаючи на всю важливість вивчення причин та наслідків булінгу, досі не існує єдиного підходу для вирішення цієї проблеми у психологічній науці [4].

Актуальність дослідження зумовлена кількома аспектами. По-перше, є необхідність розширити існуюче наукове знання про соціальну структуру малих підліткових груп – шкільних класів – та про процеси, що ведуть до насильства в освітньому середовищі.

По-друге, актуальність дослідження визначається необхідністю розширення знань про соціальний виняток у новому його визначенні. Дослідження, що вивчають соціальний виняток не як випадання з позитивних соціальних відносин (відсутність друзів), а як включення до негативних відносин (травлю, ворожість).

По-третє, запобігання випадкам булінгу є головним завданням усього суспільства, оскільки жорстокість по відношенню до дітей веде до появи жорстокості по відношенню до суспільства.

Мета статті – встановити відмінності психологічної стійкості особистості підлітків, учасників булінгу, та надати рекомендації щодо профілактики булінгу в освітньому середовищі.

Причиною будь-якого насильства є неповага до особистості. Повноцінний розвиток здібностей людини у школі можливий лише за певних умов. Центральне місце серед них належить якості міжособистісного спілкування та психологічної безпеки в освітньому середовищі. Особливо актуальним є дослідження впливу насильства на особистість у ранньому юнацькому віці, коли формується самосвідомість [1].

Повноцінне спілкування найменше орієнтується на будь-якого виду оцінки чи оціночні ситуації. Вища цінність у спілкуванні – це інша людина, з якою ми спілкуємося, з усіма її якостями, властивостями, настроями тощо, тобто правом на індивідуальність. На жаль, у сучасній школі не дотримуються психологічних умов, що забезпечують повноцінне спілкування учнів із дорослими та однолітками на всіх етапах шкільного дитинства. Звідси в деяких учнів молодшого шкільного віку та в багатьох підлітків формується негативне ставлення до школи, навчання, неадекватне ставлення до себе та оточуючих людей. Ефективне навчання та прогресивний розвиток особистості в таких умовах неможливі.

Формування безпечного освітнього середовища в закладі освіти є однією з важливих умов не тільки досягнення високого рівня навчання, але й формування особистості школяра. Успішно вирішити це можливо лише у спільній роботі з учителями, батьками та дітьми.

Засновниками дослідження булінгу в західній психології вважаються такі вчені, як Д. Ольвеус, А. Пікас та П. Хайнеман. Крім того,

проблему булінгу вивчали і британські дослідники В. Бесаг та Д. Лейн. Перші згадки про дослідження шкільного цькування відносяться до 1905 р. Французький вчений К. Дьюкс в одній зі своїх робіт уперше досліджував даний феномен, і його наукові дослідження були покладені в основу низки праць європейських дослідників. Завдяки роботам Д. Ольвеуса, Є. Роланда та інших вчених у 1978 р. поняття «булінг» було введено в науковий обіг [1; 5].

Проблематика психології насильства – це велика область, що найбільш інтенсивно розробляється у світовій психології останню чверть століття. Різні аспекти булінгу як соціального явища досліджували не тільки закордонні, а й вітчизняні вчені, серед яких: В. Панок, М. Дмитренко, О. Лавриненко, Л. Лушпай, Л. Найдьонова та ін.

Д. Ольвеус вважає, що ролі жертви та кривдника глибоко індивідуальні і залежать не так від групових явищ, як від власних особливостей дитини. Він також вважав, що певні негативні обставини соціального оточення дитини стимулюють її агресивність, і ця риса особистості є найважливішою рушійною силою, що стоїть за булінгом, спрямованим на слабших однокурсників. Концепція, розроблена вченим, вважається визнаною, але водночас породжує за собою безліч дискусій у науковій спільноті [5].

Британські вчені Д. Лейн та Е. Міллер визначають булінг як тривалий процес усвідомленого жорстокого поведіння з боку індивіда чи групи щодо іншого індивіда, який не здатний захистити себе в конкретній ситуації. Д. Лейн поділяє фізичне насильство (застосування фізичної сили щодо жертви) та психічне насильство (висміювання, приниження, ігнорування).

Вітчизняна дослідниця Л. Найдьонова визначає явища булінгу та кібербулінгу як спільну проблему всіх суб'єктів освітнього процесу [2]. Тобто проблему булінгу необхідно розглядати нерозривно від кібербулінгу, тому що в наше техногенне століття школярі змушені часто користуватися інтернетом.

Оскільки в ранній юності відбувається формування особистості, зокрема формується її ставлення до себе (самоствлення), у цей віковий період вплив будь-якого виду насильства накладає на підлітка свій відбиток.

Для дослідження використано такі методики: методика діагностики стану агресії А. Басса, А. Дарки, методика дослідження самоствлення (Р.С. Пантїлеєв), опитувальник Д. Ольвеуса для оцінки рівня булінгу та ресурсів протистояння цькуванню в закладі освіти (адаптація Л. Найдьонової, Н. Дятел), анкета для оцінювання рівня шкільної мотивації в адаптації Н. Лусканової (модифікована).

Вибірку склали учні Арцизьких опорних закладів освіти Арцизької міської ради № 1,

№ 3, № 4 та № 5 6-х та 7-х класів. Усього досліджено 220 респондентів.

Основною методикою став опитувальник Д. Ольвеуса для оцінки рівня булінгу та ресурсів протистояння цькуванню в закладі освіти, оскільки саме він міг дозволити визначити наявність булінгу у вибраних щодо дослідження класах.

Так, активний булінг (прямий та непрямий) сильно виражений у 24 респондентів, помірно виражений у 63 осіб, слабо виражений активний булінг спостерігається у 5 респондентів. Таким чином, відкритий прояв фізичної та вербальної агресії спостерігається меншістю опитаних респондентів (кривдники) – 87 учнів, що складає 39,5 % від загальної кількості опитаних. Це проявляється у вигляді навмисних поштовхів, ударів, побоїв, завдання інших тілесних ушкоджень, крадіжки або псування речей, образливих жестах, образах, погрозах, залякування.

Пасивний булінг (прямий і непрямий), або віктимізація, тобто схильність до булінгу, слабо виражений у 79 респондентів, епізодично віктимізацію в себе відзначають 125 респондентів. Сильно виражена віктимізація у 8 опитаних. Таким чином, виявлено 8 потенційних жертв шкільного цькування. Якщо говорити про загальну тенденцію до віктимізації, то можна зауважити, що потенційними жертвами булінгу серед наших респондентів можуть стати 136 осіб, що становить 60,5 % від загальної кількості опитаних. Пасивний булінг проявляється в соціальній депривації.

Результати дослідження дозволили детальніше вивчити відмінності переважаючих форм прояву агресивності жертв та кривдників, тому проведено дослідження стану агресивності з допомогою методики А. Басса та О. Дарки. Форми агресії відрізнялися у двох групах. Серед кривдників більш проявлені такі шкали: фізична агресія, вербальна агресія, роздратування. А серед жертв – непряма агресія, почуття провини, образливість, підозрілість (рис. 1).

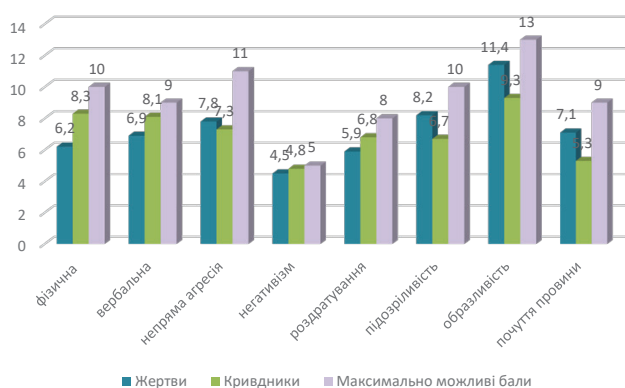


Рис. 1. Результати дослідження за методикою А. Басса та А. Дарки

Результати емпіричного дослідження за анкетой для оцінювання рівня шкільної мотивації в адаптації Н. Лусканової показали: як у «жертв», так і у «кривдників» ми бачимо проблеми зі шкільною адаптацією (рис. 2). Це свідчить про те, що ситуація булінгу негативно впливає на більшість учнів, незалежно від їхніх ролей. Усі ці учні потребують подальшої роботи: з усіма цими учнями необхідно проводити профілактичні та психокорекційні заходи.

Результати дослідження за допомогою методики дослідження самоствалення (Р.С. Пантільєв) виявили наступне: у групі «жертви булінгу» спостерігаються низькі середньогрупові показники за шкалами «Самовпевненість», «Самокерівництво», «Дзеркальне "Я"», «Самоцінність» (табл. 1). Це можна інтерпретувати як незадоволеність собою та своїми можливостями, сумнів у здатності викликати повагу, а також про підвладність «Я» впливам обставин, нездатність протистояти долі, погану саморегуляцію, розмитий фокус «Я», відсутність тенденцій пошуку причини вчинків і результатів у собі самому.

Це також можна інтерпретувати як сумнів у цінності власної особистості, відстороненості, що межує з байдужістю до свого «Я», втрату інтересу до свого внутрішнього світу.

Таким чином, «кривдники» можуть бути охарактеризовані позитивним глобальним самостваленням, самоповагою, самоприйняттям, аутосимпатією та саморозумінням, адекватною самооцінкою та прийняттям себе. Афективній сфері респондентів «кривдників» властиві: дратівливість, емоційна нестійкість, невиразність соціальної емоційності. У сфері міжособистісних відносин «кривдникам» властиві: прийняття інших та внутрішній контроль, веденість, інтернальність у міжособистісних відносинах, підвищений рівень ворожості-агресивності, залежність від думки інших, середні комунікативні здібності та зовнішнє дотримання загальноприйнятих норм і правил.

Принципово важливою є робота як із «жертвою» чи «кривдником», так і з їхнім соціальним оточенням. З метою попередження в подальшому конфліктів з учнями даного класу та з учнями інших класів школи, а також для запобігання проявів булінгу було проведено «Тиждень протидії булінгу».

Виявлено кілька учнів, які потребують додаткової роботи. З усіма учнями проведена заохочувальна бесіда щодо необхідності звернутись до психологічної служби школи для надання індивідуальних консультацій.

Спираючись на досвід колег та результати проведеної дослідницької роботи, сформульовано рекомендації для психологів та педагогів щодо запобігання ситуації булінгу в освітньому середовищі школи. Основною стратегією програми запобігання булінгу в освітній уста-

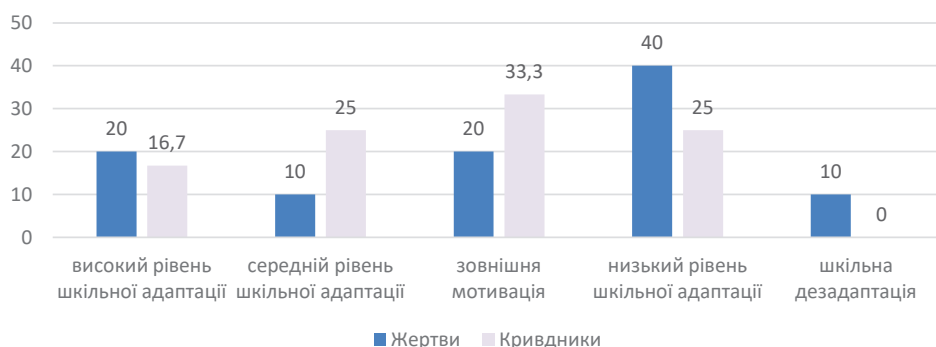


Рис. 2. Результати дослідження за анкетною Н. Лусканової (у процентному співвідношенні)

Таблиця 1

Розподіл рівня середньогрупових значень

Шкали	1. Відкритість	2. Самовпевненість	3. Самокерівництво	4. Дзеркальне «Я»	5. Самоцінність	6. Самоприйняття	7. Самоприв'язаність	8. Внутрішня конфліктність	9. Самозвинування
«Жертви булінгу»	8,56	2	2,36	2,68	2	4,04	7,16	7,6	6,72
Середні значення «кривдників»	7,07	6,71	8,07	5,07	4,07	5,14	6,03	5,82	6,75
Стандартне відхилення	1,157584	0,763763	1,036018	0,988264	1,258306	1,274101	1,462874	1,848423	1,646208

нові є залучення персоналу школи, учнів та їхніх батьків до вирішення цієї проблеми, підвищення їх поінформованості щодо ситуації булінгу в школі. Реалізація програми складається з трьох рівнів:

1. Рівень школи. Вирішення проблеми булінгу в освітньому закладі можливе за умови спільної роботи всього шкільного співтовариства. Це означає, що вчителі, адміністрація, шкільні психологи, батьки та учні повинні співпрацювати з метою максимально інформативної оцінки проблеми булінгу в школі та вироблення ефективних способів реагування на неї. Психолог розробляє діагностичний пакет, відбираючи стандартизовані методики; розробляє анкети, що дозволяють оцінити ситуацію булінгу в даній установі, проводить статистичну обробку даних.

2. Рівень класу. Вчителям та іншим компетентним співробітникам школи спільно з учнями необхідно розробити та прийняти правила проти булінгу, проводити регулярні зустрічі з учнями класу з метою обговорення ситуації булінгу та заохочувати участь батьків у цих зустрічах. Після завершення обговорення з учнями ситуації булінгу в школі доцільно зупинитися на визначенні булінгу, в якому докладно мають бути відображені ознаки поведінки, що характеризуються булінгом.

Шкільним психологам доцільно проводити рольові ігри, у яких учні по черзі можуть відігравати сценарії булінгу, де виконують роль жертви чи кривдників. Подібні ігри допоможуть учням усвідомити почуття «жертви», визначити способи врегулювання конфлікту (стратегії поведінки в ситуації булінгу) та подадуть їм ідеї про дії допомоги собі та іншим у ситуації булінгу.

3. Індивідуальний рівень. Організація заходів, орієнтованих на конкретних учнів («кривдників» та «жертв»). При виявленні ситуації булінгу варто залучити батьків «жертв» та «кривдників». Залежно від ситуації, зустрічі можуть бути проведені спільно з батьками кривдника/ів та його/їх жертви. Серед напрямів психокорекційної роботи з учнями-«кривдниками» можна виділити такі: формування механізмів емоційної саморегуляції, комунікативної компетентності, умінь та навичок конструктивно долати конфліктні та фруструючі ситуації.

Результати теоретичного та емпіричного досліджень показують, що ситуація булінгу в освітньому середовищі носить тривалий і систематичний характер та проявляється в таких формах, як приниження, плітки, інтриги, погрози, а часом здійснення булінгу відбувається під час зміни або до і після уро-

ків. Емпірично виявлено достовірні відмінності в психологічних характеристиках «жертв» та «кривдників».

З метою підвищення ефективності роботи щодо запобігання ситуації булінгу в освітньому середовищі, слід планувати та здійснювати роботу, враховуючи наступні принципи: принцип взаємодії, принцип попередження, принцип системності, принцип лонгітюдності. Булінг – це не та проблема, яка зникає одно-моментно. Тож профілактичні заходи щодо протидії булінгу відбуватимуться і надалі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Видра О.Г. Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. для ВНЗ / Міністерство освіти і науки України ; Чернігівський національний педагогічний

університет імені Т.Г. Шевченка. Київ : Центр учбової літератури, 2016. 111 с.

2. Найдьонова Л.А. Діагностика булінгу і кібербулінгу : методичні рекомендації / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Вид. 2-ге, доп. Київ, 2020. 105 с.

3. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу : Закон України від 18 грудня 2018 р. № 2657–VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19> (дата звернення: 19.09.2019).

4. Савельєв Ю.Б. Виключення та насильство: чи існує булінг в українській школі. Київ, 2019. С. 71–79.

5. Olweus D. Bullying at school: Longterm outcomes for the victims and an effective schoolbased intervention program. *Aggressive behavior : Current perspectives* / Ed. L. R. Huesmann. New York : Plenum Press, 1994. P. 97–130.

ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ТА КОМУНІКАТИВНІ ТРУДНОЦІ ВИКЛАДАЧІВ ТА СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

PSYCHOLOGICAL SAFETY AND COMMUNICATION DIFFICULTIES OF TEACHERS AND STUDENTS DURING DISTANCE EDUCATION

Період карантину та повномасштабної війни, що супроводжується інтенсивним включенням до цифрового інформаційного середовища, соціальною фрагментацією та ізоляцією, призвів до погіршення психологічного благополуччя студентської молоді.

Метою дослідження є виявлення комунікативних труднощів, з якими стикаються студенти та викладачі при тривалому онлайн-навчанні, та особистісних ресурсів, які сприятимуть вирішенню та забезпеченню психологічної безпеки. У дослідженні взяли участь викладачі (20 осіб) та студенти (40 осіб IV курсу) Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. Були використані наступні методики: «Тест життєстійкості» (С. Мадді), «Шкала суб'єктивного благополуччя» (А. Перуе-Бадю), методика оцінки рівня комунікабельності (В. Ф. Ряховський). Аналіз результатів показав, що в цілому досліджувані показники психологічної безпеки у студентів та викладачів, включених у тривалу онлайн-освітню діяльність, знаходяться на середньому рівні. Студенти та викладачі з низьким рівнем суб'єктивного благополуччя, життєстійкості та комунікабельності зазнають також значних труднощів у навчальній онлайн-комунікації. Контроль над життєвими подіями, значимість соціального оточення, психоемоційний стан, комунікабельність виступають для студентів особистісними ресурсами запобігання або долання труднощів онлайн-комунікації при тривалому дистанційному навчанні. Для викладача таким ресурсом виступає особистісно-довірливе спілкування з близькими, знайомими та колегами. Проведене дослідження показало, що багато студентів та викладачів зазнають значних труднощів у навчальній онлайн-комунікації, вони незадоволені умовами освітньої онлайн-комунікації, обмеженістю ресурсів життєстійкості для адаптації до труднощів, що виникають в освітньому процесі, труднощів у взаємодії.

Ключові слова: психологічна безпека, комунікативні труднощі, онлайн-навчання, спілкування, інформаційно-комунікаційні технології, студенти, викладачі, взаємодія.

The period of quarantine and full-scale war, accompanied by intensive inclusion in the digital information environment, social fragmentation and isolation, led to the deterioration of the psychological well-being of student youth.

The purpose of the study is to identify communication difficulties faced by students and teachers during long-term online education, and personal resources that will contribute to solving them and ensuring psychological safety. Teachers (20 people) and students (40 people of the 4th year) of Uman State Pedagogical University named after Pavlo Tychnyna took part in the study. The following methods were used: Vitality test (S. Muddy), Scale of subjective well-being (A. Perue-Badu), method of assessing the level of sociability (V. F. Ryakhovskiy). The analysis of the results showed that, in general, the investigated indicators of psychological safety of students and teachers involved in long-term online educational activities are at an average level. Students and teachers with low levels of subjective well-being, resilience and sociability who also experience significant difficulties in online educational communication. Control over life events, the importance of the social environment, psycho-emotional state, sociability are personal resources for students to prevent or overcome the difficulties of online communication during long-term distance learning. For a teacher, such a resource is personal and confidential communication with relatives, acquaintances and colleagues. The conducted research showed that many students and teachers experience significant difficulties in educational online communication, they are dissatisfied with the conditions of educational online communication, limited vitality resources for adaptation to emerging difficulties in the educational process, difficulties in interaction.

Key words: psychological safety, communication difficulties, online learning, communication, information and communication technologies, students, teachers, interaction.

УДК [159.9-049.5+316.77- 021.475.4]:
[37.091.12.011.3-051+378.
091.212]:37.018.43(045)
DOI [https://doi.org/10.32782/2663-5208.
2023.51.17](https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.17)

Поліщук О.Р.

доктор філософії,
викладач кафедри психології
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини

Вступ. Цифровізація стала новою парадигмою та трендом освіти загалом та вищої зокрема. У науковому та громадському дискурсі вважається важливим визнання того, що в перехідний період цифрові технології навчання можуть надавати не лише позитивний, а й негативний вплив на викладачів та студентів, особливо в умовах їхнього стрімкого впровадження. З одного боку, використання інформаційно-комунікаційних технологій дозволяє скоротити час на виконання різних навчальних завдань як студентами, так і викладачами, забезпечити мобільність, інтерактивність та асинхронність навчання, розширити соціальний капітал та освітні ресурси, покращити

навчання студентів, які мають труднощі взаємодії та комунікації на очних заняттях. З іншого боку, час, протягом якого викладачі та студенти використовують інформаційно-комунікаційні технології, значно збільшився за останні роки, що відбивається на рівні інтенсифікації як навчальної роботи, так і міжособистісної взаємодії та онлайн-комунікації.

Мета дослідження полягає у виявленні комунікативних труднощів, з якими стикаються студенти та викладачі при тривалому онлайн-навчанні, та особистісних ресурсів, які сприятимуть вирішенню та забезпеченню психологічної безпеки.

Методи дослідження. З метою розв'язання поставлених завдань нами були використані такі методи дослідження: теоретичні – аналіз психологічних джерел з досліджуваної проблематики, узагальнення та систематизація даних; емпіричні – «Тест життєстійкості» (С. Мадді), «Шкала суб'єктивного благополуччя» (А. Перуе-Баду), методика оцінки рівня комунікабельності (В. Ф. Ряховський).

Виклад основного матеріалу дослідження. У сучасній психологічній науці поняття «психологічна безпека» належить до розряду інтегративних і недостатньо розроблених. Інтегративність цього поняття, на думку деяких дослідників (Е. Б. Лактіонової, Н. Г. Рассохи та ін.) полягає в тому, що психологічну безпеку, як і будь-яке інше психологічне явище, можна розглядати в системі суміжних площин, а саме: як процес (кожний раз створюється по-новому), як стан (забезпечує базову потребу в захищеності) і як властивість особистості (виступає внутрішнім ресурсом опору і протидії деструктивним впливам). Крім того, інтегративність категорії «психологічна безпека» передбачає те, що цей феномен проявляється на декількох ієрархічних рівнях: на рівні суспільства – як безпосереднє забезпечення якості життя і здоров'я людей; на рівні середовища проживання – сім'ї, друзів, найближчого оточення, колег; на рівні особистості – як переживання своєї психологічної захищеності або незахищеності, сформованості або несформованості механізмів психологічного захисту і контролю [3, с. 88].

Гуманізація сучасної освіти як важливий аспект формування психологічно безпечного середовища першочергово зорієнтована на впровадження технологій особистісно-орієнтованого навчання. Використовуючи особистісно-орієнтовані технології педагог спілкується з учнем не на рівні соціальних ролей, а на рівні особистісної взаємодії, використовуючи свою індивідуальність як інструмент. В умовах особистісно-орієнтованого навчання психогігієна педагога (особистісний розвиток та професійні вміння) перестають бути його особистою справою, а стають необхідними умовами роботи [2, с. 10].

Небажані наслідки щоденного використання онлайн-технологій як у повсякденному житті, так і в процесі навчання потребують різнобічного аналізу. У зв'язку з цим останніми роками активно розробляється концепція техностресу, що відноситься до адаптивного захворювання, викликаного нездатністю справлятися з інформаційною інтенсифікацією. Дослідниками описані різні психосоматичні та психоемоційні стани, пов'язані з негативним впливом інформаційно-комунікаційних технологій, серед яких виділяють синдром інформаційної втоми (інформаційне наванта-

ження при використанні інтернету), техноадикція (неконтрольована потреба у використанні ІКТ у будь-який час), технофобія (страх та занепокоєння).

Дослідження, які провели Р. Upadhyaya та І. Vrinda [6], показало, що існує зв'язок між техностресом і здатністю бути продуктивним в академічному житті. Е. Degou та Л. Е. Lague [4] розглядають ІКТ як інструменти, здатні викликати патологічне бажання, розчарування, ризик ізоляції та надмірного використання, що супроводжується соціальними проблемами. А. Sanchez-Masnas із колегами встановили, що ефекти патологічної залежності від використання ІКТ є причиною навчального стресу. М. Tarafdar [5] та Е. А. Zavalo-Romero [7] виявили між стресом, викликаним когнітивним навантаженням, і втомою через розумову концентрацію та інтенсивністю постійне використання ІКТ.

Використання інформаційно-комунікаційних технологій є новим рівнем опосередкування розумової, комунікативної та виконавчої діяльності. Відомий соціальний психолог Г. М. Андреева вважає, що за допомогою спілкування діяльність організовується й розвивається. Як правило, при цьому розглядаються три взаємопов'язані сторони спілкування: комунікативна, інтерактивна та перцептивна. Комунікативна сторона відображає факт обміну інформацією між тими, хто спілкується, інтерактивна – факт організації взаємодії, перцептивна – факт встановлення взаєморозуміння [1, с. 265].

Змінюються соціально-психологічні особливості «цифрового покоління», які широко використовує онлайн-комунікація за допомогою електронної пошти, служби миттєвих повідомлень, відеодзвінків. Студенти та школярі відчують труднощі у вибудовуванні комунікації, перестають цінувати живе спілкування. Як результат, нове покоління характеризується схильністю до аутизації та інтровертованого індивідуалізму, інтолерантності. Ці тенденції відзначаються при реалізації дистанційної освіти. Дослідження, проведене О. К. Болінг, показало, що більшість студентів розглядає онлайн-курси як індивідуальне навчання, що обмежує взаємодію з іншими, почуваються відстороненими від своїх викладачів, одногрупників і навчального матеріалу. Тому актуальною є проблема психологічної безпеки викладачів та студентів в умовах інтенсивної онлайн-комунікації та дистанційного навчання.

Психологічна безпека суб'єктів освіти при цьому проявляється у здатності зберігати стійкість в онлайн-середовищі з певними параметрами, у тому числі і з психотравмуючими впливами, в опірності деструктивним внутрішнім і зовнішнім впливам, здатності знаходити продуктивні особистісні ресурси для їх подо-

ланья. Психологічна безпека та благополуччя викладачів досліджується в контексті впливу стрес-факторів навчального середовища, професійного вигорання, стратегій подолання труднощів, життєстійкості та здоров'язбереження.

Період карантину та повномасштабної війни, що супроводжується інтенсивним включенням до цифрового інформаційного середовища, соціальною фрагментацією та ізоляцією, призвів до погіршення психологічного благополуччя студентської молоді. Дослідження показують, що більшість людей стала частіше відчувати стан стресу та занепокоєння, з'явилися ознаки депресії та втоми.

Найбільш поширені проблеми онлайн-навчання полягали в тому, що студенти відчували труднощі спілкування між собою та з викладачами, спостерігалось зниження емоційного зв'язку з викладачами та одногрупниками, а також інтересу до занять.

Викладачі також мають психологічні проблеми при тривалому використанні цифрових освітніх та комунікаційних технологій. Серед проблем викладачів, які пов'язані з дистанційною освітою, можна назвати: низька мотивація студентів до навчання; нестача у студентів навичок та умінь для підтримки дисципліни та старанності в дистанційному навчанні: емоційні зриви як у студентів, так і у викладачів; зростання навантаження на викладачів.

У період дистанційного формату роботи як у студентів, так і у викладачів присутня помірна нервово-психічна напруженість, а кожен четвертий відчуває надмірно виражену напругу.

Пандемія сприяла стрімкому масовому переходу освіти на дистанційний або змішаний формат із широким застосуванням технологій онлайн-комунікації, включаючи онлайн-лекції, онлайн-іспити та використання платформ (Zoom, Moodle, Google Meet та ін.), що стало для викладачів та студентів значним стрес-фактором. Проведення лекцій у режимі онлайн не є ідеальним використанням навчального часу або технологією в довгостроковій перспективі, особливо з урахуванням того, що це призводить до техностресу. Спілкування у відеочаті потребує більше уваги, ніж розмова в реальному житті. Екран стає бар'єром, через який людям складніше розпізнавати емоції, міміку та мову тіла співрозмовників. Через бар'єри багато людей неусвідомлено починають сприймати співрозмовника як недостатньо зацікавленого до розмови – це негативно відбивається на емоційному стані.

Взаємини між викладачем та студентами мають першочергове значення для психологічної безпеки та благополуччя, особливо під час онлайн-комунікації. Враховуючи зростання психічних розладів у студентів та викладачів, підтримка їхнього психологіч-

ного благополуччя та створення ними ефективною онлайн-комунікації повинна бути на першому місці як у пандемічному (військовому) контексті, так і в контексті цифровізації освіти в цілому. В умовах інтенсивної цифровізації освіти важливо розуміти, як тривале онлайн-навчання впливає на психологічну безпеку та комунікацію студентів та викладачів, які особисті якості можуть виступати ресурсами їх забезпечення. Різні дослідження показали, що особистісними ресурсами суб'єктів освіти, що дозволяють їм забезпечити психологічну безпеку, виступають життєстійкість, конструктивні комунікативні стратегії (конструктивний зворотній зв'язок, емпатійне слухання, техніки ненасильницького спілкування, медіація, координування «права на мовлення»), психологічне благополуччя (досягнення та успіх у професійній діяльності, гармонія в особистому житті, самопізнання).

У дослідженні взяли участь викладачі (20 осіб) та студенти (40 осіб IV курсу) Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. Дані збиралися за допомогою онлайн-сервісу Google форми. Нами було використано «Тест життєстійкості» (С. Мадді), який дозволяє оцінити виразність залученості до того, що відбувається, контролю над тим, що відбувається, прийняття ризиків, які перешкоджають виникненню внутрішньої напруги в стресових ситуаціях за рахунок стійкого подолання стресу та сприйняття його як менш значущого. Вищий бал вказує більш високий рівень життєстійкості. Шкала суб'єктивного благополуччя (А. Перуе-Баду) дозволяє оцінити особливості емоційного стану, соціального стану та деяких фізичних симптомів, оцінює якість емоційних переживань людини в діапазоні від оптимізму, бадьорості та впевненості в собі до пригніченості, дратівливості та відчуття самотності. Нижчий бал вказує на вищий рівень благополуччя. Методика оцінки рівня комунікабельності (В. Ф. Ряховський) дозволяє оцінити комунікабельність людини, її здатність встановлювати, підтримувати та зберігати добрі особисті та ділові взаємини з оточуючими людьми. Нижчий бал вказує на вищий рівень комунікабельності.

Оцінка можливих труднощів онлайн-комунікації, які виступають загрозами психологічної безпеки студентів та викладачів, здійснювалася за допомогою анкети «Труднощі онлайн-комунікації».

Тривалість онлайн-навчання визначалася за критерієм реалізації даного формату протягом не менше двох хвиль пандемії з 2020 р. та початку повномасштабної війни. Саме друга хвиля пандемії стала індикатором песимістичного сценарію пандемії та введення нових карантинних обмежень. Студентам і викладачам стало очевидно, що онлайн-формат нав-

чання зберігається, а отже, виникають нові виклики у формуванні професійних компетенцій студентів, у їхній практичній підготовці, подальшій розробці навчального онлайн-контенту. Усе це підвищувало інтенсивність праці викладачів і студентів, викликало труднощі в освітніх комунікаціях, найчастіше неможливість об'єктивної оцінки та своєчасної корекції засвоєння навчального матеріалу, викликаючи стани незадоволеності, психологічної напруги та дистресу.

Для студентів найбільші труднощі онлайн-комунікації виникли у включенні в роботу з викладачем на онлайн-заняттях; недостатності взаємодії з одногрупниками на онлайн-заняттях; відповідях на запитання викладача на онлайн-заняттях; необхідності писати викладачеві будь-яке повідомлення (запитання, уточнення); ввімкненні на прохання викладача камери; обмеженому доступі студентів до інтернету; відсутності в них цифрових пристроїв, а домашня атмосфера не завжди сприяє ефективному навчанню та запам'ятовуванню.

Для викладачів найбільші труднощі при онлайн-комунікації були пов'язані зі спілкуванням із вимкненою у студентів камерою, читанням лекцій та проведенням семінарів, а також іспитів та заліків в онлайн-форматі, ненормованим робочим днем.

За результатами «Шкали суб'єктивного благополуччя» (А. Перуе-Баду) низькі значення виявлено в наступній кількості респондентів за наступними шкалами: «Напруженість та чутливість» – 12,5 % (4) студентів та 10 % (5) викладачів; «Психоемоційна симптоматика» – 30 % (12) та 35 % (7); «Зміни настрою» – 77,5 % (31) та 50 % (10); «Значимість соціального оточення» – 55 % (22) та 50 % (10); «Самооцінка» – 55 % (22) та 25 % (5); «Задоволеність повсякденною діяльністю» – 25 % (10) та 50 % (10).

За результатами «Тесту життєстійкості» (С. Мадді) виявлено, що 35 % (14) студентів та 10 % (2) викладачів демонструють низький рівень показника «Залученість», почуваються відкинутими, не відчують інтересу та задоволення від життєвих подій; 37,5 % (15) студентів і 10 % (2) викладачів демонструють низький рівень показника «Контроль», почуваються безпорадно та відчужено; 27,5 % (11) студентів та 5 % (1) викладачів демонструють низький рівень показника «Прийняття ризику», дотримуються своєї зони комфорту, яка не сприяє розвитку та досягненню необхідних планів та завдань у різних сферах життя.

За тестом Ряховського низький рівень комунікабельності виявлено у 7,5 % (3) студентів; у викладачів – не виявлено. Від 20 до 75 % студентів мають різні труднощі в онлайн-комунікації з викладачами при тривалому дистанційному навчанні, у тому числі не наважуються

написати викладачеві якесь повідомлення (запитання, уточнення) 62,5 %, не хочуть вмикати камеру на заняттях 75 %. Кожен третій студент різною мірою зазначає, що формат дистанційної комунікації чинить на нього тиск; кожен другий зазначає, що навчання в дистанційному форматі стало менш ефективним. Серед викладачів від 15 до 50 % відзначають різноманітні труднощі в онлайн-комунікації зі студентами при тривалому дистанційному навчанні, у тому числі труднощі спілкування зі студентами при вимкненій у них камері (75 %). Близько 40 % викладачів іноді мають стрес від навчальної онлайн-комунікації зі студентами.

Аналіз результатів показав, що в цілому досліджувані показники психологічної безпеки у студентів та викладачів, включених у тривалу онлайн-освітню діяльність, знаходяться на середньому рівні. Студенти та викладачі з низькими рівнями суб'єктивного благополуччя, життєстійкості та комунікабельності, зазнають також значних труднощів у навчальній онлайн-комунікації. Контроль над життєвими подіями, значимість соціального оточення, психоемоційний стан, комунікабельність виступають для студентів особистісними ресурсами запобігання або додання труднощів онлайн-комунікації при тривалому дистанційному навчанні. Для викладача таким ресурсом виступає особистісно-довірливе спілкування з близькими, знайомими та колегами. Люди з вищим рівнем життєстійкості легше справляються з емоційним стресом, депресією та тривожністю. Високі показники життєстійкості корелюють зі здатністю успішно здійснювати професійну діяльність, запобігати загрозливому трудовому процесу ситуації з колегами та студентами. Викладачі з добре розвиненими комунікативними навичками можуть створити більш позитивну атмосферу навчання, а також впливати на тих, хто навчається позитивним стратегіям спілкування.

Проблема наслідків спочатку пандемії, а зараз війни актуальна для сучасної психології освіти. Перехід на онлайн-навчання вплинув на навчальний процес у закладах вищої освіти, комунікацію між студентами та викладачами та на їхню психологічну безпеку.

Висновки. Мета комунікації між викладачами та студентами, чи то в очному, чи в онлайн-форматі, полягає в передачі знань та їх оцінці, а також у їхньому особистісно-професійному розвитку. Спілкування викладачів зі студентами в онлайн-середовищі потребує трохи більше планування порівняно з традиційною формою. Проведене дослідження показало, що багато студентів та викладачів зазнають значних труднощів у навчальній онлайн-комунікації, вони незадоволені умовами освітньої онлайн-комунікації, обмеженістю ресурсів життєстійкості для адаптації

до труднощів, що виникають в освітньому процесі, труднощів у взаємодії. Тому перед викладачами, які реалізують онлайн-навчання, стоїть завдання створити умови безпечного освітнього онлайн-середовища, у якому студенти будуть залучені як суб'єкти освіти, і вони зможуть вільно ділитися своїми думками, і не будуть боятися припуститися помилки, відчуватимуть свою приналежність до групи і будуть захищені від вербальної агресії.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Пономаренко О. Г., Пилипенко К. А. Облікові дисципліни: проблеми комунікацій у дистанційній освіті в Україні. *Scientific collection "Interconf"*. 2022. № 95. С. 263–272.
2. Тушина О. Психологічна безпека в загальноосвітньому навчальному закладі : практичний посібник. Запоріжжя : ЗОІППО, 2013. 145 с.
3. Шелевер О. В., Фізер В. С. Психологічна безпека освітнього середовища: психолого-педагогічний аспект. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2019. № 67. Т. 1. С. 87–91.
4. Degoy E., Lague L. E. El Rol del Docente ante las Adicciones Tecnologist. Factor de protecciyn o Riesgo? *Revista Iberoamericana de Education*. 2013. Vol. 61. № 4. P. 1–10.
5. Tarafdar M., Cooper C. L., Sticb J. F. The Technostress trifecta techno Eustress, Techno distress and design: theoretical directions and an Agenda for research. *Info. Systems*. 2019. Vol. 29. №. 1. P. 6–42.
6. Upadbyaya P. Vrinda. Impact of Technostress on Academic Productivity of University Students. *Education and Information Technologies*. 2020. Vol. 26. № 2. P. 1647–1664.
7. Zavalo-Romero E. A. La Adiccion y Ansiedad Vinculadas a las Tecnologias de la Informacion y Comunicacion, Incidencia en la informacion y comunicacion, incidencia en la Calidad de Vida de los Estudiantes. *Cientnfica*. 2018. Vol. 22. №. 1. P. 29–39.

ДО ПРОБЛЕМИ МОТИВАЦІЇ НАВЧАЛЬНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО КУРСУ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

TO THE PROBLEM OF MOTIVATION THE EDUCATIONAL AND PROFESSIONAL ACTIVITIES OF FIRST-YEAR STUDENTS OF HIGHER EDUCATION

У статті розглядаються підходи сучасної психології до проблематики навчально-професійної діяльності студентів закладів вищої освіти. Розглянуто основні теоретичні позиції щодо провідної діяльності студентів. Показано, що проблема цієї діяльності в першу чергу пов'язана з особливостями її мотивації. Від мотивації навчально-професійної діяльності значною мірою залежать визначення студентами її мети, особливості виконання навчальних дій, а також ставлення до навчального процесу в цілому. Аналізуються емпіричні дані щодо структури мотивації навчально-професійної діяльності студентів першого курсу природничих та гуманітарних спеціальностей. З'ясовано, що для всіх студентів більш значущими є пізнавальні мотиви навчально-професійної діяльності. Серед цих мотивів найбільш дієвий – мотив саморозвитку. Серед соціальних мотивів навчально-професійної діяльності студентів найбільш важливою виявилася мотивація співпраці. Показано також залежність навчальної мотивації від статі студентів та фінансових засад навчання. В статті стверджується, що одним з важливих мотивів навчально-професійної діяльності є загальний мотив досягнення успіху. Експериментальні дані свідчать, що переважна більшість студентів мають середній рівень цієї мотивації, але у представників гуманітарних дисциплін він більший, ніж у студентів природничих спеціальностей. Також мотивація досягнення успіху дещо більш важлива для жінок, аніж для чоловіків. Робляться висновки про практичну значимість отриманих результатів для організації навчального процесу у закладах вищої освіти, змісту навчальних дисциплін з вікової психології та психології і педагогіки вищої освіти, а також для роботи психологічних служб закладів вищої освіти. Визначаються напрямки подальших досліджень, що полягають у з'ясуванні особливостей навчальної мотивації студентів різних курсів та форм навчання.

Ключові слова: навчально-професійна діяльність, мотиви навчальної діяльності, пізнавальні мотиви, соціальні мотиви, мотив досягнення успіху студентів першого курсу, заклад вищої освіти.

The article considers some approaches of modern psychology to the problems of educational and professional activity of students of higher education institutions. The main theoretical positions regarding leading activities of students are considered. It is shown that the problem of this activity is primarily related to the peculiarities of its motivation. The students' definition of its purpose, the specifics of the performance of educational activities, as well as the attitude towards the educational process as a whole largely depend on the specifics of the motivation of the educational activity. Empirical data on the structure of motivation of educational and professional activities of students of the first year of natural sciences and humanities are analyzed. It was found that cognitive motives of educational and professional activity are more significant for all students. Among these motives, the motive of self-development is the most effective. Among the social motives of students' educational and professional activity, the most important was the motivation of cooperation. The dependence of educational motivation on the gender of students and the financial basis of education is also shown. The article claims that one of the important motives of educational and professional activity is the general motivation to achieve success. Experimental data show that the vast majority of students have an average level of this motivation, but it is higher among representatives of humanitarian disciplines than among students of natural sciences. Also, achievement motivation is somewhat more important for women than for men. Conclusions were made about the practical significance of the obtained results for the organization of the educational process in institutions of higher education, the content of educational disciplines in age psychology and pedagogy of higher education, as well as for the work of psychological services of institutions of higher education. Directions for further research are determined, which consist in finding out the characteristics of educational motivation students of various courses and forms of education.

Key words: educational and professional activity, motives of educational activity, cognitive motives, social motives, need to achieve success, first-year students, institution of higher education.

УДК 378.046.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.18>

Тарасова Т.Б.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології, політології
та соціокультурних технологій
Сумський державний університет

Постановка проблеми. У вітчизняній психології утвердився принцип діяльнісного підходу, відповідно до якого діяльність розглядається як необхідна умова формування і прояву особистості. Однак впродовж певного вікового періоду людина є включеною в декілька різноманітних видів діяльності, кожен з яких, вочевидь, робить свій, своєрідний, більший або менший внесок у формування особистості [6; 7]. Виходячи з цього, в області вікової психології виділяється поняття провідної діяльності, яка характеризується особливими функціями

в процесі психічного розвитку і формування особистості людини, а саме:

- це діяльність, в якій виникають найважливіші психологічні новоутворення, що характерні для певного вікового періоду;
- це діяльність, в якій виникають інші види діяльності, в тому числі і ті, які згодом будуть виконувати функцію провідного виду діяльності;
- це діяльність, заміна якою іншого виду провідної діяльності забезпечує перехід від одного вікового періоду до наступного.

На підставі використання поняття «провідна діяльність» побудована вікова періодизація психічного розвитку і формування особистості людини, в якій для кожного вікового періоду виділяється провідний вид діяльності, причому це може бути діяльність, яка забезпечує переважний розвиток потребово-мотиваційної сфери, або діяльність, яка забезпечує переважний розвиток інтелектуально-пізнавальної сфери, що по черзі змінюють одна одну.

Проблема мотивації навчально-професійної діяльності є однією з центральних у педагогічній психології [7] та психології вищої освіти [1; 5], оскільки від особливостей цієї мотивації значною мірою залежать і перебіг, і результат навчально-виховного процесу у ЗВО. У зв'язку з цим очевидна актуальність дослідження особливостей мотивації навчально-професійної діяльності здобувачів вищої освіти.

Аналіз актуальних публікацій. У відповідності до визнаних у вітчизняній психології підходів навчальна діяльність (учіння) розглядається як активна цілеспрямована діяльність з засвоєння знань, навичок і умінь, способів їх придбання, форм поведінки і особистісних якостей [6]. Д.Б. Ельконін в зв'язку з цим підкреслює, що навчальна діяльність – це діяльність з усвідомлення і доцільного самозмінення і вважає її провідною в молодшому шкільному віці. У перехідному підлітковому віці ситуація змінюється, навчальна діяльність відходить на другий план, і провідною діяльністю стає спілкування з однолітками. Однак в період ранньої юності (15–17 років) провідною діяльністю знову стає навчальна діяльність, але на якісно іншому рівні, перетворюючись на навчально-професійну, що забезпечує переважний розвиток інтелектуально-пізнавальної сфери. Очевидно, що і в зрілій юності (18–23 роки) у людей, що продовжують навчання у ЗВО, провідним видом діяльності зберігається навчально-професійна [2; 7; 10]. Навчально-професійна діяльність – це навчальна діяльність в нових умовах соціальної ситуації розвитку, навчання з орієнтацією на майбутнє і в першу чергу на придбання певної професії, що суттєво впливає на психологічну структуру та особливості діяльності.

У багатьох дослідженнях і публікаціях впевнено стверджується що найважливішими психологічними характеристиками будь-якої діяльності, її складовими виступають мета, мотиви і дії (орієнтувальні, виконавські, контролюючі, оцінювальні). В умовах навчально-професійної діяльності, по-перше, істотно змінюється усвідомлення мети навчання: знання починають сприйматися як необхідна умова майбутнього самостійного життя і, зокрема, у професійній діяльності. У зв'язку з цим докорінно змінюється ставлення до навчальних предметів, серед яких уже виді-

ляються не тільки цікаві і нецікаві, але в першу чергу потрібні і непотрібні для одержання бажаної професії (звичайно, відповідно до розуміння сутності цієї професії). По-друге, навчально-професійна діяльність значно змінює характер навчальної мотивації [1; 4; 5]. Як будь-яка складна діяльність, навчальна діяльність полімотивована і серед різноманітних мотивів відносно її мети виділяють мотиви внутрішні і зовнішні. Внутрішні навчальні мотиви – це змістовні пізнавальні інтереси (як безпосередні, так і опосередковані). Зовнішні навчальні мотиви пов'язані з метою навчання не прямо, а опосередковано, і тому можуть бути позитивними (обов'язок, самовизначення, самовираження, престиж, широкі соціальні мотиви, спілкування з педагогами й однолітками і т.д.) і негативними (страх покарання або глузування, підкорення примушенню, некритичне наслідування і т.д.). На суттєвому значенні мотивації навчальної (навчально-професійної) діяльності наголошують педагоги та методисти [3; 4; 8; 9; 11].

Таким чином, для тих, хто визначився в необхідності оволодіння конкретною професією, провідним видом діяльності стає навчально-професійна діяльність, яка суттєво змінює усвідомлення мети навчання, навчальну мотивацію, особливості навчальних дій і характер взаємин з педагогами. Навчально-професійна діяльність, як будь-яка провідна діяльність, стає вирішальним фактором формування центральних психологічних новоутворень юнацького віку. У зв'язку з цим багато психологів підкреслюють що студентство характеризується досягненням найвищих «пікових» результатів, які базуються на всіх процесах біологічного, психологічного та соціального розвитку [1; 5; 6]. Перетворення мотивації, всієї системи ціннісних орієнтацій, з одного боку, інтенсивне формування спеціальних здібностей у зв'язку з професіоналізацією – з іншого, виділяють цей вік як центральний період становлення характеру і інтелекту. В зв'язку з цим принципово важливим стає дослідження особливостей мотивації навчально-професійної діяльності студентів, що виключно актуально в першу чергу стосовно студентів першого курсу, які ще тільки зробили первинний професійний вибір та проходять період адаптації до навчання у ЗВО.

Виклад результатів емпіричного дослідження. Дослідження мотивації навчально-професійної діяльності студентів ЗВО входить до числа найважливіших завдань сучасної психології вищої освіти, які мають суттєву теоретичну та практичну значущість. У зв'язку з цим нами було проведено вивчення структури навчальної мотивації студентів першого курсу першого (бакалаврського) рівня вищої освіти Сумського дер-

жавного педагогічного університету імені А.С. Макаренка. Виходячи з думки багатьох психологів про те, що найважливішими навчальними мотивами студентства є пізнавальні мотиви, соціальні мотиви та мотив досягнення успіху, ми досліджували саме ці мотиви навчально-професійної діяльності студентів першого курсу. Були використані методика «Мотивація навчальної діяльності» (Домбровська І.С.) та методика «Мотивація досягнення успіху» (Т. Елерс). Всього в дослідженні взяли участь 118 студентів природничих та гуманітарних спеціальностей денної форми навчання.

Загальні показники мотивації навчально-професійної діяльності респондентів представлені в таблиці 1.

Таблиця 1
Співвідношення пізнавальної та соціальної мотивації навчально-професійної діяльності студентів першого курсу (у середніх балах)

Навчальні мотиви	Спеціальності	
	Природничі	Гуманітарні
Пізнавальні мотиви	45,5	49,3
Соціальні мотиви	38,7	38,4

Для більш детального розгляду пізнавальних і соціальних мотивів необхідно звернутися до шкал, з яких складаються інтегративні показники цих мотивів. За методикою передбачено шість шкал, три з яких складають пізнавальну, а три – соціальну мотивацію навчальної діяльності. Це шкали:

- 1) широкі пізнавальні мотиви;
- 2) вузькі або власне пізнавальні мотиви;
- 3) мотиви саморозвитку або особистісні мотиви;
- 4) широкі соціальні мотиви;
- 5) вузькі соціальні мотиви;
- 6) мотиви співпраці або соціальності знань.

Отримані дані, що представлено на рисунку 1, свідчать про практично однакову структуру навчальної мотивації навчально-професійної діяльності респондентів.

Як видно, для мотивації навчально-професійної діяльності студентів першого курсу більш дієвими виявилися пізнавальні мотиви, а менш дієвими – соціальні. Однак при цьому спостерігається і певна специфіка пізнавальної та соціальної навчальної мотивації студентів першого курсу. Так, серед пізнавальних мотивів найбільш дієвою для студентів і природничих і гуманітарних спеціальностей виявилася мотивація саморозвитку. У той же час в структурі соціальних мотивів навчально-професійної діяльності студентів різних спеціальностей спостерігається більша різноманітність. Найбільше значення для студентів усіх спеціальностей має мотив співпраці. При цьому широкі та вузькі соціальні мотиви дещо сильніше виражені у студентів природничих спеціальностей, а мотивація співпраці – у студентів гуманітарних спеціальностей. Проте різниця між отриманими показниками вельми невелика.

Виходячи з отриманих даних, нами було висунуто припущення, що в структурі мотивації навчально-професійної діяльності студентів першого курсу можуть бути особливості, що пов'язані зі статтю студентів та фінансовою основою їхнього навчання (комерційна чи держбюджетна). Як демонструє таблиця 2, жодних суттєвих особливостей не виявлено, але ми вважаємо за необхідне продовжити наукові розвідки у цьому напрямі.

Як зазначалося, багато психологів вважають, що умовою успішного навчання студентів у ЗВО є не лише рівень пізнавальної та соціальної мотивації власне навчально-професійної діяльності, а й рівень сформованості по суті більш ширшого мотиву – досягнення успіху як базисної основи бажання людини робити свою

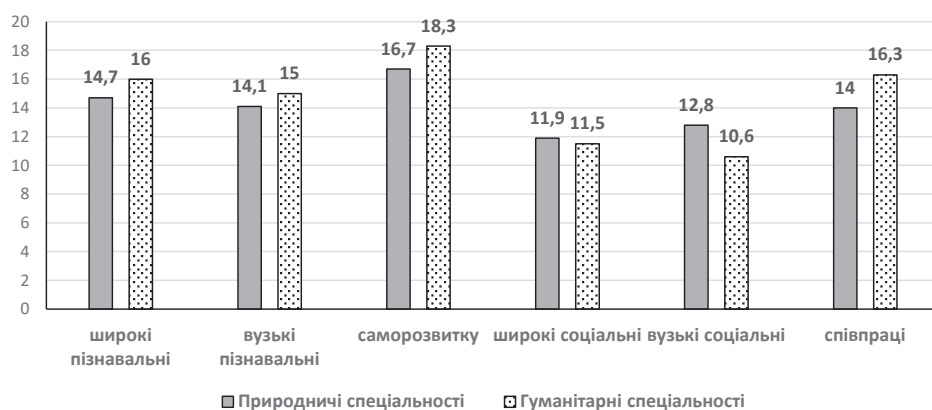


Рис. 1. Структура мотивації навчально-професійної діяльності студентів першого курсу різних спеціальностей (у середніх балах)

Таблиця 2

Структура мотивації навчально-професійної діяльності студентів першого курсу в залежності від статі та основи навчання (у середніх балах)

Навчальні мотиви	Стать		Основа навчання	
	Чоловіки	Жінки	Комерційна	Держбюджетна
Пізнавальні мотиви	46,4	45,5	47,1	49,3
Соціальні мотиви	42,2	38,7	45,2	40,6
Широкі пізнавальні	15,5	14,7	15,8	16,0
Вузькі пізнавальні	14,5	14,1	13,9	15,0
Саморозвитку	16,4	16,7	17,4	18,3
Широкі соціальні	13,4	11,9	14,9	11,5
Вузькі соціальні	15,4	12,8	14,4	12,8
Співпраці	13,4	14,0	15,9	16,3

справу (у тому числі і вчитися) якісно, успішно, досягати значних та цінних результатів. Тому у цій роботі досліджувався рівень мотивації досягнення успіху студентів першого курсу природничих та гуманітарних дисциплін. Отримані результати представлені на рисунку 2.

Як бачимо, студенти обох спеціальностей показали середній рівень прояву мотиву досягнення успіху. Однак кількісні показники дещо різняться (49,0% та 60,4%). При цьому показники низького рівня мотиву досягнення успіху для всіх респондентів практично одна-

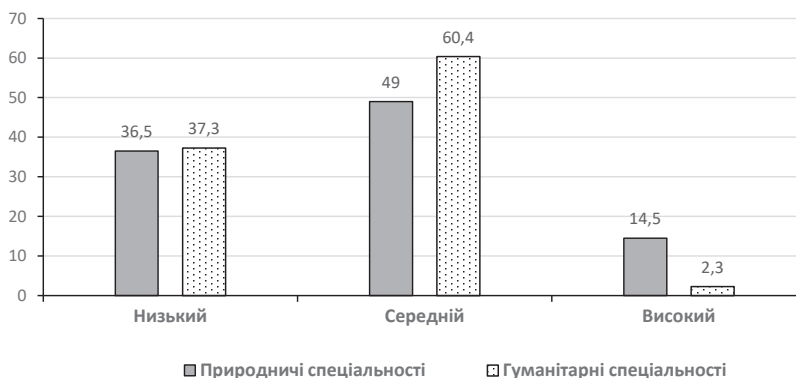


Рис 2. Рівень мотивації досягнення успіху у студентів першого курсу різних спеціальностей (у %)

кові. А ось за найбільш важливим для успішної навчальної діяльності – високим рівнем цього мотиву різниця суттєва: у студентів природничих спеціальностей він зустрічається в 6,3 рази частіше.

Враховуючи припущення, що стать та фінансова основа навчання студентів може відобразитися у мотивації їхньої навчально-професійної діяльності, було зроблено відповідне порівняння прояву мотивації досягнення успіху, що представлено у таблиці 3.

Як видно, загальна тенденція переважання середнього рівня мотивації досягнення успіху зберігається, але не можна не відмітити, що для жінок він більш характерний, в той же час коли високий рівень цієї мотивації відсутній повністю. Цікавим, на наш погляд, є те, що студенти, які навчаються на держбюджетній

основі, не продемонстрували досить суттєвих показників за цією мотивацією. Вважаємо, що цей факт потребує додаткового дослідження.

Особливості мотивації навчально-професійної діяльності студентів, навіть починаючи з першого курсу, безпосередньо пов'язані з їхніми загальними очікуваннями щодо отримання професії. Чого ж очікують першокурсники, що лише починають своє навчання у ЗВО, від своєї майбутньої професії? Загальна картина відповідей це запитання авторського опитувальника представлена у таблиці 4.

Як видно, всі респонденти насамперед очікують на здобуття вищої освіти. Інші очікування першокурсниками природничих спеціальностей названі приблизно в рівній кількості, у той час як у першокурсників гуманітарних спеціальностей ці очікування розташувалися

Таблиця 3

Структура мотивації досягнення успіху студентів першого курсу в залежності від статі та основи навчання (у середніх балах)

Рівень	Стать		Основа навчання	
	Чоловіки	Жінки	Комерційна	Держбюджетна
Низький	42,9	31,6	36,7	44,4
Середній	52,4	68,4	59,5	55,6
Високий	4,7	0,0	3,8	0,0

Таблиця 4

Професійні очікування студентів першого курсу різних спеціальностей (у% від числа респондентів)

Спеціальності	Отримаю вищу освіту	Стану кваліфікованим спеціалістом	Підвищу соціальний статус	Отримаю високооплачувану роботу	Досягну схвалення батьків та оточуючих
Природничі	92,7	40,3	43,6	45,5	39,5
Гуманітарні	98,1	59,3	38,9	18,5	24,1

в міру спадання таким чином: стану високо кваліфікованим фахівцем, підвищу свій авторитет у суспільстві, досягну схвалення батьків та оточуючих, отримаю роботу. Слід зазначити, що студенти першого курсу гуманітарних спеціальностей у більшій кількості очікують на отримання високої професійної кваліфікації (59,3%), ніж студенти природничих спеціальностей (40,3%); тоді як першокурсники природничих спеціальностей значно більше розраховують на отримання високооплачуваної роботи (45,5%), ніж першокурсники-гуманітарії (18,5%).

Як видно, структура професійних очікувань чоловіків та жінок дещо різниться. Так, і ті, й інші в першу чергу очікують на отримання вищої освіти, однак для жінок це дещо важливіше, ніж для чоловіків. Інші очікування у жінок розподілилися приблизно однаково, а от у чоловіків проглядається деяка градація очікувань, а (на диво) найменша кількість очікувань припала на отримання високооплачуваної роботи.

Цікава картина професійних очікувань спостерігається у студентів, які навчаються на комерційній та держбюджетній основі. Структура професійних очікувань студентів, які

Таблиця 5

Структура професійних очікувань студентів першого курсу в залежності від статі та основи навчання (у% від числа респондентів)

Очікування	Стать		Основа навчання	
	Чоловіки	Жінки	Комерційна	Держбюджет
Отримаю вищу освіти	85,7	100,0	100,0	96,0
Стану висококваліфікованим спеціалістом	52,4	38,9	50,0	67,9
Підвищу свій авторитет у суспільстві	47,6	33,3	61,5	53,6
Отримую високооплачувану роботу	14,3	21,2	23,1	14,3
Досягну схвалення батьків та оточуючих	28,6	21,2	23,1	25,0

навчаються на різних фінансових засадах, практично ідентична, за винятком очікування отримання високооплачуваної роботи, яка у студентів, що навчаються на комерційній основі, дещо вища.

Висновки. Таким чином, отримані дані, які свідчать про наявність загальних тенденцій в структурі мотивації навчально-професійної діяльності студентів першого курсу закладу вищої освіти та, водночас, виявляють деякі особливості навчальної мотивації чоловіків і жінок, а також студентів, що навчаються за держбюджетною та комерційною фор-

мами. Ці дані можуть бути дуже корисні як у викладанні навчальних дисциплін «Вікова та педагогічна психологія», «Психологія вищої школи», «Психологія освіти», «Психологія та педагогіка вищої освіти», так і в роботі психологічної служби ЗВО. Однак очевидна необхідність продовження досліджень даної проблеми, зокрема в напрямках встановлення особливостей мотивації навчально-професійної діяльності студентів інших курсів та різних спеціальностей, а також виявлення взаємних зв'язків різних типів навчальної мотивації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Виноградова В.Є. Юрченко В.І. Психологія вищої освіти: теоретичні та практичні аспекти: навч. посіб. Київ : Ліра-К, 2020. 296 с.
2. Головенкін В. П. Педагогіка вищої школи : підручник. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2019. 290 с
3. Каплінський В.В. Методика викладання у вищій школі : навчальний посібник Вінниця : ТОВ «Ніланд ЛТД», 2015. 224 с.
4. Нагаєв В.М. Педагогіка вищої школи : навчальний посібник. Харків : «Стильна типографія», 2019. 267 с.
5. Подоляк Л.Г., Юрченко В.І. Психологія вищої школи. Київ : ТОВ «Філ-студія», 2006. 320 с.
6. Савчин М.В., Василенко Л.А. Вікова психологія : навч. посібник, 5-е видання, перероблене, доповнене. Київ : ВЦ «Академія», 2021. 376 с.
7. Скрипченко О.В., Долинська Л.В., Огороднійчук З.В. Вікова та педагогічна психологія : навч. посібник. Київ : Просвіта, 2019. 400 с.
8. Тарасова Т.Б. Методика навчання психології у вищій школі : навчальний посібник. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2019. 361 с.
9. Тарасова Т.Б. Проблеми викладання психології як навчальної дисципліни за вибором з циклу загальної підготовки фахівців у вищій школі. *Габітус. Науковий журнал*. № 42. 2022 р. С. 101–107.
10. Тарасова Т.Б. Адаптація першокурсників до організаційних форм навчання в закладі вищої освіти. *Фізико-математична освіта : науковий журнал*. Вип. 3(21). Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2019. С. 150–156.
11. Тарасова Т.Б. Проблема мотивації професійного вибору студентів першого курсу. *Nowoczesna nauka: teoria i praktyka: Mater. III Międz. Konf. Nauk.-Prakt. 30 kwietnia 2019 rok.* / Pod red. S. Gorniaka. Katowice : Nowa nauka, 2019. s. 80–85.

АДАПТАЦІЙНІ РЕСУРСИ ТА ОСОБИСТІСНА ТРИВОЖНІСТЬ ПІДЛІТКІВ

ADAPTIVE RESOURCES AND PERSONAL ANXIETY OF ADOLESCENTS

У статті розглядається проблема взаємозв'язку адаптаційних ресурсів та особистісної тривожності підлітків у сучасних умовах життя. Визначено, що ресурс розуміється як певний особистісний резерв внутрішніх та зовнішніх можливостей людини. Ресурс може бути використаний суб'єктом діяльності для особистісного розвитку, самовизначення та самореалізації, вироблення позитивної життєвої стратегії. Розглянуто тривожність як усталену особистісну рису, як схильність людини переживати тривогу з будь-якого приводу. Встановлено, що тривожність пов'язана з непевненістю особистості самостійно подолати труднощі. Реактивна тривожність визначається як відповідь на актуальну фізичну або психологічну загрозу. Розкрито сутність та прояви тривожності у підлітковому віці. Доведено, що підвищений рівень тривожності підлітків пов'язаний з віковими особливостями розвитку та індивідуальним рівнем Я-концепції. Зауважується, що переживання вікової кризи у пубертатному періоді може бути ускладнене зовнішніми екстраординарними подіями, такими як пандемія, війна, економічна криза тощо. Показано, що шкільна тривожність виступає провідним маркером дезадаптації підлітка у освітньому просторі і негативно впливає на всі сфери його життєдіяльності. Стаття містить аналіз результатів емпіричного дослідження взаємозв'язку адаптаційних ресурсів підлітків та рівня особистісної тривожності. Дослідження виявило у більшості досліджуваних підлітків ознаки соціально-психологічної адаптованості середнього рівня, що проявляється як відносна гармонійність ставлення особистості до оточуючого середовища та власно до себе. Ознаки неадаптованості виявлено майже у третини підлітків, що породжує амбівалентність почуттів та оцінок, але не надає психотравмуючого впливу на особистість. У значній кількості підлітків виявлений підвищений рівень особистісної та реактивної тривожності. Виявлена загальна тенденція підвищеного рівня шкільної тривожності. Кореляційний аналіз результатів дослідження виявив: високому рівню особистісної тривожності притаманний високий рівень загальної тривожності у школі та страху невідповідності очікуванням оточуючих; високий рівень загальної тривожності у школі пов'язаний з високим рівнем переживання соціального стресу; високому рівню реактивної тривожності відповідає страх перевірки знань. Виявлено, що високий рівень особистісної тривожності пов'язаний з очевидною неадаптованістю. Чим нижче рівень особистісної тривожності, тим вище показник адаптованості.

Ключові слова: адаптаційні ресурси, адаптованість, особистісна тривожність, ситуативна тривожність, шкільна тривожність.

The article deals with the problem of the relationship between adaptive resources and personal anxiety of adolescents in modern living conditions. It is determined that a resource is understood as a certain personal reserve of internal and external capabilities of a person. The resource can be used by the subject of activity for personal development, self-determination and self-realization, development of positive life strategies. The article considers anxiety as an established personality trait, as a person's tendency to experience anxiety for any reason. It has been established that anxiety is associated with the individual's lack of confidence to overcome difficulties on their own.

Reactive anxiety is defined as a response to an actual physical or psychological threat. The essence and manifestations of anxiety in adolescence are revealed. It is proved that the increased level of anxiety in adolescents is associated with age-related developmental features and the individual level of self-concept. It is noted that the experience of the age crisis in puberty can be complicated by external extraordinary events, such as a pandemic, war, economic crisis, etc. It is shown that school anxiety is a leading marker of adolescent maladjustment in the educational space and negatively affects all spheres of life. The article analyzes the results of an empirical study of the relationship between adolescents' adaptive resources and the level of personal anxiety. The study revealed that the majority of the studied adolescents have signs of medium-level socio-psychological adaptation, which manifests itself as a relative harmony of the individual's attitude to the environment and to himself. Signs of maladjustment were found in almost a third of adolescents, which gives rise to ambivalence in feelings and assessments, but does not have a psychically traumatizing effect on the individual.

A significant number of adolescents have an increased level of personal and reactive anxiety. A general tendency of increased school anxiety has been identified. The correlation analysis of the study results revealed that a high level of personal anxiety is inherent in a high level of general anxiety at school and fear of not meeting the expectations of others; a high level of general anxiety at school is associated with a high level of social stress; a high level of reactive anxiety corresponds to the fear of being tested. It was found that a high level of personal anxiety is associated with obvious maladjustment. The lower the level of personal anxiety, the higher the level of adaptability.

Key words: adaptive resources, adaptability, personal anxiety, situational anxiety, school anxiety.

УДК 159.9.072
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.19>

Учитель І.Б.

к.пед.н., доцент,
доцент кафедри психології
Університет митної справи та фінансів

Сурякова М.В.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри психології
Університет митної справи та фінансів

Кучинова Н.М.

к.психол.н.,
доцент кафедри соціально-гуманітарної
підготовки та права
Західнодонбаський інститут
ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна Академія
управління персоналом»

Вступ. Підлітковий вік психологічно наукою традиційно визначається як складний кризовий етап розвитку особистості, пов'язаний з глибинною перебудовою всіх її складових, що супроводжується надзвичайними особистісними переживаннями підлітка. Науковці звертають увагу на загальну закономірність: для підлітків характерний підвищений рівень тривожності у зв'язку з особливостями переживання цього вікового етапу. Дослідники зазначають, що рівень тривожності свідчить про якість емоційної адаптації підлітка до соціальних умов, тривожність виступає індикатором змін у його особистісному зростанні.

Аналізуючи умови розвитку сучасних українських підлітків, не можна не відзначити їх специфічні відмінності. У короткий історичний період в їхньому житті відбулася пандемія, що суттєво ускладнило реалізацію провідної вікової потреби підлітків – безпосереднє спілкування з однолітками. Слідом за цими незвичайними обставинами сталися надзвичайні воєнні події в Україні: українські підлітки знов були поставлені у неприродні умови, що ускладнює період їх особистісного зростання. Війна в Україні стала фактором порушенням їхнього нормального життя, унеможливило забезпечення їх базових життєвих потреб, зокрема потреби у безпеці та звичайного спілкування, породила необхідність адаптації до нових обставин життя в ситуації невизначеності, постійної тривоги та стресу.

Окрім того, до цих несприятливих зовнішніх обставин життя українських підлітків додалася необхідність стрімко пристосовуватися до нових умов навчання, турбуватися про своє навчальне майбутнє. Школярі були змушені адаптуватися до низки нововведень у сфері освіти, пов'язаних із дистанційною формою навчання, що також сприяло підвищенню рівня напруги та тривожності у шкільному житті підлітків. Відсутність можливості безпосередньої комунікації з однокласниками та вчителями в онлайн-форматі, передбачуваність роботи інтернет-зв'язку, незручне технічне обладнання, нестабільність розкладу занять та інші проблеми виступили факторами емоційної дестабілізації підлітків, що може сприяти формуванню тривожності, призводити навіть до емоційних розладів. Тому основні особистісні завдання, які постали перед сучасними українськими підлітками, безпосередньо пов'язані з активізацією їх власних адаптаційних ресурсів.

Отже, дослідження взаємозв'язку адаптаційних ресурсів та особистісної тривожності сучасних підлітків є актуальною проблемою науки і практики.

Аналіз останніх досліджень з проблеми.

Проблема адаптації активно досліджується в межах загальної психології, психофізіології,

педагогіки тощо. Психологічні аспекти адаптаційного процесу вивчали Б. Ананьєв, Г. Балл, Ф. Березін, О. Бондаренко, І. Булах, Ф. Василюк, І. Ващенко, Л. Виготський, Є. Вітенберг, Н. Водопьянова, Дж. Гілфорд, Л. Гримак, Р. Даймонд, М. Дяченко, Н. Завацька, О. Литвиненко та ін. Соціально-психологічні особливості адаптації особистості досліджували О. Зотова, Б. Іваненко, Т. Коленіченко, М. Корольчук, О. Кравцова, Ю. Кузьменко, Є. Кучеренко, Р. Лазарус, В. Лебедев, А. Налчаджян, В. Осьодло, Ж. Піаже, Г. Ришко, К. Роджерс, М. Ромм, А. Прихожан, О. Сафін, Г. Сельє, С. Хобфолл, Л. Фестінгер, С. Фолкман, В. Шапар та ін.

Серед дослідників, які вивчали проблеми адаптації учнівської і студентської молоді, можна відзначити таких вчених, як: А. Авдеєнко, Л. Арчер, Л. Березовська, І. Бех, В. Брейнак, Л. Божович, Л. Волченко, В. Гроховський, В. Каган, Л. Калашнікова, В. Ковальов, Н. Крейдун, І. Левицька, О. Мартиненко, Л. Мерфі, Г. Мешко, М. Смоляк, Л. Опанасенко, В. Осипенко, М. Попіль, О. Проценко, Н. Прядко, Д. Скотт, Б. Філіпс та ін.

Розробкою проблематики тривожності займалися науковці зарубіжної психологічної науки, зокрема А. Адлер, Е. Еріксон, Г. Салівен, Ч. Спілбергер, Дж. Тейлор, З. Фройд, Е. Фромм, К. Хорні, К. Юнг та ін. У подальшому розроблялися ідеї визначення тривожності як системного явища та властивості особистості, що представлено у роботах В. Астапова, Ф. Березина, Л. Божович, Г. Габдреева, Ж. Зав'ялової, Є. Калюжної, К. Лебединського, В. Нестеренко, Г. Прихожан, О. Сидоренко, С. Тарасова, Ю. Ханіна та ін.

В психологічній науці інтерес до підліткового періоду життя людини сформувався досить давно. Дослідження науковців-психологів дозволили визначити проблемні аспекти підліткового віку, підходи до визначення підлітків як особливої соціально-психологічної та вікової категорії, виділити види і форми, рівні та індикатори підліткової тривожності. Такі вчені, як Е. Еріксон, У. Морган, Ю. Пахомов, Ю. Ханін, Г. Айзенк, Б. Вяткін, О. Захаров, Е. Ейдемільер, І. Кулагіна, І. Лісовська, Н. Махоні, В. Мухіна, Є. Соколов, Ч. Спілбергер, ретельно досліджували явище підліткової тривожності як емоційний стан та його вплив на соціалізацію особистості у підлітковий період життя.

Проте залишається недостатньо вивченим характер зв'язку адаптаційного ресурсу та рівня особистісної тривожності підлітків у теперішній час.

Мета дослідження полягає у вивченні особливостей зв'язку адаптаційного ресурсу та рівня особистісної тривожності у підлітковому віці. Було зроблено припущення, що рівень особистісної тривожності та адаптаці-

йні ресурси підлітків знаходяться у певному зв'язку: високий рівень особистісної тривожності корелює з низьким рівнем адаптаційних властивостей і навпаки.

Виклад основного матеріалу дослідження. У загальнонауковому розумінні психологічне поняття «ресурс» розглядається як джерело сили, певна сукупність цінностей та резервів, що дають змогу впоратися з важкими життєвими ситуаціями, вирішувати важливі завдання повсякденної життєдіяльності. Ресурси виступають джерелом внутрішньої опори особистості, що дає змогу з мінімальною шкодою для особистісного психофізіологічного стану долати нестандартні, проблемні, екстремальні ситуації та створювати позитивні умови для досягнення значних життєвих успіхів у професійній та особистісній діяльності. Ресурс розуміється як певний особистісний резерв внутрішніх та зовнішніх можливостей, що може бути використано суб'єктом діяльності для особистісного розвитку, самовизначення та самореалізації, вироблення позитивної життєвої стратегії та ін. [4; 11]. Аналізуючи взаємозв'язок психологічного потенціалу людини та її ресурсів, науковці зауважують, що потенціальні можливості складають основу актуального їх використання у певній діяльності, тобто стають ресурсом для вирішення конкретних завдань [5].

Особистісні ресурси впливають на успішність соціально-психологічної адаптації особистості, зокрема, у кризових ситуаціях та складних обставинах життя. Науковці наголошують, що особистісні ресурси значною мірою визначаються здатністю до побудови інтегрованої поведінки. Чим вища здатність до інтеграції поведінки, тим більш успішне додання стресогенних ситуацій. Адаптаційні здібності людини залежать від психологічних особливостей особистості [7, с. 93–98].

Вивчення проблеми психологічного ресурсу особистості виявило і такий аспект розуміння: властивість особистості набуває якості ресурсу тільки у контексті адаптаційного процесу, коли вона включена у процес встановлення відповідності між потребами індивіда та вимогами середовища. У даному сенсі всі індивідуально-психологічні характеристики особистості в різних умовах можуть виступати як ресурсні [1, с. 26].

Виходячи з наукових уявлень про сутність адаптації, індивідуально-психологічні характеристики особистості, які забезпечують регуляцію її життєдіяльності можна визначити, як адаптивність особистості. Адаптивність як психологічна властивість формується протягом життя під впливом зовнішніх умов та психофізіологічних властивостей людини. Процес формування адаптивності особистості у підлітковому віці має специфічні особливості: він

характеризується інтенсифікацією соціальної взаємодії підлітків та розширенням кола їхніх обов'язків у різних видах діяльності. Підлітки змушені пристосовуватися до нових обставин, відповідати незвичним для себе викликам життя, що може активізувати стан тривоги як природну реакцію на ще неопановані стимули.

Оцінюючи роль тривоги у процесі психічної адаптації людини, науковці відзначають, що тривога змінює характер поведінки, призводить до підвищення поведінкової активності, спонукає до більш інтенсивних і цілеспрямованих зусиль, а отже, виконує адаптивну функцію. Однак, якщо інтенсивність і тривалість тривоги неадекватні ситуації, це перешкоджає формуванню адаптивної поведінки і призводить до порушень поведінкової інтеграції. Тривожність у науковій думці розглядають як індивідуально-психологічну особливість, що складається з підвищеної схильності відчувати занепокоєння у різних життєвих ситуаціях, змістом її є почуття невизначеності та безпорадності [3; 4; 6].

За загальними психологічними засадами тривожність визначається як багатоаспектне системне явище, яке проявляється на всіх рівнях психічної діяльності особистості. Кількісний показник як рівень інтенсивності може бути низьким, помірним, високим; якісний показник вказує, відповідно до якого аспекту особистості фруструється соціальне середовище. Це може бути шкільна (гностична), самооцінка (афективна), міжособистісна (поведінкова) тривожність. За детермінантами виділяють ситуативну та особистісну тривожність [6; 8; 9]. Умовою виникнення тривожності як особистісної риси науковці вважають накопичення досвіду невдалих, неадекватних способів подолання тривоги.

Дослідження вікової динаміки тривожності показують тенденцію її зростання у підлітковому віці, що пов'язано з перебудовою системи взаємин у підлітків та зміною їхніх соціальних ролей. При цьому відбувається своєрідне зміщення тривоги і страхів – зниження «природного» (інстинктивного у своїй основі) і підвищення «соціально зумовленого», максимум якого припадає на підлітковий вік. Головним протиріччям у підлітковому віці стає наполегливість підлітка визнати свою особистість дорослою людиною за відсутності реальної можливості утвердитися серед них.

Досліджуючи особливості розвитку самосвідомості особистості у підлітковому періоді, психологи зауважують, що зростання тривожності у підлітків є одним із критеріїв формування їх самосвідомості та чутливості у сфері міжособистісних стосунків. Саме виразність орієнтації високотривожних підлітків на соціальну нормативність і соціальні очікування свідчить про те, що особистісна тривога є сво-

ерідною психологічною ціною адаптації [5; 10]. Вітчизняні науковці також акцентують увагу на тому негативному факті, що в сучасному суспільстві відсутні простори, придатні для вирішення проблем і задач підліткового віку, тому кризові явища, як правило, затягуються. За таких умов формування адаптивності як усталеної особистісної властивості підлітка суттєво гальмується.

Формуванню адаптивності підлітків може заважати також шкільна тривожність. Психологи вважають, що шкільна тривожність виступає провідним маркером дезадаптації дитини в освітньому просторі, наслідком чого можуть стати різного роду розлади. Як особливий емоційний стан, тривожність справляє негативний вплив на всі сфери життєдіяльності школяра, в тому числі на спілкування поза школою, на здоров'я та загальний рівень психологічного добробуту, на пізнавальний розвиток загалом [6, с. 4].

Емпіричне дослідження особливостей взаємозв'язку рівня особистісної тривожності та адаптаційного ресурсу підлітків здійснювалося у рамках припущення, що існують функціональні зв'язки між тривожністю та адаптивністю в підлітковому віці як інтегральними особистісними властивостями. У дослідженні, проведеному у 2022 році на базі Новоолександрівського ліцея НСР (I–III ступеню), взяли участь 30 учнів старшого підліткового віку: 12 хлопців (40%) та 18 дівчат (60%) віком 15–16 років.

У відповідності з метою дослідження було обрано комплекс діагностичних методик, за допомогою яких вирішувалися емпіричні завдання. З метою вивчення виду та рівня функціонування особистісної адаптованості школярів була застосована методика «Визначення особистісної адаптованості школярів» О.В. Фурмана, за допомогою якої встановлюється особистісне ставлення до оточуючих людей, самого себе та навколишнього світу. Для виявлення рівня ситуативної та особистісної тривожності була обрана методика «Шкала ситуативної та особистісної тривожності» Ч. Спілбергера – Ю. Ханіна; для вивчення рівня і характеру тривожності, пов'язаної зі шкільним життям підлітка, зокрема, визначення переживання соціального стресу, фрустрації потреби у досягненні успіху, страху самовираження, боязні ситуації перевірки знань, страху не відповідати очікуванням оточуючих, низького фізіологічного опору стресу, проблем і страхів у відносинах із учителями була обрана методика «Дослідження шкільної тривожності» Б. Філліпса.

Вивчення особистісної адаптованості підлітків досліджуваної групи виявило ступінь соціально-психологічної адаптованості школярів (адаптовані, неадаптовані, дезадаптовані) та її рівень. Серед встановлених адаптованих

підлітків із високим показником рівня розвитку адаптованості виявлено 10%, з середнім рівнем 40%, з низьким рівнем 16% у цій підгрупі досліджуваних. В цілому такі показники свідчать про достатньо усталену характеристику адаптованості цих школярів. Показники підгрупи неадаптованих підлітків складаються з 23% з неочевидним рівнем адаптованості та 3% з очевидним рівнем. Такі результати говорять про незначний показник загалом по підгрупі дійсно неадаптованих підлітків. Підгрупа виявлених дезадаптованих підлітків представлена найменшою кількістю досліджуваних, лише 6% з загальної групи, у них встановлено ситуативний рівень дезадаптованості. Такий показник означає, що дезадаптивність підлітка залежить головним чином від несприятливих зовнішніх обставин, з якими підліток не здатний впоратися.

Методика дозволяє визначити узагальнені результати вимірювання особистісної адаптованості досліджуваних підлітків, що наочно представлено на рис. 1.

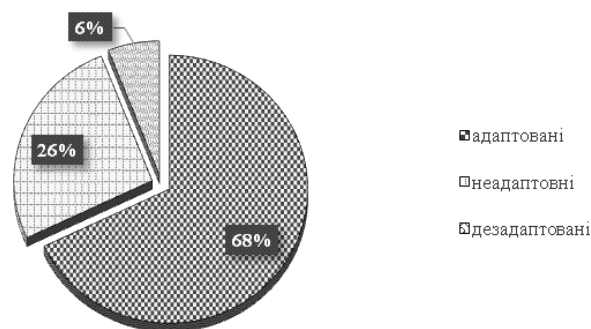


Рис. 1. Результати дослідження особистісної адаптованості підлітків

Отже, у результаті дослідження особистісної адаптованості підлітків досліджуваної групи було встановлено: переважна більшість досліджуваних (68%) має ознаки адаптованості, що розуміється як справжня чи відносна гармонійність між суб'єктивними цілями та остаточними результатами, що супроводжуються позитивним ставленням, оцінкою, розумінням особистості до навколишнього середовища та самої себе; чверть досліджуваних підлітків (26 %) виявили ознаки неадаптованості, що розуміється як більша чи менша міра усвідомлення невідповідності між цілями та результатами діяльності, що породжує амбівалентність почуттів та оцінки, але яка не надає психотравмуючого впливу на особистість; у незначній частині вибірки (6%) виявлено ознаки дезадаптованості, що проявляється як певна дисгармонія між цілями та результатами, яка є джерелом психічної напруги (стрес, психічний зрив, шок тощо), внутрішнього дис-

комфорту та нестабільного перебігу психічних процесів (страх, депресія, фрустрація тощо).

Рівень тривожності підлітків вивчався за допомогою методики Ч. Спілберґера – Ю. Ханіна, що дозволило оцінити їхню особистісну і реактивну тривожність, а також найбільш специфічні реакції. Дані опитування показали, що за параметром особистісної тривожності у групі досліджуваних підлітків 62% мають високі показники, а у 38% підлітків виявлено середній рівень особистісної тривожності; за параметром реактивної тривожності високий показник виявлено у 73% підлітків, у 27% середній рівень реактивної тривожності. Рівні особистісної та реактивної тривожності підлітків досліджуваної групи представлено на рис. 2.

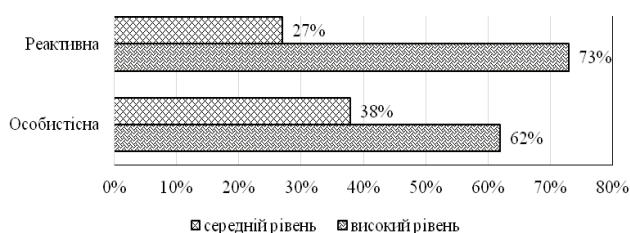


Рис. 2. Рівні реактивної та особистісної тривожності підлітків

Отже, за цим вимірюванням досліджувані підлітки продемонстрували підвищені та високі показники тривожності за параметрами особистісної і ситуативної тривожності. Зауважимо, що серед досліджуваних підлітків не виявлено низького рівня ні у показниках особистісної, ні у показниках реактивної тривожності. Вірогідно, це свідчить про тенденцію до загальної невпевненості підлітків, хвилювання, особливо у екстремальних ситуаціях, а також про недостатню готовність до сприйняття мінливих соціально-психологічних умов. Слід підкреслити, що тривале переживання таких станів у несподіваних для підлітків умовах може призводити до невротичних розладів, це може потребувати спеціального психологічного втручання з метою нормалізації емоційного стану.

Дослідження виявило значну кількість досліджуваних підлітків з високим рівнем особистісної тривожності (62%). Особистісну тривожність психологи визначають як стійку індивідуальну рису, яка відбиває схильність суб'єкта до звичної тривожності, та передбачає схильність сприймати різноманітні ситуації як загрозливі, реагуючи на кожну конкретну реакцію. Високий рівень особистісної тривожності, згідно з уявленнями науковців, прямо пропорційний виникненню невротичного конфлікту, появи афективних і невротичних криз, появи психосоматичних захворювань. Як тен-

денція, особистісна тривожність особливо яскраво проявляється, коли в житті виникають небезпечні ситуації, які можуть загрожувати престижу, самооцінці, усталеному судженню тощо.

У дослідженні виявилася значна кількість підлітків з високим рівнем реактивної тривожності (73%). Високий рівень реактивної тривожності може призвести до зниження та зосередженості уваги і навіть викликати відхилення в координації. Реактивна тривожність часто розвивається як емоційна реакція на стресовий фактор. Нерідко значення показників реактивної тривожності досягають особливо високих напередодні важливих життєвих подій, такі як зустрічі, важливі завдання, змагання, виступи перед аудиторією. Тривожність також може виникнути в результаті подій у минулому житті, від яких емоції мають значний і тривалий вплив на людину.

Враховуючи, що у дослідженні аналізуються дані підлітків, варто додати, що психологічний розвиток особистості молодих людей – це діалектичний процес виникнення та розв'язання протиріч, перенесення емоцій та зовнішніх переживань у внутрішній простір, формування самооцінки та сприяння роботі над собою. На відміну від дорослих, у підлітковому віці особливо гостро відчувається потреба у досягненнях і самореалізації, яку учні активно намагаються реалізувати у процесі навчання. У разі труднощів у процесі успішного самоствердження у процесі навчання в сучасних навчальних закладах хлопці та дівчата починають активно реалізовувати себе в інших сферах життя: соцмережах, спорті, хобі тощо. Така ситуація виникає внаслідок гострої природної потреби особистості знайти свою власну галузь і досягти в ній успіху. Тому переживання підлітка, пов'язані з самоствердженням та самореалізацією, викликають реакцію тривожності, що можна інтерпретувати як механізм стимуляції особистісних досягнень.

Вимірювання рівня шкільної тривожності підлітків у дослідженні було доцільним тому, що навчальна діяльність є основною формою їх соціально-психологічної активності, яка пов'язана з своєрідними переживаннями стосовно різних сфер шкільного життя підлітків. Діагностувалася загальна тривожність у школі; переживання соціального стресу; фрустрація потреби в досягненні успіху; страх самовираження; страх ситуації перевірки знань; страх невідповідності очікуванням; фізіологічна опірність стресові; проблеми і страхи у стосунках з вчителями.

Результати проведеного дослідження показали: низький рівень загальної шкільної тривожності виявлено у 4% досліджуваної групи учнів. Показник тривожності в межах норми виявлено у 39% досліджуваних. Підвищений

рівень тривожності виявився у 51% досліджуваних; у 6% підлітків був виявлений високий рівень шкільної тривожності. Рівні шкільної тривожності досліджуваних підлітків наочно представлено у рис. 3.

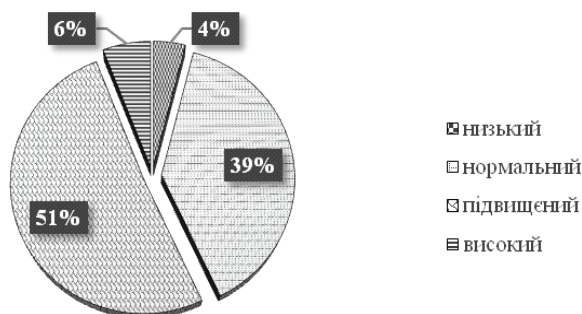


Рис. 3. Результати виміру рівня шкільної тривожності

Можна відзначити, що у більшості опитаних підлітків (57%) виявлено підвищений та високий рівень шкільної тривожності. Ці підлітки схильні сприймати загрозу своїй самооцінці в багатьох різноманітних шкільних ситуаціях і мають виражений стан тривожності, це необхідно враховувати при розробці корекційно-розвивальних програм. Слід наголосити, що шкільна дезадаптація – це утворення в особистості підлітка неадекватних механізмів пристосування до школи у вигляді порушень навчальної діяльності та поведінки, появи конфліктних відносин, психогенних захворювань та реакцій, підвищення рівня тривожності, спотворень у особистісному розвитку. Вагоме у дослідженні значення показника нормального рівня шкільної тривожності (39%) свідчить про помірну тривожність підлітків переживань стосовно шкільного життя, про спроможність впоратися з викликами навчального процесу. Лише у невеликій частині підлітків з досліджуваної групи виявлено низький рівень шкільної тривожності (4%), що можна вважати ознакою усталених адаптаційних можливостей підлітків.

У дослідженні були встановлені статистично значущі зв'язки шкільної, реактивної, особистісної тривожності та адаптаційними ресурсами підлітків. Виявлено позитивні кореляційні зв'язки загальної тривожності у школі і переживання соціального стресу ($r=0,49, p<0,05$); загальної тривожності у школі і особистісної тривожності ($r=0,61, p<0,05$); страху не відповідати очікуванням оточуючих і особистісної тривожності ($r=0,61, p<0,05$); страху перевірки знань і реактивної тривожності ($r=0,41, p<0,05$). Очевидно, тривожність як усталена риса особистості сприяє формуванню загальної шкільної тривожності, яка в свою чергу підсилює схильність особистості сприймати

значне коло соціальних ситуацій як небезпечних і навіть загрозливих. Високий рівень цього показника вказує на очевидні дезадаптивні характеристики особистості. Реактивна тривожність, що пов'язана з конкретною ситуацією випробування, характеризується напругою, занепокоєнням, нервозністю, але може вважатися проявом необхідної активізації особистості, проявом «корисної тривоги».

Позитивний кореляційний зв'язок виявлений між високим рівнем особистісної тривожності та показником очевидної неадаптованості ($r=0,55, p<0,05$), а також негативний зв'язок між середнім та високим рівнем адаптованості та високим та середнім рівнем особистісної тривожності ($r=-0,46, p<0,05$). Тобто схильність людини до особистісної тривожності не сполучається з адаптивною поведінкою, яка спрямована на реалізацію проблемних ситуацій: чим нижче рівень особистісної тривожності, тим вище показник адаптованості; ознаки неадаптованості виявляються в поєднанні з показником високого рівня особистісної тривожності.

Висновки з проведеного дослідження.

Отримані дані емпіричного дослідження свідчать, що взаємозв'язок між тривожністю й адаптивністю як інтегральним особистісним ресурсом проявляється у тому, що у підлітків з низьким рівнем адаптаційного ресурсу спостерігається очевидна неадаптованість або ситуативна дезадаптованість, та пов'язано з високим рівнем особистісної тривожності. У підлітків з високим і середнім рівнем адаптаційного ресурсу рівень особистісної тривожності знаходиться в межах середньо припустимих значень. Необхідно зауважити також, що особистісна тривожність у підлітковому віці виконує функцію адаптаційної самоактивізації, доцільність, спрямованість і результативність якої виступають критеріями ефективності особистісного функціонування.

Перспективами подальших наукових пошуків у цьому напрямку є розробка розвивально-корекційних програм, які мають сприяти підвищенню рівня адаптаційного ресурсу підлітків в сучасних умовах життя.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Даценко О.А. Психологічний ресурс особистості як наукова парадигма. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Том 31(70). № 4. 2020. С. 22–26.
2. Красуля О. Особливості переживання тривожності дітьми підліткового віку. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2019. Вип. 9. С. 102–107.
3. Матохнюк Л.О., Шпортун О.М. Психологічні особливості прояву тривожності у підлітковому віці. *Габітус*. 2020. Вип. 19. С. 157–163.
4. Мотков С.О. Адаптаційні механізми особистості. *Психологія і особистість*. № 1(15). 2019. С. 22–36.

5. Ревасевич І.С. Психологічна структура і динаміка особистісної адаптованості учнів загальноосвітніх шкіл : автореф. дис. на здобуття канд. психол. наук. Івано-Франківськ, 2007. 20 с.
6. Сидоров К.Р., Крохіна І.Г. Вивчення причин тривожності учнів. *Нова освіта*. 2013. № 1. С. 3–5.
7. Ткачишина О.Р. Особливості соціально-психологічної адаптації особистості в умовах кризових ситуацій. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського*. Серія: Психологія. Видавничий дім «Гельветика», 2021. Т. 32(71). № 3. С. 93–98.
8. Томчук С.М., Томчук М.І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі : монографія. Вінниця : КВНЗ «ВАНО», 2018. 200 с.
9. Шаш А.Р. Тривожність учнів як особистісна риса характеру. *Психологічний вісник*. Випуск № 3. 2013. С. 1–11.
10. Шевченко Н.Ф. Особистісна тривожність та шкільна адаптованість у підлітків: співвідношення та вікова динаміка. *Вісник*. Харків, 2006. № 16. С. 166–177.
11. Штепа О.С. Особливості взаємозв'язку психологічної та персональної ресурсності особистості. *Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць*. Кам'янець-Подільськ : Аксіома, 2013. С. 782–791.

ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ВІЙСЬКОВИЙ ЧАС

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF STUDENTS IN WAR TIME

Стаття присвячена висвітленню питань психологічного благополуччя. Розглянуто особливості феномену психологічного благополуччя у студентській молоді, психологічні особливості даного вікового періоду. Визначено дефініцію психологічного благополуччя, спираючись на сучасні вітчизняні та зарубіжні теорії. Якщо вітчизняні психологічні дослідження стосуються визначення його як інтегрального показника ступеня спрямованості особистості на реалізацію основних компонентів позитивного функціонування, то зарубіжні психологи розглядають цей феномен з точки зору пошуку ресурсу, розвитку резилієнтності. Студентський вік розглядається нами як такий, що пов'язаний пошуком власного «Я», самовизначенням, в першу чергу професійним. Протягом навчання в університеті відбувається зміна провідної діяльності – від навчально-пізнавальної до навчально-дослідницької, а потім навчально-професійної. Тож Увага автора статті акцентується саме на сучасний соціальний стан суспільства, в якому розвивається студентська молодь – військові події в Україні і особливості функціонування особистості у навчальному середовищі.

Досліджено компоненти психологічного благополуччя серед студентів різних років навчання. Виявлено сприятливі показники для особистісного та професійного розвитку. Найбільш розвиненими компонентами психологічного благополуччя виявлено «Позитивні відносини з оточуючими» та «Автономія», що полягають у спрямованості на налагодженні контактів, дружніх та довірливих стосунків та водночас відчуття самостійності та незалежності від суспільної думки, розвинутії особистісної відповідальності. Одночасно акцентовано увагу на найменшому рівні розвитку компоненту «Самоприйняття» як цілісне сприймання себе у суспільстві, що може бути пов'язано з хиткістю та невизначеністю сучасного суспільства.

Ключові слова: психологічне благополуччя, самовизначення, професійна спрямованість, резилієнтність, самоприйняття, автономія, ціннісні утворення особистості.

The article is devoted to the coverage of issues of psychological well-being. Features of the phenomenon of psychological well-being among student youth, psychological features of this age period are considered. The definition of psychological well-being is defined, based on modern domestic and foreign theories. If domestic psychological studies define psychological well-being as an integral indicator of the degree of a person's orientation to the implementation of the main components of positive functioning, foreign psychologists consider this phenomenon from the point of view of finding a resource, developing resilience.

Student age is considered to be related to the search for one's own 'I', self-determination, and professional definition. During studies at the university, there is a change in the leading activity – from educational and cognitive to educational and research, and then educational and professional. Therefore, the attention of the author of the article is focused precisely on the current social state of society in which student youth are developing – military events in Ukraine and the peculiarities of personality functioning in the educational environment.

The components of psychological well-being among students of different years of study were studied. Favorable indicators for personal and professional development were revealed. The most developed components of psychological well-being were found to be 'Positive relations with others' and 'Autonomy', which consist in the focus on establishing contacts, friendly and trusting relationships and, at the same time, a sense of independence from public opinion, developed personal responsibility. At the same time, attention is focused on the smallest level of development of the component 'Self-acceptance' as a holistic perception of oneself in society, which may be related to the instability and uncertainty of modern society.

Key words: psychological well-being, self-determination, professional orientation, resilience, self-acceptance, autonomy, value formation of the personality.

УДК 159.922.2-057.87:316.485.26(477)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.20>

Хоменко Є.Г.

доктор філософії за спеціальністю
053 «Психологія»,
в. о. завідувача кафедри психології
та педагогіки
Національний університет «Полтавська
політехніка імені Юрія Кондратюка»

В умовах військового часу проблема психологічного благополуччя як ніколи є актуальною для усіх верств населення, адже відчуття тривожності та стресу, нажаль є нашим сьогоденням. Студентський вік є періодом професійного становлення, формування ціннісних утворень особистості а також найбільшої життєвої активності, тож передбачає наявність оптимального психологічного благополуччя задля розвитку особистості в цей період. Студентство збігається із юнацьким віком, соціальна ситуація розвитку якого пов'язана з вибором життєвого шляху, професійним та особистісним самовизначенням та характери-

зується як «концептуальна соціалізація, коли виробляються стійкі властивості особистості». У період становлення моральної самосвідомості, вироблення ціннісних орієнтацій та ідеалів, стійкого світогляду, громадянських якостей особистості, надзвичайно важливим є психологічна рівновага особистості, резилієнтність, яка сприяє психологічному благополуччю, розвитку ефективності особистості.

Проблема психологічного благополуччя завжди цікавила дослідників в різних її аспектах через інші дефініції: «щастя», «психічне здоров'я», «позитивний стиль життя», «емоційний комфорт», «якість життя», «задоволеність

життям», «суб'єктивне благополуччя» та ін. Зокрема, С. Ryff (Керол Ріфф) та С. Любомирські інтерпретували психологічне благополуччя як таке, що включає в себе поняття щастя, задоволеність життям, позитивна емоційність, психологічне здоров'я, стійкість духу тощо. Х. Кентріл (Cantril Н.), Е. Дінер (Diener R.), Н. Бредбурн, М. Ягода – фактично ототожнювали психологічне благополуччя з психічним здоров'ям, щастям, відсутністю несприятливої симптоматики. Н.К. Бахарева, Е.Е. Бочарова Г.Л. Пучкова розглядають його у взаємозв'язку з такими аспектами функціонування особистості, як толерантність, ціннісні орієнтації й стратегії поведінки, самоактуалізація, осмисленість життя, суверенність психологічного простору особистості.

Особливості психологічного благополуччя у контексті воєнного конфлікту досліджували О.О. Андроннікова та Е.В. Ветерок. Серед сучасних дослідників, які займаються дослідженням даного феномена, слід згадати А.Б. Коваленко, Г.І. Медніков, Л.З. Сердюк, Н. Бредбурн, М. Ягода, М.М. Павлюк, О.Л. Шопша, Н.В. Гранкіна-Сазонова, Т.Л. Ткачук, О. Бородовіцина, А.С. Харченко, Н.О. Гончарова, Л.Б. Козьміна, Т.М. Маланьїна, М.М. Павлюк та багато інших.

Зарубіжні психологічні дослідження психологічного благополуччя переважно стосуються розгляду його з точки зору резиліентності – життестійкості, пошуку ресурсів для виходу з нестандартних ситуацій та формування новоутворень, що сприятимуть розвитку здорової особистості. (Д. Александер (D.E. Alexander), Е. Десі (E.L. Deci), А. Мастен (A.S. Masten), Дж. Ролланд (J.S. Rolland), Ф. Волш (F. Walsh), Е. Вернер (E.E. Werner), М. Віндл (M. Windle)). Результати цих досліджень сприяють стійкості людського розвитку та перспективи інтеграції результатів і застосувань на різних рівнях системи [9; 11; 12; 13].

Зокрема, Керол Ріф (С. Ryff) вважає, що не все, що призводить до задоволеності життям, сприяє психологічному благополуччю. У деяких випадках переживання, негативний, травмуючий досвід, життєві труднощі можуть сприяти підвищенню психологічного благополуччя завдяки осмисленню життя, побудові гармонійних стосунків, набуттю здатності до співпереживання, усвідомленню власних цілей. У своїй теорії вона доводить, що психологічне благополуччя – це складний інтегральний феномен, який характеризує позитивне функціонування особистості і проявляється у суб'єктивному відчутті задоволеності життям, реалізації власного потенціалу, залежить від суб'єктивної якості комунікацій особистості з оточуючими [10].

Аналізуючи підходи зарубіжних та вітчизняних психологів, Л.З. Сердюк визначає *психо-*

логічне благополуччя як інтегральний показник ступеня спрямованості особистості на реалізацію основних компонентів позитивного функціонування, а також ступеня реалізованості цієї спрямованості, що суб'єктивно виражається у відчутті щастя, задоволеності собою і власним життям [3, с. 53].

А.Б. Коваленко, в свою чергу, розглядає психологічне благополуччя як позитивне функціонування особистості, що включає самоприйняття, відчуття безперервного розвитку, наявність життєвих цілей, позитивні стосунки з іншими, здатність керувати середовищем та автономію й передбачає оптимальне соціальне функціонування особистості [1, с. 80].

Узагальнюючи всі наукові підходи та дефініції, ми розглядаємо психологічне благополуччя як інтегральне особистісне утворення, яке функціонує в динаміці, є мотиваційним параметром особистості, безпосередньо пов'язане з наявними ціннісними утвореннями, суб'єктивним ступенем задоволеності життя, емоційною стійкістю і оптимальними та комфортними умовами психологічного розвитку.

Розглядаючи психологічне благополуччя саме студентського віку, слід визначити основні психологічні особливості даного вікового періоду. Зазвичай студентський вік припадає на період юності, що передбачає, що офіційним визнанням дорослості молодих людей і є одним із найважливіших моментів соціальної ситуації розвитку юнаків. Найважливішою проблемою, суттю соціальної ситуації розвитку в юнацькому віці є оптимальне особистісне і професійне самовизначення. Саме в цей віковий період відбувається відкриття власного «Я», усвідомлення свого внутрішнього світу, своїх психологічних якостей і можливостей. Відбувається формування особистості юнака. Виходячи з уявлення системного підходу, ми розглядаємо особистість як відкриту систему, що характеризується певною системною організацією та обмінюється енергією й інформацією з навколишнім середовищем за посередництвом метасистемного рівня. Найвищий рівень в системі особистості представлений її цінностями і смислами, які активно формуються у цей віковий період. Відповідно, можливість аутентичної самореалізації можлива лише за набуття особистістю нових, якісно відмінних якостей, смислів та цінностей, які будуть сприяти її ефективності у подальшому.

Говорячи саме про студентів, ми передбачаємо період навчання у ЗВО, що полягає у досягненні професійної освіти. Тож відповідно основною провідною діяльністю юнаків залишається учбово-професійна, пов'язана з професійним самовизначенням особистості. Як зазначає Г.І. Меднікова, протягом

навчання в університеті відбувається зміна провідної діяльності – від навчально-пізнавальної до навчально-дослідницької, а потім навчально-професійної. Саме провідна діяльність забезпечує студенту включення до нових сфер життя суспільства, встановлення нових соціальних зв'язків, забезпечує можливість в подальшому самостійно обирати сфери професійної самореалізації [2, с. 146].

Великого значення у розвитку особистості юнаків займають питання професійного пізнання і самопізнання. У зв'язку з домінуванням у свідомості студентів екзистенціальних питань в обраній професії в першу чергу виділяються питання призначення і сутності професії, її суспільної, культурної та соціальної цінності, професійних норм і цінностей, самовизначення і самопізнання. У разі успішного професійного становлення відбувається найбільш повноцінний розвиток особистості майбутніх фахівців, відбувається розширення й удосконалення складної системи їхніх соціальних зв'язків і стосунків.

Як зазначає Г.І. Меднікова, у зв'язку з домінуванням у свідомості студентів екзистенціальних питань, в обраній професії в першу чергу виділяються питання призначення і сутності професії, її суспільної, культурної та соціальної цінності, професійних норм і цінностей, самовизначення і самопізнання.

Окресливши особливості психологічного благополуччя у студентському віці, перед нами стояло завдання дослідити особливості цього феномену в студентських колективах саме у військовий час, адже наша країна перебуває у ході війни, і кожен житель щодня стикається з новими викликами, які можуть впливати на психологічне благополуччя.

Дослідження проводилося на базі Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка» протягом квітня-травня 2023 року. У дослідженні взяли участь 572 студенти з різних спеціальностей віком 18-21 рік, 268 з яких навчається на 1 курсі, 171 – на 2 курсі, 133 – на 3 курсі.

В емпіричному дослідженні використовувалася методика «Шкала психологічного благополуччя» (Керол Ріфф (С. Ryff), адаптація Т.Д. Шевеленкової і П.П. Фесенка). Керол Ріфф визнала потребу в інструменті для вимірювання теоретично отриманих конструктивів психологічного благополуччя. Узагальнивши теоретичну літературу щодо психічного здоров'я, самоактуалізації, оптимального функціонування, зрілості і тривалості розвитку, К. Ріфф (С. Ryff) виявила ці різноманітні сфери, що зійшлися навколо набору основних конструктивів або вимірів: самосприйняття, позитивні стосунки з іншими, автономія, опанування навколишнім середовищем, мета життя та особистісний ріст [10].

В результаті дослідження виявлено, що переважна більшість студентів мають високий (17%, 97 осіб) або середній (68%, 389 осіб) рівень психологічного благополуччя. І лише 15% (86 студентів) демонструють низький рівень психологічного благополуччя. Загалом картина є сприятливою для повноцінного психологічного благополуччя серед студентів, враховуючи військовий час у країні та особливості адаптаційних процесів до навчання у закладі вищої освіти. Навчаючись у ЗВО, студенти мають найсприятливіші умови, що передбачають безпекові умови, а також можливість для професійного зростання завдяки відмінній матеріально-технічній базі, що надважливо у наш час в нашій країні.

Варто зазначити, що середні значення отриманих показників за усіма факторами відповідають середнім значенням цих показників виходячи з інтерпретації шкал Керол Ріфф (С. Ryff).

Аналізуючи узагальнені показники за шкалами, можемо помітити певні тенденції відмінностей результатів за параметрами (табл. 1).

Таблиця 1
Середні значення результатів дослідження психологічного благополуччя за «Шкалою психологічного благополуччя Керол Ріфф (С. Ryff)»

Назва шкали	Середній показник по вибірці
Позитивні відносини з оточуючими	71,2
Автономія	67,2
Управління навколишнім середовищем	61,5
Особистісне зростання	59,1
Цілі в житті	54,8
Самоприйняття	54,3
Психологічне благополуччя	351,6

Як видно з таблиці 1, найвищі показники досліджувані студенти виявляють за шкалою «Позитивні стосунки з іншими», що свідчить про сприятливі стосунки з оточенням, прагнення до встановлення контактів, довірливі стосунки з оточуючими, здатність до компромісних вирішень проблемних ситуацій та налаштованість на взаємодію. Цей фактор є найрозвиненішим фактором психологічного благополуччя досліджуваних студентів. Це можна пояснити особливістю юнацького віку, адже, окрім професійного навчання, для юнаків велике значення мають «дружба», «стосунки», «сім'я» та «колектив». Розвиток особистості на даному віковому періоді неможливий без якісно побудованої системи стосунків.

Друге місце за розвинутистю компонентів психологічного благополуччя посідає компо-

нент «Автономність», що передбачає розвинуте почуття самостійності молоді, прагнення до незалежності, існування особистої думки та можливості протистояти груповій думці, а можливо, і думці суспільства. Знову ж таки, спираючись на реалії військового стану, все суспільство, а зокрема молоде покоління мало змогу розвинути критичне мислення, адже величезна кількість новин, які можуть бути і провокаціями, і фейками, навчило сучасне суспільство мислити, пропускати та фільтрувати інформацію, прислухатися до свого «Я» та не піддаватися впливу маси.

Як видно із таблиці 1, найменш розвненим компонентом психологічного благополуччя у досліджуваній вибірці студентів є «Самоприйняття», адже юнацький вік передбачає пошук свого «Я», тому серед студентів панує невизначеність свого життєвого шляху, пошук нових моментів, які стануть важливими, пошук сенсу та прийняття себе. Безперечно, ці результати можуть бути пов'язані і з військовими діями, адже наразі усі громадяни країни перебувають у тривожних думках, можливі почуття невизначеності та пошук себе, відчуття цілісності, яке ускладнюється складними соціальними умовами. Почуття тривожності та стресу неабияк пригнічують самосприйняття та сприяють розвитку невпевненості у завтрашньому дні, а тому і не розумінні власної цілісності, неперевершеності.

Порівнюючи показник психологічного благополуччя, виявили відмінності у розподілі між курсами навчання. Зокрема, студенти першого курсу проявляють нижчий показник психологічного благополуччя, на відміну від студентів старших курсів, що можна пов'язати з адаптацією до навчання в університеті. Так, 16% студентів 1 курсу проявляють високий рівень психологічного благополуччя, 67% – середній рівень і 17% – низький рівень. Серед студентів 2 курсу 16% мають високий рівень психологічного благополуччя, 69% мають середній

рівень і 15% мають низький. Серед студентів 3 курсу маємо такі показники: 18% студентів мають високий рівень, 68% студентів – середній, і 14% – низький. Порівнюючи особливості розподілу вираженості компонентів психологічного благополуччя відповідно до курсів (табл. 2), на яких навчаються студенти, також маємо незначні відмінності.

Як видно з таблиці 2, статистичних відхилень не виявлено, проте можна помітити деякі відмінності. Так, студенти 3 курсу проявляють вищий рівень автономності, що полягає у самостійності, незалежності, здатності протистояти впливу та можливості регулювати власну поведінку, проте студенти 1 курсу є більш конформними, частково можуть залежати від оточуючих, прислухаються до думки авторитетних осіб та відчують тривожність при вирішенні нестандартних завдань. Це можна пояснити з віковими особливостями, а також з моментами адаптаційними, адже на початку навчання вони соціалізуються у новій, якісно новій ролі – студента, що має низку особливостей.

Отже, провівши теоретичний аналіз феномену психологічного благополуччя студентської молоді у військовий час, а також проаналізувавши результати дослідження психологічного благополуччя серед студентів університету, ми отримали такі висновки. Студентський вік передбачає оптимальне особистісне і професійне самовизначення, саме в цей час відбувається відкриття власного «Я», усвідомлення свого внутрішнього світу, своїх психологічних якостей і можливостей, що пов'язано безпосередньо з формування ціннісних утворень. Психологічне благополуччя студентства передбачає оптимальний розвиток юнаків цього віку, адже лише завдяки комфортним умовам існування можливий особистісний ріст та розвиток новоутворення. Дослідивши феномен психологічного благополуччя серед студентів Полтавської політехніки,

Таблиця 2

Середні значення результатів дослідження психологічного благополуччя за «Шкалою психологічного благополуччя К. Ріфф) у студентів 1-х, 2-х, 3-х курсів

Назва компоненту	Вибірка студентів 1 курсу	Вибірка студентів 2 курсу	Вибірка студентів 3 курсу
Позитивні відносини з оточуючими	61,2	61,4	61,8
Автономія	66,5	67	68
Управління навколишнім середовищем	69,9	71,1	72,2
Особистісне зростання	58,8	59,5	59
Цілі в житті	53,3	55,1	55,4
Самоприйняття	53,9	54,2	54,6
Психологічне благополуччя	348	350	358

отримали гарні результати. Адже переважна більшість студентів проявляє середній та високий рівень. Це пов'язано з оптимальними соціально-психологічними та безпековими умовами сьогодення. Проте виявлено, що у студентів більш старших курсів більше розвинений компонент автономії, водночас студенти-першокурсники більше схильні проявляти тривожність та бути залежними від соціальної думки. Подальшими перспективами нашого дослідження вступають визначення факторів, які впливають на психологічне благополуччя, а також створення розвивальної програми для студентів, які демонструють низький рівень психологічного благополуччя, зокрема тренінгові заняття з розвитку впевненості, розуміння власної цілісності, неперевершеності, що сприятимуть розвитку компоненту психологічного благополуччя «самоприйняття».

ЛІТЕРАТУРА:

1. Коваленко А.Б. Психологічне благополуччя особистості: сутність, чинники та структура : Гуманітарний корпус, 2018. С. 80–83.
2. Меднікова Г.І. Концептуальні основи системної детермінації становлення особистісної зрілості в студентському віці. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. «Психологія»*. 2018. №. 55. С. 143–152.
3. Сердюк Л.З. Фактори психологічного благополуччя студентів. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2018. Т. 6. С. 51–59.
4. Тимків Л. Психологічна підтримка студентів в освітньому процесі під час війни : Міжнародний про-
- ект як одна з активних форм підготовки майбутніх соціальних працівників до професійної діяльності. 2022. Т. 9. С. 222–226.
5. Харченко А. Особливості психологічного благополуччя студентів різних профілів підготовки. *Молодий вчений*. 2021. № 4(92). С. 175–178.
6. Alexander, D. E. Resilience and disaster risk reduction: An etymological journey. *Natural Hazards and Earth System Sciences*. 2013. Vol. 13(11). P. 2707–2716.
7. Deci E.L. The 'What' and 'Why' of Goal Pursuits : Human Needs and the Self-Determination of Behavior personality / E. Deci & R. Ryan : *Psychological Inquiry*, 2000. Vol. 11. N. 4. P. 227–268.
8. Khomenko Y. The research of student's psychology climate at secondary school : Science and Education a New Dimension. *Pedagogy and Psychology*, 2019. Vol. 7(85). P. 57–62.
9. Masten, A.S. Resilience in developing systems: The promise of integrated approaches. *European Journal of Developmental Psychology*. 2016. Vol 13(3). P. 297–312.
10. Ryff C., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 69. P. 719–727.
11. Rolland, J.S.; Walsh, F. Systemic Training for Healthcare Professionals: The Chicago Center for Family Health Approach. *Fam. Process*, 2005. Vol. 44. P. 283–301.
12. Werner, E.E. Resilience in development : Current Directions in Psychological Science, 1995. Vol 4(3). P. 81–84.
13. Windle, M. Critical conceptual and measurement issues in the study of resilience : Resilience and development - positive life adaptations : Kluwer Academic/ Plenum Publishers: New York, 1999. P. 161–178.

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ УКРАЇНИ В УМОВАХ ВІЙНИ

THE FEATURES OF THE FORMATION THE VALUE ORIENTATIONS OF STUDENT YOUTH IN THE CONDITIONS OF WAR IN UKRAINE

У статті описано особливості формування спрямованості особистості студентської молоді України в умовах війни. Представлено науково-теоретичне обґрунтування та всебічне емпіричне вивчення проблеми спрямованості особистості за умов російської агресії. Визначено сутність понять спрямованості особистості, ціннісних орієнтацій, особистісних цінностей. Розкрито особливості формування ціннісних орієнтацій у молоді через аналіз відомостей з різноманітної психолого-педагогічної літератури. Викладаються теоретичні основи впливу стресу на психічне здоров'я молоді та формування власних цінностей. Наголошено на тому, що у період боротьби і зміцнення Української держави відбувається утвердження та повернення культурно-історичних цінностей українського народу, його традицій і звичаїв, гармонійного взаємозв'язку національного і загальнолюдського. Акцентовано увагу на дослідженні особистісних цінностей юнаків та дівчат у часовому аспекті. Досліджено місце в житті, ієрархію розташування та важливість ціннісних орієнтацій у юнаків та дівчат в умовах російської агресії, а також зміну їх важливості упродовж покоління. Проаналізовано емпіричні дослідження, у яких розглядаються різні аспекти функціонування ціннісних орієнтацій, основного складника формування особистості.

Встановлено вісімнадцять найголовніших термінальних та інструментальних цінностей для сучасної молоді у послідовності від найважливішої до найменш важливої. Аналіз свідчить про бажання юнаків та дівчат мати активну життєву позицію, сталі принципи, що базуватимуться на власних знаннях та висновках. Також розуміння необхідності піклуватися передусім про себе та своє здоров'я, а не щастя інших.

Акцентовується увага на порівнянні результатів досліджень до та під час війни. Так, до війни найменш вираженими термінальними цінностями юнацтва були: матеріально забезпечене життя і любов, розваги і творчість. На відміну від того часу, зараз найменш вираженими є щасливе сімейне життя, щастя інших, творчість, упевненість у собі.

Серед інструментальних цінностей в юнацтва раніше переважали незалежність, сміливість у відстоюванні власної точки та життєрадісність. У наш час переважають цінності, що сприяють позитивному життєвому налаштуванню та внутрішній незалежності як захисної реакції на стресові події.

Ключові слова: особистість, ціннісні орієнтації, особистісні цінності, формування цінностей в умовах війни.

The article describes the peculiarities of the formation of the orientation of the personality of the student youth of Ukraine in the conditions of war. It was presented the scientific and theoretical justification and a comprehensive empirical study of the problem of personality orientation under the conditions of Russian aggression. It was defined the definition of the essence of the concepts of personality orientation, value orientations, personal values. It was revealed the peculiarities of the formation of value orientations among young people through the analysis of information from various psychological and pedagogical literature. There are taught the theoretical foundations of the impact of stress on the mental health of young people and the formation of their own values. It was emphasized that during the period of struggle and strengthening of the Ukrainian state, the cultural and historical values of the Ukrainian people, their traditions and customs, the harmonious interrelationship of the national and universal people are confirmed and returned. Attention is focused on the study of personal values of young men and women in the temporal aspect.

It was studied the place in life, the hierarchy of location and the importance of value orientations of young men and women in the conditions of Russian aggression, as well as the change in their importance over the course of a generation. Empirical research is analyzed, which examines various aspects of the functioning of value orientations, the main component of personality formation.

There have been established eighteen of the most important terminal and instrumental values for today's youth in order from the most important to the least important. The analysis shows the desire of young men and women to have an active position in life, stable principles based on their own knowledge and conclusions. Also understanding the need to take care of yourself and your health first of all, and not the happiness of others.

Emphasis is placed on comparing research results before and during the war. Thus, before the war, the least expressed terminal values of youth were: materially provided life and love, entertainment and creativity. In contrast to that time, happy family life, the happiness of others, creativity, and self-confidence are the least pronounced now.

Among the instrumental values in youth, independence, courage in defending one's point, and cheerfulness prevailed. Nowadays, values that promote a positive life attitude and inner independence prevail, as a protective reaction to stressful events.

Key words: personality, value orientations, personal values, formation of values in conditions of war.

УДК 159.923.2-057.87:17

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208>.

2023.51.21

Яценко Т.В.

к.психол.н.,

доцент кафедри педагогіки, психології та дошкільної освіти

Обласний коледж «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія імені А.С.Макаренка» Полтавської обласної ради

Шкляєва Г.О.

к.пед.н.,

доцент кафедри педагогіки, психології та дошкільної освіти

Обласний коледж «Кременчуцька гуманітарно-технологічна академія імені А.С.Макаренка» Полтавської обласної ради

Постановка проблеми. Юнацький вік вважається періодом формування моральних принципів, становлення ціннісних орієнтацій та набування важливих навичок. Саме під час цього проміжку часу навколишнє середовище найактивніше впливає на становлення якостей особистості, однією з яких є спрямованість особистості. Вона формує подальшу траєкторію руху людини у житті, допомагає визначити майбутні пріоритети та відкриває нові перспективи для молоді, тому дуже важливо, щоб оточення юнацтва сприяло правильному розвитку та формуванню спрямованості особистості.

Поняття спрямованості особистості дуже глобальне. Воно складається з багатьох основних компонентів та новоутворень юнацького віку, наприклад власних поглядів на світ, моральної та професійної самовизначеності, особистісного самоствердження тощо. Також має вплив на майже всі сфери життя: економічну, соціальну, духовну та навіть політичну. Тому можна зробити висновок, що єдиного підходу до розуміння суті поняття спрямованості особистості не існує, оскільки визначається і тлумачиться воно по-різному. Проблема формування спрямованості особистості у наш час є доволі актуальною, адже в останній рік життя усіх українців перебуває у постійній потенціальної небезпеці через російську воєнну агресію проти України. Починаючи з 24 лютого 2022 року мільйони громадян опинилися у безвихідній ситуації, що залишається невідзначеною і сьогодні. Це безпосередньо змінило навколишнє середовище, способи існування та власне життя самих українців. Своєю чергою ці події позначилися на морально-психологічному стані молоді, а отже, і на одному з найголовніших складників – спрямованості особистості. Незаперечним залишається той факт, що такий вплив не носить позитивний характер, а також спричиняє порушення формування ціннісних орієнтацій в українській молоді.

Проблема особливостей формування спрямованості особистості у сучасних юнаків та дівчат набуває все більшої актуальності, зважаючи на умови перебування в країні, де відбуваються військові дії. Така проблема тільки починає вивчатися фахівцями різних галузей, тому потребує додаткової уваги.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У вивченні спрямованості особистості у вітчизняній психології склалися різні напрями: теорія потреб і мотивів (С.Л. Рубінштейн, О.М. Леонтьєв, Л.І. Божович, Ю.М. Орлов), теорія значущості (Н.Ф. Добринін), теорія установки (Д.Н. Узнадзе), відносин особистості (В.М. Мясіщев, Б.Ф. Ломов) і ін.

Спрямованість особистості, її якісні характеристики та рівень сформованості є підставою психологічної стійкості, психоло-

гічної культури, відіграє роль вектора розвитку і саморозвитку особистості.

Мета статті – дослідження особливостей формування ціннісних орієнтацій молоді України в умовах російської агресії.

Виклад основного матеріалу. У низці досліджень відзначається, що юнацький вік сензитивний для утворення ціннісної орієнтації як стійкої особистісної властивості, яка впливає на становлення світогляду учнів, їх відношень з довкіллям. Саме у цьому віковому періоді «зкладається здатність об'єктивної оцінки самого себе і довкілля, що найбільше впливає на становлення закономірностей, які згодом вказуватимуть на позицію у житті вже дорослої людини». Юнацький вік – етап формування самосвідомості і власного світогляду, прийняття відповідальних рішень, людської близькості, коли цінності дружби, любові можуть бути першорядними.

Дуже важливим вважається формування в людини особистісних цінностей та їх ієрархії. Це в майбутньому визначатиме ставлення людини до навколишнього світу й поведінку у соціумі, а також стане внутрішніми орієнтирами її подальшої діяльності.

Цінність розглядається як предмет, що має певну користь і здатний задовольнити ті чи інші потреби, у роботах А. Маслоу, Л.Ю. Жилина. А у працях Е. Фромма, Р.Г. Лотце, Ю.А. Шрейдера як ідеал, до якого прагне людина. О.А. Краєва, Л.Е. Орбан-Лембрик зображують цінність як норму, якої варто дотримуватися.

Усі ці трактування відбивають певні особливості цінностей. Цінності – це значущі для особистості явища, принципи, події тощо [1].

Цінності особистості утворюють систему її ціннісних орієнтацій, тобто сукупність найважливіших якостей внутрішньої структури особистості, що є для неї особливо значущими. Крім того, ціннісні орієнтації утворюють певну вісь свідомості і поведінки особистості та безпосередньо впливають на її розвиток. Система ціннісних орієнтацій виступає регулятором особистісного становлення, слугує критерієм норм і правил поведінки особистості. Розглядаючи цінності особистості, не можна не згадати про ціннісні орієнтації.

Ціннісні орієнтації – це соціальні, економічні, політичні, моральні, релігійні, естетичні, гносеологічні, онтологічні та/або ідеологічні засади оціночних суджень суб'єкта про навколишню дійсність, ті чи інші її сторони, сфери, об'єкти, які утворюють змістову сторону спрямованості особистості. Це явище динамічне, оскільки кожне нове покоління засвоює цінності попереднього кризь призму власного сприйняття, додаючи власні цінності. На цей процес безпосередньо впливають зміни в економічній, культурній, політичній та інших сферах життя суспільства певної країни.

Таким чином, можна прослідкувати зміну тенденції ціннісних орієнтацій, проводячи опитування молодих хлопців та дівчат. Наприклад, у 60-х роках ХХ століття для юнацтва головними були освіта, сім'я, кохання та здоров'я, власний добробут не мав високої популярності серед молоді. Тоді як у 80-х роках того ж століття серед цінностей на перший план виходять цінності професійного зростання, матеріального добробуту і суспільного визнання. Що стосується цінностей творчості, самоствердження, суспільної користі, то їх місце у системі ціннісних орієнтацій було малозначущим. Порівнюючи ці дослідження з опитуванням 2000-х років, можна зробити висновок, що у сучасного юнацтва переважають особистісні пріоритети: сім'я, друзі, житлові умови, робота та власне здоров'я. Це важлива тенденція, що характеризує зміни ціннісних орієнтацій молоді, – відверта перевага індивідуалізму [2].

У період боротьби і зміцнення Української держави, утвердження та повернення культурно-історичних цінностей українського народу, його традицій і звичаїв, гармонійного взаємозв'язку національного і загальнолюдського відбуваються складні, неоднозначні процеси у свідомості як усього суспільства, так і окремої особистості. Такі процеси найбільше впливають саме на формування молодого покоління, а саме юнаків та дівчат, чия особистість не була до кінця сформована.

Війна росії проти України вмиль докорінно змінила життя українського юнацтва. Багато юнаків і дівчат ідуть добровольцями до війська, щоб дати відсіч агресору, долучаються до лав тероборони та займаються волонтерством. Війна проходить не лише по лінії фронту, вона також має вплив на психологічний стан та змінює власні цінності людини.

Такі події не є типовими для психічного здоров'я, в особливості юнацтва. Крім цього, постійно перебуваючи у стані стресу, баланс у мозку порушується, що призводить до появи суттєвих змін у поведінці. Найголовнішим чинником впливу на формування особистості дівчат та юнаків вважається стрес. Через відсутність природного захисту людина не може впоратися з таким хронічним подразником. Постійно перебуваючи у такому стані, є велика вірогідність отримати психічні розлади широкого спектра – від депресії до більш серйозних захворювань.

Формування ціннісних орієнтацій у дівчат та юнаків – складний тривалий процес. Він складається з великої кількості факторів, що так чи інакше впливатимуть на становлення юної особистості. Тому дослідження ціннісних орієнтацій у юнацтва потребує поступового та обдуманого підходу.

У результаті проведеного дослідження ціннісних орієнтацій за методикою М. Рокіча «Ціннісні орієнтації» було встановлено вісімнадцять найголовніших термінальних та інструментальних цінностей для сучасної молоді у послідовності від найважливішої до найменш важливої. Графічно результат представлений на рисунках 1 та 2.

У результаті діагностики цінностей нами було з'ясовано ієрархічне розміщення основних термінологічних цінностей у хлопців та дівчат юнацького віку. Так, для перших трьох позицій вибрали активне, діяльне життя (44% опитуваних), життєву мудрість (39% опитуваних) і здоров'я (32% опитуваних). Найменш важливими вважаються щастя інших для 37%, творчість та впевненість у собі у 27% опитуваних. Графічно результати зображені на рис. 1.

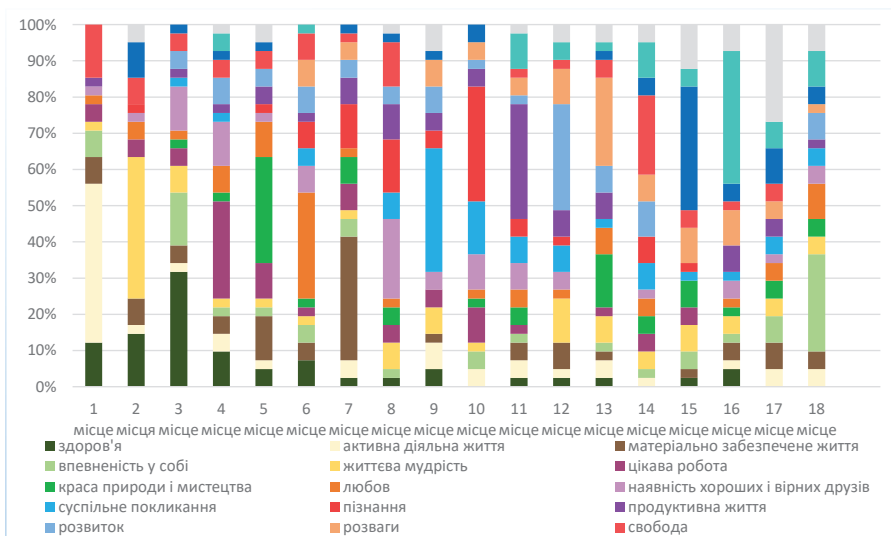


Рис. 1. Результати дослідження термінальних цінностей

Аналіз свідчить про бажання юнаків та дівчат мати активну життєву позицію, сталі принципи, що базуватимуться на власних знаннях та висновках. Також розуміння необхідності піклуватися передусім про себе та своє здоров'я, а не щастя інших.

Відсутність яскравого потягу до творчості можна вважати суто індивідуальною особливістю, що не притаманна абсолютно всім учням, а невпевненість у собі виступає як одна з провідних проблем під час формування студента як особистості. Виходячи з результатів дослідження, ми бачимо потребу у розробці психологічного тренінгу, на якому охоплюється питання цінностей, а саме сприяння активізації.

Порівняємо з результатами аналогічного дослідження, проведеного М.М. Мельничук у 2020 за методикою М. Рокіча «Ціннісні орієнтації» [3]. З'ясовано, що два роки тому в ієрархії термінальних цінностей провідна роль належала наявності хороших і вірних друзів та активному дієвому життю. Найбільша вираженість таких ціннісних орієнтацій свідчить про важливість інтимно-особистісного спілкування та самореалізації у різних життєвих сферах юнаків. У наш час взаємодія з іншими людьми істотно зменшилася, що може бути наслідком тривалої ізоляції через карантин та війну. Тоді найменш вираженими термінальними цінностями юнацтва були: матеріально забезпечене життя і любов, розваги і творчість. На відміну від того часу, зараз найменш вираженими є щасливе сімейне життя, щастя інших, творчість, упевненість у собі.

Для більш точного представлення отриманих результатів дослідження вони наведені в таблиці 1.

У результаті дослідження структури ціннісних орієнтацій особистості нами було з'ясовано рейтинг інструментальних цінностей у хлопців та дівчат юнацького віку. Так, з усіх цінностей для першого місця вибрали чуйність (22%), для другого – вихованість (20%), а для третього – чесність (20%). Останні місця віддали високим вимогам 27% учнів, ефективність у справах – 20% учнів та охайності – 29% учнів. Графічно результати зображені на рис. 2.

Аналізуючи результати дослідження, можна дійти висновку, що для більшості учнів найважливішою інструментальною цінністю є чуйність, що свідчить про альтруїстичні напрями розвитку молоді. Вихованість вказує на сформованість соціально цінних якостей, а чесність – на високий рівень розвитку моральних вимог.

Помірна схильність до цінностей високих вимог та ефективності у справах вказує на недостатнє бажання досягнути найкращого результату з можливих. Юнаки та дівчата не докладають максимальної кількості зусиль, що впливає на коефіцієнт корисної дії під час виконання певної роботи. На останньому місці більшість опитуваних вибрала охайність, що характеризується недостатнім розумінням важливості дотримання певних базових норм у суспільстві.

Порівняно з результатами 2020 року серед інструментальних цінностей в юнацтва переважали незалежність, сміливість у відстоюванні власної точки та життєрадісність. Такі інструментальні цінності відображали прояви

Таблиця 1

Результати дослідження термінальних цінностей

№	Місце в рейтингу	Цінність	Кількість опитуваних
1	1	активне, діяльне життя	44%
2	2	життєва мудрість	39%
3	3	здоров'я	32%
4	4	цікава робота	27%
5	5	краса природи і мистецтва	29%
6	6	любов	29%
7	7	матеріально забезпечене життя	34%
8	8	наявність хороших і вірних друзів	22%
9	9	суспільне покликання	34%
10	10	пізнання	32%
11	11	продуктивне життя	32%
12	12	розвиток	29%
13	13	розваги	24%
14	14	свобода	22%
15	15	щасливе сімейне життя	34%
16	16	щастя інших	37%
17	17	творчість	27%
18	18	впевненість у собі	27%

незалежності та непохитності у відстоюванні своїх поглядів як способи досягнення бажаних результатів у життєдіяльності. У наш час переважають цінності, що сприяють позитивному життєвому налаштуванню та внутрішній незалежності як захисної реакції на стресові події.

Через це втрачається актуальність цінностей самоконтролю, толерантності та широти поглядів.

Для більш глобального представлення отриманих результатів дослідження вони наведені в таблиці 2.

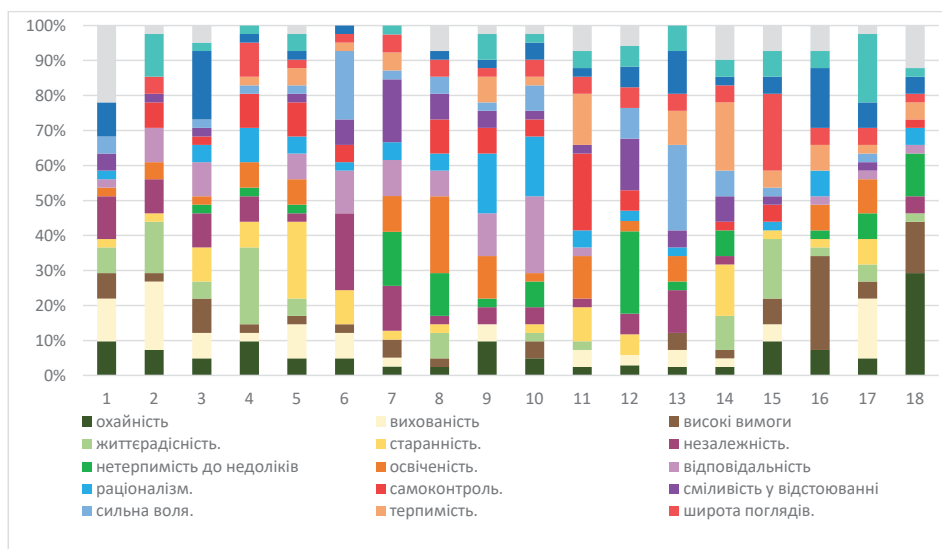


Рис. 2. Результати дослідження інструментальних цінностей

Таблиця 2

Результати дослідження термінальних цінностей

№	Місце	Цінність	Учні
1	1	чуйність	22%
2	2	вихованість	20%
3	3	чесність	20%
4	4	життєрадісність	22%
5	5	старанність	22%
6	6	незалежність	22%
7	7	сміливість у відстоюванні власної точки зору	17%
8	8	освіченість	22%
9	9	раціоналізм	17%
10	10	відповідальність	22%
11	11	самоконтроль	22%
12	12	нетерпимість до недоліків	20%
13	13	сильна воля	24%
14	14	терпимість	20%
15	15	широта поглядів	22%
16	16	високі вимоги	27%
17	17	ефективність у справах	20%
18	18	охайність	29%

Висновки. Хоча передбачалося, що в умовах війни відбудуться різкі зміни у формуванні ціннісних орієнтацій молоді, результати дослідження показують, що зараз матеріальні цінності значно переважають духовні, наприклад,

втрачають свою важливість цінності сім'ї, здоров'я, краси, творчості й упевненості у собі. Це можна пояснити тим, що в Полтавському регіоні немає яскраво виражених бойових дій, які присутні, наприклад, у прифронтових містах.

Тому, звикнувши до незначних змін, молодь виступає у ролі пасивних спостерігачів. Також слід приділити окрему увагу результатам цінностей, які сформувалися через вплив багатьох стресових подій на суспільство та спричинили великі зміни у ньому. До таких можна віднести соціальну активність, незалежність та відстоювання власної думки, широту поглядів, комунікабельність та прийняття боротьби. Тому ми запровадили тренінг, щоб підвищити популярність цих цінностей серед юнаків та дівчат.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Суспільні цінності населення України в теоретичних і практичних вимірах / авт. колектив: М.І. Михальченко (керівник) та ін. Київ : Інститут політичних і етнонаціональних досліджень ім. І.Ф. Кураса НАН України, 2013. 336 с.
2. Левковська Н. Динаміка ціннісних орієнтацій молоді. *Політичний менеджмент*. 2006. № 1. С. 85–93.
3. Мельничук М. Психологічні особливості ціннісних орієнтацій юнаків з різним рівнем саморегуляції. *Молодий вчений*. 2020. Вип. 12 (88). С. 283–287.

АСЕРТИВНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ: ТЕОРЕТИЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ПОНЯТТЯ ТА ПСИХОДІАГНОСТИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ

ASSERTIVENESS OF PERSONALITY: THEORETICAL JUSTIFICATION OF THE CONCEPT AND PSYCHODIAGNOSTIC TOOLS

В статті наведено теоретичний аналіз асертивності особистості, яка є імпліцитною та експліцитною здатністю людини, що проявляється через певні особистісні риси та атрибути поведінки. Асертивність визначається як складноструктурована інтегративна якість особистості, симптомокомплексом особистісних та соціально-психологічних характеристик, що містить відкритість до отримання знань про себе та інших. Асертивна поведінка є поведінкою, при якій ціль досягається активно, проте не порушуються права інших людей; це поведінка, завдяки якій досягається взаємний баланс інтересів, а використовувані засоби допомагають прийняттю вигідного рішення. Проаналізовано характеристики асертивності, які є низкою якостей та здатностей, що діляться за сферами особистості (афективна, когнітивно-смілова, поведінкова, конативна). Для асертивної особистості характерними є: орієнтація на події реального життя, що додають їй сенсу на майбутнє; незалежність цінностей і поведінки від впливу ззовні; здатність самостійно формувати свою думку про життя; свобода вираження свого потенціалу, відкритість, віра в себе і довіра до інших, а головне – повага і любов до себе. Ключовим індикатором асертивності особистості є здатність прийняття на себе відповідальності за власну поведінку. Йдеться про те, що асертивна особистість відповідальна за свою власну поведінку і не має права звинувачувати інших людей за їх реакцію на цю поведінку. Асертивність характеризується демонстрацією самоповаги і поваги до інших людей. Характерними якостями асертивних людей є чесність, відкритість і прямота в розмові, але не за рахунок емоційного стану іншої людини. Уявлення про асертивність у її імпліцитному та експліцитному проявах були покладені у розробку авторського опитувальника, надійність та валідність якого доведена у представленому дослідженні.

Ключові слова: асертивність, особистісні риси, атрибути поведінки, сфери

особистості, авторський опитувальник, діагностика асертивності особистості.

The article provides a theoretical analysis of personality assertiveness, which is an implicit and explicit ability of a person, manifested through certain personal traits and attributes of behavior. Assertiveness is defined as a complexly structured integrative quality of personality, a symptom complex of personal and socio-psychological characteristics, which includes openness to obtaining knowledge about oneself and others. Assertive behavior is behavior in which the goal is actively achieved, but the rights of other people are not violated; it is a behavior due to which a mutual balance of interests is achieved, and the means used help to make a profitable decision. The characteristics of assertiveness, which are a number of qualities and abilities divided by spheres of personality (affective, cognitive-semantic, behavioral, conative), were analyzed. An assertive personality is characterized by: orientation to real-life events that give it meaning for the future; independence of values and behavior from outside influence; the ability to independently form one's opinion about life; freedom to express one's potential, openness, self-belief and trust in others, and most importantly, self-respect and love. A key indicator of a person's assertiveness is the ability to take responsibility for one's own behavior. It means that an assertive person is responsible for his own behavior and does not have the right to blame other people for their reaction to this behavior. Assertiveness is characterized by the demonstration of self-respect and respect for other people. Characteristic qualities of assertive people are honesty, openness and directness in conversation, but not at the expense of the other person's emotional state. Concepts of assertiveness in its implicit and explicit manifestations were laid down in the development of the author's questionnaire, the reliability and validity of which was proven in the presented study.

Key words: assertiveness, personality traits, attributes of behavior, spheres of personality, author's questionnaire, diagnostics of personality assertiveness.

УДК 159.923.3:159.923.7:331
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.22>

Богдан Ж.Б.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри педагогіки та психології
управління соціальними системами
імені академіка І.А. Зязюна
Національний технічний університет
«Харківський політехнічний інститут»

Асертивність як здатність особистості відстоювати власну позицію, проявляти впевненість у собі наразі набуває особливого значення в соціумі зі значним арсеналом засобів впливу, примусу та маніпуляцій. Зважаючи на це, розвиток асертивності виступає нагальною потребою у вихованні молоді. Проблема асертивності в сучасному суспільстві стає особливо актуальною як у соціальному аспекті, оскільки

така здатність є передумовою розвитку гнучких навичок майбутніх фахівців – автономного мислення, креативності, особистісної само-реалізації індивіда, так і в наукових аспектах – через брак психодіагностичного інструментарію для її вивчення.

Асертивність – це один із найважливіших і суттєвих моментів, необхідних для досягнення індивідуально поставленої мети в житті.

тедіяльності колективу або малої групи [7]. Саме тому асертивність відносять до гнучких навичок, які доцільно формувати у студентів у процесі оволодіння професійної компетентністю. Окреслені запити суспільства та виклики сучасної психодіагностики визначили мету представленого дослідження – концептуалізувати феномен асертивності в його імпліцитному та експліцитному прояві та розробити авторський опитувальник для діагностики асертивності особистості.

Теоретичне обґрунтування проблеми. Розуміння асертивності (англ. assertiveness) як *здатності* передбачає вміння людини впевнено і з гідністю відстоювати свої права, не зневажаючи при цьому прав інших [6], асертивною називають пряму, відкриту поведінку, яка не має за мету завдати шкоди іншим людям [6]; спроможність не залежати від зовнішніх впливів та оцінок, самостійно регулювати власну поведінку і відповідати за неї є відмінною рисою успішної особистості [18]. Е. Солтер визначає асертивність як здатність людини конструктивно відстоювати свої права, проявляючи позитивне ставлення до інших людей, при цьому повністю бути відповідальним за власну поведінку [25]. Асертивність є здатністю бути самим собою, мати «самість» як біологічну основу людської природи, вираженої у потребі у розвитку та зростання [21]. Асертивність – це здатність людини організувати свою поведінку, вміння формулювати свої бажання і вимоги, домагатися їх задоволення, «чути» те, чого хочуть оточуючі, з повагою і любов'ю ставитися до себе [10]; здатність індивіда пред'являти вимоги і запити у взаємодії із соціальним оточенням і домагатися їх здійснення» [12]; автономна, незалежна від зовнішніх упливів і оцінок здатність особистості самостійно регулювати власну поведінку [6; 8; 10]; здатність до розуміння своїх емоцій, вмотивованість на вирішення реальних завдань, відповідних реальному рівню домагань, і впевнену поведінку, а також здатність людини впевнено і з гідністю відстоювати свої права і реалізувати свої цілі, без шкоди для себе і оточуючих людей [10]; вміння оптимально реагувати на зауваження, справедливу та несправедливу критику і рішуче говорити собі та оточуючим «ні», коли цього потребують обставини [10]; уміння людини адаптуватися до нової ситуації, її волю, переконливість, цінності, які вона відстоює [11]; соціальна компетенція, емоційна свобода, що проявляється у здатності висловлювати свої бажання, вимоги, запити, можливість сказати «ні». У поведінці це виражається в здатності відкрито виражати свої бажання, позитивні і негативні почуття, у можливості починати або припиняти розмову з власної ініціативи і не поступатися при цьому, власними інтересами [13]. Виходячи з низки вищеописаних визначень асертивності, можна зробити висновок, що така здатність може бути як потенційною (імпліцитною) внутрішньою спроможністю людини, проявляючись на рівні переконаності, уявлень, готовності до дії і навіть почуттях (наприклад, почуття відповідальності за власну поведінку), так і експліцитною здатністю, що виявляється у конкретній поведінці (наприклад, здатність відкрито виражати власні бажання).

У дослідженнях С. Стайна та Г. Бука [10] асертивність містить три основні компоненти, які ми відносимо до експліцитних характеристик асертивності: здатність адекватно висловлювати почуття, здатність відкрито висловлювати переконання і думки та здатність захищати свої права.

Г. Фенстерхеймоу і Дж. Бейером було визначено основні здатності асертивної особистості, причому перші дві є експліцитними, а останні – імпліцитними:

- вільно висловлювати свої думки і почуття: «Це – Я. Це те, що я думаю, відчуваю, бажаю»;

- спілкуватися з людьми на всіх рівнях (незнайомими людьми, друзями, родинами). Це спілкування завжди відкрите, чесне, пряме, адекватне;

- мати активну орієнтацію в житті, досягати бажаного;

- характеризуватися самоповагою, приймаючи обмеження в певній ситуації, дії спрямовані на підтримку самоповаги [8].

Найбільш вживаним у психологічних дослідженнях є визначення асертивності як певної *особистісної риси*. Такий підхід до асертивності дозволяє проаналізувати основні імпліцитні властивості асертивності. У межах цього підходу асертивність передбачає автономію та незалежність [6; 10]; є соціальною якістю особистості, або якістю альтернативної поведінки, що проявляється в орієнтації на компроміс і співробітництво як провідні стратегії взаємодії [6; 10; 17]. Крім того, асертивність розглядається як системотворча властивість особистості, що має істотне значення в регуляції адаптивної активності особистості в особливих умовах життєдіяльності [6]. Асертивність є базовою, початковою рисою, завдяки якій індивід має можливість справлятися з власними проблемами і в цілому розвиватися, стверджуючи власну самість [12]. Під асертивністю розуміється властивість особистості, яка є впевненою у собі, уміє відстоювати свою думку, проявляє свою волю та водночас терпимість до протилежної точки зору [12]. Асертивність розглядається ними як властивість особистості суб'єкта, що дозволяє не стільки пристосовуватися до мінливих умов життєдіяльності, скільки будувати такі взаємини з навколишнім світом, які сприяють творчому зростанню, розширенню ступеня сво-

боди і саморозвитку на основі відповідальності за вибір своїх почуттів, дій і відносин із собою та оточуючими. Навіть якщо свобода асертивної особистості є обмеженою об'єктивними обставинами, вона є вільною у конструктивній реалізації сенсу свого життя [8]. Асертивність також визначається як складноструктурована інтегративна якість особистості, симптомокомплексом (системою) особистісних та соціально-психологічних характеристик, що містить відкритість до отримання знань про себе та інших [5; 10]. Асертивність розглядається як якість особистості, як її риса, що виявляється в самоствердженні, свідомому прийнятті вимог інших людей без власного страху, невпевненості, напруги та іронії [1]; як індивідуально-ціннісна якість, яка проявляється в активних діях особистості, зокрема у вмінні зберігати власну «автономність», уникаючи тиску та маніпуляції з боку оточуючих [10]; як властивість особистості, яка є впевненою у собі, уміє відстоювати свою думку, проявляє свою волю та водночас терпимість до протилежної точки зору [10, с. 11].

Розповсюдженим є уявлення про асертивність як *атрибут поведінки* та розгляд поняття асертивної поведінки, тобто поведінки і уявлення, що мають у своїй основі прагнення відстояти власні інтереси чи інтереси інших людей [6]. Зазначений підхід розкриває експліцитну сторону асертивності, яка тут проявляється у відкритій поведінці та взаємодії з іншими. У поведінці асертивність проявляється в якості упевненого захисту своїх інтересів чи свого погляду з урахуванням інтересів інших людей [14], є самоствердженням через конструктивну діяльність [10].

Асертивно поводитися – це значить вирішувати певне питання або проблему, усвідомлюючи і розуміючи інших людей, залучених в неї, не обмежувати їх ділові інтереси, розумно і вміло захищати інтереси свого боку [10]. Доведено, що асертивна поведінка є однією з основних складових конкурентоздатності й успішної професійної кар'єри учнівської молоді [1]. Асертивна поведінка є поведінкою, при якій ціль досягається активно, проте не порушуються права інших людей; це поведінка, завдяки якій досягається взаємний баланс інтересів, а використовувані засоби допомагають прийняттю вигідного рішення [16]. Т. Коробова характеризує асертивну поведінку як «неконфліктну», для якої властиві 1) повага до себе, почуття власної гідності, чесність, протидія маніпуляції; 2) повага до інших, дружелюбність, визнання права інших на власну точку зору, позицію, невикористання стосовно інших маніпулятивних технологій; 3) використання під час вирішення конфліктних ситуацій принципу співробітництва [8]. Асертивна поведінка є взаємодією особисто-

стей на основі поваги, що надає можливість досягти бажаного результату [5; 11].

Асертивна поведінка у молоді проявляється в уміннях та здатностях: будувати стосунки в бажаному напрямі з іншими; звернутися до інших людей з проханням; виявляти самоповагу і повагу до інших [8].

Ознаками асертивної поведінки особистості є цілеспрямованість, орієнтованість на подолання перешкод, а не на переживання (орієнтація на дію, а не стан у термінах теорії Ю. Куля), гнучкість, адекватність реакцій на обставини та ситуацію, що швидко змінюється; соціальна зорієнтованість, спрямованість на конструктивні стосунки з оточенням; поєднання спонтанності з можливістю довільної регуляції; наполегливість, що не переходить в агресію; спрямованість на досягнення успіху, а не на уникнення невдач [14; 16].

Чинниками становлення асертивної поведінки визначено обізнаність у власних правах та обов'язках; адекватне оцінювання себе й оточуючих; усвідомлення особистих потреб та інтересів; розуміння власних цілей, намірів і шляхів подальших дій; поважне ставлення до прав та інтересів інших людей; здатність досягати поставлених цілей, не маніпулюючи іншими; уміння переконувати, завоювати прихильність, звертатися за порадою чи допомогою до людей; спроможність укладати компромісні рішення; встановлювати ділові контакти та партнерські відносини [19].

На думку К. Келлі, І. Крістофф, Е. Крукович, А. Ланге, В. Ромек та ін. асертивна поведінка не тільки дозволяє пристосовуватися до умов, які змінюються, а й забезпечує встановлення таких взаємин, які сприяють творчому зростанню, розширенню ступеня волі й саморозвитку на основі відповідальності за вибір своїх почуттів, дій і відносин із собою і навколишніми. Така поведінка інтегрує ініціативу й готовність до ризику у важких життєвих ситуаціях, передбачає упевненість у собі й позитивне ставлення до інших, здатність вільно приймати рішення й відповідати за їх наслідки, наполегливість у захисті своїх прав і досягненні життєвих цілей, спрямованих на саморозкриття та самовдосконалення [8].

Асертивна поведінка передбачає відмову від опори на чужі думки і оцінки, культивування спонтанної поведінки відповідно до своїх власних настроїв, бажань і інтересів [8], є реалізацією властивості особистості в конкретній поведінці людини, її схильності поводитися певним чином у досягненні своїх цілей; є способом дій, за якої людина активно і послідовно відстоює свої інтереси, відкрито заявляє про свої цілі і наміри, поважаючи при цьому інтереси оточуючих [8; 14]; конструктивно відстоює свої права, демонструє позитивне і шанобливе ставлення до інших людей; захищає власні

інтереси, формулює і відстоює свою думку, вільно висловлює свої почуття і емоції, досягає поставленої мети, при цьому не порушує права інших людей і бере на себе відповідальність за власну поведінку [3; 12]; дозволяє слухати, розуміти і намагатися досягти ділового й професійного компромісу [14].

Характеристиками асертивності є низка якостей та здатностей, що діляться за сферами особистості: до афективної сфери відносять нервово-психічну стійкість, прийняття себе, інших, спонтанність емоційних реакцій, почуття міри, відсутність тривоги, почуття впевненості; до когнітивно-сміслової – адекватну орієнтацію в соціальній ситуації та адекватність її оцінки, здатність передбачити результати власної поведінки, здатність дозволяти собі мати запити та вимоги, здатність орієнтуватися у соціальних очікуваннях, усвідомлення потреби у досягненні мети; до поведінкової – готовність до дій, спрямованих на досягнення мети без посягання на права інших людей, конструктивну агресивність, здатність керувати своїм життям; до конативної – відповідальність за свої вчинки, наполегливість у захисті своїх прав, самостійні дії, обстоювання своєї думки, навіть у критичних ситуаціях [14; 16].

До характеристик асертивності також відносять здатність дозволяти собі мати запити і вимоги (настанови щодо самого себе), насмілюватися їх виявляти і володіння навичками їх здійснення (соціальними навичками) [12].

Для асертивної особистості характерними є: орієнтація на події реального життя, що додають їй сенсу на майбутнє; незалежність цінностей і поведінки від впливу ззовні; здатність самостійно формувати свою думку про життя; свобода вираження свого потенціалу, відкритість, віра в себе і довіра до інших, а головне – повага і любов до себе. Визначений авторами алгоритм поведінки сприяє рівності в людських взаєминах; дозволяє людині діяти з урахуванням її інтересів; розвиває вміння постояти за себе без розгубленості, сміливо висловлювати свої справжні почуття і користуватися своїми правами без шкоди для інших [8]. Бути асертивним – означає володіти здатністю до самоініціювання і саморегуляції. Виявлення асертивності знаходить своє відображення в переконанні у власній ефективності, заснованій на самоповазі й особистій значущості [8]. Асертивним особам властиві позитивне ставлення до людей і адекватна самооцінка [1].

Ключовим індикатором асертивності особистості є здатність прийняття на себе відповідальності за власну поведінку. Мова йде про те, що асертивна особистість відповідальна за свою власну поведінку і не має права звинувачувати інших людей за їх реакцію на цю поведінку. Асертивність характеризується демон-

страцією самоповаги і поваги до інших людей. Характерними якостями асертивних людей є чесність, відкритість і прямота в розмові, але не за рахунок емоційного стану іншої людини. Асертивна поведінка передбачає демонстрацію впевненості та позитивної установки, причому перша пов'язана з самоповагою і уявленням про власну компетентність. Асертивність вимагає вміння уважно слухати і прагнення зрозуміти точку зору іншої людини. Прагнення до досягнення робочого компромісу – дуже корисна якість асертивних людей [18].

Асертивні люди також вміють або принаймні вважають, що мають право виражати почуття, думки та переконання, відмовляти чи погоджуватись, змінювати думку, бути самим собою і не підлаштовуватися під інших, не брати на себе чужу відповідальність, просити про що-небудь, встановлювати власні пріоритети, розраховувати на те, щоб вас слухали і ставилися до вас серйозно, помилятися, бути нелогічним, приймаючи рішення, бути або здаватися байдужим тощо [18].

Е. Солтером було описано шість характеристик асертивної особистості: передусім, це емоційність мовлення (feeling talk): відкритий, спонтанний, природний прояв (вираження) усіх власних почуттів у висловлюваннях; по-друге, це експресивність та конгруентність поведінки й мовлення (facial talk): зрозумілий (ясний) невербальний прояв почуттів й відповідність між словами і невербальною поведінкою; по-третє, це вміння протистояти й атакувати (contradict and attack), тобто прямо й чесно висловлювати власну думку не зважаючи (без огляду) на оточуючих; в четверте, використовувати, так звані «Я-висловлювання» (deliberate use of the word "I") як демонстрацію відсутності спроб сховатися за невизначеними формулюваннями; вп'яте, приймати компліменти (express agreement, when you are praised) як підтвердження відмови від власної меншовартості й недооцінки власних сил та якостей; вшосте, здатність до імпровізацій, спонтанного прояву почуттів і потреб, щоденних турбот [25].

К. Кінан до якостей та здатностей асертивної особистості відносить впевненість, автономність, незалежність від зовнішніх впливів та оцінок, здатність регулювати власну поведінку, що пов'язане із гідністю та самоповагою здатністю до емпатії, увагою до оточення, усвідомленням власних переваг та недоліків [6].

Р. Алберті та М. Еммонс визначили такі характеристики асертивності: висока міра розвитку рівноправності у міжособистісних стосунках, поведінка, яка є максимальною корисною для індивіда, здатність відстоювати свої інтереси, здатність користуватись своїми правами і не заперечувати права інших. Асертивні люди, на думку авторів, здатні до самови-

раження, поважають права інших, чесні, прямі, прагнуть не шкодити іншим, вміють виразити свою думку вербально та невербально, здатні проявляти позитивні та негативні ставлення та емоції (вдячності, похвала або критика і обмеження). До інтегральних психологічних характеристик асертивності, визначених авторами, слід віднести набутий, а не природжений характер асертивності, її конкретність (не універсальність) по відношенню до особистості, соціальну прийнятність (наслідування) [18].

М. Сміт були визначені характеристики асертивних людей, такі як право не відповідати на запитання, право не вибачатись і не пояснювати свої вчинки, не очікувати доброго ставлення до себе можуть виступати бар'єрами у міжособистісній взаємодії особистості, а відтак і перепорою у досягненні нею успіху [18].

Крім того, до характеристик асертивності особистості відносять стійкість, індивідуальність прояву, когнітивну цілеспрямованість (спрямованість на успіх), незалежність, адаптивність, що забезпечують усвідомлений вибір, розуміння та вибірковість ставлення до навколишнього середовища, здатність протидіяти стресовим ситуаціям [12].

У низці досліджень показано позитивний взаємозв'язок між асертивністю та емоційним інтелектом [22], соціальною компетентністю [24], академічною успішністю та адаптацією [23], виявлено, що асертивна поведінка сприймається оточуючими найбільш адекватно, порівняно з агресивною й неасертивною та найбільшою мірою оптимізує процес досягнення цілей, порівняно з деструктивними формами поведінки [19], визначено, що асертивні висловлювання сприймалися та оцінювалися оточуючими більш позитивно, порівняно зі звинувачувальними висловлюваннями [21].

Асертивність пов'язана із наполегливістю, що є альтернативою пасивної й агресивної поведінки, властивої людям із заниженою і завищеною самооцінкою [10].

Асертивність також виражається в проектуванні власного розвитку і руху, визначенні свого Я в навколишньому світі на основі через усвідомлення смислів і цінностей свого життя [10].

За твердженням О. Леонтьєва, асертивність – це стабільна особистісна характеристика, що має наступні структурні компоненти: поведінковий (незалежність, відповідальність, наполегливість (напористість), готовність до ризику і конструктивної агресії), когнітивний (переконаність людини у власній ефективності, гнучкості мислення, адекватній оцінці ситуації), емоційно-ціннісний (смівість в соціальних контактах, вміння управляти своїми реакціями, впевненість в собі, довіра до себе) та особистісний (високий рівень самооцінки і самоповаги людини) [10].

Асертивність є гармонійною комбінацією властивостей особистості, що виявляється у природній, чесній поведінці по відношенню себе та оточуючих людей, уміннях і навичках етично допустимого спілкування в конкретній ситуації при поєднанні з упевненістю, позитивною самооцінкою та за обов'язкової поваги до прав інших людей [8].

Асертивність розуміється як природність і незалежність від зовнішніх впливів і оцінок, а також здатність людини самостійно регулювати власну поведінку і нести за неї відповідальність, наполягати на своїх правах, не зневажаючи при цьому прав інших, впевненість [10].

Індивіди з високою асертивністю краще захищені від емоційних проблем, рідше скаржаться на ситуативно-обумовлену тривожність, рідше страждають від страхів, ніж особистості з низькою асертивністю. Крім того, асертивні індивіди мають більш адекватну самооцінку, можуть успішніше протистояти стресу, вони більш успішні в житті. Виявлений і значущий позитивний зв'язок між рівнем асертивності і почуттям власної гідності, самоповаги [10].

На думку А. Бандури, впевнені (асертивні) в собі люди творчо підходять до аналізу ситуацій. Асертивність можна виразити через поняття «самоефективність», введене в науковий обіг А. Бандурою. Самоефективність індивіда проявляється в здібностях і уміннях вирішувати проблеми, які дозволяють: контролювати свою поведінку, при необхідності змінюючи рішення і цілі; передбачити наслідки своїх дій; усвідомлювати і розуміти зміст проблеми; створювати альтернативні ситуації [10].

Визначною особливістю асертивної поведінки є реалізація прагнення до розширення, вдосконалення, розвитку та зрілості. Така позиція допомагає людині здійснювати творчий підхід до життя, де їй будуть властиві такі риси, як психологічна свобода і довіра до себе [10].

Асертивність характеризується вміннями вийти за межі свого «Я», соціальної та особистісної адаптації до існуючих умов, знаходити в несприятливій ситуації позитивні моменти. Асертивність сприяє досягненню успіху в діяльності, якщо людина при цьому є ерудованою, раціональною, розумною, мислячою, розвинутою в різних сферах діяльності. Асертивна поведінка передбачає наявність окресленої мети дії і вміння контролювати емоції, коли її носій не піддається швидко маніпуляціям та емоційному тиску інших людей. Таке вміння проявляється у здатності реалізувати визначені цілі попри негативні тиски з боку оточення, раціональну дбайливість про власні інтереси при одночасному вираховуванні інтересів інших людей [10].

Зміст поняття асертивності розкривається також через такі особистісні риси як: конструктивність, цілеспрямованість, впевненість в собі, відповідальність, рішучість, самостійність, незалежність, самоефективність, суб'єктність, наполегливість, ініціативність, вимогливість, здатність до емпатії, рефлексії та ін. [10].

Результати. Виходячи із теоретичного аналізу психологічного змісту поняття асертивності, нами були виділені імпліцитні та експліцитні ознаки асертивності особистості та розроблено багатофакторний опитувальник для діагностики тики асертивності особистості як гнучкої навички у студентів.

Психометричну вибірку склали 245 студентів ОПП «Бакалавр» та «Магістр» НТУ «ХПІ», рівномірно представлені за статтю та курсами навчання.

У результаті перевірки одномоментної надійності пунктів опитувальника було виявлено стандартизований коефіцієнт альфа Кронбаха, що становить 0,933. У таблицях 1 та 2 показано описову статистику для усіх пунктів опитувальника та значення альфа, що доводить правомірність використання усіх пунктів у кінцевій версії опитувальника.

Виходячи з даних описової статистики, що представлені в таблиці 1, граничні значення норми для показників шкали «Імпліцитної асертивності» становлять 30–70 балів.

Виходячи з даних описової статистики, що представлені в таблиця 2, граничні значення норми для показників шкали «Експліцитної асертивності» становлять 30–70 балів.

Дискримінативна валідність методики перевірялась через кореляційний аналіз з показниками тесту соціального інтелекту Дж. Гілфорда, методикою «КОС-2» та тестом емоційного інтелекту Н. Холла. Визначено низку позитивних зв'язків із субтестами 1, 2 та 3 та показниками імпліцитної асертивності ($r=0,54$; $r=0,51$; $r=0,61$, $p<0,0001$ відповідно) та субтестами 3 та 4 із показниками експліцитної асертивності ($r=0,76$; $r=0,64$, $p<0,0001$ відповідно). Виявлено позитивні зв'язки організаційних схильностей із показниками імпліцитної асертивності ($r=0,71$, $p<0,0001$ відповідно) та комунікативних та організаційних схильностей із показниками експліцитної асертивності ($r=0,58$; $r=0,59$, $p<0,0001$ відповідно). Показники здатності до розуміння емоцій та управління емоціями пов'язані із імпліцитною асер-

Таблиця 1

Описові статистики для шкали «Внутрішня (імпліцитна) асертивність»

Твердження	r	α	Min	Max	M	σ
1 «Намагаюсь не залежати від впливів оточення»	0,53*	0,930	1	5	3,45	2,14
3 «Вважаю себе відповідальним за власну поведінку»	0,56*	0,930	1	5	2,56	1,89
5 «Виявляю переконливість у відстоюванні власних цінностей»	0,78**	0,929	1	5	3,01	2,04
7 «Не поступаюсь власними інтересами»	0,66*	0,930	1	5	2,77	2,56
9 «Вмію досягати бажаного»	0,77**	0,929	1	5	2,80	1,89
11 «Вмію захищати власні інтереси»	0,76**	0,929	1	5	3,67	1,88
13 «Намагаюся протидіяти маніпуляціям»	0,52*	0,931	1	5	3,15	2,54
15 «Підтримую у собі почуття гідності»	0,76**	0,929	1	5	2,90	2,41
17 «Поважаю інших»	0,56*	0,959	1	5	3,44	2,36
19 «Визнаю право інших на інакшу думку чи позицію»	0,57*	0,931	1	5	4,01	2,51
21 «Виявляю автономність мислення (тлумачити події без опори на думку інших)»	0,67**	0,930	1	5	3,23	2,87
23 «Виявляю самостійність у поведінці та вчинках»	0,78**	0,929	1	5	3,78	3,52
25 «Вважаю, що маю право на помилку»	0,67*	0,930	1	5	3,72	2,11
27 «Беру відповідальність на себе, не ховаючись за спинами інших»	0,79**	0,928	1	5	3,16	2,10
29 «Усвідомлюю власні недоліки та переваги»	0,71**	0,929	1	5	3,90	2,87
31 «Прагну до паритету та рівноправ'я у стосунках»	0,53*	0,930	1	5	3,45	2,63
Загалом по шкалі			32	80	53,57	20,63

Примітки: r – коефіцієнт кореляції Пірсона; α – альфа Кронбаха; Min – мінімальне значення; Max – максимальне значення; M – середнє значення; σ – стандартне відхилення. * $p<0,001$ ** $p<0,0001$

Описові статистики для шкали «Зовнішня (експліцитна) асертивність»

Твердження	r	α	Min	Max	M	σ
2 «Легко формулюю іншим власні бажання та вимоги»	0,65*	0,930	1	5	3,58	1,15
4 «Впевнено відстоюю права без шкоди для себе та інших»	0,64*	0,931	1	5	3,85	1,85
6 «Оптимально реауюю на критику та зауваження»	0,60*	0,928	1	5	3,84	1,75
8 «Рішуче говорю «ні»	0,76**	0,929	1	5	3,79	1,20
10 «Вільно висловлюю власні почуття»	0,71**	0,921	1	5	3,91	2,12
12 «Вільно спілкуюся з різними людьми на різних позиціях в ієрархії відносин»	0,71**	0,927	1	5	4,12	2,87
14 «Підтримую повагу інших до себе»	0,63*	0,929	1	5	4,52	2,45
16 «Відстоюю думку»	0,70**	0,929	1	5	3,52	2,63
18 «Легко звертаюся з проханням»	0,78**	0,929	1	5	3,66	2,87
20 «У своїх висловлюваннях намагаюся виразити свої почуття»	0,64*	0,930	1	5	3,84	2,24
22 «Моя міміка доповнює мої висловлювання»	0,64*	0,931	1	5	3,25	2,85
24 «Прямо і чесно висловлюю думки»	0,63*	0,929	1	5	3,20	2,96
26 «Вмію приймати компліменти»	0,79**	0,927	1	5	3,74	3,15
28 «Маю право не відповідати на запитання»	0,81**	0,931	1	5	3,10	3,12
30 «Вмію відстоювати власні права»	0,81**	0,930	1	5	3,15	3,01
32 «Вмію укладати компромісні рішення»	0,64*	0,929	1	5	3,21	2,45
Загалом по шкалі			16	80	52,25	19,27

тивністю ($r=0,45$; $r=0,51$, $p<0,0001$ відповідно) та експліцитною асертивністю ($r=0,53$; $r=0,47$, $p<0,0001$ відповідно).

У результаті теоретичного огляду проблеми асертивності особистості як її здатності, риси та поведінкового прояву було визначено, що асертивність є автономною, незалежною від зовнішніх впливів та оцінок здатністю особистості самостійно регулювати власну поведінку та проявляти впевненість у поведженні з іншими та у саморегуляції діяльності. Асертивність особистості проявляється у своїх імпліцитних характеристиках (в якості системи переконань про власні права та таку рису особистості, як впевненість у собі, через почуття гідності) та експліцитних проявах (в якості поведінкових проявів у стосунках з іншими, спрямованих на захист власних прав та інтересів, надання опору маніпуляціям, вільне спілкування, пред'явлення вимог та вираження бажань тощо). Уявлення про асертивність у її імпліцитному та експліцитному проявах були покладені у розробку авторського опитувальника, надійність та валідність якого доведена у представленому дослідженні.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бутузова Л.П. Асертивність особистості як основа становлення безпечної поведінки в підлітковому віці. *Проблеми психологічної безпеки: особистість, суспільство, держава: Матеріали Всеукра-*

їнської науково-практичної конференції. 25 березня 2010 року. рр. 2010. С. 33–40.

2. Галицький В.М., Мельник О.В., Синявський В.В. Соціально-психологічний словник. Київ, 2004. 285 с.

3. Герасіна С.В. Асертивна поведінка як передумова формування почуття власної гідності та самоповаги студентської молоді. *Проблеми сучасної психології: зб. наук. праць. К.-ПНУ імені Івана Огієнко, Інститут психології ім. Г.С. Костюка. 2010. Випуск 10. С. 139–149.*

4. Глубока І. Асертивна поведінка як одна з основних складових конкурентоздатності й успішної професійної кар'єри учнівської молоді. *Педагогіка і психологія професійної освіти. 2012. № 1. С. 172–178.*

5. Гук О. Асертивність як складова культури демократичного врядування. *Науковий вісник ДЕМОКРАТИЧНЕ ВРЯДУВАННЯ. 2012. Вип. 9. URL: <https://science.lpnu.ua/sites/default/files/journal-paper/2022/feb/26892/guk.pdf>.*

6. Лучків В.З. Психологічні особливості розвитку асертивності в юнацькому віці : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Житомир, 2017. 200 с.

7. Марчук Л.М. Асертивність як комплексна інтегральна характеристика особистості. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. 2012. Вип. 5. URL: http://www.nbu.gov.ua/ejournals/Vnadps/2012_5/12mlmiho.pdf.*

8. Марчук Л.М. Соціально-психологічні особливості формування асертивної поведінки у професійному становленні майбутніх психологів : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2016. 225 с.

9. Медведєва С.А. Асертивність майбутніх практичних психологів: досвід вивчення. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. 2008. Вип. 39-40. С. 234–240.
10. Мойсеєнко В.В. Асертивність як соціально-психологічний механізм вибору стратегій статусної поведінки студентською молоддю. Херсон, 2020. 193 с.
11. Ніколаєв Л. Генезис поняття «асертивність». *Освіта регіону : політологія, психологія, комунікації*. 2010. № 1. С. 132–135.
12. Ніколаєв Л.О. Розвиток асертивності підлітків у різних умовах соціалізації : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Переяслав-Хмельницький, 2016. 264 с.
13. Подоляк Н.М. Психологічні особливості асертивності. *Наука і освіта: Науково-практичний журнал Південного наукового Центру АПН України*. 2010. № 9. С. 108–111.
14. Подоляк Н.М. Індивідуально-психологічні особливості асертивної особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Одеса, 2014. 202 с.
15. Семиченко В.А. Психологія особистості. Київ, 2001. 427 с.
16. Титаренко Т.М. Життєві домагання і професійне становлення особистості практичного психолога. *Практична психологія та соціальна робота*. 2003. № 4. С. 21–23
17. Фальова О.Є. Асертивність як фактор самореалізації особистості жінки. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2015. Вип. 50. С. 258–267.
18. Фоменко К.І. Психологія успіху: навчальний посібник. Харків : Діса-плюс, 2015. 288 с.
19. Bruch M.A. A task analysis of assertive behavior revisited: Replication and extension. *Behavior Therapy*. 1981. Vol. 12. P. 217–230.
20. Hull D. B., Schroeder H. E. Some interpersonal effects of assertion, nonassertion and aggression. *Behavior Therapy*. 1979. Vol. 10. P. 20–28.
21. Kubany E.S., Richard D. C., Bauer G.B., Muroka M.Y. Impact of Assertive and Accusatory Communication of Distress and Anger: A Verbal Component Analysis. *Aggressive Behavior*. 1992. V. 18, № 5. P. 337–347.
22. Jinsi A. J. Self Assertiveness and Emotional Intelligence of Higher Secondary Students. Unpublished M. Farook Training College: University of Calicut. 2006.
23. Poyrazli S. Arbona C., Bullington R., Pisecco S. J. Adjustment problems of Turkish international student studying in the U.S. *Coll. Stud.* 2001. № 35. P. 52–62.
24. Ryan E.B. Ryan, Anas A.P., Mays H. Assertiveness by Older Adults with Visual Impairment: Context Matters. *Educational erotology*. 2008. V. 34. P. 504, 512–515.
25. Salter A. Conditioned reflex therapy New York : Creative Age Press, 1949. 359 p.

РОЗВИТОК ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ ЯК ВАЖЛИВИЙ СКЛАДНИК ЇХНЬОЇ ОСОБИСТІСНОЇ ПІДГОТОВКИ ДО МАЙБУТНЬОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

DEVELOPMENT OF LEADERSHIP QUALITIES IN PSYCHOLOGY STUDENTS AS AN IMPORTANT COMPONENT OF THEIR PERSONAL PREPARATION FOR FUTURE PROFESSIONAL ACTIVITY

Стаття присвячена дослідженню лідерського потенціалу майбутніх психологів. Визначено, що лідерські якості – це сукупність індивідуально-особистісних та соціально-психологічних властивостей особистості, що дозволяють їй виконувати роль лідера. Проаналізовано ряд підходів, які мають різне розуміння походження та формування лідерських якостей особистості. Підкреслено важливість розвитку лідерських якостей у студентів-психологів в освітньому процесі задля майбутньої ефективної роботи з клієнтами та досягнення успіху у професії. Виокремлено компоненти, що впливають на розвиток лідерських якостей майбутніх психологів: мотиваційний (мотивація на досягнення успіху, асертивність, прагнення до самореалізації), емоційний (емоційний інтелект) та поведінковий (комунікативні, організаторські та лідерські здібності). Експериментально визначено особливості прояву лідерських якостей у майбутніх психологів. Серед досліджуваних переважає середній рівень появи якостей, які можуть визначати їх лідерський потенціал. 45% мають мотивацію уникнення невдач; результати вивчення шкал емоційного інтелекту вказують на те, що у 55% майбутніх психологів високий рівень прояву цих шкал, окрім шкали «Управління власними емоціями», у 50% респондентів вона має середній рівень вияву; середні показники прояву комунікативних (40%), організаторських (60%) та лідерських (55%) здібностей притаманні більшій половині майбутніх психологів. Проведене експериментальне дослідження з майбутніми психологами підтверджує значимість та необхідність розвитку позитивної мотивації, емоційного інтелекту, комунікативних, організаторських та лідерських здібностей задля особистісного становлення, успішної професійної самореалізації.

Ключові слова: лідер, потенціал особистості, лідерські якості, професійна

діяльність майбутнього психолога, особистісна підготовка.

The article is dedicated to the exploration of leadership potential in future psychologists. It is determined that leadership qualities encompass a combination of individual-personal and socio-psychological traits that enable an individual to fulfill a leadership role. A range of approaches is analyzed, which have different understandings of the origin and development of leadership qualities in an individual. The importance of developing leadership qualities in psychology students during their educational process is emphasized for future effective client work and professional success. The components influencing the development of leadership qualities in future psychologists have been identified: motivational (achievement motivation, assertiveness, self-actualization drive), emotional (emotional intelligence), and behavioral (communication, organizational, and leadership abilities). The study experimentally determined the peculiarities of demonstrating leadership qualities among future psychologists. Among the examined participants, a moderate level of the emergence of qualities that can determine their leadership potential prevails. 45% exhibit motivation to avoid failure. The results of the study of emotional intelligence scales indicate that 55% of future psychologists demonstrate a high level of emotional intelligence, except for the «Emotion Management» scale, where 50% of respondents exhibit a moderate level. Average levels of manifestation are observed in communicative abilities (40%), organizational skills (60%), and leadership abilities (55%) among the majority of future psychologists. The conducted experimental research confirms the significance and necessity of developing positive motivation, emotional intelligence, communicative, organizational, and leadership abilities in future psychologists for personal growth and successful professional self-realization.

Key words: leader, personal potential, leadership qualities, future psychologist's professional activity, personal preparation.

УДК 159.9:316.46

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.23>

Горецька О.В.

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

Сердюк Н.І.

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

Цимбалюк К.Р.

здобувач вищої освіти за спеціальністю
053 «Психологія»
Бердянський державний педагогічний
університет

Психологічна допомога є однією з найбільш затребуваних та відповідальних сфер діяльності, тому важливо, щоб майбутні психологи були оснащені не тільки потрібними професійними компетенціями, а й розвиненими особистісними якостями, які забезпечать ефективну роботу з клієнтами та досягнення успіху у професії. Від особистості психолога всі очікують не тільки допомоги й підтримки, а ще й творчого, креативного, комфортного вирішення будь-якої життєвої ситуації, тобто в психологові вбачають лідера, за яким готові йти та дослухатись до нього. Отже, розвиток особистісних якостей є невід'ємною складовою професійного розвитку майбутніх психологів,

де особлива увага приділяється розвитку їх лідерських якостей та здібностей.

У психологічній науці лідерство визначають як активний процес створення і підтримки ролівої структури в груповій взаємодії, а лідера – як авторитетного члена організації, групи, який може генерувати ідеї, інтегрувати групові процеси і відносини, впливати на інших задля об'єднання зусиль для досягнення поставленої мети, зміни точок зору, поведінки, окремих особистісних рис, установок, мотивації членів групи [6, с. 152].

Аналіз психолого-педагогічної літератури дозволяє зазначити, що потенціал особистості – це система природно-обумовлених

і поновлюваних ресурсів, тобто те, що існує в прихованому вигляді і може проявитися за певних умов, реалізація яких протягом життя приводить до певних, з точки зору особистості і суспільства, значимих особистісних досягнень [8]. Розуміння сутності та значення цих можливостей допоможе майбутнім психологам краще зорієнтуватися в своїй професійній діяльності, а також зрозуміти важливість їх власного особистісного розвитку.

У психологічній літературі достатньо багато теорій, класифікацій, які розкривають значення лідерських якостей в житті людини, тож розглянемо деякі з них.

Найпершу теорію лідерства запропонував Т. Карлайл у 1984 році, яка мала назву теорія «великої людини». На думку вченого, є люди з вродженими лідерськими якостями, до яких він відніс: харизму, інтелект, мудрість та певні фізичні дані [5].

Протилежний підхід до вивчення лідерських якостей мали представники біхевіоризму – Дж. Хемфіл, Е. Кунз, Е. Халпін і Б. Вінер, які стверджували, що лідерство не є вродженим, а навпаки формується через засвоєння особистістю певної поведінкової реакції та вибудови власної моделі взаємодії з оточуючими. Ними було розроблено першу анкету, що дозволяла виявити основні прояви лідерської поведінки людини. Дослідники прийшли до висновку, що лідерські якості проявляються відповідно до конкретних обставин [5; 14].

Отже, єдності в розумінні прояву лідерських якостей не існує, й досі вчені намагаються з'ясувати, що є першоджерелом зародження лідерських якостей особистості. Однак є ряд науковців, які зробили спробу класифікувати якості особистості, які можна віднести до лідерських, тож розглянемо їх.

З поміж висвітлених у психологічній літературі класифікацій лідерських якостей особистості є ті, де подано загальний перелік якостей, а є такі, в яких висвітлені ті якості, що проявляються залежно від життєвої ситуації. Для прикладу, на загальні та специфічні лідерські якості розділила О. Тихомирова. На її думку, загальними якостями є ті, що опосередковано впливають на можливість людини проявити лідерство, а саме: злагожденість, працездатність, ініціативність, активність, комунікативність, самостійність, цілеспрямованість, самоорганізованість, спостережливість, жвавість розуму. Щодо специфічних, то до цих якостей дослідниця віднесла суто лідерські здібності: вміння вдало організувати робочий процес; вміння ефективно психологічно впливати на інших людей; готовність взяти відповідальність, проявляти лідерську позицію [10].

Серед сучасних досліджень лідерських здібностей особистості можна виокремити

підходи до їх класифікації, які спираються на теорії особистості. Так, науковці П. Коста, Р. Мак-Крей, Л. Голдберг, В. Норман [12] запропонували модель під назвою «Велика п'ятірка», яка розкриває лідерство через п'ять складових структури особистості. Розглянемо більш детально характеристику кожної запропонованої складової. Характерною особливістю складової «відкритість досвіду» є орієнтація до всього нового та нестандартного, що безумовно буде виокремлювати таку людину з-поміж інших і підкреслювати її лідерський потенціал. Сумлінність, як складова особистості з лідерським здібностями, розкривається за рахунок наявності у людини організованості, самодисциплінованості, відданості справі, цілеспрямованості та завзятості. Безперечно наявність цих якостей та рис буде вигідно підкреслювати лідерство особистості. Екстраверсія розкриває такі лідерські якості особистості, як енергійність, комунікабельність, схильність до фасилітації. Як правило, особистості, яким притаманна екстраверсія, мають домінуючий тип поведінки, що є дуже важливо для прояву лідерства. На прояв лідерства позитивно впливає доброзичливість. Такій особистості притаманні співчутливість, товариськість, альтруїстичність, саме ці якості роблять її привабливою для інших та обумовлюють сприймання її як лідера. Нейротизм проявляється в можливості чуйно реагувати на неприємні емоції, такі як гнів, тривога, депресія та уразливість. Якщо людина демонструє низький рівень нейротизму, то можна говорити про емоційну стійкість особистості, що характеризується спокоєм, урівноваженістю, рішучістю – лідер повинен володіти такими уміньми [12].

Описані складові не розкривають весь можливий спектр лідерських якостей особистості, проте автори цієї моделі провели досить ґрунтовне дослідження, розробили опитувальник «Велика п'ятірка» для діагностики висвітлених вище складових.

Підсумовуючи проаналізований матеріал, ми бачимо, що існує достатня кількість теорій, моделей, які описують феномен лідерства.

Формування лідерських якостей у майбутніх психологів не є виключенням, адже воно закладає основу впевненої особистості з лідерською позицією, що здатна вести за собою. Тож лідерські якості особистості є важливими для фахівців різних сфер діяльності, тому вони були об'єктом ґрунтового дослідження багатьох вчених.

Так, Н. Альохіна, Л. Кайдалова та Н. Щокіна прийшли до думки, що лідерські якості особистості – це риси, що підкреслюють вміння проявити себе в конкретній сфері й приймати відповідальні рішення в значущих ситуаціях; використовувати інноваційні підходи для розв'язання проблеми; успішно впливати на

послідовників у напрямі досягнення спільних цілей; створювати позитивну соціально-психологічну атмосферу в колективі [3].

На думку В. Ягоднікової [11], під лідерськими якостями слід розуміти риси особистості, які забезпечують розкриття лідерського потенціалу, а саме індивідуально-особистісні й соціально-психологічні особливості особистості. Окрім цього, дослідниця виокремила чотири компоненти лідерських якостей, які є необхідними для особистості, яка прагне бути лідером, а також згруповувала їх наступним чином: мотиваційний компонент включав у себе усвідомлення особистістю своїх потреби в самоствердженні, самореалізації та наявність асертивної поведінки; емоційно-вольовий компонент передбачав наявність вольових якостей (цілеспрямованість, витривалість, самостійність, наполегливість, рішучість) та позитивного психоемоційного стану; особистісний компонент, на думку дослідниці, розкривається через креативне мислення особистості, її здатності впливати на інших та добре розвинутих комунікативних та організаторських здібностей; діловий компонент розкриває усвідомлену відповідальність перед іншими, уміння приймати правильні рішення в непередбачених ситуаціях [11].

Ще одну цікаву класифікацію лідерських якостей запропонувала Н. Семченко, в якій згрупувала особистісні риси, які притаманні лідеру, в чотири групи, а саме: інтелектуально-креативні (креативність, гнучкість, критичність, продуктивність, ерудованість, конкретність тощо); морально-вольові (гуманність, доброчесність, оптимізм, принциповість, альтруїзм, добросовісність, самокритичність, дисциплінованість, асертивність, відважність, заповзятливість тощо); організаторсько-ділові (цілеспрямованість, переконливість, злагоженість, дієвість, активність, енергійність, об'єктивність, справедливість тощо); емоційно-комунікативні (товариськість, репрезентативність, тематичність, комунікабельність, ініціативність, спостережливість, експресивність тощо) [9].

Однак найбільш деталізований та розширений перелік лідерських якостей запропонував О. Романовський. Він разом зі своїми колегами під лідерськими якостями розуміють сукупність індивідуально-особистісних та соціально-психологічних властивостей особистості, що дозволяють їй виконувати роль лідера у групі [7, с. 18]. За результатами всебічних та ґрунтовних досліджень рис та якостей особистості науковець виокремив сімдесят дві якості, що можливо матимуть позитивний вплив на формування харизматичного лідера. Ці якості вченим були розділені на чотири сфери. Наведемо перелік деяких якостей відповідно до сфер, які виокремлює О. Романовський.

Серед двадцяти п'яти якостей когнітивно-емоційної сфери хочеться виділити ті, які не часто зустрічаються в інших класифікаціях: наявність своєї життєвої місії і її повне усвідомлення; володіння сугестивними здібностями; окрім досить високих показників IQ, EQ, наявність високого коефіцієнта життєвої енергії (VQ); інтуїція; вміння одночасно вчити і вчитися; володіння унікальним баченням світу; глибоке розуміння людської природи; артистизм та інші.

Щодо морально-вольової сфери, яка включає сімнадцять якостей, акцентуємо увагу на відповідальності (перед Богом, людьми і своєю совістю); вмінні «тримати удари» навколишнього середовища; високій працездатності; здатності сприймати поразку як початок руху до перемоги; здатності сприймати всі проблеми і труднощі як неодмінну умову просування до успіху; володінні безумовною духовністю, психологічними знаннями і енергійністю; надійності та ін.

Соціально-комунікативна сфера також об'єднала в собі сімнадцять якостей, серед яких ми визначаємо уміння створювати команду; прагнення, бажання і вміння робити людям Добро більше, ніж вони у відповідь віддають; бажання і вміння використовувати владу не як джерело насолоди, а як інструмент і засіб для досягнення мети; уміння одночасно бути і гравцем, і тренером та інші.

Якщо перші три сфери з переліком якостей зустрічаються й в інших авторів, то на останній складовій, запропонованою цим автором, хочеться зупинитися детальніше. Отже, тринадцять якостей було віднесено до індивідуально-парадоксальної сфери: наявність своїх авторських секретів лідерства; небажання підкорятися стандартам і правилам; прагнення створити свій автономний, сучасний світ; прагнення йти по життю тільки своїм шляхом; здатність перебувати в постійному пошуку істини; уміння бути суворим і тактовним одночасно; уміння ризикувати; звільнення від залежності навколишнього середовища; синергетичність.

На думку О. Романовського, для формування особистості як харизматичного лідера вона повинна мати від 20 до 72 лідерських якостей. Однак чим більше лідерських якостей буде прагнути розвинути в собі особистість, тим нижчими будуть сконцентрованість та саморозвиток. Тому оптимальною є двадцять якостей, які доречно продіагностувати у себе та працювати над їх подальшим розвитком [7].

Формування лідерських якостей є особливо важливим в юнацький період, що збігається з навчанням в ЗВО та коли інтенсивно розвиваються моральні цінності, життєві перспективи, нові погляди на життя і на відносини між людьми, а також проявляється самоствердження та самореалізація молодої особистості.

Підготовка майбутніх психологів також повинна передбачати розвиток певного переліку лідерських якостей. Адже специфіка роботи психолога спонукає фахівця проявляти свої лідерські якості та здібності, щоб ефективно планувати та проводити різноманітні просвітницькі, психодіагностичні чи корекційно-розвиваючі заходи, підтримувати згуртованість групи та її комфортний психологічний клімат, мотивувати та надихати клієнтів до самоаналізу та роботи над собою.

Про важливість лідерських якостей психолога зазначають у своїх працях як зарубіжні, так і українські вчені.

Американський дослідник лідерства Р. Ріджіо стверджує, що психологи через свій рівень розвитку емоційного та соціального інтелекту, розвинуті навички рефлексії є безумовними лідерами, які здатні у інших розвивати лідерські якості [13]. Така думка є особливо мотивуюча саме для майбутніх психологів, адже з нею приходиться усвідомлення та розуміння рівня відповідальності, а також важливість розвитку лідерських якостей у себе, як у фахівця допомагаючої професії.

При дослідженні комунікативних особливостей студентів-психологів, схильних до лідерства, Н. Підбуцька, А. Книш, Ж. Богдан, Ю. Чебакова визначили, що для майбутніх психологів із високим рівнем лідерства притаманним є авторитарний і товариський стилі спілкування, а до особистісних характеристик цих психологів вони віднесли: оптимістичність, активність, енергійність, прихильність, відповідальність, наполегливість, емоційна стійкість та експресивність [4].

Підсумовуючи результати аналізу психологічних джерел, можна дійти висновку, що дослідники лідерства виокремлюють великий перелік лідерських якостей особистості. Їх можна об'єднувати в різні групи, залежно від сфери їх впливу або професії людини. Не виключенням є професія психолога, що передбачає цілеспрямовану, ґрунтовну, різносторонню професійну та особистісну підготовку майбутнього фахівця. Специфіка підготовки майбутніх психологів полягає ще й в тому, що для продуктивної професійної реалізації студенти-психологи мають обов'язково працювати власні проблемні питання та розвивати в собі великий спектр особистісних рис та якостей, серед яких важливе місце займають лідерські якості. Результати опитування здобувачів вищої освіти спеціальності 053 Психологія «Лідер – це...», проведеного О. Горєцькою [1], надав змогу визначити ступінь розуміння сутності феномену лідерства студентами-психологами. Здобувачі вищої освіти охарактеризували потенціал лідера через сукупність ознак, які було поділено на декілька складових: професійна, особистісна,

психологічна, організаційна, соціально-комунікативна.

Аналіз результатів теоретико-емпіричних досліджень сучасних вчених надав можливості визначити складові, які забезпечують ефективний розвиток лідерства серед майбутніх психологів. Їх можна розділити на групи за наступними компонентами: *мотиваційний компонент* передбачає досягнення успіху, результативності в роботі, прагнення до самореалізації та самовдосконалення, наполегливість в досягненні поставлених цілей. Додає упевненість та комфорту клієнту асертивність психолога, його рішучість та цілеспрямованість, що допомагають розкритись в обраній діяльності та проявити лідерські здібності; *емоційний компонент* розкриває якості та характеристики, що відображають емоційну сферу майбутніх психологів та її вплив на прояв лідерських якостей. Цей компонент добре розкриває рівень розвитку в психолога емоційного інтелекту, до складових якого відносять: самосвідомість (вміння усвідомлювати свої емоції та використовувати їх для прийняття рішень); самоуправління (керувати своїми емоціями, почуттями, або робити вибір при їх прояві, демонструвати емоційну гнучкість); соціальна обізнаність (спроможність відчувати, адекватно розпізнавати та реагувати на емоції інших, проявляти емпатію); соціальні навички (здатність сприяти розвитку інших людей, запобігати виникненню або врегулюванню конфліктів, демонструвати наставництво) [2]. Всі описані складові емоційного інтелекту є маркерами лідерства, адже для клієнта психолог є авторитетом, який може допомогти у вирішенні складної життєвої ситуації, підтримати та проявити співчуття та співпереживання; *поведінковий компонент* описує здібності особистості, що впливають на прояв лідерських якостей, до них ми віднесли комунікативні, організаторські та лідерські здібності. Комунікативні здібності дають можливість психологу доносити свою думку, переконувати, вибудовувати ефективно спілкування з клієнтами. Організаторські здібності передбачають вміння психологом організувати свій робочий простір, роботу в групі так, щоб досягти максимального позитивного результату. Та власне лідерські здібності, тобто здійснювати вплив на інших, вести за собою, в роботі психолога це є важливою складовою, але варто зауважити, що вплив повинен мати м'який, екологічний та обґрунтований характер.

Особливості прояву описаних компонентів розвитку лідерських якостей у майбутніх психологів варто перевірити експериментальним шляхом.

Для діагностики мотиваційного компоненту було підібрано методику «Діагностика мотивації до успіху та боязні невдач» (А.О. Реана).

Складові емоційного компоненту, а саме прояву емоційного інтелекту серед майбутніх психологів, було діагностовано за допомогою методики «Емоційний інтелект», що розробив Н. Холл. Для вивчення складових поведінкового компоненту було використано тести «Діагностика комунікативних і організаторських схильностей (КОС-2)» та «Діагностика лідерських здібностей» Є. Жаріков, Є. Кружельницький.

Вибірку склали здобувачі вищої освіти спеціальності 053 Психологія Бердянського державного педагогічного університету – 20 осіб (3 курс).

За результатами діагностики мотиваційної сфери нами були визначені показники домінуючої мотивації серед майбутніх психологів, які подано в таблиці 1.

Таблиця 1
Показники домінуючої мотивації в майбутніх психологів

Види мотивації	
Мотив на досягнення успіху	Мотив уникнення невдач
55% (11 осіб)	45% (9 осіб)

З поданої таблиці видно, що 55% майбутніх психологів орієнтовані на мотивацію досягнення успіху, що є позитивним фактором. Вони розуміють, що для досягнення ефективного результату в їх майбутній роботі необхідно проявляти активність, рішучість, відповідальність, ініціативність та наполегливість в досягненні мети, цілеспрямованість. Всі зазначені якості відносяться до лідерських, тобто при наявності в особистості мотивації на досягнення успіху обов'язково починають проявляти лідерські якості.

Також з отриманих результатів видно, що у 45% респондентів все-таки переважає мотив уникнення невдач. В цих майбутніх психологів при вияві будь якої діяльності домінує острах можливої невдачі – вони починають думати про способи уникнення осуду, покарання. При переважанні такого типу мотивації для них притаманні тривожність, низький рівень впевненості в собі, уникнення відповідальних завдань, хоч бажання при цьому присутнє. Такий досить високий рівень зазначеної мотивації можна пояснити ще недостатнім рівнем оволодіння

студентами практичними вміннями, усвідомлення майбутніми фахівцями великої відповідальності, що буде покладається на них в професійній діяльності. Але наявність в них бажання розвиватись та вдосконалюватись уможливить змінити вектор мотиву на протилежний.

Ще важливе місце в розвиток лідерських якостей займає емоційний інтелект, особливо він є основоположним в професії психолога. Тому нами було проведено діагностику прояву складових емоційного інтелекту серед майбутніх психологів. Отримані результати висвітлені в таблиці 2 та демонструють актуальну ситуацію вияву емоційного інтелекту серед майбутніх психологів.

За даними видно, що в переважній більшості респондентів майже всі шкали емоційного інтелекту мають високий рівень прояву. Для цих студентів притаманною є висока емоційна обізнаність, тобто вони добре орієнтуються в різновидах емоцій; проявляють співчутливість до оточуючих, здатність співпереживати і підтримувати інших в складних життєвих ситуаціях. Також в них добре розвинуті: самомотивація, що проявляється умінні контролювати власні бажання, надихати себе, спонукати в досягненні поставлених цілей; респонденти володіють знаннями та вміннями, які дозволяють їм розпізнавати емоції інших людей. Всі описані вище шкали мають високий фактор впливу на формування лідерського потенціалу в майбутніх психологів. Однак слід зазначити, що більше половини майбутніх психологів мають середній та низький рівні вміння управляти своїми емоціями, а здатність ефективно керувати власним емоційним станом є невід'ємною складовою лідерства, що обумовлює необхідність проведення розвивальної роботи з майбутніми психологами цьому напрямку.

Наступним етапом стало дослідження комунікативних та організаторських здібностей майбутніх психологів, розвиток яких у особистості позитивно впливає на прояв лідерських якостей. Отримані дані висвітлені нами на рис. 1 та 2.

За рис. 1 видно, що 40% майбутніх психологів мають високий рівень комунікативних здібностей, що проявляється в умінні легко встановлювати комунікацію з людьми, чітко формулювати та відстоювати власні думки, що

Таблиця 2

Рівні емоційного інтелекту за шкалами

	Високий	Середній	Низький
Емоційна обізнаність	50 %	25%	25%
Управління своїми емоціями	30%	50 %	20%
Самомотивація	55%	35%	10%
Емпатія	55%	25%	20%
Розпізнавання емоцій інших	55%	35%	10%

безумовно позитивно впливає на їх становлення як майбутніх психологів, але разом з тим високий розвиток комунікативних здібностей також є показником лідерства.

Однак у всіх інших респондентів переважають середній та низькі рівні, що може вказувати на те, що у цих майбутніх психологів виникають труднощі при спілкуванні з оточуючими, вони часто відчувають вагання та невпевненість у вірності своїх думок. А це має негативний вплив на прояв лідерських якостей, що є значимими для майбутніх психологів.

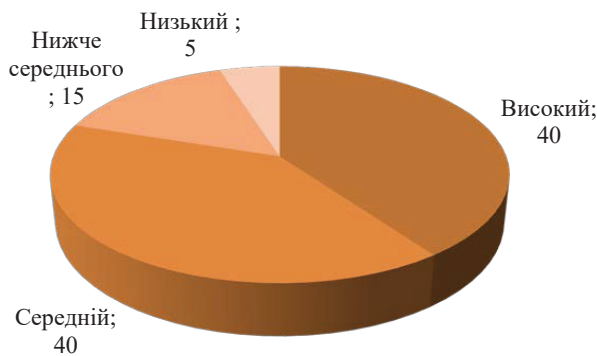


Рис. 1. Рівні комунікативних здібностей майбутніх психологів

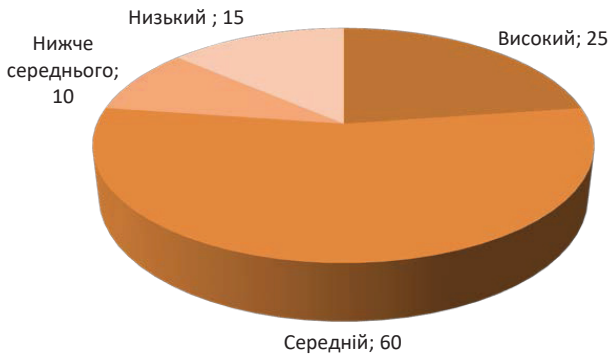


Рис. 2. Рівні організаторських здібностей майбутніх психологів

Проаналізувавши рис. 2, можна стверджувати, що рівень розвитку організаторських здібностей у більшій половині респондентів відповідає середньому рівню. Це проявляється в умінні планувати роботу, час та можливості, однак воно не відрізняється постійністю, досліджувані ще мають труднощі в баченні організації професійної діяльності, своєї особистої, так і клієнтів. Це можна пояснити тим, що вони ще продовжують вивчати специфіку роботи психолога та не мають достатньо практичного досвіду. Отже, зазначена група респондентів потребує цілеспрямованої роботи по розвитку

організаторських здібностей, високий рівень прояву яких дозволить майбутнім психологам достатньою мірою проявляти лідерські якості.

Всім відомо, що у студентському віці відбувається формування механізму цілетворення, основними проявами якого є наявність у людини певного задуму, плану життя, життєвої мети, загального досвіду свого буття, а головне – наявність цілеспрямованості, упевненості та лідерського потенціалу. Саме тому формування лідерських здібностей є невід’ємною частиною формування особистості досліджуваного віку, та для реалізації цієї задачі ми виявили рівні прояву лідерських здібностей в майбутніх психологів.

Наочно отримані результати дослідження представлено в графічному вигляді на рисунку 3.

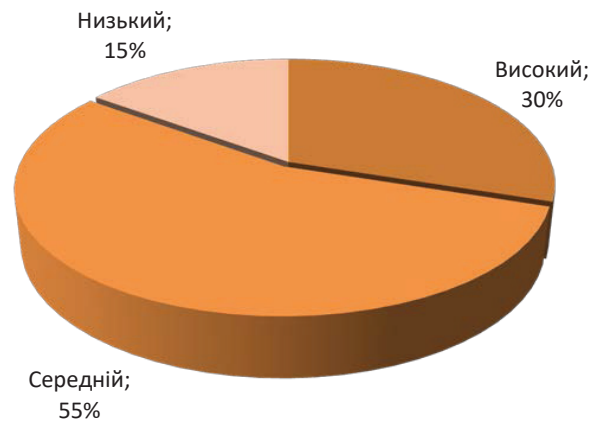


Рис. 3. Діаграма рівнів прояву лідерських якостей в майбутніх психологів

Отже, найбільші показники має середній рівень (55%) прояву лідерства, що свідчить про невпевненість переважної більшості респондентів у власних можливостях, боязнь відповідальності, відсутність мотивації займати лідерські позиції. Разом з тим значні показники також має високий рівень (30%) прояву лідерських якостей, а це є свідченням того, що в цій групі достатня кількість рішучих, вольових, цілеспрямованих студентів.

Проведене теоретичне та емпіричне дослідження вказує на необхідність розвитку лідерських якостей у майбутніх психологів, однак при цьому слід враховувати, що ефективним розвиток буде за умов врахування їхніх особистісних характеристик, створення комфортного простору для саморозкриття під час освітнього процесу, а також використання інноваційних та інтерактивних форм та методів роботи з ними (тренінги, рольові ігри, дискусії тощо) задля оволодіння психологічними знаннями щодо лідерства психолога, мотивування позитивного самосприйняття лідерських якостей майбутніми психологами, розкриття їхніх лідерських якостей, формування впевненої лідерської позиції.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Горецька О.В. Формування лідерського потенціалу майбутніх психологів. Development strategiest for modern education and science : Materials of the III International research and practical internet conference (February, 28, 2022) : collection of abstracts // for the general ed. Ph.D Sergii Onyshchenko. – Zdar nad Sazavou : «DEL a.s.», 2022. S. 24–27.
2. Гоулман Д. Емоційний інтелект. Харків : Vivat, 2018. 512 с.
3. Кайдалова Л., Альохіна Н., Щокіна Н. Формування лідерських якостей на основі інноваційних методів навчання. *East European Scientific Journal*. 2016. № 7. С. 34–37.
4. Підбуцька Н., Книш А., Богдан Ж., Чебакова Ю. Комунікативні властивості студентів-психологів, схильних до лідерства. *Проблеми сучасної психології*. № 3(22), 2021. С. 56–63.
5. Пономаренко О.В. Проблема лідерства в ретроспективі. URL: http://intellect-invest.org.ua/ukr/pedagog_editions_e-magazine_pedagogical_science_vypuski_n1_2010_st_16/.
6. Психологічний словник / Авт.-уклад. В.В. Синявський, О.П. Сергєєнкова / За ред. Н.А. Побірченко. Київ : 2007. 336 с.
7. Романовський О.Г. Лідерські якості в професійній діяльності. Харків : НТУ«ХПІ», 2017. С. 143.
8. Романовський О.Г., Резнік С.М., Гура Т.В. Лідерські якості в професійній діяльності : навч. посібник. Харків : НТУ «ХПІ», 2017. 143 с.
9. Семченко Н.О. Педагогічні умови формування лідерських якостей майбутніх учителів у позааудиторній діяльності : дис. канд. пед. наук : 13.00.04. Харків, 2005. 215 с.
10. Тихомирова О. Виховання лідера. *Шкільний світ*. 2009. Вип. 8. С. 19–23.
11. Ягоднікова В. Виховання лідерів. *Виховна робота в школі*. 2009. № 10. С. 2–36.
12. Goldberg L.R. The structure of phenotypic personality traits. *American Psychologist*. 1993. 48(1). P. 26–34.
13. Riggio R.E. Teaching leadership: Most any psychologist can do it. *Teaching of Psychology*. 2015. № 42(4). P. 361–367.
14. Yukl G.A. Leadership in organizations. NY : Prentice Hall, 1994. 498 p.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ МОБІЛІЗОВАНИХ ДО СЛУЖБИ ПІД ЧАС ВЕДЕННЯ БОЙОВИХ ДІЙ

PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF THOSE MOBILIZED FOR SERVICE DURING HOSTILITIES

Залучення великої кількості військовослужбовців до активних зон бойових дій створює необхідність у дослідженні психологічної адаптації, оскільки військові стикаються з унікальними стресовими ситуаціями та потребують спеціалізованої підтримки. Доведено, що психологічне благополуччя та стійкість військових є ключовими елементами для забезпечення їхньої ефективності та виконання поставлених завдань. Війна має серйозні наслідки, як видимі, так і невидимі, зокрема психологічну шкоду. Учасники бойових дій стикаються з небезпекою, постійним стресом і травматичними подіями. Вони можуть бути свідками смерті, поранень і знищення, іноді навіть виконувати аналогічні дії. Це порушує їхні етичні стандарти та цінності, які є загальноприйнятими в мирний час.

В роботі зазначено, що учасники війни зазнають соціальної і емоційної втрати, таких як самотність, відсутність зв'язку з родиною і близькими, а також відсутність основних фізичних потреб, наприклад, в достатньому харчуванні, питній воді та відпочинку. Невпевненість та непередбачуваність сучасної війни, зокрема використання зброї масового знищення та терористичних атак, створюють постійний стрес і підвищують рівень тривоги.

Окреслено, що хоча більшість солдатів можуть впоратися з цими стресовими факторами, інші стають дуже перевантаженими та виснаженими бойовим стресом, що може призвести до психологічного зриву. Так, одним з типових психологічних наслідків війни, який може проявлятися через флешбеки, кошмари, тривогу, депресію та інші симптоми є посттравматичний стресовий розлад (ПТСР).

Резюмовано, що розуміння психологічних наслідків війни є важливим для надання підтримки, допомоги та лікування учасникам бойових дій. Створення сприятливих умов для відновлення психологічного благополуччя та реінтеграції в суспільство є важливим завданням для психологів, медичних

працівників та інших фахівців, які працюють з ветеранами та постраждалими від війни.

Ключові слова: психологічна адаптація, бойовий стрес, втрата, травма, соціалізація.

The involvement of large numbers of military personnel in active combat zones creates a need for research on psychological adaptation, as military personnel face unique stressful situations and require specialized support. It has been proven that the psychological well-being and resilience of the military are key elements for ensuring their effectiveness and the fulfillment of assigned tasks. War has serious consequences, both visible and invisible, including psychological damage. Combatants face danger, constant stress and traumatic events. They can witness death, injury and destruction, sometimes even perform similar actions. This violates their ethical standards and values that are generally accepted in peacetime.

The work states that war participants experience social and emotional loss, such as loneliness, lack of contact with family and loved ones, as well as lack of basic physical needs, such as adequate food, drinking water, and rest. The uncertainty and unpredictability of modern warfare, including the use of weapons of mass destruction and terrorist attacks, create constant stress and heighten anxiety.

It is outlined that while most soldiers can cope with these stressors, others become very overwhelmed and exhausted by the stress of combat, which can lead to psychological breakdown. Thus, one of the typical psychological consequences of war, which can manifest itself through flashbacks, nightmares, anxiety, depression and other symptoms, is post-traumatic stress disorder (PTSD).

In summary, understanding the psychological effects of war is important for providing support, assistance and treatment to combatants. Creating favorable conditions for the restoration of psychological well-being and reintegration into society is an important task for psychologists, medical professionals and other professionals who work with veterans and victims of war.

Key words: psychological adaptation, combat stress, loss, trauma, socialization.

УДК 354:328.185
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.24>

Завязкіна Н.В.

д.психол.н.,
професор кафедри клінічної психології
ТОВ «Київський інститут сучасної
психології та психотерапії»

Гайдаш М.С.

магістр психології
ТОВ «Київський інститут сучасної
психології та психотерапії»

Вступ. Розуміння терміна «адаптація» в різних наукових дисциплінах є багатоплановим, і його застосування в психології також демонструє різноманіття. Ця багатогранність і складність поняття визначають різні концептуальні підходи та напрями в дослідженні адаптації вітчизняними та зарубіжними психологами [1].

У психології адаптація розглядається як динамічний процес та як результат пристосування людини до умов свого існування. Вона розглядається як необхідна умова становлення особистості, мікроцикл в розвитку особистості, під час якого відбувається засвоєння норм суспільства, володіння прийомами і засобами

діяльності та міжособистісного спілкування. У ролі специфічних механізмів адаптації виділяється вплив трудової діяльності людини на найближче соціальне середовище та активна зміна людиною результатів своєї адаптації відповідно до соціальних умов існування.

Узагальнюючи основні теоретичні положення проблеми адаптації, можна зробити висновок, що адаптація є цілісним, системним процесом, який охоплює взаємодію особистості з природним і соціальним середовищем. Виділення різних видів і рівнів адаптації є деякою мірою штучним і здійснюється з метою наукового аналізу та опису цього явища. Осо-

бливості процесу адаптації визначаються психологічними властивостями суб'єкта, рівнем його особистісного розвитку і залежать від досконалості механізмів особистісної регуляції поведінки та діяльності.

Залучення великої кількості мобілізованих до служби до активних зон бойових дій створює необхідність у дослідженні психологічної адаптації, оскільки військові стикаються з унікальними стресовими ситуаціями та потребують спеціалізованої підтримки [2–5]. Психологічне благополуччя та стійкість військових є ключовими елементами для забезпечення їхньої ефективності та виконання поставлених завдань. Недостатня психологічна адаптація може мати серйозні згубні наслідки для військових, такі як поява посттравматичного стресового розладу (ПТСР), зниження бойової готовності та негативний вплив на загальну функціональність військового колективу [6–10].

Мета дослідження. Дослідити та проаналізувати особливості процесу адаптації мобілізованих до служби під час війни з метою визначення факторів, що впливають на її успішність.

Методи дослідження. Авторська анкета; короткий п'ятифакторний опитувальник особистості TIPI в адаптації І. Галецької; тест САН; тест життєстійкості; тест смисло-життєвих орієнтацій; шкала оцінки впливу травматичної події.

Результати дослідження та їх обговорення. В дослідженні взяли участь 60 чоловіків, серед яких 30 чоловіків цивільні, віком від 23 років до 59 та 30 чоловіків військовослужбовців, віком від 24 до 50 років.

Представимо описові характеристики отриманих даних, а саме міри центральної тенденції, які визначають загальні характеристики розподілу даних за певною змінною (табл. 1).

Вимірюючи «Екстраверсію», ми отримали такі показники: для військових середнє арифметичне (M) становить 8.3 при стандартному відхиленні SD=1.6; для цивільних – M=8.9, SD=1.49. Для показника «Дружелюбність» у мобілізованих до служби M=9.8, SD=2.12; у цивільних M=10.2, SD=2.06. Для показника «Добросовісність» у військових M=10.7, SD=1.47; у цивільних M=10.6, SD=1.45. Для показника «Емоційна стабільність» за результатами у військових M=7.73, SD=3.06; у цивільних M=9.5, SD=2.37. Для показника «Відкритість новому досвіду» у мобілізованих до служби M=7, SD=1.64, для цивільних – M=7.1, SD=1.47. Загалом, за опитувальником TIPI різниця незначна, про те серед військових – показники трошки нижчі, ніж у цивільних.

Далі було розглянуто міри центральної тенденції опитувальника САН (табл. 2).

Вимірюючи «Самопочуття», були отримані наступні показники: для військових M=53.2, SD=5.37; для цивільних – M=56.6, SD=4.06. Щодо «Активності», то показники такі: у мобілізованих до служби M=52.6, SD=4.7; у цивільних – M=56, SD=4.06. За показником «Настрій» для військових M=52.2, SD=6.3; для цивільних – M=56.2, SD=4.82. Як ми можемо побачити, показники САН кращі серед цивільних.

Надалі було розглянуто середні показники тесту життєстійкості (табл. 3).

Таблиця 1

Описові характеристики за опитувальником TIPI

Descriptives

	Ви військовий?	Екстраверсія	Дружелюбність	Добросовісність	Емоційна стабільність	Відкритість новому досвіду
N	Військові	30	30	30	30	30
	Цивільні	30	30	30	30	30
Missing	Військові	0	0	0	0	0
	Цивільні	0	0	0	0	0
Mean	Військові	8.30	9.80	10.7	7.73	7.00
	Цивільні	8.90	10.2	10.6	9.50	7.10
Median	Військові	8.00	11.0	11.0	6.00	7.00
	Цивільні	9.00	11.0	11.0	9.00	7.00
Standard deviation	Військові	1.60	2.12	1.47	3.06	1.64
	Цивільні	1.49	2.06	1.45	2.37	1.47
Minimum	Військові	4	6	6	4	4
	Цивільні	4	6	6	5	4
Maximum	Військові	11	13	13	13	11
	Цивільні	11	13	13	13	9

Таблиця 2

Описові характеристики за опитувальником САН

Descriptives				
	Ви військовий?	Самопочуття	Активність	Настрій
N	Військові	30	30	30
	Цивільні	30	30	30
Missing	Військові	0	0	0
	Цивільні	0	0	0
Mean	Військові	53.2	52.6	52.2
	Цивільні	56.6	56.0	56.2
Median	Військові	51.0	53.0	50.0
	Цивільні	56.0	57.0	56.0
Standard deviation	Військові	5.37	4.77	6.30
	Цивільні	5.98	4.06	4.82
Minimum	Військові	40	42	43
	Цивільні	40	42	43
Maximum	Військові	66	64	65
	Цивільні	66	64	65

Таблиця 3

Описові характеристики тесту життєстійкості

Descriptives				
	Ви військовий?	Залученість	Контроль	Прийняття ризику
N	Військові	30	30	30
	Цивільні	30	30	30
Missing	Військові	0	0	0
	Цивільні	0	0	0
Mean	Військові	17.1	13.1	9.07
	Цивільні	22.0	16.6	11.0
Median	Військові	17.0	14.0	11.0
	Цивільні	23.5	17.0	12.0
Standard deviation	Військові	5.65	4.18	4.83
	Цивільні	4.72	4.21	3.66
Minimum	Військові	8	7	1
	Цивільні	13	8	3
Maximum	Військові	29	22	15
	Цивільні	29	22	15

За критерієм «Залученість» для мобілізованих до служби $M=17.1$, $SD=5.65$; для цивільних – $M=22$, $SD=4.72$. Критерій «Контроль» складає: для військових $M=13.1$, $SD=4.18$; для цивільних – $M=16.6$, $SD=4.21$. За критерієм «Прийняття ризику» у мобілізованих до служби $M=9.07$, $SD=4.83$; у цивільних – $M=11$, $SD=3.66$. Як ми можемо побачити, у цивільних усі три показники вищі.

Наступним кроком було отримання показників по тесту СЖО (табл. 4).

За загальним показником СЖО для мобілізованих до служби $M=109$, $SD=9.09$; для цивільних $M=116$, $SD=10$. За субшкалою Цілі для військових $M=34$, $SD=4$; для цивіль-

них $M=35.8$, $SD=3.73$. За субшкалою Процес у військових $M=31.1$, $SD=3.37$, у цивільних $M=33.1$, $SD=4.18$. За субшкалою Результат у мобілізованих до служби $M=26.8$, $SD=3.43$, для цивільних $M=29$, $SD=3.71$. За субшкалою Локус контролю – Я для мобілізованих до служби $M=21.1$, $SD=2.74$; для цивільних $M=22.8$, $SD=2.62$. За субшкалою Локус контролю – життя для мобілізованих до служби $M=33.3$, $SD=3.51$; для цивільних $M=34.2$, $SD=3.16$. Як ми бачимо, за всіма показниками серед цивільних трохи кращі результати.

Далі було розглянуто середні показники за шкалою оцінки впливу травматичної події (табл. 5).

Описові характеристики тесту СЖО

Descriptives

	Ви військовий?	Показник СЖО	1 – Цілі	2 – Процес	3 – Результат	4 – ЛК-Я	5 – ЛК-життя
N	Військові	30	30	30	30	30	30
	Цивільні	30	30	30	30	30	30
Missing	Військові	0	0	0	0	0	0
	Цивільні	0	0	0	0	0	0
Mean	Військові	109	34.0	31.1	26.8	21.1	33.3
	Цивільні	116	35.8	33.1	29.0	22.8	34.2
Median	Військові	107	33.0	32.0	26.0	21.0	34.0
	Цивільні	116	36.0	33.0	30.0	23.0	34.0
Standard deviation	Військові	9.09	4.00	3.37	3.43	2.74	3.51
	Цивільні	10.0	3.73	4.18	3.71	2.62	3.16
Minimum	Військові	80	24	24	20	16	24
	Цивільні	80	24	24	20	16	24
Maximum	Військові	131	40	37	33	28	42
	Цивільні	131	40	40	33	28	42

Таблиця 5

Описові характеристики шкали оцінки впливу травматичної події

Descriptives

	Ви військовий?	Шкала ПТСР	Вторгнення	Уникнення	Збудженість
N	Військові	30	30	30	30
	Цивільні	30	30	30	30
Missing	Військові	0	0	0	0
	Цивільні	0	0	0	0
Mean	Військові	48.6	15.0	18.3	15.3
	Цивільні	31.1	8.90	14.2	8.00
Median	Військові	52.0	15.0	18.5	14.0
	Цивільні	25.0	5.50	13.5	7.00
Standard deviation	Військові	22.9	7.22	8.95	7.85
	Цивільні	19.0	7.62	8.25	6.41
Minimum	Військові	8	3	2	1
	Цивільні	8	2	2	1
Maximum	Військові	86	27	36	29
	Цивільні	77	25	34	23

За загальним показником шкали оцінки впливу травматичної події нами було отримано такі результати: для мобілізованих до служби $M=48.6$, $SD=29.2$, для цивільних $M=31.1$, $SD=19$. За субшкалою Вторгнення для мобілізованих до служби $M=15$, $SD=7.22$; для цивільних $M=8.9$, $SD=7.62$. За субшкалою Уникнення у мобілізованих до служби $M=18.3$, $SD= 8.95$; у цивільних $M=14.2$, $SD=8.25$. За субшкалою Збудженість у мобілізованих до служби $M=15.3$, $SD=7.85$; у цивільних $M=8$, $SD=6.41$. Як можна побачити, рівень впливу травматичних подій значно вищий серед мобілізованих до служби ніж цивільних.

На наступному етапі нами було розглянуто кореляційні зв'язки (табл. 6).

Сильні кореляційні зв'язки виявлено: між загальним показником по шкалі ПТСР, та такими критеріями, як «Залученість» ($r=0.657, p<0.001$), «Контроль» ($r=0.845, p<0.001$), «Прийняття ризику» ($r=0.827, p<0.001$); між критерієм «Вторгнення» та критеріями «Залученість» ($r=-0.566, p<0.001$), «Контроль» ($r=-0.802, p<0.001$), «Прийняття ризику» ($r=-0.748, p<0.001$); між критерієм «Збудженість» та критеріями «Залученість» ($r=-0.768, p<0.001$), «Контроль» ($r=-0.846, p<0.001$), «Прийняття ризику» ($r=-0.871, p<0.001$).

Таблиця 6

Кореляційні зв'язки між шкалою переживання травматичної події та показниками життєстійкості

Partial Correlation

	Шкала ПТСР	Вторгнення	Збудженість	Залученість	Контроль	Прийняття ризику
Шкала ПТСР	Pearson's r p-value	— —				
Вторгнення	Pearson's r p-value	0.903 *** <.001	— —			
Збудженість	Pearson's r p-value	0.929 *** <.001	0.833 *** <.001	— —		
Залученість	Pearson's r p-value	-0.657 *** <.001	-0.566 *** <.001	-0.768 *** <.001	— —	
Контроль	Pearson's r p-value	-0.845 *** <.001	-0.802 *** <.001	-0.846 *** <.001	0.835 *** <.001	— —
Прийняття ризику	Pearson's r p-value	-0.827 *** <.001	-0.748 *** <.001	-0.871 *** <.001	0.810 *** <.001	0.863 *** <.001

Таблиця 7

Кореляційні зв'язки між показниками тесту САН та показниками життєстійкості

	Самовідчуття	Активність	Настрій
Самовідчуття	Pearson's r p-value	— —	
Активність	Pearson's r p-value	0.680 *** <.001	— —
Настрій	Pearson's r p-value	0.758 *** <.001	0.715 *** <.001
Показник СЖО	Pearson's r p-value	0.701 *** <.001	0.498 *** <.001
1 – Цілі	Pearson's r p-value	0.438 *** <.001	0.469 *** <.001
2 – Процес	Pearson's r p-value	0.615 *** <.001	0.295 * 0.024
4 – ЛК-Я	Pearson's r p-value	0.529 *** <.001	0.398 ** 0.002
5 – ЛК-життя	Pearson's r p-value	0.490 *** <.001	0.258 0.050

Були виявлені сильні кореляційні зв'язки між показниками смисложиттєвих орієнтацій та шкалами методики САН (див. табл. 7), зокрема: між критерієм самопочуття та критеріями «Загальний показник СЖО» ($r=0.701$, $p<0.001$), «Цілі» ($r=0.438$, $p<0.001$), «Процес» ($r=0.615$, $p<0.001$), «Локус контролю – Я» ($r=0.529$, $p<0.001$), «Локус контролю – Життя» ($r=0.49$, $p<0.001$); між критерієм «Активність» і критеріями «Загальний показник СЖО» ($r=0.498$, $p<0.001$), «Цілі» ($r=0.438$, $p<0.001$); між критерієм «Настрій» і критеріями «Загальний показник СЖО» ($r=0.586$, $p<0.001$), «Процес» ($r=0.455$, $p<0.001$), «Локус контролю – Я» ($r=0.583$, $p<0.001$).

Були знайдені сильні кореляційні зв'язки між різними критеріями тестів життєстійкості та показниками смисло-життєвих орієнтацій

(див. табл. 8), зокрема: між критерієм «Залученість» та критеріями «Локус контролю – Я» ($r=0.557$, $p<0.001$), «Локус контролю – Життя» ($r=0.44$, $p<0.001$); між критерієм «Контроль» і критеріями «Локус контролю – Я» ($r=0.51$, $p<0.001$), «Локус контролю – Життя» ($r=0.427$, $p<0.001$); між критерієм «Прийняття ризику» і критерієм «Локус контролю – Життя» ($r=0.428$, $p<0.001$).

Висновки. За даними емпіричного дослідження ми побачили, що у мобілізованих до служби ризик виникнення ПТСР значно вищий, ніж у цивільного населення, а особливу групу ризику складають ті мобілізовані до служби, що брали участь у активних бойових діях. Також, в порівнянні з цивільним населенням, у мобілізованих до служби значно нижчі показники за такими критеріями, як: Екстраверсія, Емоційна

Кореляційні зв'язки між показниками життєстійкості та смисло-життєвими орієнтаціями

Partial Correlation

		Залученість	Контроль	Прийняття ризику	4 – ЛК-Я	5 – ЛК-життя
Залученість	Pearson's r	—				
	p-value	—				
Контроль	Pearson's r	0.835 ***	—			
	p-value	< .001	—			
Прийняття ризику	Pearson's r	0.810 ***	0.863 ***	—		
	p-value	< .001	< .001	—		
4 – ЛК-Я	Pearson's r	0.557 ***	0.510 ***	0.368 **	—	
	p-value	< .001	< .001	0.005	—	
5 – ЛК-життя	Pearson's r	0.440 ***	0.427 ***	0.428 ***	0.666 ***	—
	p-value	< .001	< .001	< .001	< .001	—

стабільність, Самопочуття, Активність, знижений настрій.

Через низький показник за критерієм «Залученість» ми можемо припустити, що великий відсоток з мобілізованих до служби відчують себе відкинутими оточенням, їм складно знайти щось справді значуще і цікаве у житті і цим може бути описана невпевненість в собі і в ставленні до світу. Ми можемо припустити, що низькі показники за критерієм «Контроль» серед мобілізованих до служби можуть казати про відчуття власної безпорадності і втрати контролю над подіями, що відбуваються. Ми можемо припустити також, що низькі показники по субшкалі «Цілі» можуть сказати про те, що у мобілізованих до служби починають зникати цілі в майбутньому, які роблять життя осмисленим. По субшкалі «Процес» низькі бали серед мобілізованих до служби можуть казати про незадоволеність теперішнім життям, а по субшкалі «Результат» – про незадоволеність прожитою частиною життя.

Важливо пам'ятати, що процес адаптації є індивідуальним. Підтримка від спеціалістів, сім'ї, друзів та ветеранських спільнот може бути важливою у цьому процесі. Ветерани, які повертаються після бойових дій, мають великий потенціал для успіху та внесення цінного внеску у суспільство. Забезпечення їм належної підтримки і ресурсів у процесі психологічної адаптації є необхідним кроком для побудови більш сильного суспільства.

Подальших досліджень потребує питання впливу ролі самоактуалізації на процес адаптації військовослужбовців.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ball G. A. The concept of adaptation and its meaning for personal psychology. *Questions of psychology*. 1989. No. 1. P. 92–100.

2. Solomon Z, Kleinhaus M. War induced psychic trauma – an 18 year follow-up of Israeli veterans. *Am J Orthopsychiatry*. 1996. 66:152–60. doi: 10.1037/h0080165.

3. Isserlin L, Zerach G, Solomon Z. Acute stress responses: a review and synthesis of ASD, ASR, and CSR. *Am J Orthopsychiatry*. 2008. 78:423–9. doi: 10.1037/a0014304.

4. Turner MA, Kiernan MD, Mckechnie AG, Finch PJ, Mcmanus FB, Neal LA. Acute military psychiatric casualties from the war in Iraq. *Br J Psychiatry*. 2005. 186:476–9. doi: 10.1192/bjp.186.6.476.

5. Rundell JR. Demographics of and diagnoses in Operation Enduring Freedom and Operation Iraqi Freedom personnel who were psychiatrically evacuated from the theater of operations. *Gen Hosp Psychiatry*. 2006 28:352–6. doi: 10.1016/j.genhosppsych.2006.04.006.

6. Andersen SB, Karstoft KI, Bertelsen M, Madsen T. Latent trajectories of trauma symptoms and resilience: the 3-year longitudinal prospective USPER study of Danish veterans deployed in Afghanistan. *J Clin Psychiatry*. 2014. 75:1001–8. doi: 10.4088/JCP.13m08914.

7. Reijnen A, Rademaker AR, Vermetten E, Geuze E. Prevalence of mental health symptoms in Dutch military personnel returning from deployment to Afghanistan: a 2-year longitudinal analysis. *Eur Psychiatry*. 2015. 30:341–6. doi: 10.1016/j.eurpsy.2015.05.003.

8. Karstoft KI, Armour C, Elklit A, Solomon Z. The role of locus of control and coping style in predicting longitudinal PTSD-trajectories after combat exposure. *J Anxiety Disord*. 2015. 32:89–94. doi: 10.1016/j.janxdis.2015.03.007.

9. Horesh D, Solomon Z, Keinan G, Ein-Dor T. The clinical picture of late-onset PTSD: a 20-year longitudinal study of Israeli war veterans. *Psychiatry Res*. 2013. 208:265–73. doi: 10.1016/j.psychres.2013.12.004.

10. Smid GE, Lensvelt-Mulders GJ, Knipscheer JW, Gersons BP, Kleber RJ. Late-onset PTSD in unaccompanied refugee minors: exploring the predictive utility of depression and anxiety symptoms. *J Clin Child Adolesc Psychol*. 2011. 40:742–55. doi: 10.1080/15374416.2011.597083.

КОПІНГ-СТРАТЕГІЇ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЧИННИКИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ В ЛЮДЕЙ ДОРОСЛОГО ВІКУ ПІД ЧАС ВІЙНИ

COPING PERSONALITY STRATEGIES AS FACTORS OF STRESS RESISTANCE IN ADULT PEOPLE DURING THE WAR

У статті розкрито актуальність дослідження та визначено його мету. Висвітлено досвід вітчизняних та зарубіжних учених, який дозволив стверджувати, що це питання є не досить вивченим. Наголошується, що у сучасних надскладних умовах першочергову важливість має вивчення взаємозв'язку стресостійкості із домінуючими копінг-стратегіями особистості, адже саме феномен стресостійкості відіграє визначальну роль у забезпеченні психологічного здоров'я особистості, пом'якшуючи психологічний вплив стресу на організм. Відповідно, теоретично обґрунтовано проблему стресу, стресостійкості та копінг-поведінки. Розкрито поняття «стрес», «стресостійкість», «копінг-стратегії». Виявлено фактори, які викликають розвиток стресу, стадії розвитку стресу. Встановлено негативні наслідки стресу, які полягають у змінах пізнавальних процесів, емоційних зрушеннях, порушеннях моторно-рухової та мовної активності. Охарактеризовано чинники та параметри стресостійкості. Висвітлено зарубіжні підходи щодо мети копіngu, охарактеризовано види та класифікації копіngu. Підсумовуючи теоретичний огляд зазначеної проблематики, наголошено про недостатню дослідженість взаємозв'язку феноменів стресостійкості та копінг-поведінки в умовах воєнного часу. Відповідно, визначено комплекс методів дослідження. Встановлено, що між шкалами життєстійкості особистості та шкалами копінг-стратегій наявний прямий статистично значущий зв'язок, зокрема між проблемно-орієнтованим копіngом та шкалами «життєстійкість», «залучення» і «контроль», а також між копінг-стратегією «відволікання» та шкалою «ухвалення ризику». Тобто між феноменами стресостійкості і копінг-стратегіями особистості є пряма взаємозалежність. Як перспектива подальших досліджень окреслено розробка корекційної програми, спрямованої на розвиток стресостійкості людей, що постраждали від війни, впровадження якої сприятиме розвитку резильєнтності, виробленню конструктивних копінг-стратегій, позитивного мислення.

Ключові слова: стрес, війна, стресостійкість, копінг-поведінка, дорослий вік.

The article reveals the relevance of the research and defines its purpose. The experience of domestic and foreign scientists was highlighted, which made it possible to state that this issue is insufficiently studied. It is emphasized that in today's extremely complex conditions, the study of the relationship between stress resistance and the dominant coping strategies of the individual is of primary importance, because the phenomenon of stress resistance plays a decisive role in ensuring the psychological health of the individual by mitigating the psychological impact of stress on the body. Accordingly, the problem of stress, stress resistance and coping behavior is theoretically substantiated. The concept of "stress", "stress resistance", "coping strategies" is revealed. The factors that cause the development of stress, the stages of the development of stress have been identified. The negative consequences of stress have been established, which consist in changes in cognitive processes, emotional shifts, and disturbances in motor and speech activity. The factors and parameters of stress resistance are characterized. Foreign approaches to the goal of coping are highlighted, types and classifications of coping are characterized. Summarizing the theoretical review of the mentioned issues, it is emphasized that the relationship between the phenomena of stress resistance and coping behavior in wartime conditions is insufficiently researched. Accordingly, a set of research methods is defined. It was established that there is a direct, statistically significant relationship between the scales of personal vitality and the scales of coping strategies, in particular, between problem-oriented coping and the scales "viability", "involvement" and "control", as well as between the coping strategy "distraction" and the scale "acceptance of risk". That is, there is a direct interdependence between the phenomena of stress resistance and individual coping strategies. As a perspective for further research, the development of a corrective program aimed at developing stress resistance of people affected by the war is outlined, the implementation of which will contribute to the development of resilience, the development of constructive coping strategies, and positive thinking.

Key words: stress, war, stress resistance, coping behavior, adulthood.

УДК 159.942.072.433
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.25>

Кривошей К.Ю.
психолог
Благодійна організація «Action Contre la Faime»

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

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

Постановка проблеми. На сьогодні складно уявити більш важливе практично-психологічне питання для всього українського суспільства, ніж проблема боротьби зі стресом та психологічною травматизацією, адже з початком російської агресії не залишилось жодної української сім'ї, яку б оминув вплив війни на ментальне здоров'я та економічні і соціальні умови життя. Об'єктивні умови сучасної реальності змусили кожного відчути вплив неймовірної сили та інтенсивності стрес-

сорів, зокрема: втрата домівки та рідних людей, змушена еміграція, страх за життя, існування в окупації; погіршення соціально-економічних умов життя, участь у бойових діях тощо. Реалії війни свідчать, що вже зараз відчувається потреба у кваліфікованій психологічній допомозі, саме тому, на нашу думку, у сучасних надскладних умовах першочергову важливість та актуальність має вивчення взаємозв'язку стресостійкості із домінуючими копінг-стратегіями особистості у людей дорослого віку під

час війни. Адже саме феномен стресостійкості відіграє визначальну роль у забезпеченні психологічного здоров'я особистості, забезпечуючи ефективну адаптацію людини до вимог складної ситуації та пом'якшенні психологічного впливу стресу на організм.

Аналіз досліджень і публікацій. Розуміння генезу фізіологічного та психологічного стресу і способів адаптації до нього віднаходимо у працях видатних учених: Г. Сельє, Р. Лазаруса, Дж. Вайтца, М. Франкенхойзера, Т. Кокса, Дж. Макей, С. Фолкман [2]. Р. Лазарус спробував диференціювати фізіологічне та психологічне розуміння стресу. А Т. Кокс та Дж. Макей у ході своїх досліджень дійшли висновку, що стрес є моделлю взаємодії людини із середовищем, тобто стрес є реакцією на відсутність «відповідності» між можливостями особистості і вимогами з боку середовища. Щодо вивчення копінгу, то дослідники приділяли увагу вивченню суті копінгу (Р. Лазарус, С. Фолкман, Дж. Паркер, Н. Ендлер), спробували диференціювати його різновиди (Р. Лазарус, С. Фолкман, К. Парґамент), а також займалися виявленням взаємозв'язку копінгу з іншими феноменами (Н. Болґер, А. Цукерман, С. Рош, Б. Вайнер). Таким чином, аналіз наукових розвідок довів доцільність, актуальність та недостатню вивченість зазначеної проблематики.

Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці особливостей взаємозв'язку стресостійкості із домінуючими копінг-стратегіями особистості у людей дорослого віку в умовах війни.

Виклад основного матеріалу. Стан стресу посідає важливе місце у функціонуванні та пристосуванні організму людини до зовнішніх факторів, адже він є неспецифічною реакцією організму на обставини навколишнього середовища, що мобілізує ресурси для здолання або уникнення загроз [1]. Р. Лазарус підкреслював, що стрес є почуттям внутрішнього дискомфорту, що виникає задля ефективного реагування на загрозливі виклики зовнішнього середовища. С. Фолкман же вважав, що особа суб'єктивно оцінює величину потенційного стресора, порівнюючи запити середовища та свою оцінку власних долаючих ресурсів, якими вони мають бути, для його подолання [5].

Щодо рівнів прояву стресу, то він проявляється на поведінковому, когнітивному, емоційному та фізіологічному рівнях. До *поведінкового рівня* належить порушення психомоторики, режиму дня, соціально-рольових функцій, проблеми в професійній діяльності тощо. На *емоційному рівні* відбуваються зміни емоційного фону, що набувають негативного та песимістичного відтінку. Затяжний стрес може викликати депресивний розлад. На *ког-*

нітивному рівні стрес впливає на всі сторони розумової діяльності, зокрема увагу, пам'ять, мислення. *Фізіологічно* ж стрес має вплив на всі системи органів організму (серцево-судинна система, порушення роботи дихальної і травної систем, підвищене потіння тощо). На думку Дж. Шефера, є низка ознак, які сигналізують про стресове напруження: порушення концентрації уваги, погіршення пам'яті, відчуття втоми, порушення мовлення, роздратованість, потяг до алкоголю, порушене харчування [4].

Виділяють *емоційний стрес*, що властивий не тільки людям, а й тваринам, та *психологічний стрес*, що властивий лише людям. І психологічний, і емоційний стреси включають схожі нейрогуморальні механізми адаптивних реакцій та проходять через три стадії (тривоги, адаптації та виснаження) [8]. Стадія *тривоги* характеризується мобілізацією власних ресурсів та проявляється підвищенням артеріального тиску, прискоренням серцевих скорочень та дихання. Стадія *опору* характеризується намаганням справлятися з небезпекою. Активізується психічна та м'язова діяльність, мобілізується воля, організм людини повертається до стану норми. Якщо ж загроза не припиняє свою дію, то відбувається виснаження кори наднирників, у результаті чого настає стадія *виснаження* (організм практично не має ресурсів до боротьби, тому з'являються реакції тривожності) [8].

За силою дії стресори поділяються на: *слабкий ступінь* (психоемоційний стан людини майже не змінюється), *середній ступінь* (відбувається мобілізація психічної діяльності, відбувається зміна емоційного стану), *сильний ступінь* (погіршується концентрація уваги, пам'яті та мислення, посилюється роль автоматизмів задля економії психічної енергії) [6; 8].

Щодо стресостійкості, то її пояснюють як здатність організму до збереження працездатності під час дії стресора на нормальному рівні. Важливим її чинником є особливості сприйняття та оцінювання інформації людиною. Суб'єктивне сприйняття ситуації оцінюється за такими параметрами, як: валентність, контрольованість, мінливість, невизначеність, повторюваність, освіченість [6].

Досліджуючи феномен стресостійкості, складно оминати питання долаючої поведінки (або копінгу). Сучасні дослідники вживають таке поняття для позначення поведінки людини не тільки у ситуаціях, що викликають стрес, а і в умовах буденного життя. Копінг-поведінка – це усвідомлені дії особистості, що спрямовані на подолання стресової ситуації за допомогою застосування когнітивних, емоційних та поведінкових стратегій. Саме долаюча поведінка допомагає підтримувати психосоціально адаптацію протягом періодів стресу [3].

На думку Р. Лазаруса та С. Фолкмана, метою копіngu є забезпечення і підтримка благополуччя людини, фізичного й психічного здоров'я, задоволеності соціальними відносинами [5]. С. Карвер вбачає функцію копіngu в адаптації особистості до вимог ситуації через її опанування. Р. Лазарус виділяв два види реагування: проблемно-орієнтований копінг (problem-focused) та емоційно-орієнтований (emotion-focused). Проблемно-орієнтований копінг передбачає раціональний аналіз проблеми та проявляється у самостійному аналізі проблемної ситуації, зверненні за допомогою, пошуку інформації. Емоційно-орієнтований копінг є наслідком емоційного реагування на ситуацію та виявляється у вигляді зусиль, за допомогою яких особистість намагається знизити емоційну напругу [3; 5].

І. Фрайденберг та Р. Льюїс [10] запропонували класифікацію копіngu. У своїй моделі вони згрупували 18 стратегій у три категорії: продуктивний копінг, звернення до інших, непродуктивний копінг. *Перший стиль* (продуктивне подолання) спрямований на вирішення проблемної ситуації. *Другий стиль* (проміжна ланка) орієнтований на отримання підтримки від суспільства і включає у себе спілкування з друзями, набуття нових соціальних контактів, звернення по професійну допомогу. *Третій стиль* є непродуктивним, представлений стратегіями неспокою, надією на диво, розпачем, ігноруванням проблеми.

Також за продуктивністю копінг класифікували Т. Вілле та Є. Хейм, які виділили такі види копінг-стратегій: продуктивні (допомагають індивіду швидко та успішно справлятися зі стресом), відносно продуктивні (допомагають справлятися зі стресом лише у деяких ситуаціях). Непродуктивні (не в змозі усунути стресовий стан) [7].

Отже, виходячи з вищезазначеного, можемо стверджувати, що стилі реагування на стресові події та стратегії їх подолання відіграють важливу роль у боротьбі людини зі стресом та в опорі особистості до травмуючих факторів. Важливості дослідженню додає той факт, що, незважаючи на велику кількість наукових праць, виявлена недостатня дослідженість взаємозв'язку феноменів стресостійкості та копінг-поведінки у людей дорослого віку в умовах війни, що є нагальним питанням сьогодення.

Для проведення дослідження був підібраний відповідний психодіагностичний інструментарій, зокрема: методика діагностики життєстійкості С. Мадді та Опитувальник копінг-поведінки у стресових ситуаціях в адаптованому варіанті Т. Крюкової (Coping Inventory for Stressful Situations, CISS). Математико-статистичний аналіз результатів дослідження здійснювався за коефіцієнтом кореляції Пірсона.

У дослідженні брали участь 42 здобувачі вищої освіти різних курсів та спеціальностей КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради віком від 22 до 50 років. Дослідження проводилось у дистанційному форматі. Перш ніж продемонструвати показники кореляційних зв'язків, вважаємо за необхідне проаналізувати отримані бали за допомогою розподілу результатів за рівнями та обчисленням відсоткового значення.

Провівши діагностику стресостійкості людей дорослого віку в умовах війни за допомогою методики діагностики життєстійкості С. Мадді, нами отримано такі результати (див. табл. 1).

Абсолютна більшість опитаних має середні показники за всіма шкалами: 66,6% респондентів має середній рівень життєстійкості, 19% – високий і лише 14,3% показали низький рівень. Слід відзначити, що 31% респондентів мають низький рівень шкали «залучення», 31% – шкали «контроль» і 4,7% – шкали «ухвалення ризику». Середні показники отримали 47,5% опитуваних за шкалою «залучення», 52% – за шкалою «контроль» і 62% – за шкалою «ухвалення ризику». Високі показники у 21,5% респондентів за шкалою «залучення», 17% – за шкалою «контроль» і 33,3% – за шкалою «ухвалення ризику».

Результати діагностики копінг-стратегій у стресових ситуаціях в адаптованому варіанті Т. Крюкової відображено у таблиці 2.

Аналізуючи результати дослідження копінг-стратегій людей дорослого віку за рівнями, можна підсумувати, що 31% мають низький, 48% – середній та 21% – високий рівні стратегії проблемно-орієнтованого копіngu. Щодо емоційно-орієнтованого копіngu, то слід відзначити, що 81% опитаних мають низький рівень цієї стратегії долаючої поведінки, 14% – середній і лише 5% – високий рівні. За стратегією уникнення 26% респондентів мають низький рівень, 67% – середній і 7% – високий рівні цієї стратегії. Низький рівень за стратегією відволікання трапляється у 33% респондентів та у 67% – середній. Слід зазначити, що жодний з опитаних не продемонстрував високий рівень за цією стратегією. Стратегія соціальне відволікання представлена такими результатами: 7% респондентів мають низький її рівень, 91% – середній і лише 2% респондентів мають високий рівень. Провівши розподіл домінуючих копінг-стратегій у людей дорослого віку, ми дійшли висновку, що майже в половині респондентів (45%) домінуюча стратегія долаючої поведінки – проблемно-орієнтовна. На другому місці серед домінуючих копінг-стратегій йде стратегія уникнення, яка виявлена у 21% опитаних. У 17% опитаних домінуючою є емоційно-орієнтована стратегія, у 12% – стратегія соціального відволікання і лише в 5% домінує стратегія відволікання.

Проводячи аналіз взаємозв'язку між шкалами стресостійкості та домінуючими копінг-стратегіями особистості у людей дорослого віку, нами отримано такі результати (див. табл. 3).

Визначаючи кореляційні зв'язки, ми звертали увагу на значимість відмінностей на рівнях $p < 0,001$, який свідчить про дуже сильні кореляційні зв'язки (цей рівень ми позначили ***); $p < 0,01$, який позначає сильні кореля-

Таблиця 1

Результати діагностики життєстійкості у людей дорослого віку за методикою С. Мадді

Рівні	Життєстійкість	Залучення	Контроль	Ухвалення ризику
Низький	14,3%	31%	31%	4,7%
Середній	66,6%	47,5 %	52%	62%
Високий	19%	21,5%	17%	33,3 %

Таблиця 2

Результати діагностики копінг-стратегій особистості у людей дорослого віку за опитувальником Т. Крюкової

Рівень	Проблемно-орієнтований	Емоційно-орієнтований	Уникнення	Відволікання	Соціальне відволікання
Низький	31%	81%	26%	33%	7%
Середній	48%	14%	67%	67%	91%
Високий	21%	5%	7%	0	2%

Таблиця 3

Кореляційна матриця шкал життєстійкості та копінг-стратегій особистості

Життєстійкість	Копінг-стратегії				Соціальне відволікання
	Проблемно-орієнтований	Емоційно-орієнтований	Уникання	Відволікання	
Життєстійкість	0,7298***	-0,6818	0,4087**	0,4676**	-0,2533
Залучення	0,6070***	-0,6495	0,3208*	0,4012**	-0,2961
Контроль	0,8094***	-0,6089	0,4728**	0,4590**	-0,0052
Ухвалення ризику	0,3756*	-0,5022	0,3109*	0,5297***	-0,5297

Рівні значущості: * – $p < 0,05$ при $r \leq 0,31$; ** – $p < 0,01$ при $r \leq 0,40$; *** – $p < 0,001$ при $r \leq 0,50$.

ційні зв'язки (рівень позначений **) та $p < 0,05$, який виокремлює значимі кореляційні зв'язки (рівень позначений *).

Здійснюючи науковий аналіз кореляційної матриці шкал «життєстійкості» та копінг-стратегій особистості (таблиця 3), бачимо, що кореляційна матриця містить три значних, п'ять сильних та чотири дуже сильних кореляційні зв'язки. Значні кореляційні зв'язки помітні між шкалою життєстійкості «ухвалення ризику» та проблемно-орієнтованим копінгом ($r = 0,3756^*$; $p < 0,05$), а також між копінгом «уникання» та шкалами «життєстійкості», «залучення» та «ухвалення ризику» ($r = 0,3208^*$; $p < 0,05$) та ($r = 0,3109^*$; $p < 0,05$) відповідно.

Сильні кореляційні зв'язки наявні між копінг-стратегією «відволікання» та шкалами: «життєстійкість» ($r = 0,4676^{**}$; $p < 0,01$), «залучення» ($r = 0,4012^{**}$; $p < 0,01$) та «контроль» ($r = 0,4590^{**}$; $p < 0,01$), а також між копінг-стра-

тегією «уникання» та шкалами: «життєстійкість» ($r = 0,4087^{**}$; $p < 0,01$) та «контроль» ($r = 0,4728^{**}$; $p < 0,01$).

Дуже сильні кореляційні зв'язки спостерігаються між проблемно-орієнтованим копінгом та шкалами: «життєстійкість» ($r = 0,7298^{***}$; $p < 0,001$), «залучення» ($r = 0,6070^{***}$; $p < 0,001$) і «контроль» ($r = 0,8094^{***}$; $p < 0,001$), а також між копінг-стратегією «відволікання» та шкалою життєстійкості «ухвалення ризику» ($r = 0,5297^{***}$; $p < 0,001$).

Таким чином, отримані у процесі дослідження дані свідчать, що між психологічним феноменом стресостійкості і копінг-стратегіями особистості у людей дорослого віку є пряма взаємозалежність, яка доведена на статистично значущому рівні, що підтверджує мету дослідження.

Висновки і перспективи подальших досліджень у цьому напрямі. Отримані у процесі дослідження теоретичні та експери-

ментальні результати дають змогу сформулювати такі висновки:

1. Встановлено, що негативні наслідки стресу полягають у змінах перебігу пізнавальних процесів (пам'ять, увага, мислення), емоційних зрушеннях, у порушеннях моторно-рухової та мовної активності. Прояви стресу можуть виражатись на поведінковому, когнітивному, емоційному та фізіологічному рівнях.

2. Виявлено, що на формування стресостійкості впливають такі зовнішні фактори, як: міжособистісна взаємодія, стимулювання та психофізіологічні, соціально-психологічні, психолого-педагогічні особливості особистості. Детермінантами стресостійкості є структурні компоненти особистості: спрямованість, досвід, психічні процеси, нейродинаміка, темперамент, характер, здібності.

3. Доведено, що між шкалами життєстійкості особистості та шкалами копінг-стратегій наявний прямий статистично значущий зв'язок, зокрема між проблемно-орієнтованим копінгом та шкалами «життєстійкість», «залучення» і «контроль», а також між копінг-стратегією «відволікання» та шкалою «ухвалення ризику».

Таким чином, отримані в ході дослідження результати свідчать, що між психологічними феноменами стресостійкості і копінг-стратегіями особистості у людей дорослого віку є пряма взаємозалежність. Виходячи з цього, можемо стверджувати, що впровадження корекційних програм, спрямованих на усунення впливу стресу та травматичних подій під час війни, є тим стрижнем, який забезпечить психологічне благополуччя, фізичне та психічне здоров'я особистості, а тому й позитивне мислення.

Перспективу подальших досліджень вбачаємо в розробці корекційної програми, спря-

мованої на розвиток стресостійкості людей, що постраждали від війни, впровадження якої сприятиме як розвитку резильєнтності, так і виробленню конструктивних копінг-стратегій відповідно до ситуацій.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Буслинський В.А. Основи філософських знань : підручник. 3-е вид., стереотип. Київ : Львів. «Новий світ», 2006. 352 с.
2. Варій М.Й. Загальна психологія : підручник. 2-ге вид., випр. і доп. Київ : Центр учбової літ., 2007. 968 с.
3. Дубчак Г.М. Аналіз стратегій копінг-поведінки майбутніх фахівців соціономічних професій. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2016. Вип. 1. Т. 2. С. 28–39.
4. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.
5. Кіась А.В. Екологічність побудови копінг-поведінки педагога як умова його професіоналізації. *Актуальні проблеми психології*. 2009. № 20. С. 187–191.
6. Корольчук В.М. Психологія стресостійкості особистості : дис. д-ра психологічних наук. Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2009. 511 арк.: рис., табл. Бібліографія: арк. С. 389–434.
7. Лерш Ф.М. Розуміння особи у психології. Гуманістичний підхід в західній психології ХХ ст. Київ : Пульсари, 2006. С. 93–121.
8. Наугольник Л.Б. Індивідуальні відмінності у реагуванні на стрес керівниками ОВС. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. 2014. Вип. 1. С. 102–110.
9. Ткачук Т.А. «Копінг-поведінка: стратегії та засоби реалізації». Ірпінь : УДФСУ, 2011. 286 с.
10. Frydenberg E. *Beyond Coping. Meeting goals, visions and challenges*. Oxford University Press, 2006. P. 272.

ФЕНОМЕН ЗАЗДРОСТІ ТА ЙОГО ОСОБЛИВОСТІ У СУЧАСНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

THE PHENOMENON OF ENVY AND ITS PECULIARITIES IN MODERN PSYCHOLOGICAL RESEARCH

У статті розглядаються теоретичні та прикладні аспекти дослідження феномену заздрості у сучасних філософських, соціологічних та психологічних концепціях, актуальність яких визначається умовами соціально-економічної нестабільності та нерівності, що призводить до проявів та наслідків суб'єктивного переживання заздрості людиною. Основою дослідження є філософське розуміння заздрості як негативного почуття, соціальний аспект заздрості як фактор порушення соціальних зв'язків, а також психологічне підґрунтя заздрості з огляду на її емоційне походження та індивідуальні відмінності у виникненні.

Сучасні підходи до вивчення феномену заздрості та особливостей свідчать, що специфічною особливістю заздрості є наявність та непостійність об'єктів заздрості: заздять завжди людям, які є власниками певних якостей, достоїнств або переваг. При цьому виникає цілий комплекс негативних емоцій, який викликається досягненнями іншої людини, що й постає об'єктом заздрості.

Одним із важливих аспектів сучасних досліджень феномену заздрості є висновок щодо наявності двох видів заздрості як переживання, які в дослідженнях різних учених позиціонуються як позитивна та негативна заздрість.

Дослідники визначають джерела виникнення почуття заздрості: особливості, рівень самооцінки та її нестійкість; неадекватне соціальне порівняння; особистісні відмінності у схильності до заздрості; наявність емоцій, які продукують заздрість тощо.

Сьогодні дослідження заздрості, які здійснюються на теоретичних засадах диспозиційної заздрості, набувають актуальності та досить активно використовуються як у вітчизняній, так і в зарубіжній психологічній практиці.

За результатами проведеного аналізу сучасних психологічних досліджень феномену заздрості окреслено актуальні теоретичні підходи та психодіагностичний інструментарій, які можуть допомогти в розробці та практичній реалізації досліджень цього феномену.

Ключові слова: заздрість, об'єкт заздрості, соціальні порівняння, схильність до заздрості, самооцінка.

The article examines the theoretical and applied aspects of the phenomenon of envy in modern philosophical, sociological, and psychological concepts, the relevance of which is determined by the conditions of socio-economic instability and inequality, which leads to the manifestations and consequences of the subjective person's experiencing of envy. The basis of the study is the philosophical understanding of envy as a negative feeling, the social aspect of envy as a factor in the violation of social relationship, as well as the psychological basis of envy in view of its emotional origin and individual differences in its genesis.

Modern approaches to the study of the phenomenon of envy and its characteristics indicate that a specific feature of envy is the presence and impermanence of the objects of envy: people who are the owners of certain qualities, merits or advantages are always envied. At the same time, a whole complex of negative emotions arises, caused by the achievements of another person who becomes the object of envy. One of the important aspects of modern studies of the phenomenon of envy is the conclusion regarding two types of envy as an experience, which in the studies of various scientists are positioned as positive and negative envy.

Researchers determine the sources of the feeling of envy: peculiarities, level of self-esteem and its instability; inadequate social comparison; personal differences in the propensity to envy; the presence of emotions that produce envy, etc.

Nowadays, the studies of envy which have been carried out on the theoretical basis of dispositional envy, are gaining relevance and are quite actively used both in domestic and foreign psychological practice.

According to the results of the analysis of modern psychological studies of the phenomenon of envy, relevant theoretical approaches and psychodiagnostic tools are outlined, which can help with the development and practical implementation of the studies of this phenomenon.

Key words: envy, object of envy, social comparisons, propensity to envy, self-esteem.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208>.

2023.51.26

Лефтеров В.О.

д.психол.н., професор,
перший проректор
Міжнародний гуманітарний університет

Онщенко Н.В.

д.психол.н., професор,
начальник кафедри психології
діяльності в особливих умовах
Національний університет цивільного
захисту України

Тімченко О.В.

д.психол.н., професор,
головний науковий співробітник
навчально-наукової
лабораторії екстремальної та кризової
психології
Національний університет цивільного
захисту України

Вступ. У сучасних умовах соціально-економічної нестабільності та нерівності прояви та наслідки суб'єктивного переживання заздрості людиною стають значущими, що визначає таку проблему як актуальну для психологічного вивчення.

Слід зазначити, що феномен заздрості доволі глибоко та багатогранно досліджувався філософами різних часів починаючи з Давньої Греції, а саме Арістотелем, Р. Декартом, Ф. Беконом, І. Кантом, Ф. де Ларошфуко, Б. Спінозою та іншими, які відзначали неоднозначність цього явища, а саме наявність

як негативної (агресивної), так і позитивної (неагресивної) сторін, акцентували увагу на її деструктивних функціях, на представленості в різних сферах спілкування у вигляді «нестерпного» захоплення досягненнями іншої людини, у прагненні володіти тим, що належить іншому, тощо [1, с. 177]. Отже, з огляду на філософське трактування заздрість – це здебільшого негативне почуття, наслідками якого може бути руйнація особистості та її соціальних зав'язків.

Соціально-психологічний аналіз феномену заздрості, який протягом ХХ століття базувався на різних концептуальних засадах,

також розрізняє нормальну (позитивну) заздрість, коли акцентується увага на прагненні людини досягнути чогось, і аномальну (негативну) заздрість, коли особистість шкодує про те, чого немає та підкреслює наявність цього в іншого.

На додачу до цього вчені розвивали теоретичні положення, що поєднання завищеного рівня домагань, владолюбства, користолюбства з почуттям неповноцінності, приниженості, нікчемності, «посередності» призводить до формування такої системи стосунків з іншими, що включає переживання низки емоцій та почуттів (ненависті, ворожості, агресивності), серед яких є і заздрість. При цьому теоретичне осмислення феномена заздрості у психологічній науці вказувало на те, що це почуття є доволі складним за своєю структурою, неоднозначним за механізмом виникнення та більшою мірою негативним [1, с. 178].

Слід підкреслити, що в основі соціального буття людини лежить прагнення здобути високий соціальний статус, який забезпечує належну самооцінку, знижує депресивні прояви, покращує суб'єктивне самопочуття та психічне здоров'я людини. Зрозуміло, що відповідний соціальний статус є відображенням та наслідком соціального порівняння, коли людина аналізує свої досягнення, порівнює їх зі здобутками інших людей, робить висновок про своє статусне положення у соціальному середовищі. Якщо людина відчуває невідповідність власних якостей, здобутків у матеріальній та нематеріальній сферах своєму баченню високого соціального статусу порівняно з іншими людьми, у неї виникають відповідні сильні переживання. При цьому емоційні реакції можуть призводити як до негативних проявів (заздрість, ревності, образи тощо), так і до позитивних (прагнення до самовдосконалення, спрямованість на нові досягнення тощо).

Саме тому, на нашу думку, є актуальним звернутися до сучасних теоретичних та практичних підходів у вивченні феномену заздрості, які наявні у вітчизняній та зарубіжній психологічній науці, що і становить основну мету цієї статті.

Виклад основного матеріалу. Сучасні підходи до вивчення феномену заздрості, її психологічних особливостей та проявів свідчать, що специфічною особливістю заздрості є наявність та непостійність об'єктів заздрості, тобто інших індивідів: заздять завжди людям, які є власниками певних якостей, достоїнств або переваг. При цьому виникає цілий комплекс негативних емоцій (роздратування, неприязнь, ворожість тощо), який викликається досягненнями та успіхами іншої людини, яка і постає об'єктом заздрості.

Таким чином, ми можемо підкреслити, що заздрість як реакція – це ситуативне і короточасне відчуття незадоволення через від-

сутність того, що є в іншого, яке виявляється у гострому бажанні того ж для себе. Ця реакція може бути викликана як незадоволеними внутрішніми потребами (наприклад, голодом), так і певними зовнішніми впливами-спонуканнями (соціальним порівнянням, нав'язливою рекламою, хвастощами інших тощо), коли те, що вважається цінним для інших, сприймається як власна необхідність.

Серед умов, в яких виникає цей комплекс негативних емоцій, можна виділити як об'єктивні, незалежні від людей, та суб'єктивні, що виникли внаслідок їхньої незадовільної діяльності або неадекватної оцінки себе та реальності, яка оточує людину.

Слід підкреслити, що неоднозначність та складність феномену заздрості проявляється в її функціях, які розглядаються у двох вимірах: як з позитивного боку, так і з негативного. З позитивного боку функція заздрості полягає у створенні умов для змагання та конкуренції у процесі досягнення цінностей. При цьому якщо людина досягла стану, коли вона може пишатися собою, почуття заздрості зникає. І навпаки, з негативного боку функція заздрості призводить до виникнення низки негативних переживань та станів.

Слід зазначити, що у найбільш загальному плані заздрість сприяє регулюванню асиметричного положення між індивідами і між групами людей.

Тому, на нашу думку, є актуальним розглянути саме сучасні підходи до теоретичного та практичного дослідження феномену заздрості, які здійснені останніми роками у психологічній науці.

Одним із важливих аспектів, який супроводжує всі сучасні дослідження феномену заздрості, є висновок щодо наявності двох видів заздрості як переживання (емоції), які у дослідженнях різних учених позиціонуються як позитивна («біла», «нормальна», «доброякісна» тощо) та негативна («чорна», «невротична», «зловмисна», «злісна» тощо) заздрість.

При цьому дослідники джерелами виникнення почуття заздрості визначають:

- особливості та рівень самооцінки, в тому числі її нестійкості;
- неадекватне, в тому числі й упереджене соціальне порівняння;
- індивідуальні особистісні відмінності у схильності до заздрості;
- наявність трьох груп емоцій, які продукують заздрість, а саме антагоністичні почуття, почуття болю та почуття неадекватності тощо.

Доречно буде розглянути їх більш ретельно. Дослідження С. Смаллетс, Л. Стріммер, Ч. Кондрак, М. Сепі (S. Smallets, L. Streamer, C. Kondrak, M. Seery) [5] показало зв'язок між рівнем самооцінки, соціальним порівнянням та виникненням феномену заздрості, а саме:

а) невідповідна висока (висока явна, низька прихована) самооцінка людини призводить до негативних переживань, бажання знищити об'єкт заздрості, що відповідає злісній заздрості, яка виникає після соціального порівняння вниз, а не вгору;

б) конгруентна висока самооцінка (висока явна, висока прихована) людини призводить до позитивних переживань, бажання підняти себе до рівня об'єкта заздрості, що відповідає доброякісній заздрості, яка виникає після соціального порівняння вгору, а не вниз.

Зазначене вище дослідження щодо соціального порівняння як джерела заздрості перекликається із висновками Н. Вена, М. Зеленберга, Р. Пітерса (N. Ven, M. Zeelenberg, R. Pieters) [7], що висхідне (вгору) соціальне порівняння викликає доброякісну заздрість і подальшу кращу продуктивність за умови, коли люди вважають самовдосконалення досяжним.

Слід згадати, що термін «соціальне порівняння» у науковий обіг ввів Л. Фестінгер, який стверджував, що схильність до соціальних порівнянь є природною потребою людини, яка пов'язана з пошуком критеріїв для точної оцінки себе. Згідно з його теорією, люди вважають за краще оцінювати себе, використовуючи об'єктивні та несоціальні стандарти, але якщо така об'єктивна інформація недоступна, тоді люди оцінюватимуть себе за допомогою порівняння з іншими, спираючись на соціальні стандарти.

Цей феномен є важливою рисою людських міжособистісних взаємодій. Соціальне порівняння не на свою користь викликає болісне падіння самооцінки, що сприймається людиною як біль. Це запускає механізми «знеболювання», а саме механізми уявної психологічної компенсації, коли чужа поразка сприймається як власна перемога.

Тобто заздрість зазвичай сприймається як складне і багатогранне переживання, яке впливає з висхідного (догори) соціального порівняння та призводить до різноманітних думок та почуттів, таких як відчуття незадоволення, неповноцінності, розчарування, гніву та у крайньому випадку зла об'єкту заздрості.

Крім того, дослідники акцентують увагу, що заздрість іноді порівнюють із ревнощами, але наявні чіткі відмінності: заздрість виникає, коли інша людина має щось, чого їй не вистачає, а ревнощі виникають, коли людина щось має, але боїться це втратити через іншу людину.

Дуже цікавим ми вважаємо висновки дослідження М. Савада (M. Sawada) [4], у якому йдеться про виявлення емоцій, пов'язаних із заздрістю, а саме те, що ним виявлено три причинні фактори: антагоністичні почуття, почуття болю та почуття неадекватності. Разом із тим автором дослідження вказується, що результати аналізу не мають універсального

характеру, вони залежать від вибірки та її соціальних характеристик, а запропонований підхід є одним із можливих у виявленні структури та джерел феномену заздрості.

Дослідження Д. Врabelь, В. Зейглер-Хілла, А. Саутарда (J. Vrabel, V. Zeigler-Hill, A. Southard) [8] щодо встановлення зв'язку між рівнем самооцінки рис характеру та нестабільністю стану самооцінки з доброякісною заздрістю (тобто бажанням покращити власне становище) та злісною заздрістю (тобто бажанням завдати шкоди об'єкту заздрості) підтвердило наявність важливого зв'язку із доброякісними та злісними формами заздрості, але цей зв'язок не є однозначним, а потребує подальших досліджень для різних соціальних груп та прошарків.

На нашу думку, перспективними залишаються результати досліджень Р. Сміта, В. Паррота, Е. Дінера, Р. Хоула, С. Кім (R. Smith, W. Parrott, E. Diener, R. Hoyle, S. Kim) [6] щодо диспозиційної заздрості, яка відображає індивідуальні відмінності у схильності до заздрості. Саме вони розробили та запропонували науковому товариству однофакторну шкалу диспозиційної заздрості DES (оригінальна назва: Dispositional Envy Scale) для вимірювання індивідуальних відмінностей у схильності до заздрості та дослідили деякі наслідки таких відмінностей.

Дослідники зазначають, що диспозиційна заздрість являє собою певну конструкцію, яка визначається двома характеристиками: по-перше, неповноцінністю, яка викликана негативною інтерпретацією висхідного (догори) соціального порівняння; по-друге, злопам'ятністю, яка виникає внаслідок суб'єктивного відчуття несправедливості.

Виходячи з цього, можна стверджувати, заздрісники більш чутливі до несприятливих соціальних порівнянь і, як правило, найчастіше вороже реагують на кращих за себе. Це підтверджує існування заздрості як риси особистості, яка визначається чутливістю до загроз статусу людини та схильністю реагувати негативними почуттями та вчинками.

Натепер наявні та використовуються у практиці психологічних досліджень декілька шкал вимірювання певних параметрів диспозиційної заздрості, окрім згаданої вище DES. Особливості згаданих шкал ретельно розглянуті у дослідженні Н. Пилат та І. Галецької [2], а саме: шкала заздрості Йорка YES (оригінальна назва: The York Enviousness Scale), підшкала заздрості у Шкалі пороків і чеснот, яка фіксує заздрість як рису особистості на основі традиційної християнської класифікації основних людських гріхів і недоліків VAVS, шкала предметно-специфічної заздрості DSES (оригінальна назва: Domain-Specific Envy Scale), що визначає заздрість як стійку тенденцію особи

відчувати інтенсивні неприємні почуття, коли вона стикається з негативним соціальним порівнянням.

Слід зазначити, що нині саме дослідження заздрості, які здійснюються на вищезгаданих теоретичних засадах диспозиційної заздрості, набувають актуальності та досить активно використовуються як у вітчизняній, так і у зарубіжній психологічній практиці, що підтверджується публікаціями М. Квятковської, Р. Рогози, Т. Волкодав (М. Kwiatkowska, R. Rogoza, T. Volkodav) [3], які ґрунтуються на сучасних вимірюваннях із застосуванням Шкали доброякісної та злісної заздрості як одновимірного підходу до оцінки диспозиційної заздрості. Цілі цього дослідження полягали в тому, щоб вивчити надійність, структуру та еквівалентність вимірювань Шкали доброякісної та злісної заздрості у різних незалежних групах зі Сполучених Штатів, Німеччини та Польщі.

Слід зазначити, що англomовний опитувальник, створений Д. Ланге і Д. Крусіусом для вимірювання диспозиційної заздрості «Шкала для вимірювання доброякісної та злякисної заздрості «BEMAS» (оригінальна назва: The Benign and Malicious Envy Scale), який застосовується для вимірювання відмінностей у схильності людей реагувати доброякісною чи злякисною заздрістю внаслідок висхідних порівнянь, про який ішлося вище, вже має практичне застосування завдяки дослідженню Н. Пилат та І. Галецької [2], метою якого була культурна адаптація та апробація опитувальника доброякісної та злякисної заздрості українською мовою. За результатами вказаного дослідження підтверджена двофакторна структура, ретестова надійність та внутрішня узгодженість шкали заздрості (BEMAS), що дозволяє констатувати стійкість отримуваних результатів у часі та дає можливість отримати сучасний фаховий інструмент для наукового дослідження феномену заздрості.

Висновки. Наведені вище теоретичні та прикладні аспекти сучасних досліджень феномену заздрості у соціально-психологічних та психологічних концепціях підтверджують філософське розуміння заздрості як негативного почуття, соціальний аспект заздрості як фактор порушення соціальних зв'язків, а також психологічне підґрунтя заздрості з огляду на її емоційне походження та індивідуальні відмінності у виникненні та переживанні.

При цьому заздрість як психологічне явище залишається актуальним під час вивчення її окремих проявів та взаємозв'язків з особистісними особливостями та характеристиками.

Одним із важливих аспектів сучасних досліджень феномена заздрості є висновок щодо наявності двох видів заздрості як переживання (емоції), які у дослідженнях різних учених пози-

ціонуються як позитивна («біла», «нормальна», «доброякісна» тощо) та негативна («чорна», «невротична», «зловмисна», «злісна» тощо) заздрість.

Дослідники визначають джерела виникнення почуття заздрості: особливості, рівень самооцінки та її нестійкість; неадекватне соціальне порівняння; особистісні відмінності у схильності до заздрості; наявність емоцій, які продукують заздрість, тощо.

Нині дослідження заздрості, які здійснюються на теоретичних засадах диспозиційної заздрості, набувають актуальності та досить активно використовуються як у вітчизняній, так і в зарубіжній психологічній практиці.

Дослідники зазначають, що диспозиційна заздрість являє собою певну конструкцію, яка визначається двома характеристиками: по-перше, неповноцінністю, яка викликана негативною інтерпретацією висхідного (догори) соціального порівняння; по-друге, злопам'ятністю, яка виникає внаслідок суб'єктивного відчуття несправедливості.

За результатами проведеного аналізу сучасних психологічних досліджень феномену заздрості окреслено актуальні теоретичні підходи та відповідний психодіагностичний інструментарій, які можуть допомогти в розробці та практичній реалізації досліджень зазначеного феномену.

Перспективами подальших наукових пошуків у цьому напрямі можуть бути дослідження феномену заздрості у різних сферах соціального буття із використанням сучасних психодіагностичних методів та технологій, у тому числі і зарубіжних, які нині потребують українськомовної адаптації.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Кучманіч І.М., Отреп'єва Г.Р. Феномен заздрості як об'єкт психологічного аналізу. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського. Психологічні науки.* 2013. № 10. С. 177–181.
2. Пилат Н.І., Галецька І.І. Українськомовна адаптація шкали доброякісної та злякисної заздрості (BEMAS): аналіз психометричних показників. *Український психологічний журнал.* 2022. № 1. С. 118–141.
3. Kwiatkowska M., Rogoza R., Volkodav T. Psychometric properties of the benign and malicious envy scale: Assessment of structure, reliability, and measurement invariance across the United States, Germany, Russia, and Poland. *Current Psychology.* 2022. Vol. 4. Pp. 2908–2918.
4. Masato Sawada. Envy and its Emotional Structure. *The Japanese Journal of Educational Psychology.* 2005. Vol. 53. № 2. Pp. 185–195.
5. Smallets S., Streamer L., Kondrak C., Seery M. Bringing you down versus bringing me up: Discrepant versus congruent high explicit self-esteem differentially predict malicious and benign envy. *Personality and Individual Differences.* 2016. Vol. 94. Pp. 173–179.

6. Smith R., Parrott W., Diener E., Hoyle R., Kim S. Dispositional Envy. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1999. Vol. 25. № 8. Pp. 1007–1020.
7. Van de Ven N., Zeelenberg M., Pieters R. Why Envy Outperforms Admiration. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2011. Vol. 37. № 6. Pp. 784–795.
8. Vrabel J., Zeigler-Hill V., Southard A. Self-esteem and envy: Is state self-esteem instability associated with the benign and malicious forms of envy? *Personality and Individual Differences*. 2018. Vol. 123. Pp. 100–104.

РОЗВИТОК РОЛЬОВОЇ ПОЗИЦІЇ СУЧАСНОЇ ЖІНКИ ШЛЯХОМ УПРОВАДЖЕННЯ РОЗВИВАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ

DEVELOPMENT OF THE ROLE POSITION OF A MODERN WOMAN THROUGH THE IMPLEMENTATION OF A DEVELOPMENT PROGRAM

Стаття присвячена дослідженню особливостей рольової позиції сучасної жінки та аналізу результатів реалізованої розвивальної програми. На сучасному етапі розвитку психологічної науки увагу українських та зарубіжних дослідників привертає проблема ролі жінки в суспільстві, виконуваних нею ролей та вивчення особливостей взаємозв'язків і взаємозалежностей у рольовому репертуарі сучасної жінки. Аналіз теоретико-емпіричних досліджень засвідчує, що рольова позиція сучасних жінок хоча і змінилась, але потребує подальшого розвитку для реалізації прагнень та бажань жінки.

Розроблена та реалізована розвивальна програма «Формування рольової позиції сучасної успішної жінки» має на меті формування та розвиток конструктивної рольової поведінки сучасних жінок в умовах сьогодення. Важливим завданням розвивальної програми є не лише розширення спектра ролей та розуміння кожної ролі жінкою, але і вміння керувати власними ролями та взаємовідносинами між ними, налагоджувати гармонійні зв'язки та формувати власну рольову позицію з чітким вмінням долати рольові конфлікти.

Впроваджена розвивальна програма має чотири етапи та розрахована на 11 занять. Кожен етап та окреме заняття мають конкретну мету, поступове досягнення якої дає змогу розвивати рольову позицію сучасної жінки. Кожне заняття програми включає в себе комплекс практичних вправ, мінілекції та дискусії-обговорення.

Для перевірки ефективності впливу розвивальної програми ми порівняли результати до та після її впровадження. Необхідно зазначити, що суттєвих змін зазнали кількість наявних життєвих ролей особистості, яка помітно збільшилась після реалізації програми, а також збільшився показник втілення життєвих ролей особистості, що є свідченням наявності контролю та керування власною рольовою позицією. Нижчі показники відмічаються за критерієм рольового перебільшення та рольового антагонізму. Такий результат дає змогу стверджувати, що впроваджена розвивальна програма позитивно вплинула на вміння жінок відмовлятися від небажаних для них ролей та долати рольові конфлікти.

Ключові слова: особистість, сучасна жінка, роль, рольова позиція, рольова поведінка, розвиток особистості, розвивальна програма.

The article is devoted to the study of the peculiarities of the role position of a modern woman and the analysis of the results of the implemented development program. At the current stage of the development of psychological science, the attention of Ukrainian and foreign researchers is drawn to the problem of a woman's role in society, the roles she performs, and the study of the peculiarities of relationships and interdependencies in the role repertoire of a modern woman. The analysis of theoretical and empirical studies proves that the role position of modern women has changed, but it needs further development to realize women's aspirations and desires.

The developed and implemented development program "Formation of the role position of a modern successful woman" is aimed at the formation and development of constructive role behavior of modern women in today's conditions. An important task of the development program is not only the expansion of the spectrum of roles and the understanding of each role by a woman, but also the ability to manage one's own roles and relationships between them, establish harmonious relationships and form one's own role position with a clear ability to overcome role conflicts.

The implemented development program has four stages and is designed for 11 classes. Each stage and individual activity has a specific goal, the gradual achievement of which enables the development of the role position of a modern woman. Each session of the program includes a set of practical exercises, mini-lectures and discussions.

To check the effectiveness of the impact of the development program, we compared the results before and after its implementation. It should be noted that the number of available life roles of an individual underwent significant changes, which increased significantly after the implementation of the program, as well as the indicator of the implementation of life roles of an individual increased, which is evidence of the presence of control and management of one's own role position. Lower indicators are noted according to the criterion of role exaggeration and role antagonism. Such a result makes it possible to assert that the implemented development program had a positive effect on women's ability to refuse unwanted roles and overcome role conflicts.

Key words: personality, modern woman, role, role position, role behavior, personality development, development program.

УДК 159.316. 316.
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.27>

Мірошник З.М.

д.психол.н.,
професор кафедри практичної
психології
Криворізький державний педагогічний
університет

Маєр Ю.В.

здобувач наукового ступеня доктора
філософії
Криворізький державний педагогічний
університет

На сучасному етапі розвитку суспільства помітно відчуваються динамічні зміни у ставленні оточуючих до жінок та їх ролі в суспільстві. Змінюються ролі жінки в суспільстві та її власна рольова позиція. Сьогодні жінка виступає не лише берегинею домашнього вогнища, дружиною та матір'ю. Сучасна жінка готова

поєднувати в собі ролі господарки та бізнесвумен, матері та захисниці своєї країни, дружини та волонтерки. Жінки готові не лише приймати на себе нові ролі, а й реалізовувати ці ролі у власному житті. Рольовий репертуар сучасної жінки помітно збагатився, що призводить до змін у відношеннях між ролями жінки, взає-

мовідносинах з іншими та особливостями реалізації власної рольової поведінки. Саме тому особливості рольової позиції сучасної жінки є актуальним питанням сьогодення.

Термін «роль» уперше виступив предметом дослідження та був введений у науковий обіг Дж. Мідом та Р. Лінтоном у 20–30-х роках ХХ століття. Роль розглядається як соціальна функція особистості, конкретний спосіб поведінки людини, що відповідає прийнятим нормам у суспільстві та залежить від статусу особистості в ньому [5]. Рольова сутність особистості виступає однією зі складових структури особистості.

Пізніше Т. Парсонс запропонував п'ять основних характеристик ролі: емоційність (емоційна стриманість або розкутість при втіленні ролі), спосіб отримання ролі (запропонована роль або завойована), масштаб (сформована або розмита), формалізація (супроводжується чіткими діями або довільна), мотивація (спрямована на власне благо або загальне). За переконаннями дослідника одна й та сама роль може набувати різних характеристик у різних людей, що відображається на рольовій поведінці та втіленні однієї й тієї ж ролі різними людьми по-різному [6].

Звернемо увагу на дослідження Р. Кеттела, який виділив дві основні відмінності ролі від інших форм діяльності особистості. По-перше, дослідник зауважує: людина приймає та відмовляється від ролі («одягає» та «знімає» її) залежно від тих умов, у яких наразі знаходиться. По-друге, що також є важливою відмінністю ролі, вона пов'язана з позицією всередині певної соціальної групи і не є обов'язковою складовою приналежності до неї [1].

Американські дослідники в галузі соціальної психології М. Дойч та Р. Краусс зауважують, що існує безліч підходів для пояснення феномена «роль», але необхідно звернути увагу саме на ті аспекти, які включаються в це поняття: роль як уявлення та очікування інших щодо поведінки людини, яка займає певний статус; роль як система очікувань стосовно себе, тобто власне уявлення про свою поведінку відносно статусу; роль як поведінка людини, пов'язана з реалізацією прав та обов'язків, запропонованих статусом [7].

Як зауважує Т. Шибутані, виконання особистістю великого спектра ролей може призвести до виникнення рольового конфлікту, який характеризується зіткненням рольових вимог [10]. При вирішенні рольового конфлікту особистість обирає одну з двох стратегій поведінки (екстернальну або інтернальну) [2].

Розглядаючи та аналізуючи наукові дослідження, у яких порушується проблема рольового розвитку особистості, ми виявили, що поняття «роль» та «рольова позиція» часто ототожнюються. Зазначимо, що роль – оди-

ниця діяльності, а позиція – певний стан, відображення відношень, поглядів, установок [8]. Позиція виявляється в діях та вчинках людини, тобто позиція знаходить своє відображення в реалізації рольової поведінки, відіграванні ролей. Виходячи з особливостей поняття «роль» та проаналізувавши особливості позиції, ми можемо говорити про те, що рольова позиція особистості – це комплексна характеристика особистості, яка є відображенням відношень (взаємозв'язків) у рольовому репертуарі особистості та знаходить свій прояв у реалізації програми рольової поведінки в різних сферах діяльності особистості.

Звертаючи увагу на нові вимоги, які ставить перед жінкою суспільство, та дослідивши особливості рольової позиції сучасної жінки, можемо говорити про необхідність розробки та впровадження розвивальної програми «*Формування рольової позиції сучасної успішної жінки*». Розроблена нами розвивальна програма має на меті розвиток рольової позиції сучасної жінки завдяки формуванню її конструктивної рольової поведінки. Розвивальна програма розділена на чотири етапи, і реалізація поставлених цілей кожного з них обумовлює досягнення мети розвивальної програми (див. рис. 1).



Рис. 1. Формування рольової позиції сучасної успішної жінки

Мета мотиваційного етапу розвивальної програми полягає в забезпеченні вмотивованої здатності до участі в розвивальній програмі, викликання зацікавленості та інтересу.

Метою інформаційного етапу виступає ознайомлення з особливостями понять «успіх», «кар'єра», «успішна жінка», «роль», «рольова позиція», «рольова позиція сучасної жінки», «рольова поведінка», а також сприяння психологічній поінформованості учасників програми шляхом самостійного пошуку інформації, опрацювання наукових джерел та аналізу фактів у питаннях кар'єрного та особистісного розвитку.

Основною метою рольового етапу є аналіз та систематизація професійних та особистісних якостей сучасної жінки, які безпосередньо впливають на рольову позицію жінки та обумовлюють її особистісний і професійний розвиток. Необхідно зазначити, що для реалізації мети даного етапу нами розроблений комплекс занять та вправ, виконуючи які жінки навчаються керувати власними ролями та рольовим спектром, приймати на себе бажані та відмовлятися від небажаних ролей, вирішувати рольові конфлікти та усвідомлювати значимість конкретної ролі для них, керувати рівнем рольової насиченості та реалізовувати власну програму рольової поведінки таким чином, щоб уникати дисгармонійних відношень між ролями.

Метою рефлексивного етапу виступає засвоєння нової рольової позиції сучасної жінки, пов'язаної зі змінами установок від усвідомлення результатів участі в розвивальній програмі та використання їх у різних сферах своєї діяльності, у тому числі професійному, кар'єрному та особистісному зростанні.

Цільовою аудиторією розвивальної програми визначені сучасні жінки, які прагнуть до саморозвитку, самовдосконалення, здобуття знань, вмінь і практичних навичок для особистісного та кар'єрного зростання. У реалізації розвивальної програми взяли участь 36 жінок (віком від 29 до 39 років). Групи учасниць розвивальної програми невеликі, тому жінки були розподілені на чотири групи. Серед учасниць, які брали участь у реалізації програми, були представниці сфери краси, приватні підприємці та працівниці сфери освіти. Оцінка ефективності впровадження розвивальної програми здійснюється шляхом порівняльного аналізу з результатами дослідження констатувального етапу експерименту за двома методиками, які, на наш погляд, дозволяють визначити особливості рольової позиції сучасної жінки: «Карта життєвих ролей» (П.П. Горностай) та «Рольове поле особистості» (З.М. Мірошник, Ю.В. Маєр), які відображають особливості рольової позиції сучасної жінки.

За методикою «Карта життєвих ролей» нами було виявлено, що сфери діяльності сучасної жінки не зазнали кардинальних змін, але існують певні відмінності в її «Карті життєвих ролей» до та після впровадження розвивальної програми. За результатами дослідження ми можемо говорити про те, що для сучасної жінки характерні такі сфери діяльності: родинні зв'язки; професійна діяльність; інтимні зв'язки; дружні зв'язки та творча діяльність і хобі. Проаналізувавши рольову насиченість (наявність ролей у конкретній сфері діяльності), ми виявили, що в таких сферах, як професійна діяльність, а також творча

діяльність та хобі, з'явилися нові ролі, виконання яких раніше не було вказано жінками. У карті життєвих ролей особистості з'явилися такі ролі, як борець (12 %), захисниця (22 %), а також волонтерка (43 %). В умовах військового стану сучасна жінка здатна прийняти на себе та активно виконувати нові ролі, раніше їй не притаманні, але виконання яких вимагає від неї суспільство. Отриманий результат засвідчує, що наразі жінка готова, прагне та вміє змінювати ролі відповідно до тих умов та подій, які склались. Сьогодні жінка гнучка та відкрита до виконання раніше не засвоєних, нових для неї ролей.

Звичайно, ролі матері, дружини та берегині домашнього вогнища не стали для жінки менш значимими, сфера ролей у родинних зв'язках виділена кожною з опитуваних та наповнена і раніше прийнятими ролями. Переконаємось у тому, що в умовах сучасного суспільства, де до жінки висуваються нові вимоги та з'являється більше можливостей до власного розвитку, вона все ж зберігає значимість для себе ролей у сімейних стосунках.

Ролі в професійній діяльності для жінки також залишають свою високу значимість. Враховуючи умови сьогодення, коли через військову агресію жінки зіткнулися із труднощами планування власного кар'єрного розвитку, професійної діяльності, можемо говорити про те, що жінка готова шукати нові шляхи до свого розвитку і збереження професійної активності.

Звернемо також увагу на ролі у творчій діяльності, хобі, які доповнюють такі ролі, як волонтерка, доброволець. Сучасні жінки виконують багато ролей у різних сферах життя, однак вони готові дати відповідь викликам суспільства та втілювати у своєму житті нові, раніше невідомі їм ролі, поєднуючи їх з іншими. Жінка багатогранна, багатофункціональна, вона може бути як ніжною матір'ю та дружиною, так і мужньою захисницею прав і свобод громадян держави, вона готова професійно реалізовувати себе в кар'єрі та докладати зусиль на допомогу іншим людям.

Аналіз отриманих результатів за методикою «Карта життєвих ролей» дав нам можливість визначити провідні сфери діяльності особистості жінки, наповнюваність них новими ролями та визначити важливість цих сфер діяльності та ролей у них для сучасної жінки. Для визначення особливостей відношень, які з'явилися між ролями, нами був використаний опитувальник «Рольове поле особистості» (З.М. Мірошник, Ю.В. Маєр).

Задля перевірки впливу реалізованої нами розвивальної програми на рольову позицію сучасної жінки нами використовувався t-критерій Стьюдента (див. табл. 1).

**Відмінності в рольовій позиції сучасних жінок за опитувальниками
«Карта життєвих ролей» та «Рольове поле особистості»**

	Середні показники	Стандартне відхилення	T	Значущість
Карта життєвих ролей (П.П. Горностай)	7,055 8,611	1,963	4,754	0,001
Рольова пасивність	2,055 1,888	0,845	1,183	0,244
<i>Рольове перебільшення</i>	<i>1,388</i> <i>0,972</i>	<i>0,837</i>	<i>2,785</i>	<i>0,005</i>
Рольова активність	4,191 4,191	0,115	0,057	0,954
Рівень втілення програми рольової поведінки	3,495 3,758	0,397	3,971	0,001
Нестача втілення ролей	0,696 0,986	0,379	4,589	0,0001
<i>Рольовий антагонізм</i>	<i>7,083</i> <i>6</i>	<i>1,962</i>	<i>3,312</i>	<i>0,002</i>

За допомогою t-критерію Стьюдента ми проаналізували наявність змін між показниками запропонованих методик до реалізації розвивальної програми та після. Наявні зміни відмічаються в кількості життєвих ролей особистості ($t=4,754$; $p<0,001$). Отриманий результат дає нам підстави говорити про те, що в жінок, які були учасницями розвивальної програми, рольовий багаж наповнився новими ролями. Можемо припустити, що в ході реалізації розвивальної програми жінки набули вміння керувати власними ролями, що дає можливість наповнювати спектр ролей особистості та приймати на себе й виконувати нові ролі.

Необхідно звернути увагу на рівень втілення програми рольової поведінки ($t=3,97$; $p<0,001$). Аналізуючи отриманий результат, можемо стверджувати, що розвивальна програма та виконання її завдань позитивно впливають на реалізацію, втілення ролей у програмі рольової поведінки сучасної жінки. Так, збагачуючи власний рольовий спектр, жінки не просто накопичують ролі, а й підвищують рівень їх реалізації в різних сферах своєї діяльності.

За результатами опитування сучасних жінок нами також було виявлено зміни за критерієм нестачі втілення ролей ($t=4,589$; $p<0,001$). Звертаючи увагу на середні показники за отриманими даними до та після впровадження програми розвивальної програми, а також значимість результату за t-критерієм Стьюдента, можемо говорити про те, що рівень нестачі втілення ролей підвищився. Такий результат може бути свідченням того, що розвивальна програма позитивно впливає на розуміння жінкою власних ролей та тих ролей, які вона наразі не виконує, але вони є бажаними для втілення. Потреба у виконанні ролей, які наразі

відсутні в рольовому репертуарі жінки, зростає, накопичених ролей не вистачає для того, щоб задовольнити власні прагнення в самореалізації в різних сферах діяльності.

Також можемо відмітити, що рівень рольового перебільшення після знизився, що підтверджують отримані результати ($t=2,785$; $p<0,05$). Запропонована розвивальна програма містить у собі комплекс занять, які орієнтовані на розвиток уміння керувати власним рольовим репертуаром. Жінки набули практичних навичок, за допомогою яких вони можуть не лише наповнювати свій рольовий репертуар, але й відмовлятися від тих ролей, які перестали виконуватись, або тих, що викликають негативні емоції та почуття, і жінка прагне їх позбутись. Таким чином, прийняті жінкою ролі не лише наповнили її рольовий багаж, як обов'язкові, але й викликають позитивні переживання від їх реалізації.

Помітно знизився рівень рольового антагонізму ($t=3,312$; $p<0,01$). Зниження рівня рольового антагонізму засвідчує факт, що розвивальна програма допомагає жінкам вибудувати взаємовідношення всередині окремих ролей та між різними ролями таким чином, що вони доповнюють одна одну, змінюють, не завдаючи рольового стресу особистості.

Отже, можемо говорити про те, що розроблена та впроваджена нами розвивальна програма впливає на рольову позицію сучасної жінки. Зокрема, виявлено, що рольовий репертуар жінок наповнився новими ролями, які сьогодні жінки активно втілюють у різних сферах життя. Разом із рівнем втілення програми рольової поведінки сучасної жінки зростає рівень нестачі втілення нею певних ролей. Цей феномен можна пояснити тим, що розвивальна програма надає можливість розглянути

різноманітність ролей, які жінка готова прийняти на себе одразу, та таких, які вона бажає виконувати, але наразі цього зробити не може за певних причин. Хоча жінки сьогодні мають багато можливостей для власної реалізації в різних сферах життя, але не завжди їх прагнення до втілення ролей для власного саморозвитку можливо реалізувати на практиці через брак часу, неможливість відмовитись від інших ролей та насичення власного рольового репертуару.

Проаналізувавши отримані результати, можемо говорити про те, що розвивальна програма «Формування рольової позиції сучасної успішної жінки» позитивно впливає на рольову позицію жінки, зокрема наповнюваність її рольового репертуару та встановлення гармонійних відношень між ролями особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вольнова Л.М. Рольовий репертуар і рольова компетентність студента – майбутнього соціального педагога. *Актуальні питання психологічного забезпечення навчально-виховного процесу у вищих навчальних закладах* : матеріали міжвуз. наук.-практ. конф. Київ, 2010. С. 95–97.
2. Горностай П.П. Вимірювання параметрів рольового конфлікту: зарубіжний досвід. *Конфліктологічна експертиза: теорія та методика*. Київ, 1997. № 1. С. 116–125.
3. Горностай П.П. Життєві ролі та життєтворчість. *Наукові студії з соціальної та політичної психології*. Вип. 5(8). Київ, 2002. С. 81–91.
4. Мірошник З.М. Рольова структура особистості практичного психолога в контексті сучасних психологічних теорій особистості. *Вісник Одеського національного університету ім. І.І. Мечникова*. 2013. Том 18. Випуск 4(30). Психологія. С. 209–213.
5. Михайленко О.Ю. Рольовий підхід до вивчення особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2013. Випуск 21. С. 426–435.
6. Parsons T. *The social system* / T. Parsons. Glencoe, 111, the Free press, 1951.
7. Deutsch M. Constructive Conflict Resolution: Principles, Training and Research. *Journal of Social Issues*. 1994. Vol. 50. No. 1. P. 13–32.
8. Deaux K. & Lewis L.L. Structure of gender stereotypes: Interrelationships among components and gender label. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1984. Vol. 46(5). P. 991–1004.
9. Eagly A. H., Wood W. Explaining sex differences in social behavior: A meta-analytic perspective. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1991. Vol. 17(3). P. 306–315.
10. Shibutani T. *Social Processes: An Introduction to Sociology* Publisher: iUniverse, 2000. 600 p.

ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПЕДАГОГІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

CHARACTERISTICS OF EMOTIONAL BURNOUT OF TEACHERS IN THE CONDITIONS OF WAR

Професія педагога належить до професій типу «людина-людина», яка характеризується активною міжособистісною взаємодією та високим рівнем стресу, що може призвести до синдрому емоційного вигорання. Важливо відмітити, що війна наклала свій відбиток і на життя людей, зокрема, показала нам, наскільки затребувана та важлива така професія, як педагог.

Метою дослідження є вивчення особливостей синдрому емоційного вигорання та тривожності педагогів в умовах війни. У статті описано дослідження синдрому емоційного вигорання та тривожності педагогів в умовах війни. Вибірку дослідження склали викладачі Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини в кількості 25 осіб. Були використані наступні методики: методика діагностики рівня емоційного вигорання В. В. Бойка, методика «Шкала тривожності» Ч. Б. Спілберга. У результаті дослідження встановлено, що педагоги значною мірою тривожні. Фаза «Виснаження» характеризується зниженням загального тону та ослабленням нервової системи. Для педагогів характерне психофізичне перевантаження, втома, а емоційний захист у формі «вигорання» стає невід'ємним атрибутом особистості. Виявлено, що в більшості сформований синдром емоційного вигорання. Були зафіксовані наступні домінуючі симптоми у фазі «Виснаження»: симптом «емоційного дефіциту» та симптом «емоційної відчуженості».

Результати дослідження підтвердили потребу пошуку ефективних форм, методів і засобів попередження емоційного вигорання педагогів до професійної діяльності. Отримані дані можуть бути корисні психологам при складанні програм психологічного супроводу з метою покращення психологічного здоров'я педагогів. Низький рівень психологічної культури, навичок саморегуляції призводить до того, що значна частина педагогів страждають на соматичні та нервово-психічні хвороби.

Ключові слова: синдром, емоційне вигорання, педагоги, фахівці, тривожність, симптоми, фази.

The profession of a teacher belongs to the professions of the "person-person" type, which is characterized by active interpersonal interaction and a high level of stress, which can lead to the syndrome of emotional burnout. It is important to note that the war left its mark on people's lives, in particular, it showed us how popular and important such a profession as a teacher is.

The purpose of the study is to study the peculiarities of the syndrome of emotional burnout and anxiety of teachers in the conditions of war. The article describes the study of the syndrome of emotional burnout and anxiety of teachers in the conditions of war. The sample of the study was made by the teachers of Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University in the number of 25 people. The following methods were used: the method of diagnosing the level of emotional burnout by V. V. Boyko, the «anxiety scale» method by Ch. B. Spilberg. As a result of the research, it was established that teachers are anxious to a large extent. The "Exhaustion" phase is characterized by a decrease in general tone and weakening of the nervous system. For teachers, psychophysical overload, fatigue, and emotional protection in the form of «burnout» become an integral attribute of the personality. It was found that most of them developed a syndrome of emotional burnout. The following dominant symptoms in the «exhaustion» phase were recorded, such as the "emotional deficit" symptom and the "emotional alienation" symptom.

The results of the study confirmed the need for the search for effective forms, methods and measures to prevent emotional burnout of teachers before their professional activities. The obtained data can be useful to psychologists when drawing up programs of psychological support in order to improve the psychological health of teachers. The low level of psychological culture, self-regulation skills leads to the fact that a significant part of teachers suffer from somatic and neuropsychiatric diseases.

Key words: syndrome, emotional burnout, teachers, specialists, anxiety, symptoms, phases.

УДК 159.942.5:37.011.3-051]:

355.48(470+571):(477)

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.28>

Міщенко М.С.

к.психол.н.,

доцент кафедри психології

Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини

Вступ. Вивчення особливостей емоційного вигорання та вплив даного стану на психоемоційне здоров'я працівників, зокрема фахівців, які працюють у системі освіти, є вкрай актуальною темою, оскільки емоційне вигорання впливає як на діяльність, так і на психоемоційний стан. Наша емоційна сфера та емоційні реакції є відображенням суб'єктивної реальності. Емоційна сфера особистості – це емоційні стреси, почуття, настрої, афективні стани, які і створюють емоційну сферу особистості. Під тривожністю, як правило, розуміємо стан, при якому особистість сприймає ситуації, як загрозливі, дане сприйняття може бути суб'єктивним,

оскільки це невизначене відчуття небезпеки, що насувається. Відчуття страху є основним компонентом тривожності та має власну специфіку. Страх є своєрідним сигналом загрози для особистості, при відчутті страху відбувається мобілізація внутрішніх ресурсів особистості та її рішення чи втечі від загрози.

Мета дослідження полягає у вивченні особливостей синдрому емоційного вигорання та тривожності педагогів в умовах війни.

Завдання дослідження: 1) розкрити особливості синдрому емоційного вигорання у педагогів в умовах війни; 2) визначити рівень емоційного вигорання та тривожності.

Методи дослідження. З метою розв'язання поставлених завдань нами були використані такі методи дослідження: теоретичні – аналіз психологічних джерел із досліджуваної проблематики, узагальнення та систематизація даних; емпіричні – методика діагностики рівня емоційного вигорання В. В. Бойка, методика «Шкала тривожності» Ч. Б. Спілберга.

Виклад основного матеріалу дослідження. Постійне тривожне інформаційне перенасичення жахливими подіями, страхами, очікуваннями небезпеки, соціальна криза внутрішнього переміщення найбільш постраждалого населення, втечі від окупації, артилерійських та ракетних обстрілів, концентрація та консервація негативних переживань та емоцій тощо продовжують позначатися як на фізичному, так і на психічному здоров'ї всіх людей [2, с. 540].

Емоційна втома чи виснаження розвивається на тлі подій та новин про війну. Основними ознаками емоційного виснаження під час війни є дратівливість від новин; неготовність читати новини; втома від контенту, пов'язаного з війною; апатія; зниження інтенсивності впливу. Наприклад, якщо на початку війни людина активно донатила та долучалася до волонтерських ініціатив, то зараз усі ці дії менш інтенсивні; спостерігаються емоційні гойдалки; вияв песимістичних настроїв.

На думку Р. В. Павелкова, однією з проблем в Україні є обмежена обізнаність та розуміння емоційного вигорання серед педагогів в умовах військової агресії. Багато педагогів та працівників навчальних закладів не повністю усвідомлюють згубний вплив війни на самопочуття викладачів. Як наслідок, ця проблема часто ігнорується або не вирішується належним чином, залишаючи педагогів без необхідної підтримки та ресурсів для подолання емоційних викликів, з якими вони стикаються [1, с. 144].

Кожен із нас має ризик розвитку емоційної втоми під час війни. Однак є люди, які більш схильні до її проявів: вразливі люди, які емоційно реагують на події; емпати, які не можуть контролювати цю межу і дуже швидко та емоційно входять у різні ситуації та події; люди, чия професійна діяльність тісно пов'язана з подіями: поліція, ДСНС, військові, журналісти, дипломати, лікарі, психологи, волонтери тощо; люди, які не дотримуються інформаційної гігієни.

Одна з причин – активне висвітлення цих подій у ЗМІ. Тобто, постійно читаючи та переглядаючи фото / відео з місця подій, людина наражається на ризик «травми свідка». Це специфічний травматичний досвід, який провокується не безпосередньою участю, а емоційною залученістю до подій через новини, соцмережі, обговорення. Тобто це

можуть переживати люди, які фізично перебували на місці трагедії, або ті, хто активно споживав контент про ці події. У такий момент людина може ідентифікувати себе з жертвою: «це може статися і зі мною»; «це така сама людина, як я», «ця сім'я така ж, як моя» або «ця жовта кухня, як у моїх батьків»; «я так само відводжу дітей у садок щоранку». Цей момент ідентифікації, співпереживання, контакту з чужим болем, який приймається дуже близько і за умови постійних повторень формує «травму свідка».

У зарубіжній літературі цей синдром відомий як "burnout". Термін був введений і описаний американським психіатром Дж. Фрейденом в 1974 р. Синдром емоційного вигорання є результатом інтеграції фізичного, емоційного та когнітивного виснаження або стомлення, при якому головним чинником виступає емоційне виснаження [3, с. 159].

Американський психіатр вивчав характеристики психічного стану здорових людей, які перебувають у постійному спілкуванні з клієнтами або пацієнтами в емоційно напруженій атмосфері при наданні професійної допомоги.

Дж. Фрейденом визначив сутність емоційного вигорання як феномена, який включає в себе симптоми загальної фізичної втоми та розчарування в професіях альтруїстичного змісту [4].

Х. Маслач є провідним спеціалістом, яка вивчала емоційне вигорання. Вона зазначала, що професії, які входять до групи ризику, є різними, але їх об'єднує висока контактність із людьми і постійне, тривале перебування в тісному емоційному контакті. Емоційне вигорання, зазвичай, миттєво може поширитися між всіма працівниками. Іншими словами, фахівці, які вже відчувають синдром емоційного вигорання, можуть бути цинічними, або ж у них домінує негативне мислення. Причому фахівці з синдромом емоційного вигорання можуть заражати решту співробітників подібним станом. Подібне зараження інших співробітників синдромом емоційного вигорання відбувається на роботі з високим рівнем стресу. У працівників педагогічної сфери існують відмінності в особливостях синдрому емоційного вигорання, а саме синдром пов'язаний із тривожністю та агресією. Спостерігається знижене почуття компетентності, знецінення своєї діяльності, а також негативне сприйняття себе у професійній сфері [5].

Професія педагога належить до професій типу «людина-людина», яка характеризується активною міжособистісною взаємодією та високим рівнем стресу, що може призвести до синдрому емоційного вигорання. Важливо відмітити, що війна наклала свій відбиток і на життя людей, зокрема, показала нам, наскільки затребувана і важлива така професія, як педа-

гог. Викладачі були змушені адаптуватися до нових умов у зв'язку з переходом на дистанційний формат навчання. І таким чином, на педагогах лежить подвійне навантаження: це ведення занять як в онлайн-режимі, так і на освітньому порталі Moodle університету. Для дистанційного формату характерна відсутність «живого» контакту зі студентами. Через екран монітора значно важче отримувати зворотній зв'язок, зацікавлювати та привертати увагу, підтримувати дисципліну та робочу атмосферу.

Емоційне вигорання – це характерне явище для тих фахівців, де є постійний емоційний людський контакт. Педагоги піддаються йому повною мірою, але вони, на жаль, часто навіть не співвідносять симптоми, що з'явилися, з даним явищем. Не усвідомлюючи того, що відбувається вигорання, вони наражаються на найрізноманітніші ризики: незворотні зміни характеру, погіршення або втрату здоров'я, руйнування особистих відносин, раптове бажання піти з професії, втративши накопичений досвід, статус, інтерес.

Наслідком підвищеної напруженості педагогічної праці нерідко стає пригніченість, апатія, почуття постійної втоми, інколи грубість, нестриманість. Отже, симптомами емоційного вигорання є:

- втома, нездатність відновитися за ніч або вихідні дні;
- напруга, постійна тривожність, збудження, неможливість переключитися з думок про роботу, труднощі в засинанні, неглибокий сон;
- часте роздратування та важко приховуване негативне ставлення до студентів, колег, пар, шуму;
- прагнення навіть творчу роботу виконувати одноманітно, стереотипно;
- опір будь-яким змінам та нововведенням;
- апатія, песимізм, цинізм, пасивність, відчуття власної некомпетентності, безглуздості та безперспективності роботи;
- прагнення компенсувати стан після робочого дня через переїдання, вживання алкоголю, часте куріння, бездумний перегляд усіх телепередач.

У дослідженні взяли участь 25 викладачів Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. Професійний трудовий стаж цих педагогів – 3–15 років. Використано методика діагностики рівня емоційного вигорання В. В. Бойка та методика «Шкала тривожності» Ч. Б. Спілберга. Емоційне вигорання у професіоналів проявляється, як механізм психологічного захисту, що виражається в певному емоційному відношенні до своєї професійної діяльності. Методика В. В. Бойка дозволяє оцінити фазу емоційного вигорання та домінування симптомів на кожній фазі

(фаза напруження, фаза резистенції, фаза виснаження). Методика «Шкала тривожності» Ч. Б. Спілберга визначає рівень тривожності (високий, середній, низький). Ситуативна тривожність виникає, як реакція на стресори; особистісна – дає уявлення схильності особистості до тих чи інших стресорів з причини своїх індивідуальних особливостей.

У результаті психодіагностичного дослідження за методикою «Шкала тривожності» Спілберга в педагогів виявлено високий рівень ситуативної тривожності 40 % (10) та особистісної – 48 % (12). Важливо відмітити, що результат характеризує дану вибірку, як групу «ризик», оскільки особистості з високим рівнем тривожності сприймають загрозу своїй самооцінці та життєдіяльності в багатьох ситуаціях і реагують вираженим станом тривожності.

У результаті інтерпретації отриманих даних за методикою В. В. Бойка було виявлено, що в педагогів сформована третя фаза «Виснаження» емоційного вигорання – 64 % (16) (рис. 1).

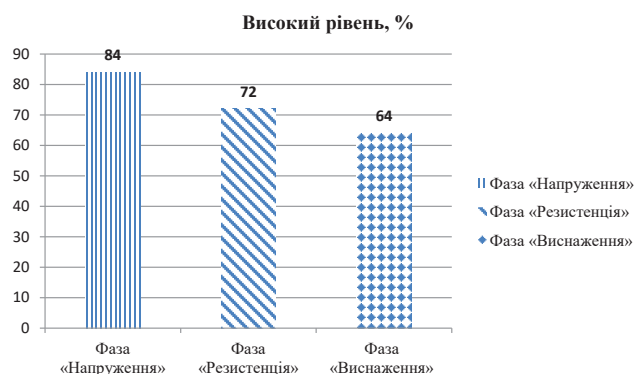


Рис. 1. Фази емоційного вигорання за методикою В. В. Бойка

Фаза «Виснаження» характеризується зниженням загального тону та ослабленням нервової системи. Для педагогів характерне психофізичне перевантаження, втома, а емоційний захист у формі «вигорання» стає невід'ємним атрибутом особистості. Серед домінуючих симптомів у педагогів є симптом «емоційного дефіциту» та симптом «емоційної відчуженості». Це свідчить, що фахівець відчуває, що емоційно він уже не може допомогати суб'єктам своєї діяльності, не здатен співпереживати та співчувати. Реагування без відчуттів та емоцій – найяскравіший симптом «вигорання». Він свідчить про професійну деформацію особистості й завдає збитку суб'єкту спілкування. Чим сильніше відчуття, що емоційно вже не можна допомогти суб'єкту своєї діяльності, тим більше педагог намагається полегшити або скоротити обов'язки, які вимагають емоційних затрат під час спіл-

кування. Показник виснаження залежить від рівня розвитку синдрому емоційного вигорання. Відчуття емоційного вигорання на психологічному рівні викликає прояв виснаження на фізичному рівні, що проявляється у фізичному дискомфорті, постійній втомі та порушенні сну. Розвиток синдрому емоційного вигорання призводить до хронічного психоемоційного перенавантаження у професійній діяльності.

Із такою групою фахівців необхідно проводити роботу, оскільки величезний ризик формування психосоматичних розладів і реакцій, зниження якості роботи та інших особистісних деформацій. Професія педагога обумовлена значними психоемоційними навантаженнями, вимагає від працівника значної працездатності та відповідальності, а також включає постійну міжособистісну взаємодію.

Результати дослідження підтверджують потребу пошуку ефективних форм, методів і засобів попередження емоційного вигорання педагогів до професійної діяльності.

Низький рівень психологічної культури, навичок саморегуляції призводить до того, що значна частина педагогів страждає на соматичні та нервово-психічні хвороби.

Н. Водоп'янова виокремила 4 напрями попередження синдрому емоційного вигорання:

1) підвищення комунікативних та управлінських умінь за допомогою активних методів навчання: соціально-психологічні тренінги, ділові ігри (метод імітації ситуацій, що моделюють професійну або іншу діяльність шляхом гри, у якій беруть участь різні суб'єкти, наділені різною інформацією, рольовими функціями, і діють за заданими правилами), тренінги комунікативних умінь; навчання ефективним стилям комунікацій і вирішення конфліктних ситуацій;

2) тренінги, які стимулюють мотивацію саморозвитку, особистісного та професійного зростання;

3) антистресові програми та групи підтримки, орієнтовані на особистісну корекцію самооцінки, впевненості, соціальної сміливості та креативності особистості;

4) програми підвищення емоційної стійкості та психофізичної гармонії шляхом оволодіння способами психічної саморегуляції, оптимізації способу життя, самоорганізації та планування особистої та професійної кар'єри [123, с. 270].

Практичні рекомендації для педагога з емоційним вигоранням:

1. Регулярний відпочинок, знаходження балансу між роботою та відпочинком. Намагатися не брати із собою роботу додому.

2. Постійні фізичні вправи. Знайти той вид фізичних занять, які принесуть задоволення (біг, йога, пілатес та ін.).

3. Повноцінний сон як найважливіший фактор, що знижує стрес та емоційне вигорання.

4. Організація своєї роботи (робочого місця, режиму дня та ін.).

5. Відвідування психолога чи психологічного гуртка з метою зниження симптомів стресу та емоційного вигорання.

6. Аутогенне тренування чи медитація з метою зниження психоемоційної напруги та тривожності, а також відновлення сил.

7. Створення в університеті гуртків для психолого-педагогічного супроводу педагогів з емоційним вигоранням, що включатиме діагностику (виявляє зміни рівня виразності емоційного вигорання та особистісних особливостей педагога), визначення неадаптивних стратегій подолання синдрому, розробку та здійснення програми подолання синдрому.

8. Створення просвітницького спрямування в університеті, що включатиме проведення лекційних заходів з метою інформування педагогів про причини та ознаки емоційного вигорання; ознайомлення педагогів із методами та прийомами самопомоги для збереження працездатності та психосоматичного здоров'я.

Варто проводити самодослідження: звернути увагу на свій фізичний стан (Як ви їсте / спите / фізично відчуваєте? Можливо, загострилися хронічні захворювання, збився режим сну, збільшився / зменшився апетит, помічаєте нехарактерні речі).

Потрібно проаналізувати свій емоційний стан. Що відбувається з емоціями? Який настрій переважає? У людей з емоційним виснаженням домінує пригнічення, апатичність, злість, роздратування, велика схильність до конфліктів. Потрібно подивитися на інтелектуальну продуктивність. Наскільки ви уважні та швидкі у прийнятті рішень? Чи важко вам запам'ятовувати? Зниження когнітивних процесів у стресовій ситуації – це нормально. Однак, якщо ви дуже розпорошені, погано запам'ятовуєте, некритично сприймаєте інформацію, це може свідчити про емоційну та когнітивну втому.

Подумайте, як змінилася поведінка. У кожного є свій рівень активності та спосіб взаємодії з іншими. Проте слід зазначити, якщо виникають нетипові прояви. Наприклад, ви частіше стали з усіма сваритися або відмовляєтеся від звичних хобі та способів проведення часу, хоча вони зараз доступні.

Коли в педагогів немає необхідних ресурсів для роботи, і особливо коли обсяг роботи при цьому збільшується, вони відчувають постійний стрес. Такі викладачі рідше спілкуються зі своїми учнями, студентами, колегами, у результаті чого знижується успішність роботи. Сьогодні професійна діяльність багатьох людей проходить у різних умовах. Ефек-

тивність такої діяльності визначається не тільки професійними знаннями та навичками, а й важливими властивостями, у числі яких – стресостійкість.

Висновки. В умовах війни кожен потребує психологічної підтримки, особливо педагоги, адже для того, щоб навчати та ділитися новим досвідом зі своїми студентами, важливо мати на це власний ресурс. Педагогу важливо навчитися вгамовувати власні деструктивні думки, регулювати емоції та вчасно запобігати власному вигоранню. У результаті дослідження встановлено, що викладачі значною мірою тривожні, сформована фаза виснаження. Серед домінуючих симптомів у педагогів є симптом «емоційного дефіциту» та симптом «емоційної відчуженості». У викладачів виявлено високий рівень ситуативної тривожності 40 % (10) та особистісної – 48 % (12). З'являється необхідність у своєчасному наданні зовнішньої психологічної підтримки для педагогів. Насамперед це стосується створення програм психолого-педагогічного супроводу та програм профілактик синдрому, які сприятимуть адаптив-

ним реакціям на стресові ситуації, розширять репертуар копінг-стратегій та знизять психоемоційну напругу.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Павелкін Р. Синдром емоційного вигорання викладачів закладів вищої освіти в умовах військової агресії росії проти України. *Психологія: реальність і перспективи*. 2023. Вип. 20. С. 144–153.
2. Співак Л. М. Вікова динаміка емоційно-ціннісного ставлення особистості до себе як до представника української нації в юності. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2013. Вип. 22. С. 540–550.
3. Freudenberger H. J. Staff burn-out. *Journal of Social Issues*. 1974. Vol. 30, №1. P. 159–165.
4. Freudenberger H. J. Burnout and job dissatisfaction : impacy on the family. *Perspectives on work and the family*. Rockville : Royal Tunbridge Wells, 1984. P. 94–105.
5. Maslach C. Burnout, the cost of caring. *Englewood Cliff*. N. J. : Prentice-Hall, 1982. 192 p.

ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФЛЕКСИБІЛЬНОСТІ–РИГІДНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ

STUDY OF PSYCHOLOGICAL FEATURES OF FLEXIBILITY–RIGIDITY OF FUTURE TEACHERS

У статті представлено результати теоретичного аналізу феномена «флексибільність–ригідність» та емпіричного дослідження його психологічних особливостей у майбутніх педагогів. Мета дослідження полягає в теоретичному аналізі специфіки флексибільності–ригідності майбутніх педагогів і емпіричному виявленні її психологічних особливостей. Проведено предметний аналіз поняття «флексибільність–ригідність» майбутніх педагогів. Констатовано, що феномен розглядається як психологічне утворення у структурі пізнавальної сфери, яке розвиває в людини здатності ефективно сприймати інформацію про себе та світ і за необхідності змінювати засоби та цілі діяльності у відповідь на зміну умов життєдіяльності або пізнавального завдання, сприяючи продуктивності діяльності при роботі з інформацією та проявам творчості. Емпіричне дослідження проводилося з використанням методів: опитувальників ригідності, комунікативної толерантності, комунікативної установки, тесту саморозвитку, кореляційного аналізу за Спірменом. Результати. Виявлено: відсутність показників флексибільності у студентів; показники ригідності–флексибільності властиві для 42 % студентів; ригідність властива 58 % досліджуваних; переважна частина майбутніх педагогів виявила середній рівень толерантності як за показником консерватизму (63 % студентів), так і за показником адаптивних здібностей (53 % студентів), що свідчить про недостатню сформованість комунікативної установки на толерантність і потребує свого подальшого розвитку; бажання себе пізнати та здатність змінюватися виявили 84 % респондентів; бажання самовдосконалюватися, але відсутність бажання себе пізнати виявили 11 % студентів, прагнення до саморозвитку попри неможливість себе змінити виявили 5 %. Ці дані свідчать про прагнення та розуміння важливості саморозвитку й самовдосконалення для професійної діяльності; виявлено значущі кореляційні опосередковані зв'язки ригідності–флексибільності з особистісними властивостями майбутніх педагогів. Зроблено висновок, що параметри «флексибільність–ригідність», зокрема полюс флексибільності, є підґрунтям необхідної для особистості варіативності, мінливості поведінки відповідно до умов середовища. А тому навчання у вищій майбутніх педагогів має виділяти когнітивну гнучкість у якості однієї з важливих рис. Виявлено зв'язки ригідності з особистісними властивостями: чим менше міра ригідності, тим більшою мірою для неї властиві адаптаційні ресурси та менші показники консерватизму; чим менше рівень ригідності, тим більшою мірою для неї властиві саморозвиток і самовдосконалення; збільшення рівня адаптивності та самоприйняття сприяє підвищенню когнітивної гнучкості, натомість

збільшення рівня буркотіння підвищує рівень ригідності.

Ключові слова: толерантність, ригідність–флексибільність; адаптивні здібності; консерватизм; буркотіння; готовність до саморозвитку.

The article presents the results of theoretical analysis of the phenomenon of "flexibility-rigidity" and empirical study of its psychological features in future teachers. The purpose of the study is to theoretically analyze the specifics of flexibility-rigidity of future teachers and empirically identify its psychological features. A substantive analysis of the concept of "flexibility-rigidity" of future teachers is carried out. It is stated that the phenomenon is considered as a psychological formation in the structure of the cognitive sphere, which develops the ability to effectively perceive information about oneself and the world and, if necessary, change the means and goals of activity in response to changes in the conditions of life or cognitive task, contributing to the productivity of activity when working with information and manifestations of creativity. The empirical study was conducted using the following methods: questionnaires of communicative attitude and rigidity; self-development test, Spearman's correlation analysis. Results. It was found that students have no indicators of flexibility; indicators of rigidity-mobility are characteristic of 42 % of students; rigidity is characteristic of 58 % of the subjects; the vast majority of future teachers showed an average level of tolerance, both in terms of conservatism (63 % of students) and adaptive abilities (53 % of students), which indicates an insufficient formation of a communicative attitude to tolerance and requires further development; 84 % of students showed a desire to know themselves and the ability to change; desire to improve themselves, but the lack of desire to know oneself was expressed by 11 % of students; the desire for self-development and the inability to change oneself was expressed by 5 % of the studied, which indicates the desire and understanding of the importance of further growth and development as a professional; significant correlations of indirect links of rigidity-flexibility with personal properties of future teachers were found. It is concluded that the flexibility-rigidity parameters, in particular the flexibility pole, are the basis for the variability necessary for a personality, the variability of behavior in accordance with environmental conditions. Therefore, the university education of future teachers should emphasize cognitive flexibility as one of the important traits. The article reveals the connections between rigidity and personal properties: the lower the degree of rigidity of a person, the more adaptive resources and lower indicators of conservatism are characteristic of him/her; the lower the degree of rigidity of a person, the more self-development and self-improvement are characteristic of him/her; an increase in the level of adaptability and self-acceptance contributes to an increase in cognitive flexibility, while an increase in the level of grumbling increases the degree of rigidity.

Key words: tolerance, rigidity-flexibility, adaptive abilities, conservatism, grumbling, readiness for self-development.

УДК 159.922

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.29>

Пісоцький В.П.

к.філос.н.,

доцент кафедри педагогіки, початкової освіти, психології та менеджменту Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

Горняська А.М.

к.психол.н.,

доцент кафедри педагогіки, початкової освіти, психології та менеджменту Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя

Постановка проблеми. У сучасному суспільстві, що динамічно змінюється, високо цінується соціально адаптована особистість, яка здатна швидко й правильно орієнтуватися в інформаційних потоках, бути мобільною, відкритою до набуття нового досвіду і разом з тим стійкою до стресових чинників та толерантною у спілкуванні з іншими людьми. На наш погляд, значні потенційні можливості для цього створює флексибільність (когнітивна гнучкість), яка лежить в основі незаангажованого пізнання світу та інших людей, варіативної та мобільної поведінки особистості. Ця здатність дозволяє людині, змінивши ракурс сприйняття, охопити незнайому ситуацію з різних боків, цілісно осягнути її та, за необхідності, модифікувати свою поведінку або створити нові схеми взаємодії зі світом і соціальним оточенням. Питання флексибільності розглядається у взаємозв'язку з дивергентним мисленням, когнітивними стилями, проблемами змінюваності та стабільності, розвитку й адаптації особистості, її життєздатності, мобільності, толерантності. Флексибільність також тісно пов'язана із творчими здібностями та самоактуалізацією особистості, є підґрунтям професійного зростання майбутнього фахівця.

За О. Пісоцьким, суть когнітивної гнучкості полягає у схильності особистості «змінювати способи оперування інформацією у ситуації когнітивного конфлікту» [6, с. 44]. Так, домінування негнучкого контролю (ригідності) передбачає складність переходу від вербальних до сенсорно-перцептивних функцій мислення внаслідок їх мінімальної автоматизованості. Натомість домінування когнітивної гнучкості вказує на доволі швидке переключення вербальних функцій на сенсорно-перцептивні за рахунок високої автоматизованості означених функцій, які позначаються на продуктивності не лише пізнавальної, а й професійної діяльності людини.

У цьому контексті Л. Балецька, аналізуючи сутність когнітивної гнучкості, підкреслює, що саме цей параметр визначає хід думок людини та пріоритетні цілі її діяльності, нехтуючи другорядними даними, утримує в пам'яті важливу інформацію, забезпечує баланс емоційної сфери, дозволяє планувати й організовувати пізнавальну активність, проявляти творчість. Водночас, на думку авторки, когнітивна гнучкість – гармонія в поєднанні дивергентного та конвергентного мислення особистості [3, с. 12].

І. Мазоха підкреслює, що суть флексибільності полягає у здатності суб'єкта змінювати існуючі пізнавальні установки у відповідь на зміну умов завдання або зовнішнього середовища чи то умов життєдіяльності. Означена здатність лежить в основі вміння особистості кардинально перебудувати вже існуючу кон-

цептуальну картину навколишнього світу під час опрацювання нової інформації, що призвела до виникнення когнітивного дисонансу [4, с. 42]. Перешкодою для такої діяльності, на думку авторки, є шаблонне мислення, відсутність уміння знаходити оригінальні шляхи виходу з ситуації, стереотипність накопиченого досвіду, тобто ті схильності, які притаманні полюсу ригідності з його стереотипністю мислення й мовлення.

С. Аносенкова і З. Кіреєва підкреслюють, що ригідність заважає людині своєчасно переключитися на іншу діяльність, оскільки ригідна людина використовує шаблони поведінки, які не відповідають ситуації, некритично наслідують відомі способи дій, їй складно змінити обрану неконструктивну стратегію. Натомість флексибільність відображає здатність особистості повною мірою змінити елемент або всю програму поведінки у відповідь на зміну зовнішніх обставин [2, с. 23]. Ця здатність поєднує в собі ознаки психічного здоров'я, вміння об'єктивно оцінювати себе та цілковито (за необхідності) переключатися на нові завдання.

Д. Шаріпова відмічає, що ригідність є ознакою поведінки й особистості в цілому; може бути ознакою певних особистісних сфер (пізнавальної, перцептивної, емоційної, мотиваційної); є формально-змістовою ознакою індивідуальності; ознакою або патологічної, або психічно здорової особистості. При цьому дослідниця наголошує, що досить часто ігнорується те, що власне ригідним є факт поведінки, а сама ригідність виявляється в невмінні чи то неспроможності особистості скоригувати план, «програму власної діяльності відповідно до вимог ситуації» [8, с. 375].

Л. П'янківська [7] психічну ригідність трактує як базову властивість особистості, зацикленість людини на непродуктивних поведінкових стратегіях у нових умовах життя, що негативно впливає на порушення емоційного балансу. І. Ніколаєва [5] пов'язує психічну ригідність, насамперед, із стереотипністю мислення. При цьому дослідниця відмічає, що означений феномен тісно пов'язаний із проявами шаблонної поведінки, пізнавальними установками, організацією особистості в цілому.

Н. Михальчук та ін. дійшли висновку, що, на відміну від ригідності, флексибільність позитивно впливає на перебіг освітнього процесу, оскільки сприяє опануванню новими знаннями. При цьому гнучкі пізнавальні установки та властивості когнітивної сфери особи дозволяють їй ефективно спілкуватися в контексті освітнього процесу, що є вагомим підґрунтям «продуктивного засвоєння необхідної інформації» [1, с. 4].

Резюмуючи прояви флексибільності / ригідності, відмічаємо, що цей феномен є психологічним утворенням у структурі когнітивної

сфери особистості, що акумулює можливість пізнання людини, розвиває в неї здатності ефективно сприймати інформацію про себе та навколишній світ та, за необхідності, змінювати засоби й цілі діяльності у відповідь на зміну умов середовища або нового пізнавального чи практичного завдання, сприяючи продуктивності діяльності, особистісному та професійному зростанню. Для особистості та майбутнього фахівця пріоритетним є полюс когнітивної гнучкості (флексibility), оскільки мінімізує непродуктивне використання мисленневих і поведінкових шаблонів, натомість стимулює гнучкість мислення та сприймання, готовність до роботи з новою інформацією в умовах, що вимагають змін, прояви творчого підходу до нестандартних або невизначених ситуацій.

Зважаючи на важливість наведених аргументів щодо необхідності розвитку в майбутніх фахівців флексibility як ознаки продуктивності навчальної і професійної діяльності вчителя, актуальною є проблема виявлення рівня флексibility / ригідності майбутніх педагогів, які здобувають другий (магістерський) рівень вищої освіти.

Мета статті полягає в теоретичному аналізі схильності до ригідності / флексibility майбутніх педагогів та емпіричному виявленні кореляційних зв'язків із показниками комунікативних установок, толерантності та саморозвитку.

Виклад основного матеріалу. Для досягнення поставленої мети нами було проведено емпіричне дослідження психологічних особливостей ригідності / флексibility майбутніх педагогів, які здобувають другий (магістерський) рівень вищої освіти в НДУ імені Миколи Гоголя, у кількості 76 осіб. До психодіагностичного інструментарію увійшли наступні методики: опитувальник ригідності С. Ковальова (показники: високий рівень ригідності, ригідність / флексibility, високий рівень флексibility); опитувальник комунікативної толерантності В. Бойка (показники: консерватизм і адаптивні здібності); опитувальник комунікативної установки В. Бойка (показник: буркотіння); тест саморозвитку В. Павлова (показники: саморозвиток, самопізнання і самовдосконалення).

Розглянемо отримані результати дослідження. Діагностування за опитувальником ригідності С. Ковальова рівня ригідності / флексibility (рис. 1) виявило, що у 58% досліджуваних чітко виражена ригідність, що свідчить про їх неготовність за об'єктивної необхідності змінити свою думку або ставлення, установку або мотиви, цінності або цілі, що змушує застосовувати стереотипну поведінку. Їм також властиве блокування пошуків можливих варіантів виходу з ситуації

та нездатність до творчих актів, що може призводити до ускладнень у міжособистісних стосунках і негативно впливати на здатність робити самостійний вибір та оцінку ефективності власних дій.

Середній рівень показників констатовано в 42% магістрантів. Для них характерний певний баланс ригідності / флексibility: попри певну ригідність, все ж деякі канали для змін є відкритими, що дає можливість у ряді життєвих ситуацій демонструвати когнітивну гнучкість у їх сприйнятті й аналізі, швидше адаптуватися, долаючи поведінкові патерни, своєчасно виконувати навчальні завдання, не зупинятися на досягнутому.

Разом із тим жоден із досліджуваних не досяг рівня вираженої флексibility, що вказує на знижені можливості адаптації всієї вибірки до мінливих ситуацій пізнавального й комунікативного плану, зокрема й тих, що виникають у педагогічній діяльності та спілкуванні. На жаль, значна частина вибірки часто перебуває під тиском стереотипів і негнучких установок, які заважають опануванню педагогічною діяльністю в умовах сучасних інноваційних змін.

У контексті даного дослідження тест комунікативної толерантності В. Бойка нас цікавив з точки зору таких його показників, як «консерватизм» та «адаптивні здібності» (рис. 2).

Показник «консерватизм або категоричність» показує, наскільки особа регламентує прояв індивідуальності людей, з якими вона спілкується, та очікує від них повної відповідності її уявленням про образ партнера, який став звичним, стереотипним для неї, відповідає її цінностям і смакам.

Показник «адаптивні здібності» вказує на те, що адаптація до самої себе для людини функціонально важливіша та досягається простіше, ніж адаптація до партнера. Тому більшість намагається змінювати насамперед партнера, але не себе, що для декотрих є великою проблемою. Тим паче, що конструктивне міжособистісне та педагогічне спілкування передбачає високі адаптаційні вміння особистості вчителя. Обидва ці показники, на нашу думку, тісно пов'язані з феноменом ригідності / флексibility особистості.

Результати показали, що досить велика кількість (32% і 37%) досліджуваних виявили відсутність категоричності у сприйнятті партнера та високий рівень адаптаційних здібностей. Це магістранти, які здатні досить толерантно ставитися до впливу на себе дискомфортних фізичних чи психічних станів, які переживають інші люди; виявляють терпіння при обговоренні їх нагальних питань, не піддають співрозмовників осуду, визнають, що бажання висловитися, бути зрозумілим і отримати підтримку може з'явитися в будь-якій

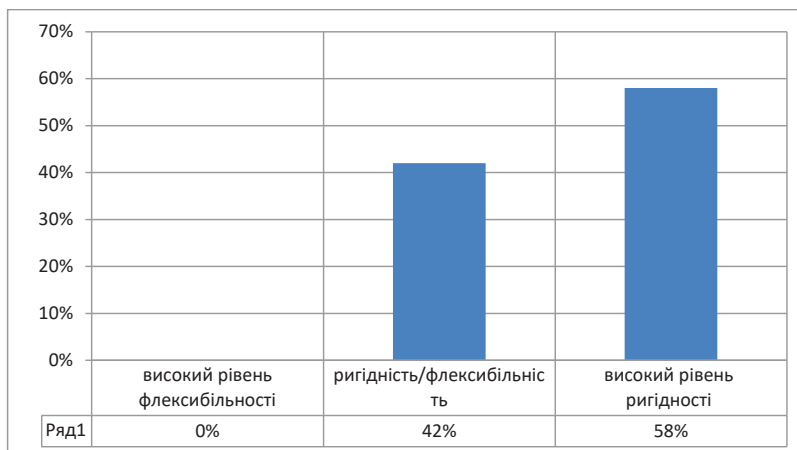


Рис. 1. Результати дослідження ригідності-флексибільності

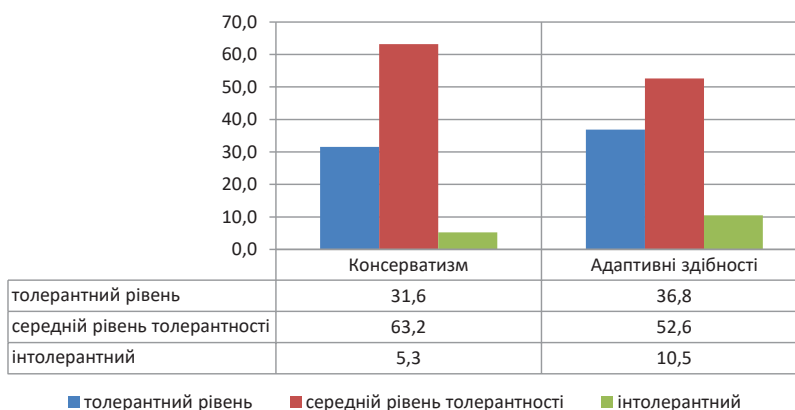


Рис. 2. Результати дослідження консерватизму та адаптивних здібностей майбутніх педагогів

людини; демонструють можливість відкриватися новим ідеям, ситуаціям, рішенням, змінам взагалі.

Разом із тим переважна більшість опитованих магістрантів виявляє середній рівень консерватизму та адаптаційних здібностей (63% та 53% відповідно). Це означає, що їх поведінці та спілкуванню властиве ситуативне поєднання як гнучкості, відкритості досвіду, змінам, так і категоричності, консерватизму; переважає орієнтація на усталені погляди, соціально-психологічні стереотипи, обмежена здатність до необхідних змін і стереотипної перебудови своєї поведінки та ставлення до інших людей. Це досить великий відсоток осіб, у яких виявляються проблеми з адаптацією через обмежені гнучкість і відкритість досвіду.

Позитивним моментом є те, що тільки 5% досліджуваних у більшості випадків вимагають від співрозмовників звичної для себе однозначності та є противниками різких змін у своєму оточенні й житті. У 10% осіб констатовано відсутність необхідних адаптаційних

можливостей, що має стати предметом уваги з боку педагогів та психологів.

Тест комунікативної установки В. Бойка містить показник «буркотіння». Він відображає те, наскільки особистість схильна робити необґрунтовані узагальнення негативних фактів у сфері взаємовідносин із партнерами та у спостереженні за соціальною дійсністю (рис. 3).

Як бачимо з рисунка 3, більше половини магістрантів (63% і 5%) у процесі спілкування демонструють своє невдоволення, схильність до набридливих причитань, що негативно впливає не лише на їхнє толерантне ставлення до співрозмовників, а й на їхні можливості змінювати власну поведінку, іншими словами, виявляти гнучкість, коли це необхідно.

Розглянемо отримані результати за тестом саморозвитку В. Павлова, основними параметрами якого є загальна готовність до саморозвитку, а також показники прагнення до саморозвитку, самопізнання й самовдосконалення. Як бачимо на рисунку 4, більшість студентів – майбутніх педагогів виявили показники «бажання себе пізнати» і «можу

змінитись» (84%). Разом із тим помітною є категорія осіб, які можуть удосконалюватися, зростати, але мають негативну мотивацію до самопізнання (11%).

Спрямування на саморозвиток і, водночас, відчуття браку ресурсів себе змінювати виявили 5% майбутніх педагогів. Отримані дані свідчать про прагнення студентів розви-

ватися, їх розуміння важливості свого подальшого вдосконалення у професійній діяльності, що в переважній більшості сприяє позитивним змінам в особистісному плані: зниженню рівня ригідності та, відповідно, підвищенню міри флексибільності.

Для перевірки припущення про те, що у структурі особистості майбутнього педагога

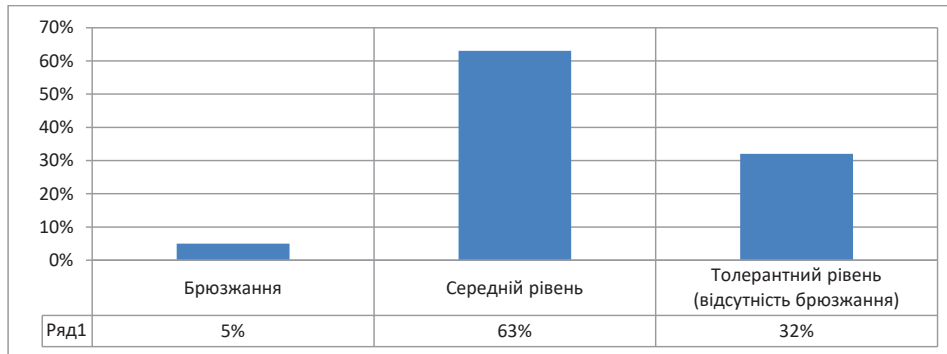


Рис. 3. Результати дослідження буркотіння майбутніх педагогів

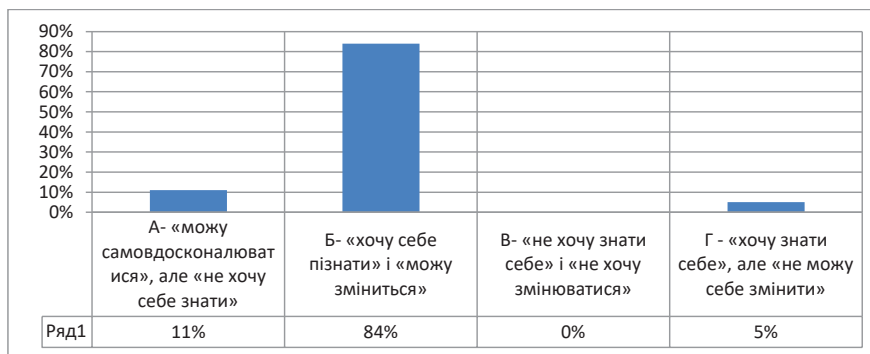


Рис. 4. Результати дослідження прагнення до саморозвитку майбутніх педагогів

низький рівень ригідності пов'язаний із його адаптивністю, бажанням до саморозвитку та самоактуалізації, ми скористалися методом підрахунку рангової кореляції Спірмена. Показники обрахунків кореляційного аналізу представлені в таблиці 1.

Як бачимо, наявний тісний зворотний кореляційний зв'язок між рівнем ригідності-флексibility та консерватизмом ($r=-0,341$ при $p<0,05$), тобто чим нижчий рівень ригідності, тим вищим є показник консерватизму. Подібні відношення існують і між флексибільністю і самоприйняттям та готовністю до самовдосконалення (відповідно $r=-0,582$ при $p<0,05$; $r=-0,350$ при $p<0,05$): чим нижчим є показник ригідності, тим вищим є готовність до саморозвитку та самоприйняття. Виявлена також пряма залежність між адаптаційними здібностями ($r=0,475$ при $p<0,05$) і буркотінням

($r=0,371$ при $p<0,05$). Відповідно збільшення рівня адаптивності сприяє підвищенню когнітивної гнучкості, натомість збільшення рівня буркотіння підвищує ригідність. За результатами кореляційного аналізу можна зробити висновок про те, що професійно важливі риси майбутніх педагогів взаємопов'язані з параметрами міжособистісних стосунків. Виявлено зв'язки ригідності опосередкованого характеру: чим менше показник ригідності особистості, тим більшою мірою для неї властиві адаптаційні ресурси та нижчі показники консерватизму; чим менше міра ригідності особистості, тим більшою мірою для неї властиві саморозвиток і самовдосконалення; адаптивність та самоприйняття сприяє підвищенню когнітивної гнучкості, натомість збільшення рівня буркотіння підвищує загальну ригідність.

Показники кореляційного зв'язку ригідності-флексibilityності з іншими професійними якостями майбутніх педагогів

Ригідність– когнітивна гнучкість	Особистісні якості				
	Консерватизм	Адаптивність	Брюзжання	Самоприйняття	Готовність самовдо- ско-налення
Критерій Спірмена	-0,341*	0,475**	0,371*	-0,582*	-0,350*

Висновки. Флексibilityність особистості є здатністю, яка охоплює всі структури особистості та є системним утворенням. Саме когнітивна гнучкість як інтегративне утворення життєздатної особистості є підґрунтям для об'єктивної оцінки себе та обставин, зміни поведінки на основі осягнення реальності, що дозволяє збільшити достовірність прогнозів, підтримує готовність до розвитку. Параметри «флексibilityність-ригідність», зокрема полюс флексibilityності, є підґрунтям необхідної для особистості варіативності, мінливості поведінки відповідно до умов середовища. Навчання у виші має враховувати й розвивати когнітивну гнучкість як одну з важливих рис. За результатами емпіричного дослідження майбутні педагоги виявили низький рівень розвитку флексibilityності. Показник ригідності-флексibilityності вказує на середній рівень пристосованості у 42% студентів, натомість ригідність властива 58% досліджуваних, які є схильними до стереотипної поведінки. Переважна частина майбутніх педагогів виявила інтолерантні комунікативні установки та середній рівень толерантності, що є недостатнім і потребує рефлексивної та корекційної роботи.

Перспективи подальшого наукового пошуку передбачають виявлення психолого-педагогічних умов, які сприяють зростанню флексibilityності майбутніх педагогів і емпіричну їх перевірку в формульованому експерименті.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Актуальні проблеми психології розвитку і самоствердження особистості у навчальному серед-

овищі : колективна монографія / Н. Михальчук та ін. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друк. "Рута"», 2020. 212 с.

2. Аносенкова С., Кіреєва З. Репрезентації часу держслужбовців та їх зв'язок із видами ригідності. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*. 2019. № 8. С. 22–26.

3. Балецька Л. Когнітивна гнучкість особистості: діагностична репрезентативність. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія «Психологія»*. 2016. Вип. 3. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpr_2016_3_3

4. Мазоха І. Комунікативна компетентність та флексibilityність особистості як основа професіоналізму психолога. *Сучасна психологія: проблеми та перспективи* : зб. наук. пр. за матеріалами III Всеукр. науково-практ. конф., м. Ізмаїл, 26 листоп. 2021 р. Ізмаїл : РВВ ІДГУ, 2021. С. 41–45.

5. Ніколаєва І. Особливості прояву ригідності у держслужбовців. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*. 2011. № 48. С. 151–154.

6. Пісоцький О. Когнітивний стиль як чинник розвитку інтелектуального потенціалу майбутнього практичного психолога : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2008. 247 с.

7. П'янківська Л.В. Теоретичний аналіз проблеми психічної ригідності особистості. *Технології розвитку інтелекту* : ел. наукометр. фах. журнал Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. 2020. Т. 4. № 2(27). URL: <https://doi.org/10.31108/3.2020.4.2.1> (дата звернення: 24.07.2023).

8. Шаріпова Д.С. Проблема психічної ригідності у наукових дослідженнях. *Вісник Національного університету оборони України*. 2014. № 6(43). С. 374–378.

ВПЛИВ ГУМАНІТАРНОЇ ПАРАДИГМИ НА ГЕНЕЗИС УЯВЛЕНЬ ПРО САМОУСВІДОМЛЕННЯ Й ЖИТТЄТВОРЧІСТЬ ОСОБИСТОСТІ

THE HUMANITARIAN PARADIGM INFLUENCE ON THE GENESIS OF IDEAS ABOUT SELF-AWARENESS AND PERSONAL LIFE-CREATIVITY

У статті представлені результати теоретичного дослідження в науковому просторі впливу гуманітарної парадигми на генезис уявлень про самоусвідомлення та життєтворчість особистості. Стверджується необхідність інтегрування та ретроспективно розгляду наукового генезису цих понять в рамках гуманітарної парадигми з метою теоретичного визначення, вивчення й обґрунтування необхідності їхнього взаємозв'язку в дослідженні особистості, що розвивається й творить власне життя в культурно-історичному континуумі. Вказується на відношення гуманітарної парадигми до галузей знань, які вивчають людину як індивіда з усіма його особистісними особливостями, духовним життям, соціокультурним контекстом та взаємодією з оточуючим світом. Визначаються шляхи історичного генезису становлення гуманітарної парадигми в науці в цілому і в психології зокрема. Розглядаються питання самоусвідомлення й життєтворчості в контексті вивчення різних етапів розвитку людства та еволюції вчення про свідомість, а також здатність людини до самореалізації. Надається можливість побачити шляхи руху філософської та психологічної думки, які у XXI ст. призводять до того, що ці питання все більш акцентуються на розумінні людини як суб'єкта, який здатен продуктивно й відповідально творити власне життя та вирішувати життєві завдання, спираючись на рівень розвитку власної свідомості. Обґрунтовується думка, що результати подальших досліджень самоусвідомлення й життєтворчості особистості, крім теоретичного збагачення змісту гуманітарної парадигми, дозволять розвивати й практичні підходи та інструменти для підтримки розвитку та самореалізації людини в сучасному світі.

Ключові слова: особистість, гуманітарна парадигма, свідомість, самоусвідомлення, самореалізація, життєтворчість.

The article presents the results of a theoretical study in the scientific space of the influence of the humanitarian paradigm on the genesis of ideas about self-awareness and life creativity of an individual. It is asserted the need to integrate and retrospectively examine the scientific genesis of these concepts within the framework of the humanitarian paradigm in order to theoretically define, study and justify the necessity of their interrelationship in the study of the individual who develops and creates his own life in the cultural-historical continuum. It is indicated the relationship of the humanitarian paradigm to the fields of knowledge that study a person as an individual with all his personal characteristics, spiritual life, socio-cultural context and interaction with the surrounding world. The issues of self-awareness and life creativity are considered in the context of the study of various stages of human development and the evolution of the doctrine of consciousness, as well as a person's ability to self-realize. It is possible to see the ways of movement of philosophical and psychological thought, which in the 21st century. lead to the fact that these questions are increasingly focused on the understanding of a person as a subject who is capable of productively and responsibly creating his own life and solving life tasks based on the level of development of his own consciousness. It is substantiated that the results of further research on self-awareness and life creativity of the individual, in addition to the theoretical enrichment of the content of the humanitarian paradigm, will allow the development of practical approaches and tools to support the development and self-realization of a person in the modern world.

Key words: personality, humanitarian paradigm, consciousness, self-awareness, self-realization, life creativity.

УДК 159.923.2
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.30>

Сімовоник А.І.

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

Вступ. Дослідження генезису уявлень про самоусвідомлення й життєтворчість особистості в рамках гуманітарної парадигми є надзвичайно актуальним і значущим напрямом, оскільки воно допомагає розкрити еволюцію та становлення цих понять в культурно-історичному континуумі. Як відомо, людське існування зараз все більш піддається руйнівним впливам та змінам, які породжують складні виклики для формування самоусвідомлення й життєтворчості особистості. Вивчення генезису цих понять може сприяти підвищенню ефективності гуманітарних досліджень і знаходженню нових шляхів особистісного розвитку та гармонії з часом, суспільством та культурою.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблеми визначення й дослідження самоусвідомлення та життєтворчості особи-

стості є одними з найголовніших питань, на які пропонує звернути увагу сучасна психологія і гуманітарна парадигма взагалі. Так життєтворчість пропонується розглядати через призму її компонентів (О. Доценко, І. Лебединська та ін.), як рефлексивно-творчі процеси в життєдіяльності (В. Рибалка, І. Бех та інші); як ту, що пов'язана з активністю та суб'єктивністю особистості (В. Татенко, Л. Лисенко та інші), як «сенс життя» (Л. Лук'яненко, М. Хоменко, І. Зязюн, В. Чудновський та інші), в якості духовно-практичної діяльності особистості (Л.В. Сохань, М. Літвак, Т. Мирошніченко), як ту, що пов'язана з поняттями життєстійкості та асертивності особистості (Т. Титаренко, Н. Гончарова) та як поняття самореалізації особистості взагалі (В. Осодло, Т. Перепелюк, Л. Осадча та ін.). Досліджені й продов-

жують досліджуватись окремі складові життєтворчості, такі як: структура життєтворчої компетентності (І. Єрмаков, І. Пасько та інші), онтогенез життєздійснення та життєтворчості (О. Скляренко, А. Павленко, В. Ямницький, Н. Грінцова, Н. Артюхіна та інші), критерії розвиненої самоактуалізації (І. Мерзлікін, О. Саннікова, О. Ройтер, Н. Мітіна, В. Татенко, Н. Чепелева та ін.), операційно-дієва складова (О. Марков, О. Ларіна, В. Дубогай та інші) та інші [3; 5; 7].

Що стосується питання самоусвідомлення особистості, то воно більшою мірою представлено в теоретичній площині. Як вказує Л. Терлецька в своєму дослідженні «Психологічні особливості самоусвідомлення особистості», чисельні дослідники не дійшли згоди щодо визначення самосвідомості, в якій наявні різні структурні, змістові й процесуальні складові. Але всі вони погоджуються з тим, що самосвідомість особистості є розгорнутим у часі процесом самопізнання, самосприйняття та самооцінки, пов'язаним з діяльністю та самореалізацією людини як соціальної істоти. Сфера досліджень самоусвідомлення також визначається багатьма напрямками. Серед них можна виділити такі підходи та контексти: когнітивний, коли досліджується, які саме когнітивні процеси і механізми лежать в основі самоусвідомлення, включаючи свідомість, увагу, сприйняття та ментальне представлення себе (Ж. Піаже, Р. Фердинанд, Л. Виготський, В.О. Аверін, А. Маслоу та ін.); емпіричний, коли увага приділяється саме емпіричним методам, таким, як анкетування, експерименти та спостереження, для вивчення відношення особистості до себе, її самооцінки, рівня домагань та самосприйняття (М.Й. Боришевський, Р. Мей, В.І. Моросанова, Г. Олпорт, І. Нестерова, Н. Артюхіна та ін.); соціальний, коли досліджується вплив соціального оточення на самоусвідомлення, включаючи роль соціальних норм, взаємодію з іншими людьми та формування соціальної ідентичності (Д. Маркіа, Г.С. Костюк, Р. Каламаж, А. Маслоу, О.А. Муравйова, О.Г. Спіркін та ін.), та культурний, коли вивчається, як культурні цінності, традиції та норми впливають на самоусвідомлення в різних культурах, включаючи вивчення різних понять «Я» та самоідентифікації (С. Максименко, А. Налчаджян, В. Татенко, М. Лазебна, Т. Титаренко, Л. Терлецька) [2; 6].

Отже, враховуючи актуальність наукового інтересу до досліджень в окремих площинах життєтворчості та самоусвідомлення особистості, вважаємо за необхідне інтегрувати та ретроспективно розглянути в даній статті сам науковий генезис цих понять в рамках гуманітарної парадигми з метою теоретичного визначення, вивчення й обґрунтування необхідності

їхнього взаємозв'язку в дослідженні особистості, що розвивається й творить власне життя в культурно-історичному континуумі.

Постановка проблеми обумовлюється завданнями теоретичного дослідження взагалі, а саме: проведенням теоретичного аналізу наукової літератури на предмет узагальнення понять про самоусвідомлення й життєтворчість в рамках гуманітарної парадигми, а також встановленням взаємозв'язку між самоусвідомленням особистості та її здатністю до життєтворчості. Мета статті полягає у теоретичному дослідженні впливу гуманітарної парадигми на генезис уявлень про самоусвідомлення й життєтворчість особистості в культурно-історичному континуумі.

Виклад основного матеріалу дослідження. Теоретичний аналіз філософської та психологічної літератури на предмет впливу гуманітарної парадигми на генезис уявлень про самоусвідомлення й життєтворчість особистості потребує, перш за все, приділити увагу генезису самої парадигми.

Гуманітарна парадигма – це підхід або ракурс, з якого науки про людину вивчають і розуміють світ та її існування в ньому. Вона покладає основу для розуміння людської природи, ідентичності, взаємодії з іншими, для визначення справжньої особистої свободи, творчості та етичних питань. У широкому змісті гуманітарна парадигма базується на принципі розуміння людського досвіду, культури, аксіології, індивідуальності та суспільного контексту, проте як спеціальне розуміння терміна акцентує увагу на людських суб'єктах як особистостях, які мають певні переживання, цінності, смисли, а також різні мотивації власних дій та різні інтерпретації світу взагалі [1].

Гуманітарна парадигма з її акцентом на людині та її внутрішньому світі в філософії та інших гуманітарних науках плавно розвивалася протягом багатьох століть, проте не можна визначити конкретного року, який позначив би її виникнення. Як свідчать історичні документи, питання рефлексії й дослідження свого внутрішнього «Я», тобто зачатки майбутньої гуманітарної парадигми мали велике значення ще у філософії Древньої Греції. У середньовічній Європі ці ідеї були частково замінені релігійними доктринами, які акцентували увагу на пошуку внутрішньої істини та самореалізації через споглядання та контемпляцію Бога. В епоху Ренесансу та розквіту гуманізму знов актуалізується інтерес до внутрішнього світу людини та маніфестується уявлення про неї як про творчу й суб'єктивну істоту. Філософи Еразм Роттердамський і Мішель де Монтень підкреслювали важливість самоусвідомлення та самовираження для розвитку особистості та пошуку істини. Дуже важливий вклад в розвиток майбутньої гуманітарної парадигми внесли

погляди вчених, філософів, письменників та митців епохи Просвітництва XVII–XVIII століття. Вони акцентували увагу на таких питаннях, як людське щастя, цінність людини, утвердження свободи, розвиток природних здібностей кожного, а також утвердження самосвідомості й самооцінки особистості. У 18–19 століттях філософи Жан-Жак Руссо, Йоганн Гегель, Йоганн Вольфганг Гете розглядали людину як активного творця культури та суспільства, який візуалізує результати власного самоусвідомлення у творчості. Також в цей період німецький філософ Йоганн Готтліб Фіхте вперше в своїх працях використав термін «самосвідомість».

Ідеї подальшого розвитку гуманітарної парадигми як методологічного підходу в філософії припадають на середину XIX століття. Саме філософська думка стала тією рушійною силою яка у середині XX століття активно сприяла залученню гуманітарної парадигми до теорій та досліджень в царині психології й визначенню таких понять, як самоусвідомлення й життєтворчість особистості, що зараз є предметом нашого теоретичного дослідження.

Починаючи з середини XX століття, в рамках екзистенційної та гуманістичної психології такими вченими, як Карл Роджерс, Абрахам Маслоу, Шарлота Бюллер, А. Гольдштейн, С. Джуард, Р. Мей та ін., було висловлено критику щодо зосередженості поведінкової психології на зовнішніх спостереженнях та вимірюваннях, не враховуючи внутрішній світ людини та важливість самореалізації. Такі дослідники, як Карл Ясперс, Людвіг Бінсвангер, Віктор Франкл, Жан-Поль Сартр, Ервін Дж. Ялом, Медард Бос та ін. вважали за найкраще акцентувати увагу на існуванні, вільному виборі та пошуку сенсу життя. Розглянемо уважніше їхні ідеї стосовно самоусвідомлення й життєтворчої діяльності особистості.

Один із засновників гуманістичної психології, Карл Роджерс, у своїх роботах акцентував увагу саме на понятті самоусвідомлення та його ролі в особистісному розвитку. Самоусвідомлення вчений вбачав як процес свідомого сприйняття та розуміння людиною себе самого, який включає у себе усвідомлення власних думок, почуттів, бажань, цінностей та потреб. Психолог вважав, що самоусвідомлення є основою для особистісного розвитку і самореалізації, а також відзначав, що самоусвідомлення може бути досягнуте через процес саморозкриття та внутрішнього дослідження. Роджерс не вказував у своїх працях термін життєтворчості напряму, але за його визначенням, повноцінно функціонуюча людина живе креативно. У кожному мить вона знаходить нові способи жити, замість того, щоб залишатися у минулих, жорстких патер-

нах, які більше не є адаптивними. Роджерс описує повноцінно функціонуючих людей як здатних адаптуватися до нових умов, як таких, що представляють собою «авангард людської еволюції» [4].

Австрійська психологія Шарлота Білер висловлювала думку, що самоусвідомлення є процесом, в якому людина стає свідомою відносно своєї внутрішньої природи, своїх цінностей, мети та ідентичності. Бюллер підкреслювала важливість творчого самовираження в житті людини. В своїй книзі «Перебіг людського життя: дослідження цілей з гуманістичної перспективи» вона відзначала, що самовираження та творчий потенціал мають велике значення для психологічного благополуччя і особистісного розвитку. Дослідниця також вказувала, що повнота, ступінь виконання себе залежить від уміння людини ставити такі цілі, які адекватні її внутрішній суті, самій собі. Така здатність називається самовизначенням. Чим зрозуміліше покликання, тим виразніше виражене самовизначення, що веде до самоздійснення (життєтворчості).

Ще один відомий американський психолог, Абрахам Маслоу, створивши теорію людських потреб та концепцією «єрархії потреб», вважав самоусвідомлення найвищим рівнем розвитку людини в рамках її «єрархії потреб». Після задоволення основних фізіологічних (таких як їжа, вода, проживання) та потреб у безпеці, належності та визнанні людина може розвивати власну здатність до самоусвідомлення. Маслоу розглядав це як процес розуміння та визначення себе самого, що включає розуміння людиною своїх цінностей, мети, потенціалу та сенсу життя. Він також акцентував увагу на індивідуальному розвитку людини та її самореалізації. І хоча в трудах Маслоу не було висвітлено поняття життєтворчості, він наголошував на наявності потенціалу для розвитку у кожній людині та важливості самопідтримки, самопрояву, а також вираженні своїх індивідуальних характеристик у процесі досягнення самоусвідомлення. Самоактуалізація, яку Маслоу вважав найвищою формою особистісного розвитку, також може бути пов'язана з життєтворчістю. Вона означає реалізацію потенціалу людини, самовираження і розвиток її унікальних здібностей і талантів. Маслоу вважав, що люди, які самоактуалізуються, мають внутрішню мотивацію для саморозвитку, проявляють творчість, спонтанність, відкритість до нових ідей і досліджень та реалізують себе через те, що є для них справжнім [4].

Німецьким філософом і соціологом Курт Гольдштейн також вивчав самоусвідомлення (самоусвідомість). Вчений вважав, що воно є важливою складовою людського існування і впливає на наше сприйняття світу і взаємодію з ним. Гольдштейн стверджував, що самоусвідом-

лення залежить від спілкування з іншими людьми та соціального середовища, таким чином будучи результатом соціальної взаємодії та культурного контексту. У своїх працях він також звертав увагу на роль мови у формуванні самоусвідомлення. Гольдштейн вказував, що мова не просто відображає наше сприймання світу, але й активно утворює наше мислення і сприйняття. Мова допомагає нам виражати наші думки, почуття та ідеї, що сприяє розвитку нашого самоусвідомлення. К. Гольдштейн не вивчав життєтворчість, але вбачав у своїх поглядах активну та творчу взаємодію індивіда зі своїм оточенням, а також з самим собою. Він підкреслював важливість самореалізації та пошуку сенсу у житті кожної людини.

Американський психолог Сідні Джуард стверджував, що самоусвідомлення означає бути свідомим і розуміти свої власні думки, почуття, потреби та цінності, бути відкритим і відвертим у відношенні до себе самого. Він підкреслював, що самоусвідомлення вимагає самооб'єктивності і здатності бачити себе таким, яким тебе бачать інші люди. Він вважав, що цей процес може сприяти відкритим та довірливим взаєминам з іншими людьми. С. Джуард також висловлював свої погляди на поняття «життєтворчість», вважаючи, що життєтворчість включає в себе виявлення індивідуальності, відкритість до нових досвідів та готовність до ризику. Він наголошував на важливості особистого самовираження і пошуку сенсу у житті, які допомагають людині розвиватися і задовольняти свої потреби. За поглядами Джуарда, життєтворчість вимагає активності та відповідальності з боку людини. Він стверджував, що людина повинна бути свідомою своїх можливостей і мотивів, а також брати на себе відповідальність за свої вчинки і вибори. Джуард підкреслював важливість взаємодії з іншими людьми, вважаючи, що це може надати підтримку, інспірацію та нові ідеї, що сприяють особистісному зростанню та розвитку життєтворчості.

Схожі погляди були і в американського психолога та психотерапевта, Ролло Мей. Він вважав, що самоусвідомлення є процесом, у якому людина стає свідомою щодо своїх внутрішніх переживань, мотивів, цінностей та сенсу життя, а також що самоусвідомлення є важливим елементом самореалізації та індивідуального розвитку. Мей наголошував на значенні внутрішнього пошуку, рефлексії та саморозкриття для досягнення глибшого розуміння себе та своїх життєвих установок. В своїй роботі «Пошук себе» він досліджує поняття самопізнання, відповідальності і свободи, стверджуючи, що кожна особа має можливість активно впливати на своє життя і створювати свій власний сенс. Мей підкреслював важливість пошуку сенсу життя та реалізації своїх потенціалів для

досягнення самоусвідомлення. Він вважав, що людина повинна визначити свої особисті цінності, цілі та життєві призначення, щоб жити задоволено та задовольняти свої потреби. Вчений підкреслював важливість самореалізації та пошуку сенсу життя як основних аспектів життєтворчості і наголошував на важливості особистого вибору і відповідальності, вважаючи, що людина повинна брати на себе відповідальність за своє життя і активно займатися розвитком своїх можливостей.

В. Франкл, засновник та представник такого напрямку в екзистенційній психології, як логотерапія, хоч і не вивчав напряму життєтворчість людини, тим не менш, зробив великий вклад у розуміння цього питання. Вчений зазначав, що розвиток особистості зумовлений прагненням до пошуку і реалізації сенсу життя. Активне життя, в якому особистість усвідомлює власні глибинні бажання, схильності та потреби у розвитку, за Франклом, служить меті реалізації цінностей у творчій праці, тим часом як пасивне життя, спрямоване лише на отримання насолоди, унеможливорює життєтворчість та отримання задоволення від споглядання краси, мистецтва та природи. У контексті самоусвідомлення Франкл підкреслював важливість того, щоб кожна людина знайшла особистий сенс і значення у своєму житті. Він вважав, що сенс життя не обов'язково передбачає зовнішні обставини, але залежить від того, як ми ставимося до цих обставин і як вони впливають на наші внутрішні цінності і цілі. Франкл вірив, що самоусвідомлення відбувається через розуміння внутрішніх цінностей, здібностей та потреб і присвячення їх реалізації. Він наголошував на тому, що ми маємо відповідальність за власне життя і можемо знайти сенс навіть у найскладніших ситуаціях, які ми зустрічаємо [6].

Один з найвідоміших представників екзистенціалізму, Жан-Поль Сартр, розглядав людину як суб'єкта, який активно творить свою сутність через вибори та дії. Він писав, що людина не просто «існує», але сама створює себе через свої вчинки і рішення, що є важливою частиною самоусвідомлення. Також самоусвідомлення, за Сартром, вимагає від людини відкритості до своїх можливостей, бажання розуміти свої власні мотиви, цінності та дії, бо тільки так вона зможе розуміти свої потреби, бажання, мету та сенс свого існування, здебільше через взаємодію з іншими людьми. Оскільки, згідно з Сартром, людина має свободу вибору і відповідальність за свої дії, її життєтворчість полягає в тому, щоб визначити власні цінності, пріоритети та мету й діяти відповідно до них. Вчений вважав, що ніякі обставини або зовнішні фактори не визначають наше існування і лише ми самі

створюємо себе через свої вибори. Однак він не вважав життєтворчість справою легкою або безпроблемною. Сартр розумів, що з вибором і відповідальністю пов'язані ангажованість, невизначеність і можливість помилок. Вчений підкреслював важливість прийняття цих аспектів життя та відчуження від конформізму або зовнішніх вимог.

Ервін Дж. Ялом, американський психіатр та психотерапевт, підкреслював важливість самоусвідомлення як інструменту для розуміння себе, своїх потреб і мети в житті, вважаючи, що самоусвідомлення є ключовим аспектом особистісного розвитку і психологічного благополуччя. В своїх роботах вчений підкреслював важливість активного творення сенсу і значущості у власному житті, надавав різні методи і техніки, за допомогою яких людина могла стати більш усвідомленою, наприклад, через розглядання ситуації з позиції «тут і зараз» або через вивчення власної життєвої історії. Ялом також мав свої погляди щодо життєтворчості. Він висловлював ідею, що життєтворчість може виявлятися в різних формах, таких як творчість у мистецтві, професійна самореалізація, відносини з іншими людьми та пошук сенсу. Він стверджував, що активне творення сенсу є ключем до задоволення і психологічного благополуччя.

Представник прямої екзистенційно-аналітичної психотерапії, швейцарський психолог і психіатр, Медард Бос, у своїх працях висловлював ідею, що самоусвідомлення може бути спонукано відкритою взаємодією з іншими людьми. Він вважав, що самоусвідомлення є процесом, у якому людина активно стикається зі своїми внутрішніми переживаннями, почуттями і думками, та підкреслював значення психотерапевтичної співпраці та емпатії в процесі самоусвідомлення. Вчений вказував на важливість глибокого дослідження себе, включаючи підсвідомі аспекти, а також розкривав роль аналізу снів і взаємодії з іншими людьми в процесі самоусвідомлення. Медард Бос також розвивав концепцію життєтворчості, висловлюючи думки про важливість активного творення сенсу та значення власного життя. Одним із центральних аспектів життєтворчості, який розвивав Бос, була ідея про самостановлення. Він підкреслював, що кожна людина має можливість формувати свою власну ідентичність і реалізувати свої потенціали через вибір і діяльність. Бос також акцентував увагу на важливості особистісного розвитку та розкриття. Він вважав, що через самоусвідомлення, розуміння своїх потреб, цінностей та бажань людина може досягти більшої гармонії і задоволеності у своєму житті.

Особливої уваги стосовно різних аспектів самоусвідомлення та життєтворчості у першій половині ХХ століття заслуговують роботи

таких дослідників, як К.Г. Юнг, А. Адлер, Г. Салліван, В. Джеймс, Е. Фромм та ін.

В аналітичній психології К.Г. Юнга життєтворчість особистості тісно пов'язана з її здатністю до усвідомлення себе окремо від соціуму одиницею, що опанувала всі його правила, але здатна до самостійного розвитку з ціллю привнесення нових здобутків у колективний простір. За Юнгом, соціум намагається підтримувати власний гомеостаз, але необхідні для його виживання зміни приносять люди (особистості) саме здатні до повної власної реалізації в супереч нормам системи [2].

В індивідуальній психології А. Адлера вважається, що людина «не здатна думати, відчувати, бажати, діяти, не маючи перед собою мети. Всі душевні рухи отримують свій напрямок завдяки раніше поставленій меті» (книга «Практика і теорія індивідуальної психології»). Тож за Адлером для власного прояву людині важливо мати усвідомлену цільову установку, тобто розуміти, чого людина хоче і може досягти, задля того щоб спрямованість її відповідала цій меті. З цієї самодостатньої цілеспрямованості походить цілісність особистості та її здатність до власної життєтворчості.

Міжособистісна теорія Гаррі Саллівана є однією з провідних теорій у психології, яка розглядає взаємодію між людьми з погляду розвитку і самоусвідомлення особистості. Згідно з теорією Саллівана, особистість формується шляхом взаємодії з іншими людьми і наслідків цієї взаємодії. Центральна концепція в цій теорії – це «міжособистісність», що означає взаємозалежність особистості і соціального оточення. Самоусвідомлення в даній концепції розглядається як постійно змінний процес, що формується взаємодією з іншими людьми. Салліван вважав, що індивідуальна свідомість і самосвідомість нерозривно пов'язані із суспільними структурами, які включають ролі, відносини та контекстуальні фактори. Одним із ключових аспектів самоусвідомлення в міжособистісній теорії Саллівана є ідея «глобального самопоняття». Він вважав, що люди розвивають загальну ідею про себе на основі своїх взаємин з іншими людьми, а це включає рольві очікування, суспільні стандарти та норми. Самоусвідомлення відіграє важливу роль у формуванні соціальних навичок, самооцінки та взаємодії з іншими. Воно дозволяє нам розрізняти себе від інших, розуміти наші потреби та бажання, а також впливає на наше ставлення до себе та до оточуючих людей.

Вільям Джеймс, видатний американський філософ і психолог, який створив концепцію «потіку свідомості», розглядав свідомість як постійно змінний потік думок, почуттів та сприйняття, що безперервно рухається й розвивається в нашому усвідомленому досвіді. Він висунув ідею, що свідомість є неперерв-

ним процесом, в якому різні елементи сприйняття і думок з'єднані між собою. Джеймс також акцентував увагу на важливості волі і волевиявлення у свідомому досвіді. Він вважав, що воля впливає на наші дії та вибори, і вона може модифікувати наш усвідомлений досвід. Він розглядав волю як активний процес, який дозволяє нам обирати, регулювати та контролювати наші дії і реакції. Самосвідомість вчений розглядав як здатність розпізнавати і відчувати свої власні думки, почуття та сприйняття, а також бути усвідомленим щодо власного існування. Він виділяв два типи самосвідомості: «якісну» самосвідомість, що включає розуміння себе як індивіда з унікальними властивостями, і «феноменальну» самосвідомість, що стосується почуття свого власного «я» у процесі свідомого досвіду.

Представник нефрейдистської концепції Еріх Фромм вважав, що лише здатність мислити самостійно, керуючись власними знаннями та особистими якостями, дозволяє нам реалізувати власну особистість, повірити у себе та в життя взагалі. Його гуманістична теорія передбачає, що особистість є продуктом динамічної взаємодії між вродженими потребами та тиском соціальних норм і приписів. Тобто з його точки зору, лише особистість, достатньо зріла для самоусвідомлення, здатна на повну реалізацію та життєтворчість [2].

В другій половині ХХ століття все більш зростає інтерес до психологічного благополуччя та підвищення якості життя. Термін життєтворчості, в тому контексті, як ми його розглядаємо в своєму дослідженні, а також поняття «культура життєтворчості» вперше з'явилися в трудах української вченої Лідії Василівни Сохань. Центральним положенням концепції, над якою працювала Сохань та члени її команди, стало уявлення про людину як суб'єкта життя, в основі існування якого полягає життєтворчість, «особлива й вища форма прояву творчої природи людини». На думку вченої, ця духовно-практична діяльність спрямована на творче планування, проектування та здійснення життєвого проекту [4]. Розробляючи, коригуючи та здійснюючи свій життєвий сценарій, особистість опановує мистецтвом життя – особливим вмінням, що базується на його глибинному знанні, розвиненій самосвідомості та володінні системою засобів, методів і технологій життєтворчості. Життєтворчість тут виступає способом вирішення поточних, середньострокових та перспективних життєвих завдань. Це процес упорядкування особистісної подієвої картини життя, процес її самовдосконалення. В даній концепції розглядаються також такі поняття, як: «життєвий шлях особистості», «спосіб життя», «стиль життя», «культура життя» та ін., які в ХХІ ст. не тільки не втратили власної актуальності, а й потребують подаль-

ших досліджень у рамках гуманітарної парадигми в зв'язку зі змінами, які відбуваються в нашому суспільстві та в світі взагалі.

Таким чином, ретроспективний аналіз генезису понять самоусвідомлення й життєтворчості особистості в рамках гуманітарної парадигми дає можливість побачити шляхи руху філософської та психологічної думки, які у ХХІ ст. призводять до того, що ці питання все більш акцентуються на розумінні людини як суб'єкта, який здатен продуктивно й відповідально творити власне життя та вирішувати життєві завдання, спираючись на рівень розвитку власної свідомості. Цей підхід робить наголос на самореалізації, особистісному розвитку та пошуку сенсу у житті, а особистість розглядається як цілісна суб'єктивна істота, здатна активно впливати на своє життя та творити свій власний шлях.

Висновки з проведеного дослідження. Гуманітарна парадигма є результатом поступового еволюційного процесу розвитку думок, що включає в себе внесок багатьох дослідників та інтелектуалів протягом всього культурно-історичного розвитку людства. Як ми побачили в ході нашого теоретичного дослідження, у цьому підході зосереджене багатоглибке вивчення внутрішнього світу особистості, її унікальних рис, цінностей, мотивацій, духовних потреб та досвіду, а також імовірність постійного розвитку з метою підвищення її самоусвідомлення, самоактуалізації і самореалізації в процесі власної життєтворчої діяльності. Самі поняття самоусвідомлення й життєтворчості, незважаючи на те, що вони більш детально окреслюються саме в рамках гуманітарної парадигми, мають тривалу історію вивчення в царинах спочатку філософії, а потім і психології, але розглядаються вони переважно окремо одне від одного, навіть виникають в різні культурно-історичні епохи. На нашу думку, ці поняття потрібно розглядати у взаємозв'язку, оскільки без самоусвідомлення особистості не можлива будь-яка життєтворча діяльність, вона, навпаки, є результатом свідомих дій особистості. Тому визначення взаємозв'язку і взаємовпливу між поняттями самоусвідомлення та життєтворчості особистості залишаються актуальними і потребують подальших досліджень. Вважаємо, що результати цих досліджень, крім теоретичного збагачення змісту гуманітарної парадигми, дозволять розвивати і практичні підходи та інструменти для підтримки розвитку та самореалізації особистості в сучасному світі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Afanasiev, O. Humanitarian paradigms and their peculiarities. *Actual Problems of Mind*. 2017. Vol. 11. P. 216–225. URL: <https://doi.org/10.31812/apd.v0i11.1752>.

2. Carden, J., Jones, R. J., & Passmore, J. Defining Self-Awareness in the Context of Adult Development: A Systematic Literature Review. *Journal of Management Education*. 2022. Vol. 46(1). P. 140–177. URL: <https://doi.org/10.1177/1052562921990065>.

3. Артюхіна Н.В. Базові складові життєтворчості особистості. *Збірник наукових праць Теорія і практика сучасної психології*. Класичний приватний університет, м. Запоріжжя. 2019. Т. 1, № 2. С. 10–16.

4. Мірошніченко Т.В. Концепція життєтворчості особистості у психолого-педагогічному просторі. *Problems and Innovations in Science. Abstracts of the 1st International scientific and practical conference*. Nika Publishing. London, Great Britain. 2020. Vol. 2. P. 69–72. URL: <http://elconf.com.ua/>.

5. Павленко А.І. Навчання мистецтву життєтворчості: становлення теоретичних основ. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія : Педагогіка. Соціальна робота*. 2017. Вип. 2. С. 186–189. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuuped_2017_2_48.

6. Панок В.Г., Рудь Г.В. Психологія життєвого шляху особистості. Київ : Ніка-Центр, 2006. С. 280.

7. Скляренко О.М. Проблема здатності до життєтворчості у сучасних психологічних дослідженнях. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки*. 2013. Т. 2. Вип. 10. С. 288–292. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups_2013_2_10_57.

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ САМОРИЙНУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF SELF-DETERMINATION OF PERSONALITY

У статті розглянуто актуальну проблему сучасного часу – само руйнацію людини, що тісно пов'язана зі станом соціокультурного простору та викликана кризою основних запобіжників людського буття. Сприяти саморуйнуванню може цілий спектр причин, від відсутності кохання та ласки в дитинстві, не сформованої самостійності, проблем із самооцінкою (частіше заниженою), до завищених вимог до людини з боку оточуючих, особливо непомірних вимог з боку батьків до дитини, заборони на вияв емоцій та почуттів. Всі ці причини разом чи окремо можуть сприяти розвитку у людини внутрішньо особистісного конфлікту. Кожне суспільство, кожна епоха встановили для себе певну градацію «добрих» і «поганих» вчинків, а вміння підкорятися цим стандартам постало своєрідною гарантією уникнення деградації суспільства і людини. Саморуйнуванням або само деструкцією називають емоції, думки, а також дії, що мають деструктивний характер, які неусвідомленим чи свідомим чином спрямовуються на саму людину. Щоб зрозуміти, чому особистість прагне до самознищення, що суперечить основному закону життя – інстинкту самозбереження, необхідно звернутися до природи людини. На відміну від тварин, людина здатна пожертвувати своїм життям заради самоствердження, особистої чи групової гідності. Хтось використовує підлість і зраду, щоб врятувати життя, хтось рятує людей ціною свого життя, а хтось вбиває себе та інших через втрату сенсу життя. Дослідники людської природи зазначали, що людина – єдина істота, яка не пристосувалася до середовища існування. У зовнішньому світі людина шукає втрачений «материнський рай» у вигляді емоційного зв'язку з оточуючими та шляхів їх реалізації. Екзистенційне роздвоєння змушує людину створювати єдність із собою, природним і соціальним світом. Профілактику внутрішньо-особистісних конфліктів можна запропонувати суспільству практичними психологічними знаннями, пов'язаними з розпізнаванням стресових або внутрішньо-особистісних конфліктних станів, а також способами самопомоги та інформування, в яких випадках це необхідно – звернутися за допомогою до психолога. І тут особистість може уникнути багатьох самодеструктивних наслідків і бути більш успішною у взаємодії в суспільстві, відповідно, вона може бути здатною до самореалізації як самостійна соціальна одиниця.

Ключові слова: психологічні чинники, саморуйнування особистості, чинники саморуйнування.

The article deal swiththe current problem of modern times – the self-destruction of a person, which is close lyrelated to the state of the socio-cultural space and is caused by the crisis of the mainsafeguards of humanexistence. A whole range of reasons can contribute to self-destruction, the lack of love and affection in childhood, unformed independence, problems with self-esteem (often underestimated), excessive demands on a person from those around him, especially excessive demands from parents on the child, a ban on the expression of emotions and feelings. All these reasons, together or separately, can contribute to the development of a person's internal conflict. Each society, each era established for itself a certain gradation of 'good' and 'bad' actions, and the ability to obey these standards became a kind of guarantee of avoiding the degradation of society and man. Self-destruction or self-destruction refers to emotions, thoughts, and actions of a destructive nature, which are unconsciously or consciously directed at the person himself. To understand why a person strives for self-destruction, which contradicts the basic law of life – the instinct of self-preservation, it is necessary to turn to the nature of man. Unlike animals, man is capable of sacrificing his life for self-affirmation, personal or group dignity. Some use meanness and betrayal to save lives, some save people at the cost of their lives, and some kill themselves and others because of the loss of the meaning of life. Researchers of human nature noted that man is the only creature that has not adapted to its environment. In the outside world, a person is looking for a lost 'mother's paradise' in the form of an emotional connection with others and ways of their realization. Existential bifurcation forces a person to create unity with himself, the natural and social world. The prevention of intra-personal conflicts can be offered to society with practical psychological knowledge related to the recognition of stressful or intra-personal conflict states, as well as self-help methods and information, in which cases it is necessary to seek help from a psychologist. And here the individual can avoid many self-destructive consequences and be more successful in interacting in society, accordingly, he can be capable of self-realization as an independent social unit.

Key words: psychological factors, self-destruction of personality, factors of self-destruction.

УДК 159.937:94246.3:159.91
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.31>

Філонова К.С.

аспірант кафедри загальної та диференціальної психології ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»

Постановка проблеми. Стрімкі цивілізаційні зміни сприяють не тільки появі суперечливих цінностей і норм, що значно ускладнює вибір для людини, а й ведуть до виникнення у неї страхів, стресів, значного збільшення тривожності і як результат особистісного саморуйнування. При цьому під саморуйнуванням ми розуміємо схильність особистості навмисно завдавати собі шкоди (не важ-

ливо моральної чи психологічної), руйнувати себе. Сприяти саморуйнуванню може цілий спектр причин, від відсутності кохання та ласки в дитинстві, не сформованої самостійності, проблем із самооцінкою (частіше заниженою), до завищених вимог до людини з боку оточуючих, особливо непомірних вимог з боку батьків до дитини, заборони на вияв емоцій та почуттів. Всі ці причини разом чи окремо можуть

сприяти розвитку у людини внутрішньо-особистісного конфлікту. Саморуйнуванням або само деструкцією називають емоції, думки, а також дії, що мають деструктивний характер, які неусвідомленим чи свідомим чином спрямовуються на саму людину.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Питання, пов'язані з самознищенням людини, обговорювалися з давніх часів (Аристотель, Сократ, Епікур, кініки, стоїки, Платон, Сенека та ін.), у середні віки (Августин, Фома Аквінський) і в Новий час (Р. Декарт, Г. В. Лейбніц, К.-А. Гельвецій та ін.) та представники німецької філософії (І. Кант, Г. Гегель, Ф. Ніцше). Виникнення людської природи деструкції, її сутність невикорінення у свідомості досліджували представники екзистенціальної філософії (К. Ясперс, А. Камю, Ж.-П. Сартр та ін.), прихильники франкфуртської школи (Г. Маркузе), Т. Адорно, А. Альтюссер та ін.), філософи соціології (Е. Дюркгейм, Г. Зіммель, Е. Фромм, Дж. Елюль та ін.), філософії структуралізму (Ж. Батай, Дж. Бодрійяр, М. Фуко, Ж. Дерріда, Ж. Дельоз та ін.), психоаналіз (З. Фрейд, А. Адлер, В. Франкл, С. Гроф та ін.). У пострадянській і особливо українській психології розробка цієї проблеми пов'язана з дослідженням оволодіння складними ситуаціями та психологічної стійкості особистості (О. Бацілева, Г. Дубчак, О. Кокун, В. Крайнюк, Л. Куліков, О. Либін, О. Либіна, А. Фомінова, О. Шамитш та ін.), пошуки сенсу життя і творчості (Д. Леонтьєв, Ю. Шваб, С. Рудницька, М. Смулсон, Т. Титаренко, Н. Цепелева), з проблемою самореалізації та саморегуляції особистості (О. Бондаренко, О. Бондарчук, М. Боришевський, Л. Карамуська, Л. Коростильова, С. Максименко, В. Моляко, В. Моросанова, В. Москаленко, О. Осницький, Н. Пророк, Л. Серджук, адаптивність (Ф. Березін, О. Литвиненко, А. Маклаков).

Мета статті – обґрунтувати психологічні чинники саморуйнування особистості.

Виклад основного матеріалу. Наукове спрямування цієї проблеми має велике поле наукового дослідження і поширюється на всі сфери психологічного знання, оскільки відображає багатовимірний рівень суспільного та індивідуального життя людини. На сучасному етапі розвитку суспільство переживає скрутні часи трансформації свідомості, ментальності та духу. Цей довготривалий і болісний процес ускладнюється тими викликами, які цивілізація отримала ще на початку ХХ століття, у вигляді природних і техногенних катастроф, екологічної та духовної кризи, національної нетерпимості та ворожнечі, боротьби між провідними країнами світу за нові ринки збуту товарів, війн за стратегічні ресурси тощо. У цей асоціативний ряд логічно вписується виклик, який являє собою проблему, тобто є наріжним каменем

усіх наведених явищ разом узятих, – людська саморуйнація як форма агресії [7, с. 195].

Ще у ХІХ ст. Е. Дюркгейм зробив висновки щодо саморуйнівних деформацій на прикладі німецького суспільства, в якому розглядав зародки саморуйнівних тенденцій. Він вважав, що у кожному суспільстві існує певний нахил до саморуйнації, який формує визначений контингент осіб, схильних до посягань на власне життя. Цей нахил був об'єктом об'єктивного дослідження Дюркгейма [5, с. 76]. Він намагався визначити умови, за яких реалізується явище, яке він назвав соціальним показником суїциду. До речі, у часі Дюркгейма і навіть у 20-ті – 40-ві роки ХХ ст. дискусії щодо саморуйнівного тяжіння відбувалися в основному в колі психіатрії та психології. І зацікавленість науковців викликали не тільки форми саморуйнування особистості, які зараз вважаються знаковими для сучасного суспільства, – наркоманія, алкоголізм, азартні ігри, токсикоманія та остання форма аутоагресії – суїцид.

Відомі французькі психіатри ХІХ ст. Ескіроль, Фалре, Моро де Тур, Берден вважали, що будь-яка добровільна відмова від життя є божевіллям, хворобою, яка є в кожному суспільстві, але потім вони сформулювали інший науковий погляд на цю проблему – той самий, з позиції якого Ескіроль пізніше стверджував, що самогубство є феноменом, який залежить від низки різноманітних причин і не може бути показником хвороби [12, с. 19].

ХХ ст. започаткувало нові наукові підходи для встановлення форм саморуйнування та її природи. Серед них: еволюційний, соціологічний, психоаналітичний, соціально-психологічний, соціально-філософський, антропологічний тощо.

Але виникає закономірне запитання, яке лежить на поверхні проблеми: чому саме зараз існує загроза повного знищення людей власними руками, особливо за допомогою самознищення та аутоагресії? Чим незвичайна, особлива, небезпечна сучасна цивілізація?

Кожне суспільство, кожна епоха встановили для себе певну градацію «добрих» і «поганих» вчинків, а вміння підкорятися цим стандартам постало своєрідною гарантією уникнення деградації суспільства і людини.

Тепер можна стверджувати, до середини ХІХ ст. світ не знав про такі форми девіантної поведінки (тобто тих, хто відхиляється від норм), як наркоманія, гомосексуалізм, тероризм, проституція тощо взагалі, або в таких розмірах не знав тих масштабів девіації, що існують зараз. І якщо раніше кожне суспільство, кожна культура, кожна епоха мали свої яскраво виражені, «традиційні» форми девіації, то зараз все перемішалось і дуже ускладнилось. Здається, сучасна культура увібрала в себе все найгірше, що було створено людством раніше, додавши ще й свої «здобутки» [11, с. 32].

І це не публічне спостереження. Відомі вчені – філософи, соціологи, політологи, психологи, медики відзначають схильність до ускладнень і транслокацій (перенесення частини одних девіантних чинників на інші: повія стає наркоманкою чи алкоголічкою, наркоман чи гравець змушений вчинити злочин з метою знайти гроші на дозу або щоб продовжити грати в азартні ігри) деструктивних форм поведінки.

Сучасна наука під деструкцією розуміє специфічну людську форму активного ставлення до світу, основним змістом якої є деструкція існуючих об'єктів і систем, яка може бути спрямована на саму людину, що виявляється в деструкції особистості до крайньої форми – самогубство. Деструкція є ідентифікатором хаосу, що завжди присутній в людській природі, і може бути як кінцевою метою діяльності, так і супроводжувати діяльність, що має креативну мету [5, с. 87].

Самознищення особистості може проявлятися в наркоманії, пияцтві, азартних іграх, небезпечних професіях, небезпечних для здоров'я та життя видах спорту, трудового ізму (людина працює на знос), агресивній поведінці, безглузких ставевих стосунках.

Необхідно знати, що самознищення завжди має негативні наслідки. Людина може отримати як моральне спотворення, так і реальне спотворення, і навіть захворювання психосоматичного характеру, наприклад, онкологія, виразкова хвороба, гіпертонія. Особистість також може відчувати суїцидальні думки та ідеї.

Щоб зрозуміти, чому особистість прагне до самознищення, що суперечить основному закону життя – інстинкту самозбереження, необхідно звернутися до природи людини. На відміну від тварин, людина здатна пожертвувати своїм життям заради самоствердження, особистої чи групової гідності. Хтось використовує підлість і зраду, щоб врятувати життя, хтось рятує людей ціною свого життя, а хтось вбиває себе та інших через втрату сенсу життя. Дослідники людської природи зазначали, що людина – єдина істота, яка не пристосувалася до середовища існування (К. Лоренц, Н. Тінберген, Е. Фромм, Е. Аронсон та ін.) [2, с. 434].

Представники екзистенціалізму зазначали, що індивід у хворому суспільстві є хворою реальністю, яка співвідноситься з таким же суспільством. В їхніх концепціях де гуманізованого суспільства сутність людини наповнюється негативним змістом як на філогенетичному, так і на онтологічному рівнях, формується хибний стан свідомості, що характеризується закоханістю та асоціальністю, що посилює в людині деструктивні тенденції. в умовах культивування ерзац цінностей масової культури (В. О. Лозовий). «Самодеструкція

особистості – складне соціальне явище, яке є однією з форм саморуйнування і самозміни, спрямованих на девіантну поведінку, асоціальність» [4, с. 37].

У соціокультурному просторі моральна система координат розмивається, культ споживання стає не просто культом, а Культ, Ідолом, засобом життя і думкою, самоціллю. У такій «системі цінностей» особистість дезорієнтується і, як підкреслює Ж. Батай, «людина за своєю природою отримує задоволення від витрат, дозвілля, жертв тощо, тоді як імперативи корисності та накопичення не властиві людській природі» [1, с. 92].

Сама природа людини служить як алібі для суспільства споживання. Ж. Батай вперше розвиває ідею «бездіяльного негативу»: якщо вчинок за Гегелем негативний, то для людини «в кінці історії», якій нічого не залишається робити, зберігаються «безробітна негативність», що реалізуються в отриманні відчуттів адреналіну, еротики, порнографії, через містику, культу смерті, азартні ігри тощо, які посилюють у людини саморуйнівні наміри [4, с. 38].

Саморуйнування як механізм самознищення запускається як зовнішніми чинниками, що призводять до виникнення протиріч між людиною та суспільством, так і внутрішніми чинниками, що виникають і діють у самій системі особистості. Це зумовлено об'єктивними причинами: інтенсивним зростанням економізації суспільства, соціально-економічною кризою, яка спричиняє створення армії безробітних, соціально незахищених верств населення, які залишаються без засобів до існування та втрачають єдність із соціальним цілим [6, с. 56]. Така примусова соціальна непотрібність стає за висловом Ж. Батая, так званою «проклятою долею». І від того, як людина подолає цю «долю», вибереться з цих невирішених проблем, щоб піднятися до духовності та творчого творення, чи змириться і відійде від проблем, залежить її подальше життя. Небажання чи нездатність протистояти «абсурду життя» виражається в прагненні сховатися від людей, максимально дистанціюватися шляхом самознищення [1, с. 15].

Перебуваючи в такому стані, людина намагається уникнути відповідальності перед собою та суспільством, врятуватися «втечею в ірраціональність», брати участь у процесі духовної капітуляції, відмови від свободи. Звільнення від зовнішнього світу і від власного світу проявляється в таких само деструктивних формах, як геймерманія, наркоманія, алкоголізм, наркоманія, пияцтво, проституція тощо, які за своєю природою як розтягнуті в часі форми самознищення, є соціальним злом. В останні роки ХХ ст. виникла низка неврозів, пов'язаних із втратою сенсу життя, неврози безробіття, недільні неврози, неврози «нових українців» тощо.

За визначенням В. Франкла, ноогенним неврозам властиві ознаки: апатія, депресія та нудота [8, с. 76]. Ерік Фромм звертає увагу на те, що хронічна депресія і нудьга призводять до посилення фрустрації, яка в компенсованій і некомпенсованій формі є однією з основних психопатологій сучасного технотронного суспільства [10, с. 13]. На думку З. Фрейда, це явище було названо «хворобою сучасного суспільства». Цей соціальний аспект життя створює найсприятливіші умови для формування само деструктивного стану. Відчуття втрати сенсу життя в суспільному масштабі, яке спостерігається як у «ситих» країнах Заходу, так і в «бідних» країнах перехідного періоду, небезпечно тим, що воно деструктивно. Життєвий досвід підтверджує, що той, хто не може само реалізуватися, стає ізгоем, наркоманом, екстремістом, терористом, сектантським фанатиком [9, с. 37]. «Руйнівність – це наслідок неспроможного буття» [10, с. 14].

У зовнішньому світі людина шукає втрачений «материнський рай» у вигляді емоційного зв'язку з оточуючими та шляхів їх реалізації. Екзистенційне роздвоєння змушує людину створювати єдність із собою, природним і соціальним світом. Цю єдність можна створити різними способами: відключенням свідомості, введенням у стан екстазу, ейфорії чи трансу за допомогою наркотиків, алкоголю, сексуальних оргій, посту, голоду та інших ритуалів [3, с. 34].

Е. Фромм підкреслював, що будь-яка спроба відновити свою цілісність має на меті закриття свідомості, будь-яка манія калічить людину, поглинає її, робить залежною від пристрасті, як і наркозалежність. На думку Е. Фромма, творчість і деструкція – це не інстинкти, а реакції на ситуацію людини в реальному світі. Найжахливішим є стан людини, приреченої на пасивність і використання. Рятуючись від цих нестерпних почуттів, людина погоджується випробувати всі засоби – від роботи до наркоманії, жорстокості, самогубства, вбивства і добровільної згоди піти на війну, щоб знищити світ і себе. Альтернатива: або створювати і будувати, або руйнувати і знищувати [9]. Групова ідентифікація і відчуття безпеки, співчуття і самопожертва, жага безсмертя і сенсу життя штовхають людину в полони ірраціональних ідеологій, здатних маніпулювати її свідомістю, що в напруженій атмосфері настільки глибоко вкорінені в емоційному шарі людини, що всі замінені види діяльності, створені культурою (мистецтво, спорт, мораль, релігія тощо), можуть лише тимчасово загальмувати її реалізацію. Рано чи пізно у людини посилюється потяг до адреналіну, і людина шукає способи його реалізувати. Такий час у динаміці масових настроїв є золотим часом для ідеологів культу смерті, тоталітарних сект. Тягар індивідуальної відповідальності нестерпний, він змушує

людину бути під Владикою (Батьком). Солодке відчуття залежності від влади створює емоційний стан інфантильно-рабського розуму, який завжди готовий віддати життя за ірраціональні ідеї та авторитети (Ф. Достоєвський, Е. Фромм). Людина може зберегти свою унікальність за умови, що вона створить таку форму життя, яка дозволить їй бути вільною, а отже й відповідальною за своє існування [10, с. 79].

Як підкреслював Ж. Бодрійяр, протягом своєї історії західне суспільство рухалося до багатьох звільнень: вони звільнили політичне, сексуальне, продуктивне та деструктивне, жінок і дітей, несвідоме та свідоме, мистецтво тощо. Ця «визвольна оргія закінчилася». Виникає питання: а що далі? Тепер філософ стверджує: «Західний світ рухається в порожнечу. Всі утопії здійснені, суспільству залишається лише відтворювати вже існуючі фантоми» [3, с. 7]. Як існувати на етапі вимирання? Все працює, як і раніше але уникнув сенс існування. Людина втрачає головне, систему цінностей, сенс життя. Епоха «вірусної метонімії» невблаганно поглинає все людське, що є в людині, залишаючи її сам на сам із згубним бажанням» [3, с. 46].

Дж. Бодрійяр зазначав, що в сучасному світі переважають три основні форми: тероризм як форма транс-політики, СНІД і рак як форма патології, транссексуалізм і трансвестизм як форма єдності сексуальності та етики, які водночас відображають посилення жорстокості в політиці, сексуальності та руйнування відповідних генетико-культурних кодів. Організм людини в умовах штучного середовища втрачає імунітет. А людина без захисних можливостей стає вразливою до пристроїв, технологій, соціального забруднення [3, с. 54].

У сучасному інформаційному суспільстві «людське мислення замінюється електронікою, а всі системи наближаються до межі імунодефіциту. У сильно захищеному приміщенні організм втрачає будь-який захист [7, с. 195]. В асептичному приміщенні нові віруси починають розмножуватися, вражаючи як організм, так і суспільство, через що соціальна система також втрачає природний захист. Якщо система редукована, зазначає Ж. Бодрійяр, вона володіє принципом зла як принципом повернення до навколишнього стану [3, с. 95].

На думку науковців, сучасні проблеми, що виникли в суспільстві, являють собою захисну реакцію: СНІД захищає від сексуальної епідемії, ліки захищають від душевного заціпеніння і загальної запрограмованості, тероризм – від «епідемії гармонії» і необмеженого впливу державної влади, неврозів, проти божевілья тощо.

Експеримент із глобального програмування та штучне моделювання світу, кажуть вчені, призведе до створення смітника, природне

середовище перетвориться на відходи. Характерною рисою західної цивілізації є те, що людина стає покидьком сама собі. «Сучасне місто – це музей ідеальної деконструкції, де утверджено принцип ідеальної само руйнації. Сучасний мегаполіс – це машина безшлюбності, яка нескінченно само відтворюється, і люди в цій машині також без кінця відтворюються як сміття» [3, с. 251]. На думку Ж. Бодрійяра, вседозволеність, безкарність, інтенсивність свободи призводять до краху цінностей. Україна, як і інші колишні республіки, виявила «права людини», зростання злочинності та збільшення лиха для людського існування. Науковець підкреслює: «ми бачимо демонстрацію всього, чим ми є, всіх так званих емблем людства у вигляді ідеальної галюцинації і повернення до того, що раніше стримувалося, включаючи все найгірше, все най не пристойніше – все це тепер безмежне» [3, с. 141–142]. А це поле для розквіту деструктивних процесів. Одноразова субкультура та віртуальна монокультура, які повторюють і закріплюють одновимірні стереотипи сучасної людини, стають ерзац-культурою, в якій індивід не може усвідомити себе як етичний феномен [10, с. 50].

Тому всі ці соціально-психологічні умови в хворому суспільстві формують таку ж хвору людину, яка намагається знищити не лише світ, у якому вона не може гідно існувати, а й свій всесвіт, своє життя.

Синдром самознищення виникає і посилюється в умовах соціально-економічної нестабільності, нереалізованого людського потенціалу, соціального розшарування та духовної кризи.

Е. Ларсен виділив шість типів, які впливають на само руйнацію особистості.

1. *Контролери*. Такі люди не вміють доглядати за собою, думають тільки про те, як принести задоволення іншим, намагаються контролювати оточуючих, а самі від них залежать. Існує думка, що ніхто інший не вміє правильно жити. Такі люди створюють відносини з проблемними особистостями. Це дозволяє їм самоствердитися, виглядати вигідніше за чужий рахунок. Тут не обійтися без розвитку спів залежних відносин.

2. *Догідники*. Для таких людей важливо всім догодити. Вони бояться викликати гнів в оточуючих, ніколи не оголошують те, що їм потрібно. Для таких людей дуже важливо відчувати свою цінність, важливість, вміти вгадувати потреби інших. Така людина не може відповісти на запитання: «Чого саме ти хочеш?», «А що тобі подобається?».

3. *Мученики*. Такі люди впевнені, що життя завжди супроводжується якимось болем і стражданням, що це варіант норми. Коли настає такий момент, коли у людини все налагоджується, вона відчуває дискомфорт, тому

що їй завжди доводиться страждати. А коли настає мир, такі люди часто самі провокують скандали. У всьому знаходять негативні сторони, привід для нових страждань. Як правило, займаються саможичуванням і самоосудом.

4. *Трудоголіки*. Вони зосереджені на своїй діяльності, яка вимагає постійного руху, не отримують задоволення від кінцевого результату, тому що для них важливий сам процес. Такі люди не вміють відпочивати, відчувають провину, якщо нічого не роблять. Найціннішим для них є робота, а не родинні стосунки. Інших людей вважають справжніми ледарями, а ті, хто не працює, дуже дратують.

5. *Перфекціоністи*. Прагнуть до ідеалу, зосереджуючись на дрібницях. Для них важлива досконалість у всіх діях. Вони дуже гостро реагують на власні помилки, акцентують увагу на недоліках інших людей. Вони часто виглядають ледачими, тому що прагнуть виконувати завдання, в результаті яких вони абсолютно впевнені.

6. *Човникарі*. Для таких людей важлива особиста свобода. Вони не вступають у стосунки, хоча можуть мати багато зв'язків, контактів, що сприяє їхньому почуттю значущості, яке часто є егоїстичним [13].

Хворе суспільство також породжує хвору людину, яка прагне до самогубства. Слід підкреслити, що механізм самознищення починає працювати тоді, коли цьому сприяють зовнішні умови: втрата сенсу життя, розрив соціальних зв'язків, катастрофи людського буття, «пустий негатив», все це поширює сфера епідемії самознищення, хвороби технотроного суспільства. І лише змінивши соціальні та духовні орієнтири, ми зможемо перекрити соціальні витоки людського самознищення та вирішити проблему самознищення людини.

Висновки та пропозиції. Таким чином, самознищення особистості, що проявляється в психосоматичних реакціях, є для індивіда результатом «неекологічної» соціалізації, яка виникає внаслідок наявності внутрішньо-особистісних конфліктів (суперечностей) між його цінностями, переконаннями, бажаннями з одного боку та вимогами, нормами соціуму, з іншого.

Профілактику внутрішньо-особистісних конфліктів можна запропонувати суспільству практичними психологічними знаннями, пов'язаними з розпізнаванням стресових або внутрішньо-особистісних конфліктних станів, а також способами самопомоги та інформування, в яких випадках це необхідно – звернутися за допомогою до психолога. І тут особистість може уникнути багатьох само-деструктивних наслідків і бути більш успішною у взаємодії в суспільстві, відповідно, вона може бути здатною до самореалізації як самостійна соціальна одиниця.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Батай Ж. Література та зло. Київ : Наука, 1994. 166 с.
2. Баранова С. Динаміка процесу особистісного зростання (на прикладі досвіду вимушених переселенців). Особистість в умовах кризових викликів сучасності / за ред. С. Максименка. Київ, 2016. С. 433–441. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/704987/>.
3. Бодрійяр Ж. Прозорість зла. Київ : Наука, 2000. 258 с.
4. Герасіна Л. Насильство як соціальна деструкція. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна*. 2015. № 1148. С. 35–40. URL: <https://periodicals.karazin.ua/ssms/article/view/4464/4036>.
5. Дюркгейм Е. Самогубство. Соціо-психологічне дослідження. Київ : Наука, 1991. 489 с.
6. Психологічні чинники самодетермінації особистості в освітньому просторі : монографія. Імекс-ЛТД, м. Кіровоград, Україна, 2013.
7. Спринська З. Агресія як один із засобів досягнення життєвих цілей. *Вісник соціально-гуманітарного факультету*. 2009. Вил. II. С. 194–197. URL: <http://ddpu.drohobych.net/faxovi-naukovi-vidannya/>.
8. Франкл Е. Людина у пошуках сенсу. Київ : Наука, 1990. 367 с.
9. Фрейд З. Психологія несвідомого: зб. творів. Київ : Просвіта, 1990. 448 с.
10. Фромм Е. Втеча від свободи. Київ : Наука, 1990. 269 с.
11. Чеботарьова Н.В. Екзистенційні витоки деструктивності у культурі. *Наук. вісн. Сер. Філософія. ХДПУ ім. Г.С. Сковороди*. Харків : ОВС, 2004. Вип. 16. С. 31–36.
12. Шатирко Л.О. Експериментальна традиція психології навчання в Україні : монографія. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2017. 196 с.
13. Larsen E. Psychology of healing. Seven stages of recovery coming life's challenges. URL: Psychological-Healing-Paul-C-Larson/dp/1532600615.

РЕФЛЕКСІЯ ЯК КОМПОНЕНТ ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА

REFLECTION AS A COMPONENT OF THE CONSULTANT PSYCHOLOGIST'S PROFESSIONAL DEVELOPMENT

У статті представлено результати теоретико-емпіричного дослідження явища рефлексії як компонента професійного розвитку психолога-консультанта. Проаналізовано професійну рефлексію, соціальну рефлексію, саморефлексію, самопізнання та їх розотожнення, які є критично важливими компонентами ефективної роботи з клієнтами та є факторами збереження психічного здоров'я й професійної рівноваги психолога-консультанта. Виокремлено, що професійна рефлексія є базовою умовою усвідомлення своєї професійної мети та професійної самопрезентації. Навички професійної саморефлексії живлять професійну ментальність, яка протистойть невинуватій амбіциозності, зверхності, почуттю виключності та всезнання, ригідності професійних установок, дефіциту професійно-правової самосвідомості. Професійна рефлексія є інструментом усвідомлення та дотримання етичних норм психолога, сприяє професійному зростанню спеціаліста та збагачує його особистість. Доведено, що професійна рефлексія психолога-консультанта тісно пов'язана із поняттям соціальної рефлексії, яка відображає розуміння спеціаліста про те, який образ він транслює на клієнтську аудиторію. Образ конкретного фахівця в уяві клієнта формується з континуума особистісних рис та професійних якостей консультанта і формує суспільне уявлення про психологів взагалі. Соціальна рефлексія базується на власній емоційній, поведінковій конгруентності суб'єкта та вмінні розпізнавати й оцінювати емоційні реакції, поведінкові реакції й мотиви діяльності інших людей. Соціальна рефлексія функціонує на здатності суб'єкта до ретроспективного усвідомлення своїх соціальних відносин, порівнянні їх із іншими відомими моделями соціальної взаємодії та програмуванні своєї подальшої поведінки з урахуванням набутого досвіду. Саморефлексія та самопізнання дозволяють психологу-консультанту зберегти себе як аутентичну особистість, знаходити енергію та час на задоволення своїх особистісних потреб та примноження власного життєвого досвіду. Доведено, що розвиток рефлексивних механізмів в роботі психолога-консультанта не можливий лише за умови академічного навчання – слухання лекцій та читання профільної літератури. Значне зростання професійної майстерності спеціаліста та його особистісних якостей можливе за умови організації систематичної супервізії та власної терапії.

Ключові слова: професійний розвиток, психолог-консультант, рефлексія,

соціальна рефлексія, професійна рефлексія, самопізнання, аналіз діяльності, супервізія, особиста психотерапія.

The article presents results of a theoretical-empirical study of the phenomenon of reflection as a component of the consultant psychologist's professional development. Professional reflection, social reflection, self-reflection, self-knowledge and their disidentification were analyzed as critically important components of effective work with clients as far as factors in maintaining the mental health and professional balance of a consultant psychologist. It is highlighted that professional reflection is a basic condition for realizing one's professional goal and professional self-presentation. Skills of professional self-reflection nourish a professional mentality that resists unjustified ambition, superiority, a sense of exclusivity and omniscience, rigid professional attitudes, and a lack of professional and legal self-awareness. Professional reflection is a tool for awareness and compliance with the ethical norms of a psychologist, that contributes to the professional growth of a specialist and enriches his personality. It has been proven that the professional reflection of a consultant psychologist is closely related to the concept of social reflection, which reflects the specialist's understanding of what image he broadcasts to the client audience. The image of a specific specialist in the client's imagination is based on a continuum of personal traits and professional qualities of the consultant and forms the public perception of psychologists in general. Social reflection is based on the subject's own emotional and behavioral congruence and the ability to recognize and evaluate other people's emotional reactions, behavioral reactions, and motives. Social reflection functions on the ability of the subject to retrospectively realize his social relations, compare them with other known models of social interaction and program his further behavior taking into account the acquired experience. Self-reflection and self-discovery allows a consultant psychologist to preserve himself as an authentic personality, find energy and time to satisfy his personal needs and multiply his own life experience. It has been proven that the development of reflexive mechanisms in the work of a consultant psychologist is not possible only under the condition of academic training - listening to lectures and reading relevant literature. Significant growth of a specialist's professional skill and personal qualities is possible under the condition of organizing systematic supervision and personal therapy.

Key words: professional development, consultant psychologist, reflection, social reflection, professional reflection, self-knowledge, activity analysis, supervision, personal psychotherapy.

УДК 159.955.4:159-051

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.32>

Хомич Г.О.

к.психол.н., професорка,
завідувачка кафедри психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Шляхта В.М.

аспірантка кафедри психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Актуальність дослідження. Практика психологічного консультування зосередила в собі широкий спектр чутливих практик, які допомагають людям поліпшити своє самопо-

чуття, полегшити стрес і дезадаптацію, пройти кризи, вирішити сімейні проблеми, підвищити продуктивність праці трудового колективу або розробити умови покращення робочого

середовища тощо. Попит на послуги психологів-консультантів в останні роки також пов'язаний зі зростанням послуг охорони здоров'я, старінням населення, а також наслідками воєнного часу серед цивільного населення та учасників бойових дій 2014–2022 та 2022–2023 рр. в Україні.

Теоретичні знання без рефлексивної діяльності не зможуть забезпечити оволодіння техніками та методами консультування із осмисленням їх методологічної та теоретичної сутності, що буде воліти до поглинання собою консультативного етеру та відпрацювання власних проблем за рахунок клієнта. Оскільки в парі «консультант – клієнт» владні повноваження знаходяться завжди в руках фахівця, то за відсутності рефлексивних навичок він буде мало чим обмежений, крім прописаних догм професійної етики, що все ж таки може свідомо або несвідомо нанести шкоду клієнтові. Рефлексія як компонент професійного зростання психолога-консультанта робить його «мудрим філософом», а не «хижим диваним експертом».

Питання професійної рефлексії в психологічних колах в останні роки вивчалися українськими дослідниками: Пов'якель Н.І., Єрмолаєвою Т.В., Шапошніковою Ю.Г., Іващенко А.І., Дмитерко-Карабіною Х.М., Зубіашвілі І.К., Лавренко О.В., які характеризують її як багатоструктурну модель. За А. Іващенко, професійна рефлексія складається із когнітивно-інформаційного, мотиваційно-ціннісного та регуляторно-поведінкового компонентів і є «інтегральним, динамічним утворенням, яке спрямоване на розвиток можливостей власного «Я» та сприяє успішності професійної діяльності особистості» [4].

Метою статті є вивчення та узагальнення наукових досліджень явища рефлексії як компонента професійного розвитку психолога-консультанта.

Виклад основного матеріалу. Професійна рефлексія – це «важливий складник індивідуального ресурсу особистості, що стимулює розвиток професійних знань, нахилів, мотивів, компетенцій та сприяє професійній ідентичності», вказує дослідниця [4].

Для успішної роботи психолога-консультанта є необхідність у володінні комплексом професійних навичок та вмін, таких як:

- прийняття, цікавість до клієнта та емпатія;
- навички спілкування: вміння слухати та вміння говорити;
- гнучкість світосприйняття;
- вміння жартувати;
- навички планування та вирішення проблем;
- технічні навички;
- ділова хватка;

– рефлексивна діяльність.

Прийняття, цікавість до людей та емпатія. Психологу-консультанту треба бажати та вміти з розумінням ставитися до своїх клієнтів. Розуміння іншої людини, її проблем можливе лише за умови щирої зацікавленості її якостями та особливостями життєвих обставин та ситуацій. Це сприяє співпереживанню, співчуттю до проблем та почуттів клієнта. Емпатія та цікавість до клієнтської історії допомагають консультанту краще розуміти його потреби та очікування, надавати максимально коректний зворотній зв'язок.

Навички спілкування: вміння слухати, вміння говорити. Консультування концентрується на спілкуванні, тому консультант має передавати інформацію ясно, однозначно і коротко, добираючи слова та оперуючи поняттями, які будуть зрозумілими клієнту. Також консультант повинен вміти слухати не тільки те, що говорить клієнт, а й розуміти його дискурс – як говорить, чому саме так говорить і що це означає в контексті конкретного клієнта. Корисною навичкою психолога є вміння чути інформацію «між рядками»: те, що клієнт пропускає повз своєї уваги, може бути таким же красномовним, як і те, про що повідомляється вголос.

Гнучкість світосприйняття. Достатньо хороший психолог-консультант володіє гнучкістю світосприйняття, толерантністю до мультикультурних питань. Кожен клієнт відрізняється своїм особистісним фоном, досвідом і залученістю у психотерапевтичні відносини, тому здатність переходити від однієї точки зору до іншої залежно від кожного клієнта – це навичка, яку слід розвивати на ранній стадії своєї професійної діяльності. Також важливим аспектом гнучкості є усвідомлення ситуацій, коли клієнт та консультант не підходять один одному і єдиним варіантом допомоги є спрямування клієнта до іншого спеціаліста.

Вміння жартувати. Добрий гумор та тонкі налаштування його використання в консультативній практиці є цінним інструментом гарного консультанта. Вміння знизити тривожні переживання або підбадьорити клієнта під час спілкування, не спускаючись до знецінення його особистості – це навичка, якою не треба нехтувати.

Навички планування та вирішення проблем. Організований консультант використовує свої навички планування та вирішення проблем, щоб допомогти клієнтам подолати труднощі та впровадити позитивні зміни у своє життя. Впорядкування, систематизація, вміння розставляти пріоритети є супутниками правильної стратегії щодо подолання проблем житейського характеру, а також проблем психічного здоров'я, з якими стикнувся клієнт.

Технічні навички. Необхідні для аналізу масивних даних та інтерпретації отриманих

статистичних результатів. Технічні навички потрібні для створення інструментів психологічної оцінки та управління ними, а також для інтерпретації оцінок ефективності психологічного втручання.

Ділова хватка. Психологи-консультанти часто працюють з підприємствами, які зацікавлені у підвищенні задоволеності своїх співробітників, виробничій продуктивності та інших факторах, що впливають на успіх бізнесу. Наявність ділової хватки означає, що консультант може зрозуміти фінансові аспекти підприємства та способи їх вдосконалення. Це може включати знання маркетингу, продажів та інших бізнес-функцій.

Рефлексивна діяльність. З формалізацією системи освіти і легким доступом до інформації через книги та інтернет експертні знання приходять до нас в готовому вигляді. Хоча це економить час та особисті зусилля, споживання готових знань психологом-консультантом може призвести до сліпого прийняття зовнішніх систем, зниження рівня критичності, нерозуміння механізмів подолання проблем, з якими звертаються клієнти, не залишаючи достатнього місця для роздумів. Тільки через постійні роздуми можна продовжувати покращувати і розвивати якість консультативної роботи і належним чином реагувати на нові виклики. Багато концепцій, що лежать в основі рефлексії, такі як погляд на себе, пошук глибших значень та основних структур або розуміння мотивації, зіграли ключову роль у розвитку психологічного консультування. Рефлексивна діяльність є однією з ключових в роботі психолога-консультанта, тому що забезпечує розвиток всіх попередньо зазначених професійно значущих навичок. Рефлексивна діяльність базується на використанні самоаналізу для розуміння, оцінки та інтерпретації подій та переживань, до яких залучений консультант в професійному та власному житті. В межах даної статті розглянемо основні аспекти професійної, соціальної, особистої рефлексії та самопізнання в якості умов професійного зростання та підтримки психічного здоров'я психолога-консультанта.

Професійна рефлексія є важливим джерелом індивідуального професійного вдосконалення та розвитку. Приймаючи професійні рішення, психологи-консультанти беруть участь у двох процесах: роздумах в дії та роздумах про дію. Мислення в дії відбувається під час події, а мислення про дію відбувається після події. Практика професійної рефлексії має значення, оскільки консультант повинен швидко приймати складні рішення в складних ситуаціях, не маючи доступу до довідників та форумів колег-спеціалістів. Таким чином, професійна рефлексія є протидією надмірній залежності від методів застосування гото-

вих знань і відіграє роль ключової компетенції практикуючих психологів-консультантів.

Важливими постулатами кваліфікованого психологічного консультування є особистісна та соціальна зрілість консультанта. Життя і досвід людини завжди протікає в соціальній сфері, як співіснування з іншими. Це означає, що консультант успішно вирішує свої життєві проблеми, відвертий, терпимий і щирий стосовно себе, а також спроможний допомогти іншим людям ефективно вирішувати їхні проблеми й транслює конгруентність у стосунках із клієнтами. Рефлексивна діяльність спонукає до виваженої поведінки та виважених висновків під час консультативної сесії і зовсім не зобов'язує консультанта бути максимально зосередженим у своєму побуті або особистих стосунках, що сприяє підтримці його психологічного здоров'я. «Зрілість консультанта – це процес, а не стан. ... неможливо бути зрілим завжди й скрізь» [7].

Навичка вести себе природним способом у різних ситуаціях, з різними людьми, виконуючи різні соціальні ролі, приходять з життєвим досвідом та може цілеспрямовано розвиватися за допомогою техніки соціальної рефлексії. Актуальність цієї навички забезпечує та зберігає конкурентну перевагу в сфері психологічного консультування. «*Соціальна рефлексія* – це спрямованість суб'єкта до відображення, усвідомлення і розуміння уявлень інших людей про нього і його діяльність, здатність сприймати чужі і транслювати свої емоції, оцінювати ставлення людей один до одного і передбачати поведінкові реакції інших людей. Соціальна рефлексія – це творчий процес, що протікає з урахуванням характерних особливостей розвитку самосвідомості особистості» [5]. В нашій країні, як і в зарубіжжі, вивчення питання соціальної рефлексії розвинене мінімально. В Україні відомі дослідження Крюкової О.В. та Зубіашвілі І.К.

Однією із основних компетенцій психолога-консультанта є здатність міркувати про себе. Роздуми про власний досвід та обставини, що призвели до поточних бажань, думок, систем переконань підпадають під термін менталізації, який визначається в консультативній практиці як частина здатності до *само-рефлексії*. Менталізм – це основне положення у філософії пізнання, яке означає, що свідомість і психічні процеси є станами людини, які приймають на себе причинні ролі і не можуть бути замінені матеріальними властивостями, такими як нейрологічно описувані процеси. Ми менталізуємо, коли усвідомлюємо, що відбувається з іншою людиною або що відбувається в нас самих. Сучасний британський психоаналітик Петер Фонагі сформулював це у короткій формулі: «Мати розум у своєму розумі». В особистій рефлексії психолог-консультант

направляє світло свого розуму на себе і отримує інформацію про себе.

Практика психолога-консультанта вимагає високого рівня підготовки та самосвідомості, що досягається за допомогою *особистої терапії*. Персональна терапія широко (але не повсюдно) вважається корисною, якщо не важливою частиною підготовки спеціаліста-консультанта з питань психічного здоров'я. Дане переконання йде корінням в самі перші дні консультування та психотерапії, у часи фрейдизму. Концепція розвитку консультанта передбачає складну взаємодію між особистістю і професійною сферою протягом всієї кар'єри. Ефективний психолог знає, ще дивитися всередину себе так само важливо, як і шанобливо спостерігати за іншими. Якщо консультант почуває себе щасливим та в змозі без важкого травмування долати власні життєві незгоди, він значно зростає в професійній ефективності, бо особистість психолога-консультанта є основним робочим інструментом і істотним фактором ефективного консультування. Розуміння особистих проблем, конфліктів та цінностей в процесі власної терапії підвищують рівень самосвідомості і, по суті, можуть створювати модель консультативних сесій в майбутньому. Власна терапія дає змогу консультанту осмислити та ідентифікувати себе з особою клієнта. Особиста терапія поглиблює і поширює розуміння консультантом теоретичних питань під час сесій. Передбачається, що в якості своєї кінцевої мети успішна психотерапія зміцнює впевненість психолога-консультанта у цінності та потенціалі психологічного консультування взагалі, потенційно утримує та послаблює симптоми професійного вигорання.

Одним із методів розвитку рефлексивної практики є *супервізія*, яка пропонує постійний відгук від колеги із великим досвідом та навичками. Замість того, щоб покладатися на розпливчасті принципи з підручника, психолог-консультант отримує швидкий відгук про реальні професійні дилеми. Супервізор також може дати уявлення про особистий стиль консультанта та рекомендації щодо того, як відточити свої навички, а також як адаптувати свій стиль до складних потреб різних клієнтів.

Супервізія має вирішальне значення у вирішенні етичних проблем (наприклад, у підтримці відповідних кордонів) та для вдосконалення рефлексивної практики психолога-консультанта з метою кращого розуміння динаміки в парі «консультант-клієнт». Регулярна супервізія протягом психологічної кар'єри не тільки покращує роботу консультанта як професіонала, але й допомагає в наданні кращих послуг клієнтам, захищає фахівця від помилок та вигорання. Супервізія надає можливості професійних зв'язків в зростаючому контексті ізо-

ляції для багатьох практикуючих психологів, які займаються індивідуальною практикою. Багато супервізорів використовують психологічні теорії для обґрунтування свого підходу до супервізії, вважаючи, що теоретичні підходи, які вони використовують у терапії або консультуванні, також допоможуть стажистам розвивати нові навички та моделювати підходи, які менш досвідчені консультанти можуть використовувати з клієнтами.

Супервізія надає можливість почути іншу точку зору, що часто призводить до більшого розуміння і більш творчих інтерпретацій в роботі психолога-консультанта. Також психологи, які перебувають під контролем супервізора, набувають більшої відповідальності перед своїми керівниками. Обґрунтування своїх втручань розвивається на основі рефлексивної практики і сприяє вдосконаленню навичок ефективного консультування. Рефлексивні навички, які розвиваються в процесі саморефлексії, власної терапії та супервізійних сесій, надають можливості психологу-консультанту здійснювати самоаналіз та дізнаватися не тільки про свої власні риси та якості, набувати досвіду ефективного консультування, а й незмінно веде до дослідження сутності людства в цілому.

Висновки. Підсумовуючи, можна впевнено стверджувати, що рефлексія як компонент професійного розвитку психолога-консультанта є невід'ємним атрибутом його професійної компетентності. Рефлексія є ключовим компонентом для досягнення більшої самосвідомості, професійної мудрості, усвідомлення практичного досвіду та розвитку етичного мислення психологів. Важливими складовими рефлексивного мислення є розвиток професійної, соціальної, особистої рефлексії та самопізнання. Актуальними та найбільш ефективними шляхами розвитку рефлексивних навичок психолога-консультанта зазвичай залишаються власна терапія, а також групова та індивідуальна супервізія.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Personal therapy and the personal therapist. Fredrik D. Moe, Jens Thimm. Pages 3-28, Published online: 13 May 2020. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/19012276.2020.1762713> (дата звернення: 11.07.2022).
2. Заїка Є. Рефлексивність особистості як предмет психологічного пізнання [Текст]. *Психологія і суспільство*. 2014. № 2. С. 90–97.
3. Зубіашвілі І., Лавренко О. Соціальна рефлексія як основа механізму економічної соціалізації особистості. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. № 2(26). С. 39–47. URL: <https://doi.org/10.31108/2.2022.2.26.5> (дата звернення: 22.07.2022).
4. Іващенко А.І. Професійна рефлексія як механізм саморозвитку майбутніх психологів [Текст] :

автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 ; Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ, 2020. 22 с. : рис., табл.

5. Крюкова О.В. Соціальна рефлексія як складова соціального розвитку особистості. *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України* / За ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Вип. 16. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2012. С. 636–647.

6. Тюття О.В. Рефлексія консультантом вирішення життєвої ситуації клієнта. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки.*

2014. Вип. 2.12. С. 168–173. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups_2014_2_12_33 (дата звернення: 20.07.2023).

7. Цимбалюк І.М. Психологічне консультування та корекція. Модульно-тренінговий курс : навчальний посібник. Київ : ВД «Професіонал», 2005. 656 с.

8. Цільмак О.М. Лекційний матеріал для здобувачів вищої освіти 4 курсу за першим (бакалаврським) рівнем спеціальності «053 Психологія» з навчальної дисципліни «Психологічне консультування». Одеса : НУ «ОЮА», 2020. 319 с.

9. Шапошникова Ю.Г. Психологічні особливості рефлексивних компонентів у професійному становленні практичного психолога. : дис... канд. наук : 19.00.07. 2008.

ФАКТОРИ ІНТОЛЕРАНТНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ГОМОСЕКСУАЛЬНОСТІ FACTORS OF INTOLERANT ATTITUDE TOWARDS HOMOSEXUALITY

Стаття присвячена дослідженню потенційно можливих факторів поведінки, реакцій, мислення та набутого досвіду у сприйманні дійсності, які здатні створити перешкоди на шляху до толерантного ставлення по відношенню до представників сексуальних меншин. В теоретичному огляді запропоновані емпіричні надбання попередніх років, які розкривають сутність явища толерантності та гомосексуальності, де гіпотези походження останнього демонструють доказову базу його генетичної обумовленості. Було розглянуто основні наукові поняття, що мають відношення до формування ставлення та сприймання сексуальних меншин. Було зроблено крок вперед у пошуку тих факторів, які відіграють роль у негативному сприйманні гомосексуальності. Проведене опитування студентської молоді, метою якого стало виявлення факторів та ступеню їх впливу на інтолерантне ставлення до представників і представниць секс меншин, продемонструвало актуальний рівень соціальної дистанції по відношенню до геїв та лесбійок з боку респондентів. Визначено взаємозв'язки такими факторами, як емпатія, агресивність, фашизм, ригідність, та ставленням до окремих представників ЛГБТ+ спільноти. Було виявлено, що ставлення до гомосексуалів своєї статі може бути менш толерантним порівняно зі ставленням до гомосексуалів протилежної статі. Середній та високий рівень ригідності, фашизму, мислення в межах гендерних стереотипів, стурбованість власним статевим життям та оточення, орієнтація на уявну дійсність і відповідне ігнорування досвіду та фактів – все це прямо пропорційно корелюватиме з рівнем соціальної дистанції. В свою чергу, здатність до емпатії зменшуватиме соціальна дистанція та, відповідно, інтолерантне ставлення до представників секс меншин. Практичне значення роботи полягає в тому, що результати дослідження можуть бути використані для психологічної корекції осіб з низьким рівнем толерантності. Також результати дослідження можуть стати у нагоді для тих, кого цікавить дана наукова сфера з метою більш детального вивчення психологічних і поведінкових особливостей осіб, які відрізняються низьким рівнем толерантності до представників і представниць нетрадиційної сексуальної орієнтації.

Ключові слова: толерантність, ригідність, гомосексуальність, гендерні відмінності, соціальна дистанція, агресивність, гендерна стереотипи, консервативність, гнучкість, авторитарність.

The article is devoted to the study of potentially possible factors of behaviour, reactions, thinking, and acquired experience in the perception of reality, which can create obstacles on the way to a tolerant attitude towards sexual minorities. In the theoretical review, the empirical assets of the previous years are proposed, which reveal the essence of the phenomenon of tolerance and homosexuality, and hypotheses demonstrate the evidence base of its genetic reasons. The main scientific concepts related to the formation of attitudes and perceptions of sexual minorities were considered. A step forward was made in the search for those factors that play a role in the negative perception of homosexuality. The conducted survey of student youth demonstrated the current level of social distance to gays and lesbians on the part of the respondents. Its purpose was to identify factors and the degree of their influence on the intolerant attitude towards representatives of sexual minorities. Interrelationships with such factors as empathy, aggressiveness, fascism, rigidity, and attitude towards individual representatives of the LGBT+ community were determined. It has been found that attitudes toward homosexuals of the same sex may be less tolerant compared to attitudes toward homosexuals of the opposite sex. A medium and high level of rigidity, fascism, thinking within gender stereotypes, preoccupation with own sex life and the sex life of other people, orientation to an imaginary reality and corresponding ignorance of experience and facts - all this will be directly correlated with the level of social distance, and so intolerance. In turn, the ability to empathize will reduce the social distance and, accordingly, an intolerant attitude towards sexual minorities. The practical significance is that the results of this research can be used for psychological correction of a low tolerance level. Also, the results of the study can be useful for those who are interested in this scientific field for a more detailed study of the psychological and behavioural characteristics of people who have low levels of tolerance for homosexuality.

Key words: tolerance, rigidity, homosexuality, gender differences, social alienation, aggressiveness, gender stereotypes, conservatism, flexibility, authoritarianism.

УДК 159.9.072+316.62
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.33>

Целікова Ю.О.

аспірантка кафедри психології розвитку
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка

Терпиме, безоціночне, поважне ставлення, прийняття і, певною мірою, «спокійна байдужість» до тих, хто не схожий на тебе, складає основу уявлення про толерантне ставлення. Без толерантності були б неможливі права людини, які, перш за все, стверджують право окремої особистості на зовнішню і внутрішню несхожість на інших. Отже, толерантність є умовою стабільності та єдності суспільств, особливо тих, які не є гомогенними ні в релігійному, ні в етнічному, ні в інших вимірах. Будь-яке явище детермінується внутрішніми та зовніш-

німи чинниками. Якщо розглядати явище толерантного ставлення до представників ЛГБТ+, то його зовнішніми детермінантами виступатимуть настрої соціуму, освіченість, політика держави та наявність чи відсутність законів, що захищає права ЛГБТ+, влада релігійних конфесій тощо. В якості внутрішніх детермінант – рівень емпатії, агресивності, гнучкості мислення, панування гендерних стереотипів, рівень ксенофобії, консерватизму тощо.

Причиною зацікавленості даною темою стало спостереження за поведінкою агре-

сивно налаштованих осіб під час перших спроб проведення маршу свободи і рівності в місті Київ у 2012 та 2013 роках. Метою заходу було привертання уваги до факту існування секс меншин, до проблем ЛГБТ+ спільноти, сприяння внесенню питання ЛГБТ+ до українських суспільних норм, а також до права на самовираження і мирні зібрання для всіх членів суспільства. Подальші спроби проведення Маршу рівності були більш успішні, проте регулярно стикались з неприйняттям суспільства. Таким чином, в'явилось, що в Україні існує проблема сприйняття гомосексуальності, є випадки прояву агресії у вербальній чи фізичній формі по відношенню до представників нетрадиційної сексуальної орієнтації та їх правозахисників та власне з толерантним ставленням до ЛГБТ+, що безумовно має негативні наслідки для представників спільноти та суспільства в цілому. Тому я вважаю за необхідне дослідити фактори, які пов'язані з інтолерантним ставленням і які можуть пояснити та наблизити нас до розуміння причин даного явища.

Коротко про термінологію. Під гомосексуальністю прийнято розуміти стійку форму еротичного, романтичного, сексуального потягу між представниками однієї статі або гендеру. Це один з трьох основних видів сексуальності людини (разом із бісексуальністю та гетеросексуальністю), що складається з гомосексуальної орієнтації (сексуального потягу до осіб своєї статі), гомосексуальної ідентичності (усвідомлення себе як особи гомосексуальної орієнтації) і гомосексуальної поведінки (сексуальної практики з особами своєї статі) [3]. Прийнято розрізняти: природну гомосексуальність, викликану особливим типом функціонування центрів головного мозку, що регулюють статеву поведінку; транзиторну і замісну гомосексуальність, що має тимчасовий характер, викликану відсутністю осіб протилежної статі; невротичну гомосексуальність, при якій гомосексуальна активність викликана тим, що реалізація гетеросексуальної близькості блокується психологічними причинами. Наукові дослідження демонструють, що гомосексуальність є нормою і природним різновидом людської сексуальності і сама по собі не є причиною шкідливих психологічних наслідків [2]. Також у дослідженнях, фінансованих Національним інститутом психічного здоров'я США, та в подальших надбаннях не було виявлено жодної емпіричної чи наукової основи для того, щоб вважати гомосексуальність відхиленням від здорового вираження людської сексуальності, внаслідок чого Американська психіатрична асоціація виключила гомосексуалізм як психічний розлад у 1973 році [15]. З початку 1970-х років набула популярності теорія порушення статевого диференціювання

мозку в пренатальний період. Дослідження показали, що існує певний критичний період, під час якого відбувається маскулінізація мозку чоловічого плоду під впливом андрогенів. А отже, в походженні гомосексуальності гормональні порушення пренатальної фази розвитку плоду відіграють значну роль [8]. Дослідження 80-тих років знайшли в гіпоталамусі крихітне ядрце, розміром з піщинку, яка відповідає за формування статевих відмінностей, і було виявлено, що у гомосексуалів цей нуклеус був більше схожий на жіночий [12]. Також дослідження проведені на близнюках довели роль генетичного фактору в гомосексуальності, адже монозиготні близнюки збігаються за ознакою чоловічої гомосексуальності в 100% випадків, а для гетерозиготних близнюків цей показник значно нижчий і становить 12% [9]. Кореляція гомосексуальності з черговістю народження дітей показала, що остання ніяк не впливає на гомосексуальність. Проте за певних обставин можлива сильна імунна реакція боку матері, що може призвести до змін в дозріванні мозку майбутнього чоловіка, хоча статеві органи будуть розвиватися нормально [4; 5]. Таким чином, вчені відстоюють біологічне пояснення сексуальної орієнтації і припускають, що причиною гомосексуальності є складна комбінація генетичних, гормональних і екологічних факторів [10]. Немає переконливих доказів на підтримку ідеї про те, що ранні події в дитинстві чи вихованні дітей впливають на сексуальну орієнтацію людини [13].

І, зважаючи на те, що гомосексуальні стосунки існували завжди, ми все ще стикаємось зі ставленням, коли гомосексуальна орієнтація сприймається ворожо, як відхилення від норми, як продукт сучасної свободи і явище «протиприродне». Дослідники виділяють різні типи толерантності, зокрема: звичайну байдужість; терпимість, як прийняття відмінності інших з міркувань принципу; любов – сприймати явище таким, яким воно є, насолоджуватися саме цією інакшістю. А отже, прогрес толерантності сприятиме подоланню дестабілізуючого протистояння. Отже, розглянемо, що саме може стояти на заваді здатності спокійно, розсудливо і без агресії сприймати особливості поведінки, способу життя, почуттів, ідей, вподобань, самопрояву та інших особистісних особливостей людей, які відрізняються від власних.

Для задоволення потреб дослідження було обрано методики: Опитувальник для діагностики здібності до емпатії (А Мехрабіан, Н. Епштейн), Шкала фашизму (Т. Адорно, Е. Френкель-Брунsvік, Д. Левінсон, Р. Сенфорд) [1], яка відображає ступень вираженості рис характеру, які обумовлюють схильність до антидемократичної пропаганди, а також виявляє авторитарність та етноцентризм,

і методика діагностики агресивності А. Асінгера. В якості базової методики, за якою було визначено ступінь прийняття/неприйняття представників нетрадиційної сексуальної орієнтації, було обрано шкалу соціальної дистанції (Е. Богардус) [6]. В дослідженні взяли участь представники студентської молоді, віком від 19 до 23 років. Дане дослідження було проведене за спрощеним варіантом, а саме для з'ясування соціальної дистанції та інтолерантного ставлення було вирішено взяти лише дві перші категорії представників ЛГБТ+, відповідно лесбійок та геїв.

Отже, результати дослідження показали, що серед виявлених факторів інтолерантного ставлення до ЛГБТ+ можна виділити: емпатію (її низький рівень пов'язаний виключно з соціальною дистанцією до геїв), фашизм та ригідність (високі показники яких пов'язані з інтолерантним ставленням і до геїв, і до лесбійок), стурбованість статевим життям, як власним, так і оточуючих (чим більше людина переймається даним питанням, тим стрімкіше зростає соціальна дистанція до представниць секс меншин), фактор комплексу влади (чим більше людина мислить в категоріях сильний-слабкий і чим важче сприймає відхилення від суб'єктивної норми, традиційних норм, тим гірше стан толерантного ставлення), а також схильність до забобонів та стереотипного мислення, високі бали за шкалами брехні та реальності. До речі, інтолерантність на адресу геїв спричиняється більшою кількістю чинників, ніж до лесбійок. Також якщо людина мислить, керуючись стереотипами, якщо знання про явище є звуженим, викривленим, недостатнім, то, відповідно, те, що виходить за рамки звичного і пізнаного, скоріше викликати негативну реакцію. Що впливає на зменшення рівня толерантності по відношенню до ЛГБТ+ і тим вірогіднішим буде прояв інтолерантності. Було виявлено, що залежно від статі респондента на ставлення до геїв і лесбійок впливають різні фактори. Зокрема, отримало підтвердження одне з припущень, а саме, що в більшості випадків ставлення до гомосексуала протилежної статі буде більш толерантним, ніж до гомосексуала своєї статі.

Розглянемо виявлені фактори інтолерантного ставлення серед респондентів-чоловіків. Так, рівень неприйняття чоловіків-гомосексуалів буде високим у випадку: низького рівня емпатії, високого рівня ригідності та високих даних за шкалою реальності. Здатність людини співпереживати, співчувати, ставити себе на місце іншої людини, відчувати її стан – тобто проявляти гуманне ставлення, сприятиме зменшенню соціальної дистанції, і відповідно – збільшенню толерантності. Щодо ригідності, то тут зрозуміло, що людина, яка не може змінити думку, ставлення навіть за об'єктивних

причин, яка проявляє впертість, схильна до неприйняття нового, в якій виникають труднощі у зміні системи цінностей, звичок тощо – все це має зв'язок із соціальною дистанцією. А тому ригідність особистості відображається на рівні її неприйняття. Високі дані за шкалою реальності свідчать про те, що респондент схильний давати оцінку явищам, керуючись не власним досвідом, а припущеннями, чи уявними висновками. А тому відсутність реального досвіду спілкування з гомосексуалом може вливати на рівень толерантності.

Що стосується представниць нетрадиційної сексуальної орієнтації, то високий рівень соціальної дистанції, а відповідно, і інтолерантність з боку чоловіків може бути зумовлена низьким рівнем емпатії та недостатньою психічною гнучкістю (ригідністю). Труднощі у зміні думки, установки, звички блокують гнучкість мислення людини. Тому одного разу прийняте рішення може супроводжувати людину протягом тривалого часу. А якщо це стале негативне уявлення, то відповідно і інтолерантність до нього може бути вище за норму. Зокрема, ригідність буде тим вищою, чим вищою є агресивність особистості, хоча сам фактор агресії напругу не визначає ступінь толерантності.

Також перешкодою до терпимого ставлення по відношенню до лесбійок з боку чоловіків є схильність до мислення в категоріях припустимих, неперевіраних фактів та в категоріях сили-слабкості, влади-підпорядкування. Так, є чоловіки, чиє уявлення про лесбійку може мати стереотипне маскулінне забарвлення. Отже, чоловік, який мислить категоріями сильний-слабкий, який ідентифікує себе з образами влади, скоріш за все сприйматиме себе як маскулінного. І маскулінна жінка, яка обирає партнеркою жінку, є не лише конкуренткою, а й сприйматиметься крізь призму дисгармонійності. І це, на мою думку, може пояснити появу шкали «комплекс влади», що має пряме відношення до збільшення інтолерантності з боку чоловіків до представниць нетрадиційної сексуальної орієнтації. Цікавою є кореляція між соціальною дистанцією та шкалою брехні, адже остання дає змогу перевірити щирість у відповідях і виявити ідеалізоване сприймання респондентом себе. Таким чином, неадекватні уявлення про власну особистість, скутість, нещирість можуть сприяти збільшенню соціальної дистанції, що і було продемонстровано.

Розглянемо виявлені фактори інтолерантного ставлення серед респонденток-жінок. Так, рівень соціальної дистанції (інтолерантності) по відношенню до лесбійок буде тим більше, чим більшою є стурбованість статевим життям (як своїм, так і чужим). Тобто ні ригідність, ні низький рівень емпатії, ні фашизм і навіть ні агресія спричиняють нетолерантність у ставленні жінок до лесбійок. А лише надмір-

ний інтерес до статевого життя може збільшувати дистанцію у цих групах.

Щодо інтолерантності в адресу геїв, то вона знову ж таки спричинена надмірною стурбованістю статевим життям, із наявним фактором комплексу влади. Це можна пояснити так: дана шкала виявила респонденток, які схильні до осудження, неприйняття людей, які не поважно ставляться до традиційних цінностей, які схильні виражати подавлену агресію на зовнішніх об'єктах, які міркують в категоріях сили-слабкості, влади та підпорядкування і які схильні до ідентифікації з образами сили. Отже, можна сказати, що вони матимуть більшу прихильність до маскулітних чоловіків. А уявлення про фемінних чоловіків-гомосексуалів може не вписуватись в їхній світогляд, що збільшуватиме інтолерантне ставлення.

Другим етапом дослідження стало застосування кластерного аналізу і виявлення чотирьох груп, залежно від рівня толерантного ставлення до геїв та лесбійок.

Так, найчисельніша група, в яку увійшли близько 76% опитаних осіб, характеризуються неприциповістю, байдужістю до секс меншин з усередненими значеннями за усіма шкалами, без істотних коливань. В даній групі учасники схильні прийняти геїв чи лесбійок в ролі «близького друга» та «колеги по роботі».

Також є група явно інтолерантних осіб, і складає 4% від вибірки, які характеризуються підвищеною агресивністю, низькою здатністю до співчуття, співпереживання, схильністю до міркування в межах стереотипів та забобонів, які орієнтуються на припущення, а не на досвід, і тяжіють до ригідного мислення.

Є група, що складається з 12% респондентів, які є найтолерантнішими і готові прийняти гомосексуалів в ролі від «близького родича» до «колеги по роботі». В них найнижчі показники ригідності, фашизму, середній рівень агресії та емпатії.

Та група з 8% респондентів, в яких висока емоційна чутливість поєднується з низькою агресією, щирістю та здатністю оперувати тими мисленевими конструктами, які мали місце у реальному житті, в їх власному досвіді.

Підбиваючи підсумок, зазначимо, що на соціальну дистанцію до окремих представників ЛГБТ+ спільноти впливають різні фактори. Насамперед виявлено гендерні відмінності інтолерантного ставлення до геїв та лесбійок: прийняття гомосексуала своєї статі виявилось більш проблематичним, ніж протилежної. Спільним фактором, що є перешкодою для терпимого ставлення по відношенню до секс меншин, є фактор «комплексу влади». Він проявляється в мисленні, якому притаманні категорії «панування-підпорядкування, сильний-слабкий, лідер-послідовники»; ідентифікація себе з образами, що втілюють силу,

випинання конвенціоналізованих атрибутів власного Я та перебільшення значимості сили і твердості характеру. Такий набір установок сприяє збільшенню нетолерантного ставлення чоловіків як до геїв так і до лесбійок, а також жінок по відношенню до геїв. Причому дослідження показало, що більшість із виявлених факторів, що спричиняє низький рівень толерантності, стосується саме чоловіків-гомосексуалів. Можна припустити, що даний образ більш «популяризований» в масовій культурі, тому його легше уявити чи ідентифікувати. Гендерна відмінність у толерантному ставленні виявилась у такому факторі, як надмірний інтерес до власного, так і статевого життям оточуючих – що притаманно жінкам, коли йдеться про інтолерантне сприймання як геїв, так і лесбійок. До факторів інтолерантного сприймання гомосексуальності серед чоловіків увійшли ригідність, низька емпатія та сприйняття реальності, яке базується не на власному досвіді, а на припущеннях. Таким чином, чим більше показники за факторами ригідності, надмірної стурбованості сексуальним життям, «комплексом влади», шкалою реальності, та чим нижче розвинена емпатія – тим більшим буде рівень дистанції по відношенню до секс меншин. В свою чергу, кластерний аналіз продемонстрував класичний нормальний розподіл, а такі фактори, як емпатія та агресія, мали зв'язки з інтолерантністю лише в окремих групах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Adorno, T.W., Frenkel-Brunswick, E., Levinson, D.J., & Sanford, R. N. The authoritarian personality. New York : Harper and Row, 1950. P. 226–227.
2. American Psychological Association. (2012). Guidelines for Psychological Practice with Lesbian, Gay, and Bisexual Clients. *American Psychologist*, 67(1), 10–42. doi: 10.1037/a0024659.
3. APA Annual Report. American Psychologist, Washington, 2008. 334 p. DOI: 10.1037/0003-066X.64.5.295.
4. Blanchard R. Birth order and sibling sex ratio in homosexual versus heterosexual males and females. *Annual Review of Sex Research*. W. 1997. 220 p.
5. Blanchard R., Klassen R. *HY antigen and homosexuality in men. Journal of Theoretical Biology*. 185: 373–378; Arthur B. Sexual behaviour in *Drosophila* is irreversibly programmed during a critical period. *Current Biology HY*. 1998. 180 p.
6. Bogardus E. A social distance scale. *Sociology and social research*. London, 1958. P. 155.
7. Dörner G, Geier T, Ahrens L, Krell L, Münz G, Sieler H, Kittner E, Müller H. Prenatal stress as a possible petrogenetic factor of homosexuality in human males. *Endokrinologie*. 1980;75(3):365-8. PMID: 7428712.
8. Eckert, E., Bouchard, T., Bohlen, J., & Heston, L. (1986). Homosexuality in Monozygotic Twins Reared Apart. *The British Journal of Psychiatry*, 148(4), 421–425. doi:10.1192/bjp.148.4.421.

9. Frankowski BL; American Academy of Pediatrics Committee on Adolescence. Sexual orientation and adolescents. *Pediatrics*. 2004;113(6):1827-32. doi: 10.1542/peds.113.6.1827.
10. Gorgan J. Gay genes, revisited: doubts arise over research on the biology of homosexuality. *Scientific American*. NY., 1995. 156 p.
11. Hamer D., Copeland P. Living with our genes: why they matter more than you think. NY : Bantam Doubleday Dell, 1998. P. 188.
12. Kennedy, Hubert C. (1980) *The «third sex» theory of Karl Heinrich Ulrichs*, *Journal of Homosexuality*. 1980–1981 Fall-Winter; 6(1-2): pp. 103-1.
13. Mustanski B. S., Chivers M. L., Bailey J. M. A critical review of recent biological research on human sexual orientation. NY., *Annu Rev Sex Res*. 2002. P. 34–40.
14. Report of the American Psychological Association Task Force on Appropriate Therapeutic Responses to Sexual Orientation. APA, Washington, 2009. 132 p.
15. Strickland, B. R. (1995). Research on sexual orientation and human development: A commentary. *Developmental Psychology*, 31(1), 137–140. URL: <https://doi.org/10.1037/0012-1649.31.1.137>.

СЕКЦІЯ 5

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ВПЛИВ ТЕХНОЛОГІЧНОГО ПРОГРЕСУ НА СУЧАСНІ СОЦІАЛЬНІ ТА ФІЛОСОФСЬКІ ПРОБЛЕМИ

IMPACT OF TECHNOLOGICAL PROGRESS ON CONTEMPORARY SOCIAL AND PHILOSOPHICAL ISSUES

Технологічний прогрес сучасності перетворює світ, впливаючи на різні сфери життя, що породжує як позитивні, так і негативні наслідки. У даній статті досліджується вплив технологічного розвитку на сучасні соціальні та філософські проблеми. Починаючи зі зміни способу спілкування, зокрема за допомогою соціальних мереж, месенджерів та відеозв'язку, розглядається поява нових проблем, пов'язаних зі збереженням приватності та негативним впливом на міжособистісні зв'язки. Збільшення онлайн-присутності відкриває шлях до можливого кібербулінгу та порушення особистої сфери, що вимагає збільшення уваги до культури спілкування та етичних стандартів в інтернеті. Також у статті приділяється увага проблемі впливу технологічного прогресу на зайнятість. Автоматизація та штучний інтелект можуть призвести до автоматизації багатьох робочих процесів, що підносить питання перекваліфікації працівників та можливого безробіття. Суспільство потребує стратегічного підходу до забезпечення адаптації до нових умов ринку праці та розвитку нових, орієнтованих на перспективу компетенцій. Інша актуальна проблема, висвітлена у дослідженні – проблема приватності та безпеки. Зростаючий обсяг збирання та обробки даних може порушувати приватність людей і ставити під загрозу інформаційну безпеку. Зокрема, необхідно розробити ефективні заходи для захисту особистих даних та запобігання кібератакам. Крім того, у статті досліджуються етичні питання, пов'язані зі штучним інтелектом та автономними системами. Зростання ролі штучного інтелекту та його участі в прийнятті рішень ставить під сумнів не тільки приватність і безпеку, але й етичний аспект цих дій. Питання відповідальності за дії штучних систем і розробка етичних стандартів для їх використання стають актуальними. Зазначено, що прогресуючий технологічний розвиток створює нові виклики і сприяє подальшим науковим розробкам та спільній праці суспільства для знаходження оптимальних рішень і стратегій управління цими змінами. Важливо враховувати етичні, соціокультурні та екологічні аспекти, щоб забезпечити стійкий та гармонійний розвиток технологій в інтересах людства та нашої планети.

Ключові слова: технології, штучний інтелект, медіаграмотність, кібербезпека, рециклінг, зайнятість.

The technological progress of the modern era is transforming the world, impacting various spheres of life, and yielding both positive and negative consequences. This article investigates the influence of technological development on contemporary social and philosophical issues.

Starting with the change in communication methods, particularly through social media, messaging platforms, and video conferencing, the emergence of new problems related to privacy preservation and the negative impact on interpersonal relationships is explored. The increasing online presence opens the door to potential cyberbullying and violations of personal boundaries, necessitating greater attention to communication etiquette and ethical standards on the internet.

The article also highlights the issue of the impact of technological progress on employment. Automation and artificial intelligence may lead to the automation of numerous work processes, raising questions about workforce retraining and the possibility of unemployment. Society requires a strategic approach to adapt to the changing job market and the development of future-oriented competencies.

Another significant problem addressed in the research is privacy and security. The escalating collection and processing of data may compromise individuals' privacy and jeopardize information security. It is crucial to develop effective measures to protect personal data and prevent cyberattacks. Additionally, the article examines ethical concerns associated with artificial intelligence and autonomous systems. As AI's role in decision-making increases, not only privacy and security, but also the ethical aspect of these actions come into question. Issues of accountability for the actions of AI systems and the development of ethical standards for their use become relevant.

It is emphasized that advancing technological development presents new challenges and fosters further scientific research and collective efforts of society to find optimal solutions and strategies for managing these changes. It is essential to consider ethical, socio-cultural, and ecological aspects to ensure sustainable and harmonious technological development for the benefit of humanity and our planet.

Key words: technology, artificial intelligence, media literacy, cybersecurity, recycling, employment.

УДК 001.101+304

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.34>

Бобровник Ю.В.

викладач хореографічних дисциплін,
завідувач відділення народної
хореографії

Коледж хореографічного мистецтва
«Київська муніципальна академія
танцю імені Сержа Лифаря»

Неділько В.В.

старший викладач кафедри
теоретичних дисциплін

Коледж хореографічного мистецтва
«Київська муніципальна академія
танцю імені Сержа Лифаря»

Нежива С.М.

старший викладач кафедри
теоретичних дисциплін

Коледж хореографічного мистецтва
«Київська муніципальна академія
танцю імені Сержа Лифаря»

Актуальність проблеми дослідження.

Швидкий технологічний прогрес останніх десятиліть значно змінив життя людей та вплинув на різні аспекти суспільства. Ці технологічні досягнення створили нові можливості, але також викликали ряд сучасних соціальних та філософських проблем.

Сьогоднішні соціальні проблеми обумовлені як глобальними викликами, такими як екологічні кризи, міграційні рухи, тероризм і нерівність, так і широким застосуванням новітніх технологій. Цифрова революція, штучний інтелект, автоматизація та інші інновації приводять до змін у структурі праці, економічних відносинах, міжнародних зв'язках та культурному спілкуванні. Ці зміни викликають дискусії щодо етичних та правових питань, дотримання приватності, безпеки даних, а також надійності та соціальної справедливості.

Філософські питання, пов'язані з технологічним прогресом, стають досить складними, оскільки розуміння його впливу на людську свідомість, існування та морально-етичний вибір набувають нових аспектів. Філософія науки, етика технологій, штучний інтелект та інші галузі філософії стають важливими майданчиками для обговорення питань стосовно автономних систем, впливу роботів на людську креативність та мораль, а також етичного використання технологій у медицині та науці.

Виклад основного матеріалу. Сучасний науково-технічний прогрес відзначається тим, що людина створила всесвітні комунікаційні мережі, що перетворили її у частину чогось більшого, ніж вона сама. Сьогодні ми стикаємося зі складним світом, що викликає складнощі в усвідомленні та пророкуванні напрямку нашого власного розвитку. Таким чином, основною рисою сучасності є необхідність оптимального та розумного регулювання явищ науково-технічного прогресу. Однак для досягнення консенсусу щодо регулювання науково-технічного прогресу, необхідна громадська воля та спільні зусилля суспільства як на регіональному, так і на глобальному рівні. Історично наука відіграла важливу роль у спробах знайти відповіді на фундаментальні питання про буття, місце людини в світі та устрій людського життя. Проте в сучасних умовах роль науки визначається переважно тим, як вона впливає на життя суспільства і духовний світ людини.

Саме вплив науки на наше життя створює особливий контекст для обговорення і актуалізації вічних питань про сенс буття та роль людини у світі. Науковий прогрес став фоном, на якому ці питання звучать особливо сучасно та актуально. Важливо розуміти, як наука впливає на наш світогляд, духовність та спосіб життя.

Сучасний науковий прогрес несе як позитивні, так і негативні наслідки. З одного боку, нові технології та дослідження допомагають вирішувати глобальні проблеми, поліпшу-

ють якість життя і забезпечують наш прогрес. З іншого боку, вони створюють нові етичні, соціальні та екологічні виклики, які потребують обережного розгляду і регулювання.

У світі науково-технічного прогресу особливо важливо підтримувати наукову грамотність та критичне мислення у громадян. Люди повинні бути здатні розуміти науковий метод, відрізняти факти від дезінформації та усвідомлювати наслідки своїх дій у контексті наукового прогресу [1, с. 116].

Технологічний прогрес завжди можна розглядати двосторонньо: з одного боку, він приводить до вдосконалення та полегшення нашого життя, а з іншого – породжує ряд викликів, зокрема вплив на зайнятість. Автоматизація багатьох робочих процесів та впровадження штучного інтелекту призводять до того, що деякі роботи, які раніше виконували люди, тепер можуть виконуватися без участі людини. Це може мати як позитивні, так і негативні наслідки для суспільства.

З одного боку, автоматизація робочих процесів може зробити виробництво більш ефективним та продуктивним. Роботи, які можуть бути виконані автоматично, зазвичай виконуються швидше та з меншою кількістю помилок, що може підвищити якість та конкурентоспроможність продукції. Крім того, деякі види робіт можуть бути небезпечними для здоров'я людини, тому автоматизація може знизити ризик виробничого травматизму.

З іншого боку, автоматизація може призвести до зменшення кількості робочих місць і викликати соціальну напругу. Коли людська праця замінюється автоматизованими системами, багато працівників можуть втратити роботу, що може призвести до зростання безробіття та зниження рівня життя. Це особливо стосується тих галузей, де робота вимагає простих та повторюваних дій, наприклад, у виробництві, логістиці та обслуговуванні.

Проблема зайнятості також може виникнути через несумісність навичок працівників з потребами сучасного ринку праці. Технологічний прогрес призводить до впровадження нових технологій та процесів, і працівники, які не мають необхідних навичок, можуть стати менш затребуваними на ринку праці. Тому перекваліфікація та постійне навчання стають критичними, щоб забезпечити зайнятість у змінному світі технологій.

Для подолання цих викликів суспільство повинно активно працювати над створенням нових робочих місць та розвитком тих галузей, де людські навички та творчий потенціал є невід'ємною частиною. Доцільно сприяти розвитку інноваційних сфер, де важливий внесок людського фактора, таких як наука, мистецтво, творчість та гуманітарні дисципліни. Значна увага також має надаватися освіті, яка

дозволить працівникам здобувати нові навички та адаптуватися до змін у ринку праці [7].

Штучний інтелект (ШІ) – це сфера, яка стрімко розвивається та знаходить застосування у різних галузях нашого життя, від медицини до транспорту та військових технологій. І хоча розширення можливостей ШІ може відкривати нові перспективи для покращення якості життя людей, воно також породжує низку серйозних етичних дилем.

Однією з основних етичних проблем ШІ є відповідальність за дії ШІ. Коли машини вчаться і самостійно вдосконалюють свої алгоритми, стає складно визначити, кому належить відповідальність за їх дії. Якщо ШІ приймає неправильне рішення, постає питання хто буде нести відповідальність за можливі наслідки.

Також існує питання етичного використання ШІ військовими. Розвиток військових технологій з ШІ може призвести до виникнення автономних збройних систем, які можуть вести бойові дії без прямого контролю людини. Це викликає серйозні моральні питання, адже використання таких систем може призвести до страждань та незворотних наслідків.

У зв'язку з цим важливо створити ефективні етичні стандарти регулювання для використання ШІ. Необхідно враховувати можливі наслідки та ризики застосування ШІ в різних сферах та розробляти механізми контролю та відповідальності за їх дії. Крім того, важливо сприяти дискусії та залученню громадськості до етичних питань ШІ, щоб забезпечити справедливе та етичне використання цієї технології.

Сучасні дослідження штучного інтелекту та робототехніки намагаються створити системи, які були б все більш схожі на людський мозок і здатні бути свідомими. Проте поки що людству не вдалося створити повноцінну свідомість в машинах. Це формує питання про те, чи свідомість взагалі може бути штучною, чи це є виключною властивістю живих організмів? [8].

Інший важливий аспект – це питання ідентичності машин. Чи можуть створені роботи мати власну ідентичність, окреме «я», відчувати себе окремими індивідами? Чи можуть вони взаємодіяти з людьми та машинами як із рівноправними «особистостями»? Важливо розрізняти поняття ідентичності машин і само-свідомості – можливість розпізнавати себе в середовищі існування.

Питання моралі щодо створених машин також викликає багато дискусій. Чи мають роботи та штучний інтелект права та обов'язки, схожі на людські? Чи можуть вони морально відповідати за свої дії, особливо якщо вони здатні приймати рішення на основі власної «розумової» діяльності? Чи можуть вони проявляти етичні принципи та співчуття до інших?

Ці питання нерозривно пов'язані з поняттями сутності людини та іншої форми штучного життя.

Чи можуть машини мати душу чи свідомість, або ж це є виключно привілеєм людей? Філософія та етика збагачуються новими аспектами, вивчаючи ці питання, і важливо продовжувати дослідження та обговорення в цій сфері.

Слід зазначити, що інтернет став невід'ємною частиною сучасного світу і дуже швидко змінив спосіб отримання і сприйняття інформації. З одного боку, інтернет надає легкий доступ до найрізноманітніших джерел інформації, що розширює наші знання та сприяє розвитку освіти. З іншого боку, зі зростанням ролі інтернету виникають питання щодо контролю інформації, поширення фейкових новин та можливих обмежень свободи слова.

З одного боку, інтернет надає відкритий доступ до інформації на будь-які теми, що допомагає розвивати критичне мислення та сприяє свободі думок. Це робить освіту більш доступною, а також допомагає громадськості бути більш інформованою та свідомою.

З іншого боку, інтернет також стикається з проблемами контролю інформації. Деякі держави можуть обмежувати доступ до певних інтернет-ресурсів або контролювати зміст, який доступний для користувачів. Це може обмежити свободу думок та вільний обмін інформацією в таких країнах [3, с. 148–149].

У зв'язку з цим важливо розвивати медіаграмотність і критичне мислення серед користувачів інтернету. Люди повинні критично оцінювати інформацію, яку вони отримують, та перевіряти її достовірність. Навчання медіаграмотності в школах та університетах може допомогти громадськості стати більш усвідомленим інформаційним споживачем.

Також важливим є розвиток законодавства щодо регулювання діяльності в мережі, зокрема, щодо поширення фейкових новин. Правові норми повинні захищати свободу слова, але водночас забезпечувати відповідальність за поширення недостовірної інформації [4, с. 106].

Однією з найбільших проблем є порушення приватності. Інтернет, мобільні пристрої та датчики створюють масивну кількість даних про користувачів, їхні звички, інтереси та поведінку. Ці дані часто збираються без належного інформування користувачів або без їхньої згоди. Більше того, ці дані можуть використовуватися третіми сторонами для здійснення спаму, створення персоналізованої реклами або навіть використовуватися в кіберзлочинності.

Ще однією проблемою є витік та втрата даних. Чим більше даних збирається та зберігається, тим вищий ризик їхнього витіку або несанкціонованого доступу. Недостатня захищеність баз даних та інформаційних систем може призвести до крадіжки особистих даних, що може спричинити серйозний збиток для окремих осіб і організацій. Під такими обста-

винами загроза кібератак та хакерських вторгнень значно зростає.

Для вирішення цих проблем необхідно розвинути та вдосконалити законодавство про захист персональних даних та приватності. Компанії повинні приділяти особливу увагу кібербезпеці, захищати свої бази даних та інформаційні системи від хакерських атак та забезпечувати конфіденційність інформації своїх клієнтів [5, с. 112].

Також важливо підвищувати обізнаність громадськості щодо проблем приватності та безпеки. Люди повинні знати свої права щодо захисту персональних даних та бути свідомими щодо ризиків використання технологій та інтернету. Освіта та поширення інформації про ці питання можуть допомогти зберегти приватність і забезпечити безпеку в онлайн-середовищі.

Технологічний прогрес приніс безсумнівно багато переваг для людства, проте нині необхідно розглядати його вплив на природне середовище з більшою увагою і відповідальністю. Збільшення споживання енергії та негативний вплив на довкілля стали серйозними викликами, з якими сьогодні стикається світ [2, с. 99–100].

Перш за все, розвиток нових технологій призводить до збільшення енергоспоживання. Багато інноваційних пристроїв, таких як смартфони, комп'ютери, інтернет-пристрої, працюють на енергозалежних батареях. Завдяки зростаючій популярності інтернету та хмарних технологій, попит на енергію постійно збільшується. Великі дата-центри, необхідні для зберігання та обробки великих обсягів даних, споживають величезну кількість енергії.

Другим аспектом є електронне сміття. Швидкий темп технологічного розвитку спричиняє високий рівень відходів електронних пристроїв. Часто ці пристрої містять небезпечні речовини, які можуть забруднювати довкілля, якщо не відпрацьовуються належним чином. На жаль, утилізація електронних відходів не завжди відбувається згідно з екологічними стандартами, що призводить до забруднення землі та води [6, с. 109].

Також важливо зазначити, що розвиток технологій в сфері транспорту та виробництва може впливати на кліматичні зміни. Збільшення використання палив, які викидають парникові гази, призводить до глобального потепління та інших негативних ефектів на довкілля.

Однак не всі наслідки технологічного прогресу є негативними. Технології можуть використовуватися для ефективнішого використання ресурсів та зменшення негативного впливу на довкілля. Наприклад, розвиток відновлюваних джерел енергії, ефективних систем управління енергією та рециклінг можуть допомогти зменшити навантаження на природні ресурси.

Для забезпечення стійкого розвитку і мінімізації негативного впливу на природне середовище, необхідно приділити особливу увагу екологічним аспектам технологічного прогресу. Важливо підтримувати дослідження та розробки, які спрямовані на створення більш екологічно чистих технологій, а також сприяти свідомому споживанню та відповідальному ставленню до електронних відходів [7].

Висновки. Отже, технологічний прогрес має значний вплив на сучасні соціальні та філософські проблеми. Зміна способу спілкування, автоматизація робочих процесів, етичні дилеми штучного інтелекту та проблеми приватності – це лише декілька аспектів, що заслуговують на увагу. Глибоке розуміння і розв'язання цих питань вимагає спільних зусиль суспільства, спрямованих на забезпечення сталого та етичного розвитку технологій в інтересах людства і довкілля. Можливими перспективами дослідження є: вивчення впливу технології на соціокультурний контекст; розвиток нових методів та технологій для захисту інформації та забезпечення кібербезпеки в умовах зростаючої кількості кіберзагроз; вивчення екологічного впливу технології та розробка стратегій для зменшення негативного впливу на природне середовище, таких як розробка екологічно чистих технологій та відновлюваних джерел енергії; вивчення впливу технології на формування особистості, самоідентифікацію та місце людини в суспільстві.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Володін П.В. Науково-технічний прогрес як об'єкт соціально-філософського дискурсу. *Гуманітарний вісник Запорізької державної інженерної академії*. 2013. № 52. С. 115–124.
2. Гоцалюк А.А., Чорноморденко І.В. Філософське усвідомлення феномену технічного прогресу. *Наукові перспективи*. № 4(34). 2023. С. 96–103.
3. Семенюк Е., Мельник В. Філософія сучасної науки і техніки: підручник Вид. 3-тє, випр. та допов. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2017. 364 с.
4. Сумченко С. Філософські аспекти сучасного суспільного прогресу. *Філософія науки: традиції та інновації*. 2012. № 2(8). С. 103–111.
5. Dusek V. *The Philosophy of Technology: An Introduction*. Blackwell Pub, 2006. 252 p.
6. Tkachuk T.Y., Chystokletov L.G., Khytra O.L. Philosophical reflections on the information society in the context of a security-creating paradigm. *Int. J. Electronic Security and Digital Forensics*. 2021. Volume 13. Issue 1. Pp. 105–113.
7. Encounters between Philosophy of Science, Philosophy of Technology and STS: веб-сайт. URL: <https://journals.openedition.org/rac/23127> (дата звернення: 23.07.2023).
8. Technology and the good society: A polemical essay on social ontology, political principles, and responsibility for technology: веб-сайт. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0160791X16301191> (дата звернення: 24.07.2023).

ЗАЗДРІСНІСТЬ І СТИЛІ МІЖСОБИСТІСНИХ СТОСУНКІВ У ЧОЛОВІКІВ ТА ЖІНОК

ENVY AND INTERPERSONAL RELATIONSHIP STYLES IN MEN AND WOMEN

Заздрісність та стилі міжособистісних стосунків можуть виявлятися по-різному у чоловіків та жінок. Варто зазначити, що заздрісність – це емоційна реакція на успіх, досягнення або володіння іншою особою.

Так, у чоловіків заздрісність частіше за все пов'язується з почуттям загрози їхньому соціальному статусу, силі або ж контролю. Це може знаходити свій вияв у агресивній поведінці, конкуренції з іншими чоловіками або намаганнями домінувати над партнером. Чоловіки також можуть виявляти заздрісність і через невпевненість у своїй привабливості або здатності привернути увагу партнера.

У жінок заздрісність часто пов'язана з почуттям загрози їхньому емоційному зв'язку або емоційній безпеці у стосунках. Вони, своєю чергою, можуть виявляти підозрливість, контролювати поведінку партнера або порівнювати себе з іншими жінками. Також заздрісність може виявлятися через невпевненість у своїй привабливості або здатності утримати партнера.

У статті авторами зазначено, що проблематика заздрісності в міжособистісній взаємодії суб'єктів відноситься до числа тих, які відносно недавно зайняли провідну позицію в дослідженнях вітчизняних і зарубіжних психологів. Стиль міжособистісних стосунків може відрізнятися у чоловіків та жінок. Чоловіки частіше проявляють більш агресивний стиль, що спрямований на досягнення своїх цілей і забезпечення своєї незалежності. Жінки, натомість, проявляють більш емоційний стиль, спрямований на підтримку та збереження стосунків.

Мета дослідження полягає у виявленні специфіки проявів заздрісності у міжособистісних стосунках чоловіків та жінок.

У висновках авторами вказано, що, окрім підозрливості, яка властива і заздрісним чоловікам, і заздрісним жінкам, заздрість виявляє себе і в інших аспектах міжособистісних стосунків, де спостерігається чітка гендерна специфіка. Так, заздрісні чоловіки у стосунках з іншими

частіше виявляють агресивність, а заздрісним жінкам властиво підкорюватися іншим.

Ключові слова: заздрість, заздрісність, міжособистісні стосунки, гендерні особливості.

Envy and interpersonal styles can manifest differently in men and women. It is worth noting that envy is an emotional reaction to the success, achievement or possession of another person.

Thus, in men, envy is most often associated with a sense of threat to their social status, power, or control. This can be manifested in aggressive behavior, competition with other men or attempts to dominate a partner. Men can also show jealousy due to insecurity in their attractiveness or ability to attract the attention of a partner.

In women, envy is often associated with a sense of threat to their emotional connection or emotional security in the relationship. They, in turn, may show suspicion, control their partner's behavior or compare themselves with other women. Envy can also be manifested due to insecurity in one's attractiveness or ability to keep a partner.

In the article, the authors stated that the problem of envy in the interpersonal interaction of subjects is among those that relatively recently took a leading position in the research of domestic and foreign psychologists. The style of interpersonal relationships can be different for men and women. Men often show a more aggressive style aimed at achieving their goals and ensuring their independence. Women, on the other hand, show a more emotional style aimed at maintaining and preserving relationships.

The purpose of the study is to identify the specifics of the manifestations of envy in the interpersonal relationships of men and women.

In the conclusions of the authors, it is indicated that in addition to suspicion, which is characteristic of both envious men and envious women, envy also manifests itself in other aspects of interpersonal relationships, where clear gender specificity is observed. Thus, envious men are more likely to be aggressive in their relationships with others, and envious women tend to obey others.

Key words: envy, jealousy, interpersonal relations, gender characteristics.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.35>

Католик Г.В.

д.психол.н., професор,
професор кафедри практичної
психології
Інститут управління, психології
та безпеки

Львівського державного університету
внутрішніх справ

Нечитайло І.С.

д.соціол.н., професор,
професор кафедри соціології
та психології
факультету № 6
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Вступ. Фріц Хайдер у передмові до своєї відомої книги «Психологія міжособистісних стосунків» пише, що термін «міжособистісні стосунки» означає стосунки між декількома, як правило, двома людьми. Те, як одна людина думає і відчуває іншу людину, як вона сприймає її і що вона з нею робить, що вона очікує, щоб вона зробила або подумала, як вона реагує на дії іншої людини тощо [6]. Автор зазначає, що ці інтуїтивно зрозумілі та «очевидні» людські стосунки можуть бути такими ж складними та психологічно значущими, як і більш глибокі та дивні явища [6].

Проблематика заздрості в міжособистісній взаємодії суб'єктів відноситься до числа тих, які відносно недавно зайняли провідну позицію в дослідженнях вітчизняних і зарубіжних психологів. Останніми роками активізувалися зусилля психологів у вивченні цього феномену.

Ван де Вен зазначає, що особливе місце у системі стосунків особистості належить ставленню до свого успіху й успіху іншого. Автор пише, що заздрість може бути пов'язана і з професійною діяльністю, із суспільними явищами і соціальною поведінкою, з матері-

альним достатком, а також з низькою самооцінкою [9, с. 337].

Цікавою є точка зору науковців, які досліджують феномени, пов'язані з рівнем нарцисизму: незадоволеність потреб у повазі та любові з боку інших, що сприяє розчаруванню таких людей в їхньому оточенні та у собі, і, відповідно, є суттєвою підставою для виникнення заздрощів [1, с. 147]. Заздрість виникає всюди, де є соціальне порівняння. Інтерес викликає характер ґендерних особливостей цих взаємозв'язків, який заснований насамперед на суперечливості суб'єктивних і об'єктивних оцінок схильності до заздрості чоловіків і жінок [2, с. 551].

Таким чином, роль феномену заздрості, зокрема, в міжособистісних стосунках, безсумнівно, вимагає дослідження.

Мета дослідження – виявити специфіку проявів заздрісності у міжособистісних стосунках чоловіків та жінок. **Завдання** – емпіричним шляхом визначити ґендерні особливості взаємозв'язків заздрісності зі стилями міжособистісних стосунків.

У дослідженні було використано такі **методи**:

- *шкала диспозиційної заздрості* (К. Муздибаєв), яка складається з 15 суджень (5 з них – «пустишки»). Тобто робоча шкала складається з десяти суджень. Відповіді надаються за семибальною шкалою: 7 – повністю згоден, 4 – правильно щось середнє, 1 – зовсім не згоден. У трьох судженнях використано зворотну шкалу, тобто повна згода означає низьку заздрісність. Загальний бал за шкалою обчислюється шляхом сумування відповідей. Величина шкали коливається від 1 до 70 балів;

- *опитувальник «Уявлення про заздрість і її самооцінка»* (Т.В. Бескова). Питання методики спрямовані на самооцінку заздрості та очікування заздрості з боку оточуючих за сімнадцятьма предметними сферами, віднесеними до фізичного, соціального, матеріального, професійного, інтелектуального, психологічного, міжособистісного, сімейного і дозвільного статусів іншого. Методика дозволяє отримувати як показники за сферами, так і інтегральні показники;

- *методика діагностики міжособистісних стосунків Т. Лірі*.

Методика призначена для дослідження уявлень суб'єкта про себе і ідеальне «Я», а також для вивчення взаємин у малих групах. За допомогою такої методики виявляється переважаючий тип відношення до людей у самооцінці та взаємооцінці. У дослідженні міжособистісних стосунків найчастіше виділяються два чинники: домінування-підпорядкування і дружлюбність-агресивність. Саме ці чинники визначають загальне враження про людину в процесах міжособистісного сприйняття.

Для математико-статистичного аналізу було застосовано t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок та коефіцієнт кореляції Пірсона.

Емпірична вибірка складалася зі 184 досліджуваних віком 28–42 роки, чоловіків – 90 осіб, жінок – 94 особи.

На першому етапі дослідження було проведено порівняльний аналіз ґендерних особливостей диспозиційної заздрісності чоловіків і жінок та їх схильності до заздрості до предметних сфер із застосуванням критерія Стьюдента.

За результатами дослідження видалося можливим констатувати, що відмінностей між усередненими показниками диспозиційної заздрісності у чоловіків і жінок не виявлено ($t = 0,45, p > 0,05$).

Порівняння середніх балів заздрості за виділеними сімнадцятьма предметними сферами показало, що лише за однією з них рівень інтенсивності заздрості жінок статистично перевищує рівень заздрості у чоловіків. Цим предметом виступає зовнішня привабливість ($t = 2,09, p < 0,05$).

На другому етапі дослідження були вивчені взаємозв'язки між стилями міжособистісної взаємодії та двома характеристиками заздрісності: диспозиційною заздрісністю і очікуванням заздрості з боку оточуючих. Натепер є актуальною необхідність аналізу феномену заздрості у зв'язку з широким розповсюдженням і дивовижною живучістю заздрості як значимого компонента міжособистісних стосунків [4, с. 20].

Щоб правильно зрозуміти і проінтерпретувати соціальний феномен заздрості, необхідно враховувати специфіку міжособистісної взаємодії.

Результати дослідження взаємозв'язків диспозиційної заздрості та очікування заздрості з боку інших людей до себе зі стилями міжособистісної взаємодії наведено в таблицях 1 та 2.

Таблиця 1
Взаємозв'язки стилів міжособистісної взаємодії з диспозиційною заздрісністю у чоловіків та жінок

Стилі міжособистісних стосунків	Диспозиційна заздрісність	
	чоловіки	жінки
Авторитарний	0,097	-0,007
Егоїстичний	0,102	-0,038
Агресивний	0,231*	0,116
Підозрілий	0,284**	0,308**
Підкорюваний	0,196	0,233*
Залежний	0,137	0,115
Добррозичливий	0,086	-0,028
Альтруїстичний	0,027	-0,032
Домінування	0,196	-0,241*
Добррозичливість	-0,063	-0,058

Примітки: * – рівень значущості 0,05; ** – рівень значущості 0,01

У групі чоловіків зафіксовано такі взаємозв'язки між стилями міжособистісної взаємодії та рівнем диспозиційної заздрісності.

За стилем «авторитарний» – 0,097; за стилем «егоїстичний» – 0,102; за стилем «агресивний» – 0,231; за стилем «підозрілий» – 0,284; за стилем «підкорюваний» – 0,196; за стилем «залежний» – 0,137; за стилем «доброзичливий» – 0,086; за стилем «альтруїстичний» – 0,027; за стилем «домінування» – 0,196; за стилем «доброзичливість» – -0,063.

Таким чином, у групі чоловіків зафіксовані позитивні значущі взаємозв'язки між рівнем диспозиційної заздрісності та стилями міжособистісної взаємодії «агресивний» та «підозрілий». Негативних значущих взаємозв'язків визначено не було.

У цій групі не було виявлено значущих взаємозв'язків за такими стилями міжособистісної взаємодії, як «авторитарний», «егоїстичний», «підкорюваний», «залежний», «доброзичливий», «альтруїстичний», «домінування» та «доброзичливість».

У групі жінок зафіксовано такі взаємозв'язки між стилями міжособистісної взаємодії та рівнем диспозиційної заздрісності.

За стилем «авторитарний» – -0,007; за стилем «егоїстичний» – -0,038; за стилем «агресивний» – 0,116; за стилем «підозрілий» – 0,308; за стилем «підкорюваний» – 0,233; за стилем «залежний» – 0,115; за стилем «доброзичливий» – -0,028; за стилем «альтруїстичний» – -0,032; за стилем «домінування» – -0,241; за стилем «доброзичливість» – -0,058.

Таким чином, у групі жінок зафіксовані позитивні значущі взаємозв'язки між рівнем диспозиційної заздрісності та стилями міжособистісної взаємодії «підкорюваний», «підозрілий» та негативний значущий взаємозв'язок між рівнем диспозиційної заздрісності та стилем міжособистісної взаємодії «домінування».

У цій групі не було виявлено значущих взаємозв'язків за такими стилями міжособистісної взаємодії, як «авторитарний», «егоїстичний», «агресивний», «залежний», «доброзичливий», «альтруїстичний» та «доброзичливість».

Як у групі чоловіків (0,284), так і у групі жінок (0,308) зафіксовано значущі позитивні статистичні зв'язки між заздрістю та стилем міжособистісної взаємодії «підозрілий».

Отримані результати співвідносяться з даними, що були отримані Т.В. Бесковою у дослідженні, в якому показаний статистично значущий взаємозв'язок підозрілості і заздрісності особистості у разі використання методик діагностики агресивності Басса-Даркі.

Підозрілість входить до складу більш загального феномена – ворожості, найбільш часто застосовуваного для опису заздрісних стосунків [7, с. 449]. Людина з високим рівнем заздрісності вельми насторожено ставиться

до інших, проявляючи у стосунках недовіру й обережність, а іноді й повну переконаність у тому, що оточуючі мають намір завдати їй якої-небудь істотної шкоди. Цілком можливо, що в такому випадку спрацює захисний механізм проєкції і відбувається приписування своїх станів іншій особистості [7, с. 450].

На відміну від жінок, у групі чоловіків визначено позитивний значущий взаємозв'язок між заздрістю та агресивним стилем (0,231).

А. Берман наводить дані, які свідчать про те, що у чоловіків виявляється взаємозв'язок схильності до заздрості та непрямой агресії та відзначає, що заздрість чоловіків не виявляється прямим чином, а супроводжується злісними жартами, колкостями, спрямованими на об'єкт заздрості, ненаправленими і неупорядкованими вибухами люті. Якщо пряма агресія завжди спрямована проти самої жертви, то за непрямой агресії жертва може і не бути присутньою, а агресія в такому випадку спрямовується на об'єкти-замінники, сурогати жертви, представників її «кола» [3, с. 30].

Жінки відрізняються від чоловіків значущим позитивним взаємозв'язком між заздрістю та стилем міжособистісної взаємодії «підкорюваний» (0,233) та негативним значущим статистичним зв'язком зі стилем «домінування» (-0,241).

Таким чином, заздрісним чоловікам у стосунках з іншими властивий агресивно-підозрілий стиль; заздрісні жінки в міжособистісних стосунках проявляють підозріло-підкорюваний стиль. Крім того, якщо у жінок їхня схильність до заздрості негативно корелює з інтегративним показником «домінування», то у чоловіків подібний зв'язок не виявляється.

Було проведено кореляційний аналіз уявлень про заздрісність інших до себе зі стилями міжособистісних стосунків у чоловіків і жінок. Результати надано у таблиці 2.

Таблиця 2
Взаємозв'язки уявлень про заздрість з боку інших зі стилями міжособистісних стосунків

Стилі міжособистісних стосунків	Уявлення про заздрість інших	
	чоловіки	жінки
Авторитарний	0,241*	0,263*
Егоїстичний	0,224*	0,252*
Агресивний	0,093	0,294**
Підозрілий	-0,091	0,024
Підкорюваний	0,018	-0,072
Залежний	0,048	0,031
Доброзичливий	0,092	0,128
Альтруїстичний	0,117	0,121
Домінування	0,235*	0,367**
Доброзичливість	0,042	-0,051

Примітки: * – рівень значущості 0,05; ** – рівень значущості 0,01

У групі чоловіків зафіксовано такі взаємозв'язки між стилями міжособистісної взаємодії та очікуванням заздрості зі сторони інших.

За стилем «авторитарний» – 0,241; за стилем «егоїстичний» – 0,224; за стилем «агресивний» – 0,093; за стилем «підозрілий» – -0,091; за стилем «підкорюваний» – 0,018; за стилем «залежний» – 0,048; за стилем «доброзичливий» – 0,092; за стилем «альтруїстичний» – 0,117; за стилем «домінування» – 0,235; за стилем «доброзичливість» – 0,042.

Таким чином, у групі чоловіків зафіксовані позитивні значущі взаємозв'язки між очікуванням заздрості зі сторони інших та стилями міжособистісної взаємодії «авторитарний», «егоїстичний» та «домінування». Негативних значущих взаємозв'язків визначено не було.

У цій групі не було виявлено значущих взаємозв'язків за такими стилями міжособистісної взаємодії, як «агресивний», «підозрілий», «підкорюваний», «залежний», «доброзичливий», «альтруїстичний» та «доброзичливість».

У групі жінок зафіксовано такі взаємозв'язки між стилями міжособистісної взаємодії та очікуванням заздрості зі сторони інших. За стилем «авторитарний» – 0,263; за стилем «егоїстичний» – 0,252; за стилем «агресивний» – 0,294; за стилем «підозрілий» – 0,024; за стилем «підкорюваний» – -0,072; за стилем «залежний» – 0,031; за стилем «доброзичливий» – 0,128; за стилем «альтруїстичний» – 0,121; за стилем «домінування» – 0,367; а стилем «доброзичливість» – -0,051.

Таким чином, у групі жінок зафіксовані позитивні значущі взаємозв'язки між очікуванням заздрості зі сторони інших та стилями міжособистісної взаємодії «авторитарний», «егоїстичний», «агресивний» та «домінування». Негативних значущих взаємозв'язків визначено не було.

У цій групі не було виявлено значущих взаємозв'язків за такими стилями міжособистісної взаємодії, як «підозрілий», «підкорюваний», «залежний», «доброзичливий», «альтруїстичний» та «доброзичливість».

Яку групі чоловіків, так і у групі жінок зафіксовано значущі позитивні статистичні зв'язки між очікуванням заздрості зі сторони оточуючих та стилями міжособистісної взаємодії «авторитарний» (чоловіки – 0,241, жінки – 0,263), «егоїстичний» (чоловіки – 0,224, жінки – 0,252), «домінування» (0,235 та 0,367 відповідно).

Таким чином, заздрісним чоловікам у стосунках з іншими властивий агресивно-підозрілий стиль; заздрісні жінки в міжособистісних стосунках проявляють підозріло-підкорюваний стиль. Крім того, якщо у жінок їхня схильність до заздрості негативно корелює з інтегративним показником «домінування», то у чоловіків подібний зв'язок не виявляється.

І чоловіки, і жінки, які найбільш схильні припускати, що вони є об'єктом заздрості інших,

характеризуються авторитарно-егоїстичним стилем міжособистісної взаємодії, домінуванням.

Крім того, жінки, які найбільш очікують заздрість зі сторони інших, схильні до агресивного стилю міжособистісної взаємодії. У групі чоловіків такий зв'язок визначено не було.

Висновки. На сьогодні внаслідок девальвації багатьох моральних цінностей феномен заздрості отримав вражаюче широке поширення, що визначає необхідність вивчення чинників, що впливають на особливості розвитку та проявів заздрості. Оскільки інтерес до проблеми заздрості проявляється протягом усього процесу розвитку духовної культури людства як на рівні спеціального, психологічного та філософського аналізу, так і в повсякденній свідомості людей, особливого значення для розгляду цієї тематики набуває дослідження рис характеру, особливостей поведінки та міжособистісної взаємодії заздрісника, в тому числі і в ґендерному аспекті.

Емпіричне вивчення показало, що, окрім підозрілості, яка властива і заздрісним чоловікам, і заздрісним жінкам, заздрість виявляє себе і в інших аспектах міжособистісних стосунків, де спостерігається чітка ґендерна специфіка. Так, заздрісні чоловіки у стосунках з іншими частіше виявляють агресивність, а заздрісним жінкам властиво підкорюватися іншим.

Передбачуваний рівень заздрості інших до себе співвідноситься з такими стилями міжособистісних стосунків залежно від ґендерної приналежності суб'єктів: у чоловічій вибірці суб'єкти, що виявляють егоїстично-авторитарний стиль стосунків, найбільш схильні припускати, що вони є об'єктом заздрості інших; у жіночій вибірці очікування передбачуваної заздрості інших корелює, окрім егоїстичного та авторитарного стилів, ще й з агресивним. Крім цього, очікування суб'єктом заздрості інших до себе і у чоловіків, і у жінок позитивно корелює з інтегративним показником «домінування».

Незалежно від ґендерної приналежності респонденти, які передбачають, що їм неодмінно заздрять інші, в міжособистісних стосунках виявляють авторитарно-егоїстичний стиль, який характеризується владністю, домінантністю, самозакоханістю, самовдоволеністю, зарозумілістю і себелюбністю; жінки, які вважають, що їм заздрять багато і багато в чому, окрім описаних характеристик міжособистісних стосунків, виявляють ще й певну агресивність, що виражається в жорстокості, ворожості, роздратованості і непримиренності до оточуючих.

Кількісний та якісний аналіз інформації дозволяє стверджувати про існування цілої низки психологічних особливостей, які зага-

лом характеризують заздрощі і заздрісну особистість у гендерному аспекті. Доцільно говорити про можливість впливу на це явище, а в ідеалі – про запобігання його деструктивних проявів. На це будуть спрямовані наступні етапи дослідницької роботи.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Католик Г., Живко З., Одинцова Г. Особливості прояву депресивності у нарцисичних осіб: дослідження в часі війни. *Вчені записки Університету «КРОК»*, № 2(70), 2023. С. 47–158. URL: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-70-147-158>.
2. Ben-Ze'ev A. Envy and inequality. *Journal of Philosophy*, 89, 1992. Pp. 551–581.
3. Berman A. Envy at the cross-road between destruction, self-actualization, and avoidance. / In L. Navaro & S.L. Schwartzberg (Eds.), *Envy, competition, and gender: Theory, clinical applications and group work*. Pp. 17–32. 2007. New York, NY US : Routledge/Taylor & Francis Group.
4. Crusius J., Gonzalez M.F., Lange J., & Cohen-Charash Y. Envy: An adversarial review and comparison of two competing views. *Emotion Review*, 12(1), 2020. Pp. 3–21. URL: <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1754073919873131>.
5. Feather N.T., & Sherman R. Envy, resentment, Schadenfreude and sympathy: Reactions to deserved and undeserved achievement and subsequent failure. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 2002. Pp. 953–961.
6. Heider F. *The psychology of interpersonal relations*. New York : John Wiley & Sons. 1958.
7. Miceli M., & Castelfranchi C. The envious mind. *Cognition & Emotion*, 21, 2007. Pp. 449–479.
8. Parrott W.G., & Smith R.H. Distinguishing the experiences of envy and jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1993. 64, Pp. 906–920.
9. Van de Ven N. Envy and its consequences: Why it is useful to distinguish between benign and malicious envy. *Social and Personality Psychology Compass*, 10, 2016. 337–349. DOI: 10.1111/spc3.12253.
10. Van Dijk W.W., Ouwerkerk J.W., Goslinga S., Nieweg M., & Gallucci M. When people fall from grace: Reconsidering the role of envy in schadenfreude. *Emotion*, 6, 2006. Pp. 156–160.

МИСТЕЦТВО ТА ВІЙНА: СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ТРАНСФОРМАЦІЇ

ART AND WAR: SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL TRANSFORMATIONS

У статті реалізується соціально-психологічний підхід до вивчення трансформації мистецьких практик у часи війни, що кореспондує зі змінами предмета психології мистецтва кінця XIX – початку XXI століття. Згаданий підхід опирається на соціокультурну парадигму, положення соціального конструкціонізму та соціального екзистенціалізму у соціальній психології, а також ресурси прагматичного повороту в теорії та практиці арт-терапії. У цьому річизмі окреслюється новий методологічний погляд на проблему трансформації мистецьких практик у час війни, який акцентує практичні ракурси реалізації теоретичних моделей психології мистецтва в контексті повсякденного та екстремального модусів існування митців та аматорів мистецтва, військовослужбовців та цивільного населення. Предмет психології мистецтва в її класичному розумінні не протиставляється його подальшим неklasичним чи постнеklasичним модифікаціям, а розглядається в процесі видозмін логіки осмислення світу мистецтва, зокрема в центрі уваги опиняються мистецькі практики та зміни естетичного дискурсу в умовах війни. Застосування методів герменевтики та прийомів порівняльного синхронного аналізу у соціальній психології дозволяє окреслити топологічні маркери конструювання згаданих мистецьких практик – найбільш типові ситуації реалізації творчої активності митців та естетичної рецепції цих творів, а також арт-терапевтичних практик. Це дозволяє врахувати відмінності інтерпретації прекрасного, героїчного, потворного, жакливого в умовах мирного часу та екстремальних умовах війни, порівняти їх з аксіологічного боку.

Обстоюється доцільність поєднання синхронного, соціально-психологічного аналізу трансформацій мистецьких практик з діакронічним, психолого-історичним вивченням витоків цих практик в українській художній культурі. Показано, що соціальна психологія та психологія екстремальності збагачують психологію мистецтва засобами синхронного аналізу структури світу мистецтва в контексті естетизації, деестетизації та реестетизації доквілля українських міст та сіл. Визначено, що соціально-психологічні трансформації мистецьких практик простежуються: по-перше, в представленні в мистецьких та арт-терапевтичних практиках усіх аспектів естетики виразного – від цінності піднесеного й героїчного до осягнення жакливого й травмівного; по-друге, в превалюванні мистецьких творів, які можна віднести до «швидких» жанрів» проживання та осмислення досвіду війни; по-третє, у відображенні у мистецькому дискурсі колективних переживань значної інтенсивності, що зумовлює присутність у творах не лише авторського діалогу, а й звернення митців до семантики ритуально-міфологічних текстів.

Ключові слова: психологія мистецтва, соціально-психологічні трансформації,

синхронічний та діакронічний аналіз, естетизація та реестетизація повсякденності, екстремальний модус існування, арт-терапевтична практика.

The article is based on a social psychological approach to the study of transformations of art practices in wartime which corresponds to changes in the subject of art psychology during the nineteenth and early twenty-first centuries. This approach is based on the social cultural paradigm, the provisions of social constructionism and social existentialism in social psychology, as well as the resources of the praxeological turn in the theory and practice of art therapy. In this vein, it is possible to outline a new methodological perspective on the problem of transformation of art practices in times of war, which emphasizes practical dimensions for the implementation of theoretical models of art psychology in the context of routine and extreme modes of existence of artists and art lovers, as well as military personnel and civilians. The subject of art psychology in its classical sense is not opposed to its subsequent nonclassical or post-nonclassical modifications but is considered in the process of modifying the logic of understanding the world of art; in particular, the focus is on artistic practices and changes in aesthetic discourse in wartime. The usage of hermeneutic methods as well as methods of comparative synchronous analysis in social psychology allows us to outline the topological markers of the construction of these artistic practices – the most typical situations of performing creative activities and aesthetic reception of the artists' works, as well as art therapy practices. This allows us to consider the differences in the interpretation of the beautiful, heroic, ugly, and horrific in peaceful and extreme wartime conditions, as well as compare them from the axiological point of view.

The article contains arguments for the expediency of combining synchronous, social and psychological analysis of transformations of art practices with diachronic, psychological and historical study of the origins of these practices in Ukrainian art culture. It is shown that social psychology and the extreme psychology enrich the psychology of art by means of a synchronous analysis of the structure of the art world in the context of aestheticization, deaestheticization, and reaestheticization of the environment in Ukrainian cities and villages.

It is determined that the social psychological transformations of artistic practices can be traced: first, in the representation of all aspects of the aesthetics of the expressive in art and art therapy practices – from the value of the noble and heroic to the comprehension of the horrific and traumatic; second, in the prevalence of artworks that can be attributed to the "fast" genres of experiencing and comprehending the experience of war; third, in the reflection of collective experiences of considerable intensity in the artistic discourse, which determines the presence in the works of not only the author's dialogue, but also the artists' appeal to the semantics of ritual and mythological texts.

Key words: art psychology, social and psychological transformations, synchronic and diachronic analysis, aestheticization and reaestheticization of routine, extreme mode of existence, art therapy practice.

УДК 159.92

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.36>

Литвин-Кіндратюк С.Д.

к.психол.н.,

доцент кафедри психології розвитку
Прикарпатський національний
університет імені Василя Стефаника

Постановка проблеми. На початку XXI століття на тлі глобалізації, інтенсифікації соціальних процесів логіка розгортання соціалізації в єдності інтерналізації та інкультурації зазнала істотних змін, зокрема вона торкнулася естетичної соціалізації, яка тісно поєднується з етнічною та політичною її лініями. З огляду на поширення масової культури мистецькі практики стали розглядатися не лише як запорука естетичного розвитку особистості, а й як важливий контекст підвищення якості життя, збереження психічного здоров'я та благополуччя. Відомо, що у другій половині XIX століття у фундаментальній праці «Вступ до естетики» (1876) Теодор Густав Фехнер вказав на значущість психологічного вивчення сприймання прекрасного [13; 20]. Науку, якій належить стати вінцем психології, вчений назвав експериментальною естетикою.

Доба модерну, прикметами якої стали індустріалізація та урбанізація, засвідчила істотні трансформації у світі мистецтва та психології його творців і публіки. Вчені відзначали суперечливі тенденції естетичного розвитку особистості: поряд з поцінуванням творчої самореалізації поширення набуло спрощення мистецьких запитів, стереотипізація естетичного сприймання, недооцінка у структурі естетичної компетентності особистості етнокультурного складника тощо. З погляду модернізму, а згодом і постмодернізму мистецтво як досвід створення та сприймання творів прекрасного почало втрачати свою елітарність, а відтак і шанувальників [13]. Відомо, що в художньо-естетичному світі аксіологія прекрасного була визначена вченими доби Просвітництва провідною категорією естетики, зокрема ці ідеї знаходимо у працях видатного теоретика мистецтва XVIII століття Йогана Вінкельмана, автора збірки «Про художній ідеал прекрасного» [3]. В добу модерну ідея пріоритету прекрасного поступається аксіології виразного, зокрема у форматі негарного, тужливого, жахливого, потворного, що не менш вражає носіїв цього досвіду.

Опинившись у соціальному світі, що надто стрімко змінюється, людина XX століття почала помічати зміни параметрів своєї екзистенції, які виражалися не в переважанні емоцій радості та переживанні гармонії зі світом, а у реакціях страху, станах тривоги й невпевненості, ризику. Оскільки філософи та мистецтвознавці дедалі частіше почали трактувати сучасне мистецтво не лише як творчий процес, а й як спосіб виробництва соціальних відносин, у фокусі уваги дослідників опинилися й деестетизовані соціальні стратегії. З огляду на аксіологічну кризу в естетиці французький філософ Жак Рансьєр цілком слушно розширив соціально-політичне поле мистецтва. На його думку, мистецтво у сенсі організації життя є не лише

сферою творчої самореалізації, мистецькою інституцією, а й політикою, одним із соціальних порядків, певним «режимом» існування людини у соціумі [19], що забезпечує його повсякчасний вплив на соціальне життя.

У час повномасштабної російсько-української війни українське суспільство раптово й різко змінило модус повсякденної екзистенції на екстремальний, катастрофічний модус існування у фізично-реальному та у дискурсивному вимірах. Ситуація війни, зазначає Світлана Стоян, кардинально трансформує як процес творчості, так і «мистецький твір, що стає відображенням внутрішньої реакції автора на зовнішні шокуючі події» [12]. З одного боку, ризику, небезпеки, загрози й часто надлюдські випробування знаходять відображення у структурі індивідуального та колективного естетичного досвіду, досвіду проживання війни мистецькими засобами. З іншого боку, мистецтво в розмаїтті його видів, традиційних та новітніх жанрів виявилось надзвичайно плідною стратегією мобілізації психічних ресурсів та стабілізації емоційного стану українців не лише у форматі вже визнаної у світі арт-терапії, а й як носіїв етнічної та історичної ментальності з притаманним їй естетизмом. У цих надскладних умовах мистецьке життя в Україні активізувалося в духовно-естетичному, арт-терапевтичному, культурно-мистецькому, соціально-політичному вимірах, заявило про себе значущими мистецькими подіями, активним художнім дискурсом, що засвідчило вагу соціально-психологічного складника цих трансформацій.

Мета зазначеної статті полягає в теоретико-методологічному аналізі соціально-психологічних тенденцій трансформації мистецьких практик у час російсько-української війни з урахуванням логіки становлення за останнє століття предмета психології мистецтва.

Завдання статті полягають у такому:

1. Визначити методологічну стратегію вивчення соціально-психологічних трансформацій світу мистецтва в час війни з огляду на етапи розвитку предметного поля психології мистецтва.

2. Окреслити соціально-психологічні форми трансформації мистецьких практик у час війни з огляду на екстремальність модусу існування особистості та спільнот у цих умовах.

Огляд дослідження. Аналіз соціально-психологічних особливостей мистецьких практик у час російсько-української війни розпочнемо з підбору методологічної стратегії, інструменти якої здатні маркувати основні напрями трансформацій цих практик у контексті розвитку психології мистецтва та науки естетики. У розвитку психології мистецтва (з кінця XIX до початку XXI століття) ми простежуємо кілька етапів трактування її предмета, які суголосні

розумінню сутності мистецтва з погляду мистецтвознавства в певний історичний період [7]. По-перше, йдеться про класичну психологію мистецтва, предметом якої стало вивчення процесів творчості та особистості митця, аналіз його обдарованості. Це трактування предметного поля галузі оформилося на межі із загальною психологією та психологією творчості й пов'язане з пошуком психологічних орієнтирів самореалізації митця, а також аматора в просторі видів та жанрів мистецтва. Творець психоаналізу Зігмунд Фройд зробив значний внесок в утвердження психології мистецтва, адже його праці стали основою низки психотерапевтичних підходів на межі психології, мистецтва та медицини, зокрема в доланні наслідків Першої світової війни. Біля витоків арт-терапії як напряму надання психотерапевтичної допомоги засобами мистецтва стояли Зігмунд Фройд та Карл Юнг. Після Другої світової війни завдяки працям американської психологині Маргарет Наумбург практика арт-терапії отримала значне поширення у світі [18].

На другому етапі свого розвитку психологія мистецтва дедалі чіткіше представлена як неklasична за своїм предметом галузь. Модерна, неklasична позиція психології мистецтва виявилася у її особливому інтересі до двох блоків проблем: по-перше, до вивчення художньо-естетичного розвитку особистості, зокрема творця; по-друге, до аналізу художньої перцепції та інтерпретації, зокрема в ігровій формі. Її методологія схилялася на користь комунікативної теорії та вивчення реальності світу мистецтва у його соціально-психологічній повноті, найперше у системі «творець–тіло–реципієнт» за інституційною теорією мистецтва Джорджа Дікі [17].

Зазначений струмінь пошуку став продовженням студій у галузі експериментальної естетики, які поєдналися з проблематикою психології особистості та соціальної психології. У розвідках цього спрямування відобразилися, з одного боку, примхливість поєднання видів та жанрів у творчості митців, неповторність їхнього художнього бачення на тлі виникнення нових стилів (приміром, експресіонізм, імпресіонізм, кубізм, сюрреалізм та багато інших). З-поміж новітніх робіт зарубіжних авторів, які виконані в річищі неklasичної теорії мистецтва, слід згадати працю чеського вченого Іржі Кулки «Психологія мистецтва» [16]. Не втрачає своєї актуальності книга данського дослідника Б. Функа, яка присвячена психології сприймання творів образотворчого мистецтва, де вчений детально аналізує основні підходи до проблеми сприймання та розуміння творів мистецтва – психофізичний, когнітивний, психоаналітичний, феноменологічний, екзистенційний [15].

На третьому етапі становлення предмета психології мистецтва популярності набувають

постмодерні підходи в трактуванні мистецтва в контексті культури. Завдяки застосуванню соціокультурної парадигми та діалогу з історичною психологією постнеklasична психологія мистецтва істотно розширила горизонти свого предмета, а саме: у форматі занурення в культурно-історичні та соціально-політичні ландшафти, культурно-мистецькі перформативні практики [21], з першого погляду неестетизовані, проте міфологізовані та ритуалізовані повсякденні події.

Згадані напрацювання в царині психології мистецтва знайшли своє відображення в шуканнях філософів, психологів, культурологів. Так, на початок XXI століття шукання українських учених на теренах науки естетики та психології мистецтва часто тяжіли до класичної кантівської традиції – аналізу автономії феноменів мистецтва як продуктів незацікавлених суджень смаку в досвіді окремої особистості. В естетичному дискурсі увагу привертала монографічні дослідження, в яких предметом дослідження вибиралися приміром художнє мислення чи онтологія естетичного досвіду [9; 11]. Популярності набуває історико-естетичний аналіз. Так, Олена Павлова слушно зауважувала, що тенденції естетичного, як і антропологічні метаморфози, неможливі поза змінами суспільства. У монографії «Онтологія естетичного досвіду» вона зазначає, що «це не два якісно різних, автономних процеси, а двоєдиний процес... для того щоб змінилися конфігурації певного соціуму, також потрібні зміни його естетичних параметрів» [9, с. 7]. З теорії Жака Рансьєра впливає тісний зв'язок мистецтва із соціально-психологічною реальністю в її традиційній та новочасній динаміці. Це зумовлює дослідників до новочасного соціального повороту в мистецтві, його перформативних інновацій, енвайронментальної естетики вкупі з розмаїтістю та ресурсністю арт-терапевтичних практик.

Таким чином, виокремлені етапи трактування предмета психології мистецтва та аналіз досліджень, які виконані в їх річищі, дозволяють простежити зміни в методології вивчення світу мистецтва, мистецьких практик у мирний час, тобто переважно в режимі розвідок «pre-war science». Проте ці напрацювання не завжди релевантні у дослідницькій реальності «in-war science». Пригадаємо, що ще під час Першої світової війни художники почали замислюватися над тим, яким має бути мистецтво, у чому полягає його роль, чи здатне воно врятувати людство. Прикладом такого пошуку малярські полотна одного із законодавців німецького експресіонізму, який розвинувся у воєнний період, Ернста Людвіга Кірхнера, приміром, «Автопортрет у солдатській формі» (1915), робота Пабло Пікассо «Герніка» (1937) та ін.

В умовах повномасштабної російсько-української війни українські психологи активно обговорюють теоретичні та практичні підходи до аналізу феноменології досвіду проживання війни, мистецьких практик у їх розмаїтті. Цей важливий соціокультурний запит відобразився в організації та проведенні низки круглих столів, які сприяли налагодженню філософського, культурологічного, психолого-мистецтвознавчого діалогів у цьому річці. Так, проблема соціокультурних детермінант війни була розглянута учасниками круглого столу, виступи яких були представлені на сторінках третього номера журналу «Філософська думка» за 2022 рік. Психологами, арт-терапевтами разом з митцями, мистецтвознавцями був проведений круглий стіл «Досвід проживання російсько-української війни у вимірах пластичного мистецтва, психології мистецтва й арт-терапії» (лютий 2023). Під час плідної дискусії Олени Вознесенська зазначила, що «творчість воєнного часу сучасних українських митців/мисткинь варто розглядати рецептивною арт-терапією нашого суспільства загалом» [4, с. 11]. Екзистенційний вимір розвивального впливу мистецтва на особистість обґрунтував у своєму виступі Віктор Москалець [8], про естетичні витоки екзистенційної психології говорила Оксана Паркулаб [10]. Олена Дяків торкнулася духовних орієнтирів українського мистецтва в умовах повномасштабної російсько-української війни [5].

За матеріалами згаданого круглого столу був опублікований збірник тез, в яких авторами розкриваються як теоретичні проблеми мистецтвознавства та психології мистецтва, аналізується методика та практика арт-терапії у роботі з різними категоріями населення в час війни. Найбільш часто й різноаспектно висвітлювалися теми, які торкалися питання організації та методики арт-терапевтичної допомоги на рівні особистості, насамперед для різних вікових категорій (дошкільники, школярі), дружинам воїнів, які перебувають у полоні, методики реалізації оздоровлюючої функції мистецтва засобами арт-терапії та інші. Водночас соціально-психологічні аспекти досвіду проживання війни, процеси трансформації мистецьких практик в умовах російсько-української війни залишаються не досить врахованими, хоча саме вони вносять значний вклад у інтенсифікацію оздоровчої функції мистецтва на рівні не лише особистості, а і спільноти, усуненні й запобіганні колективної травматизації.

Виклад основного матеріалу. Однією з найбільш плідних теоретико-методологічних платформ, до якої варто звернутися у процесі аналізу проблем екстремальності існування особистості в час війни, слід вважати екзистенційну філософію та психологію. У форматі соціального екзистенціалізму вона

дозволяє розробити теоретичну модель життєстійкої особистості із соціально-психологічного боку, з подальшим її застосуванням у практиці психотерапії та психопрофілактики. Водночас теорія соціального екзистенціалізму вкупі із соціальним конструкціонізмом дотична до найновіших пошуків на теренах психології мистецтва в психолого-історичному форматі міфологічної стратегії, ритуальних засад перформативних практик тощо.

В їхньому річці аналізувались етичні й естетичні проблеми розвитку особистості в контексті кризових станів у пору миру та часи війни з урахуванням історичної ментальності учасника практик. Пошуки на теренах соціального екзистенціалізму дозволяють більш повно врахувати особливості існування людини на рівні індивідуальної та колективної екзистенції, осмислити кризь призму власних переживань – тривоги, колективних міжпоколінних травм, звитяг, тобто синхронно в масштабі людського життя та діахронно в історії низки поколінь. Одночасне врахування цих двох векторів аналізу як синхронного (соціально-психологічного, горизонтального), так і діахронного (історичного, вертикального) може слугувати, на нашу думку, методологічним підґрунтям визначення маркерів соціально-психологічної трансформації мистецьких практик у час війни на тлі екстремальності існування військових та цивільних. Тим самим ми вводимо екстремальний модус існування в предметне поле психології мистецтва, тим самим розширюючи його на межі з екстремальною психологією та психологією війни.

У пропонованій статті йдеться про синхронний аналіз зазначених трансформацій найперше в просторі воєнного стану та воєнних дій в Україні, тобто з просторового, топологічного боку. Одиницею топологічного аналізу приймаємо соціальну ситуацію в екстремальних умовах війни, в якій конструється художня практика – це соціально-фронтна ситуація, коли в окопах воїни створюють мистецькі твори, соціальна ситуація збереження та відновлення мистецько-культурних пам'яток у місті, яке наближене до фронту, ситуацій театральних перформансів та арт-терапевтичних занять з дітьми тощо. Нині на фронті воюють професійні художники, музиканти, поети, які створюють в умовах бойових дій поетичні збірки, художні полотна. Згадаємо творчість військовослужбовців, які героїчно загинули на війні, – харківського художника Артема Азарова, поета та екоактивіста Гліба Бабича. Вони створили численні мистецькі твори, перебуваючи на фронті. Художниця Ірина Чмелик стала авторкою мистецького проекту «Звितяжчі, пам'яті тих, хто повернувся на щиті», в рамках якого нею було представлено 44 графічних рисунки воїнів із

різних куточків України, які віддали своє життя за її Незалежність [14, с. 66].

Знаюно й популярною нині є поезія поета й музиканта Павла Вишебаби «Тільки не говори мені про війну», яка теж писалася на фронті й була відповіддю доньці, яка хотіла написати листа татові на фронт. Досвід проживання повномасштабної війни українськими військовими має виразно екстремальний вектор, який є результатом проживання ситуацій долання та випробувань і поєднує цілий спектр екзистенційних переживань: гордість за свої героїчні вчинки та побратимів, віра в перемогу, водночас відображає сум, горе втрат тощо.

У цій війні немає куточків мирного життя, уклад життя цивільного населення теж знаходиться в рамках екстремального модусу екзистенції. Структура їхнього досвіду зазнає змін, найперше він вміщає травмівний досвід людських втрат, відчаю, пережитого горя, страждань, екзистенційної тривоги за своє життя та здоров'я своє і рідних, долю рідних та близьких, зміни усталеного побуту, пошкодження або втрата помешкання. Не менш болісним для мешканців міст та сіл є пошкодження внаслідок ворожої агресії архітектурних пам'яток, сакральних споруд, ландшафту рідного міста. У перші тижні війни особливо промовисто прозвучав поетичний дискурс – це теми захисту Рідної землі від ворога, нищення загарбниками культурно-естетичного образу рідного міста, його понівечених історичних та сакральних споруд, кварталів, площ, парків, теми оплакування безневинних жертв, тема діалогу з українськими героями минулого та інші. Під звуки сирен, перебуваючи в укритті під час обстрілів, коли гнів та розпач переповнювали українців киянин Володимир Ребров створив понад 200 графічних робіт, які стали щоденником війни очима художника. В одному зі своїх інтерв'ю митець зазначив: «Натхнення – взагалі дуже дивне слово. Найчастіше воно асоціюється з чимось прекрасним, наповненим, мрійливим. Але коли ти дивишся на всі ці жахіття, стежачи за новинами часом кілька годин на день, ти розумієш, що десь там важко, десь там – біль. І ти не хочеш пройти повз, ти хочеш якось підтримати цих людей і ти малюєш. Тому я назвав би це не натхненням, а небайдужістю» [8].

У мистецькому дискурсі, зазначає Надія Бабій, почали використовуватися спеціалізовані мілітарні тактики опору та оборони, традиційно гротескні, позбавлені нюансів та аберацій, які виразно демонструють право на ненависть та зневагу, відзначається масовою появою мемів та агіток у мережах, поява графіті, постерів на біл-бордах, що демонстрували культурний маніфест ідентичності [2, с. 343–344]. Загалом кількість концертів, художньої та документальної фотографії,

народного мистецтва, традиційного живопису, актуального мистецтва, плакату, дитячого малюнка, ілюстрації, скульптури безпрецедентні у спробі формулювання якісного меседжу репрезентації не лише старих цінностей, але й нових сенсів [2, с. 350–351]. У відповідь на намагання ворога знищувати урбаністичне середовище в Україні, його інфраструктуру та історичні пам'ятки, пошкоджувати житла мирних мешканців значного поширення набуває мистецтво муралу. Знаходимо безліч повідомлень про мурали, які були створені у містах Києві, Львові, Івано-Франківську. Одним з перших у час війни в Києві був створений мурал «Привид Києва». До мистецтва муралу активно звертається художник Роман Бончук, який є автором цілої низки муралів у просторі міста Івано-Франківська. Загалом у час війни поширення набули мистецькі практики реестетизації довкілля українських міст, відновлення втраченого естетизованого довкілля та його збагачення.

Не менш промовистим у трансформації мистецьких практик став арт-терапевтичний та арт-педагогічний поворот у структурі естетичної та художньої комунікації. До методів арт-терапії почали активно звертатися не лише психологи, арт-терапевти, але застосовувати у своїй роботі художники, педагоги, викладачі мистецьких дисциплін. Водночас нині популярності набуває не лише активна арт-терапія, а й рецептивна естетика, яка, вважає Олена Вознесенська, слугує самовиразу особистості в контексті проживання нею війни [1; 4]. З топологічного боку у процесі арт-терапевтичних сесій створюється своєрідне локальне естетизоване захищене довкілля, осередок мистецької активності та взаємної перцепції творів учасників з метою самовиразу особистості.

Висновки. Топологічний аналіз змін світу мистецтва та мистецьких практик у час війни з урахуванням змін предмета психології мистецтва дозволив говорити про форми соціально-психологічної трансформації мистецьких практик у соціальному та культурному контекстах. По-перше, вони виявляються у зміні ціннісних орієнтирів мистецького процесу, в якому починають домінувати духовні цінності піднесеного й виразного – патріотизму, героїзму, життєвої стійкості, що зміцнює народний дух, збагачує естетичне сприймання, надає йому нових сенсів та сил. Водночас з метою стабілізації психічного стану після пережитого шоку початку війни напруження, стрес, тривога втілюються в мистецькій активності, розмаїтті прийомів арт-терапевтичних практик та ситуацій їх застосування, зацікавленій естетичній перцепції публіки. Всі ці мистецькі практики по-різному спрямовують особистість на опрацювання травмівного досвіду війни.

По-друге, в практиках створення мистецьких творів у часи війни попереду йдуть так звані «відносно швидкі» жанри, які дозволяють як фахівцям, так і аматорам миттєво відгукуватися на пережиті події, рефлексувати цей досвід у просторі міста та села. Мовиться про поезію, плакат, пісню, мистецтво фотографії та кінодокументалістику, поширення мемів в інтернет-просторі тощо. По-третє, шляхом включення в колективні переживання значної інтенсивності форми модерного та постмодерного мистецького дискурсу виступають у нових поєднаннях індивідуального авторського діалогу з рисами колективного діалогу й значущості міфологічно-ритуальної форми цього дискурсу. При цьому йдеться про форми реестетизації й гармонізації досвіду переживання війни як на основі конструювання індивідуальних авторських міфів, так і шляхом звернення до первинних, стародавніх міфологічних уявлень далекого минулого українців, які збереглися в народному фольклорі.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Арт-терапія дітей у часи війни : методичний посібник / за заг. ред. О. Вознесенської, О. Луценко, М. Перун. Київ : ФОП Назаренко Т.В., 2023. 118 с.
2. Бабій Н. Актуальні культурно-мистецькі практики і процеси Західної України кінця ХХ – початку ХХІ століть: культурні доміанти, форми презентації, перспективи : монографія. Івано-Франківськ, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника. Фоліант, 2022. 400 с.
3. Вінкельман Й.Й. Про художній ідеал прекрасного : збірник / Пер. з нім. Київ : Мистецтво, 1990. 307 с.
4. Вознесенська О. Рецептивна арт-терапія: пластичне мистецтво як засіб подолання наслідків колективної травматизації. *Досвід проживання російсько-української війни у вимірах пластичного мистецтва, психології мистецтва й арт-терапії* : збірник тез доповідей круглого столу (Івано-Франківськ, 3 лютого 2023 р.) / упоряд. Світлана Литвин-Кіндратюк, Богдан Кіндратюк. Івано-Франківськ : Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника. 2023. С. 7–12.
5. Дяків О. Духовні орієнтири мистецтва періоду великої російсько-української війни. *Досвід проживання російсько-української війни у вимірах пластичного мистецтва, психології мистецтва й арт-терапії* : збірник тез доповідей круглого столу (Івано-Франківськ, 3 лютого 2023 р.) / упоряд. Світлана Литвин-Кіндратюк, Богдан Кіндратюк. Івано-Франківськ : Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника. 2023. С. 24–26.
6. Литвин-Кіндратюк С.Д. Предмет соціальної психології мистецтва у вимірах історіоризації. *Збірник наукових праць Прикарпатського університету імені Василя Стефаника. Психологія*. 2018. Випуск 22. С. 7–15.
7. Медведенко Л. Війна очима художника: в Києві відкрилася виставка графічних робіт Володимира Реброва. URL: <https://armyinform.com.ua/2023/04/06/vijna-ochyma-hudozhnyka-v-kyyevi-vidkrylasya-vystavka-grafichnyh-robit-volodymyra-rebrova/>.
8. Москалець В. Розвивальний потенціал мистецтва. *Досвід проживання російсько-української війни у вимірах пластичного мистецтва, психології мистецтва й арт-терапії* : збірник тез доповідей круглого столу (Івано-Франківськ, 3 лютого 2023 р.) / упоряд. Світлана Литвин-Кіндратюк, Богдан Кіндратюк. Івано-Франківськ : Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника. 2023. С. 41–43.
9. Павлова О. Онтологічний статус естетичного досвіду : монографія. Київ : Вид. ПАРАПАН, 2008. 262 с.
10. Паркулаб О. Мистецькі витоки екзистенційної психології. *Досвід проживання російсько-української війни у вимірах пластичного мистецтва, психології мистецтва й арт-терапії* : збірник тез доповідей круглого столу (Івано-Франківськ, 3 лютого 2023 р.) / упоряд. Світлана Литвин-Кіндратюк, Богдан Кіндратюк. Івано-Франківськ : Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника. 2023. С. 48–50.
11. Поліщук О. Художнє мислення: естетико-культурологічний дискурс : монографія. Київ : Вид. ПАРАПАН, 2007, 208 с.
12. Стоян С. Мистецтво та війна: специфіка художніх трансформацій. *Філософська думка*. 2022. № 3. С. 119–124.
13. Татаркевич В. Історія шести понять: Мистецтво. Прекрасне. Форма. Творчість. Відтворництво. Естет. Переживання. / Пер. з пол. В. Корнієнка. Київ : «Юніверс», 2001. 368 с.
14. Чмелик І. Мистецький проєкт «Звитязці. Пам'яті тих, хто повернувся на щиті» як рефлексія на події російсько-української війни. *Досвід проживання російсько-української війни у вимірах пластичного мистецтва, психології мистецтва й арт-терапії* : збірник тез доповідей круглого столу (Івано-Франківськ, 3 лютого 2023 р.) / упоряд. Світлана Литвин-Кіндратюк, Богдан Кіндратюк. Івано-Франківськ : Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника. 2023. С. 66–67.
15. Funk B.S. *The Psychology of Art. Appreciation* Copenhagen : Museum Tusulanum Press, University of Copenhagen. 1997. V. XII. 321 p.
16. Kulka J. *Psychology of Art*. Praha : Grada Publishing. 2008. 558 p.
17. Lord C. Indexicalitu, not circulavitu: Dickie's new definition of art *J. of aesthetics a art criticism*. Philadelphia, 1987. Vol. 45. № 3. P. 229–232.
18. Malchiodi C.A. *Handbook of Art-Therapy* / ed. by Cathy A. Malchiodi. Guilford Press, 2011. 496 p.
19. Ranciere J. *L'inconscient esthetique* Paris. Calilee. 77 с.
20. Tinio P.P.L. and J.K. Smith. *The Cambridge Handbook of the Psychology of Aesthetics and the Arts*. Cambridge. UK. Cambridge Univ. Press. 2017. 646 p.
21. Schechner R. *Performance Studies: An Introduction* / ed. Sara Bradu. London, New York : Routledge, 2013. 377 p.

ЗАЗДРІСНІСТЬ У КОНТЕКСТІ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

ENVY IN THE CONTEXT OF DEVIANT BEHAVIOR OF MILITARY PERSONNEL

Почуття роздратування, викликане якою-небудь перевагою, вищістю, добробутом іншого, досить часто людина приховує від інших, а іноді і від самої себе. Чому виникає почуття заздрості, яким чином і навіщо? Це питання є дуже важливим як для розуміння психології поведінки окремої людини, так і пояснення ряду подій у суспільстві, що склалися історично і відбуваються сьогодні.

Поняття «заздрість» можливо інтерпретувати як стан чи відчуття, переживання неприємні до іншої особистості по відношенню до його щастя, благополуччя, успіху, моральності, культурного рівня або ж матеріальної переваги. Заздрість – це свого роду визнання переваги, успіху, благополуччя іншого, сполучене з відчуттям досади, ворожості до людини, яка досягла успіху. Заздрість експонує вимогливі бажання мати, володіти на рівні іншого або навіть перевершувати його, домінувати.

У роботі проаналізовано особливості виникнення і переживання заздрості чоловіками та жінками військовослужбовцями в контексті правової поведінки. У проведеному дослідженні був використаний комплекс взаємодоповнюючих методів: аналіз наукової літератури щодо проблеми дослідження, бесіда, анкетування, тестування. Також зацентовано увагу на заздрості як потужній емоції, що включає в себе негативні почуття невдоволення, спрямовані до вищого зовнішнього джерела. Заздрісні люди бажать отримати привабливі якості, досягнення або власність іншої людини. У висновках авторами зазначається, що заздрість реалізується на особистісному та соціальному рівнях, зумовлює формування самовідношення та самооцінювання, прояв схильності до різних видів девіації, визначає особливості та результати адаптації особистості у змінному світі. Етико-психологічні феномени соціальної поведінки багато в чому залежать від гендерної приналежності суб'єкта.

У результатах дослідження вказані певні можливі напрями майбутніх досліджень розглянутої проблеми: вивчення індивідуально-психологічних детермінант заздрості; визначення взаємозв'язків параметрів заздрості з такими характеристиками суб'єкта, як інтелект, вольові якості особистості, динамічні властивості індивідуальності.

Ключові слова: заздрість, девіантна поведінка, асоціальна поведінка, військовослужбовці.

The feeling of irritation caused by some advantage, superiority, well-being of another is often hidden by a person from others, and sometimes from himself. Why does a feeling of envy arise, how and why? This question is very important both for understanding the psychology of an individual's behavior and for explaining a number of events in society that have developed historically and are happening today.

The concept of envy can be interpreted as a state or feeling, experiencing hostility towards another person, in relation to his happiness, well-being, success, morality, cultural level or material advantage. Envy is a kind of recognition of the superiority, success, well-being of another, combined with a feeling of annoyance, hostility towards the achiever. Envy exhibits a demanding desire to have, to possess at the level of another or even to surpass him, to dominate.

The article analyzes the peculiarities of the occurrence and experience of envy by male and female military personnel in the context of legal behavior. A set of complementary methods was used in the conducted research: analysis of scientific literature on the research problem, interview, questionnaire, testing. Also, attention is focused on envy as a powerful emotion, which includes negative feelings of dissatisfaction directed to a higher external source. Envious people want to get attractive qualities, achievements or possessions of another person. In the conclusions of the authors, it is noted that envy is realized at the personal and social levels, determines the formation of self-attitude and self-evaluation, the manifestation of a tendency to various types of deviations, determines the peculiarities and results of personal adaptation in a changing world. Ethical and psychological phenomena of social behavior largely depend on the gender of the subject.

In the results of the study, certain possible directions of future research of the considered problem are indicated: the study of individual and psychological determinants of envy; determination of relationships between the parameters of envy and such characteristics of the subject as intelligence, volitional qualities of the individual, dynamic properties of individuality.

Key words: envy, deviant behavior, antisocial behavior, military personnel.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.37>

Мілорадова Н.Е.

д.психол.н., доцент,
професор кафедри педагогіки
та психології
факультету № 3
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Філоненко В.М.

к.психол.н., доцент,
доцент кафедри соціології та психології
факультету № 6
Харківський національний університет
внутрішніх справ

Вступ. Девіантна поведінка дитини, підлітка чи дорослої людини має чимало витоків, причин і пояснень. Одним із найвідоміших чинників, здатних підштовхнути людину до порушення норм і законів, є заздрість. Переважна більшість дослідників сходиться на думці, що заздрість – це неприємна емоція, яка виникає внаслідок значущого для суб'єкта висхідного соціального порівняння. Проте концептуалізація, природа та резуль-

тати заздрості є предметом активної наукової дискусії [4, с. 21].

Важливе місце в розкритті проблеми заздрості належить працям зарубіжних та вітчизняних науковців і філософів: М. Кляйн (деструктивний вплив немовлячої заздрості); П. Куттера (психоаналіз заздрості як однієї з пристрастей); В. Моляка (зміст заздрості та рівні її розвитку); Ф. Ніцше (екзистентна заздрість); З. Фрейда (статева заздрість) та ін.

Історично склалося так, що заздрість здебільшого розглядалася як мотивуюча ворожа реакція (тобто як когнітивні, поведінкові та емоційні способи досягнення мотиваційних цілей, притаманних заздрості), наприклад, заподіяння шкоди людині, якій заздять, або бажаному ресурсу. Тим не менш, заздрість також може передбачати й неворожі реакції, такі як збільшення зусиль для самовдосконалення. Ця різноманітність викликала дискусію щодо того, чи є ці різні реакції результатом одного типу заздрості чи різних типів заздрості [4, с. 19].

Заздрісна людина – це неперевершений руйнівник спокою, потенційний саботажник, й інші не можуть його умиротворити. Оскільки абсолютно егалітарного суспільства бути не може, тому що не можна зробити людей дійсно рівними і при цьому зберегти життєздатність спільноти, то заздрісна людина – це, за визначенням негатива, основа будь-якого суспільства. Невиліковно заздрісні люди можуть протягом якогось часу надихати та очолювати хіліастичні, революційні рухи, але вони в принципі не здатні створити стабільне суспільство, якщо, звичайно, не погодяться поступитися принципом рівності.

Коли з кимось трапляється нещастя, наша реакція може приймати різні форми. Найчастіше ми можемо співчувати й відчувати занепокоєння та смуток за іншу людину, але ми також можемо відчувати злорадство, емоційну реакцію, що визначається як отримання задоволення від нещастя іншого [8]. Численні вчені пов'язували цю останню емоційну реакцію із заздрістю. І, хоча теоретичні пояснення зв'язку між заздрістю та злорадством сягають ще давньогрецьких філософів, таких як Сократ і Платон, емпірична підтримка висунутого теоретичного зв'язку мала чекати аж до кінця 1990-х років, коли Сміт і його колеги експериментально показали, що злорадство з'являється, коли людина, якій заздять, переживає нещастя. Однак більш нові дослідження поставили під сумнів ці висновки, оскільки не змогли задокументувати зв'язок між заздрістю та злорадством [7, с. 257].

Заздрість може мати як позитивні, так і негативні наслідки для особистості. З одного боку, це почуття може стимулювати людину до розвитку та досягнення більших успіхів. Наприклад, заздрість до успіхів іншої людини може спонукати людину до більш старанної роботи або прагнення кращих результатів. З іншого боку, заздрість може викликати негативні емоції та шкодити стосункам з іншими людьми. Вона може призводити до злості, недовіри чи навіть агресії.

Таким чином, заздрість є характеристикою особистості, яка відображає ставлення людини до успіхів та здобутків інших людей.

Вона може мати як позитивні, так і негативні наслідки та впливати на емоційний стан і поведінку людини.

Заздрість також є соціально-психологічним феноменом, оскільки вона виникає в контексті соціальних відносин і взаємодій між людьми. Заздрість може бути викликана порівнянням себе з іншими людьми та відчуттям нерівності чи несправедливості.

Соціальні чинники, такі як соціальне порівняння та соціальна нерівність, можуть сприяти виникненню заздрості. Коли люди бачать, що інші мають те, чого їм не вистачає, вони можуть почуватися незадоволеними або недостатньо успішними. Соціальні норми та очікування також можуть впливати на появу заздрості, оскільки вони визначають, що вважається цінним чи бажаним.

Заздрість може також бути пов'язана з конкуренцією та прагненням до соціального статусу чи визнання. Люди можуть заздрити тим, хто має високий статус чи популярність, оскільки вони хочуть бути такими ж успішними чи шановними. Заздрість може бути способом мотивації задля досягнення кращих результатів чи переваги над іншими людьми.

Однак заздрість також може призводити до негативних наслідків у соціальних відносинах. Вона може викликати ревності, недовіру чи конфлікти між людьми. Заздрісні люди можуть прагнути знищити те, що викликає заздрість, або завдати шкоди іншим людям.

Отже, заздрість є соціально-психологічним феноменом, який виникає в контексті соціальних відносин та взаємодій між людьми. Вона може бути викликана порівнянням себе з іншими та відчуттям нерівності чи несправедливості. Заздрість може мати як позитивні, так і негативні наслідки соціальних відносин і поведінки людей.

У фільмі «Амадей» (якщо не обов'язково в реальному житті) композитор Антоніо Сальєрі був охоплений заздрістю щодо неперевершеного музичного таланту Вольфганга Амадея Моцарта. Заздрість сильно вплинула на життя Сальєрі, зробивши його менш корисним наставником і активно агресивним по відношенню до свого молодшого колеги. Чи могла його заздрість також мати ширші міжособистісні наслідки, запламувавши стосунки Сальєрі з учнями, слугами та друзями? Коротше кажучи, чи може заздрість спонукати людей до менш просоціальної та/або більш антисоціальної поведінки навіть по відношенню до інших, кому не заздять?

Заздрість – це потужна емоція, яка включає в себе негативні почуття невдоволення, спрямовані до вищого зовнішнього джерела. Заздрісні люди бажають отримати привабливі якості, досягнення або власність іншої людини [10, с. 906]. Це відчуття позбавлення іноді

супроводжується іншими негативними афективними компонентами, такими як ворожість і почуття неповноцінності. Заздрість також має додаткові негативні наслідки для тих, хто її відчуває, наприклад, зниження самооцінки, посилення схильності до соціального порівняння, зниження добробуту і підвищення мотивації брати участь у неетичній поведінці, як-от обман [13, с. 401].

Науковці відзначають, що заздрість обумовлюється певними внутрішніми детермінантами, прояв яких може мати гендерну специфіку [3, с. 17].

Метою роботи стало вивчення особливостей виникнення і переживання заздрості чоловіками та жінками військовослужбовцями в контексті правової поведінки.

Відповідно до мети було поставлено наступні **завдання**:

- визначити рівень вираженості заздрості у чоловіків та жінок військовослужбовців;
- встановити гендерні особливості взаємозв'язків заздрості з видами девіантної поведінки;
- виявити гендерні особливості взаємозв'язку заздрості з прийнятністю для військовослужбовців різних видів асоціальної поведінки.

У проведеному дослідженні використовувалася комплекс взаємодоповнюючих **методів**: аналіз наукової літератури щодо проблеми дослідження, бесіда, анкетування, тестування. Психодіагностичне обстеження проведено в листопаді-грудні 2022 р. із застосуванням наступних методик: опитувальник «Методика дослідження заздрості особистості (МІЗЛ)», опитувальник «Методика схильності до девіантної поведінки» (О. Орел), методика «Ступінь прийнятності різних видів девіантної поведінки» (К. Муздибаєв).

Емпіричною базою дослідження стали 117 військовослужбовців, які мали дисциплі-

нарні порушення. Із них 64 особи – чоловіки та 53 особи – жінки. Усі досліджувані віком від 21 до 29 років.

Результати. На першому етапі нами аналізувалися гендерні особливості взаємозв'язків заздрості з видами поведінки, що відхиляється (табл. 1). Зазначимо, що під девіантною поведінкою розуміється поведінка, що порушує соціальні норми та виявляється у вчинках, які відступають від встановлених загальноприйнятих норм, правил, принципів, зразків поведінки, звичаїв та традицій.

До окремих проявів девіантної поведінки можна віднести делінквентну (антисупільну, протиправну) поведінку та адиктивну (залежну) поведінку.

Наведені дані таблиці дозволяють стверджувати, що астеничний тип реагування (заздрість-смуток) у жінок призводить до аутоагресії – схильності до самопошкоджувальної та саморуйнівної поведінки. Для чоловіків характерний стеничний тип реагування (заздрість-неприятність): у поведінці виявляються «юнацька гарячість», агресивність, імпульсивність. Уточнимо, що суб'єкт «заздрості-неприятності» відчуває озлобленість, гнів, роздратування, спрямовані на того, хто досяг більшого, які найімовірніше є результатом частого придушення образи та злості й знаходять вираження у таких відносинах до іншого, як ненависть і ворожість. Для такого суб'єкта характерним є бажання перевершити іншого будь-яким способом. Однак найчастіше прагнення мати якусь жадану, але недосягну перевагу змінюється бажанням нашкодити об'єкту заздрості будь-яким чином, позбавити його предмета заздрості, тобто бажання мати трансформується в ще більш сильне прагнення відібрати, позбавити, нівелювати удачу та перевагу конкурента. Саме переживання заздрості-неприятності сприяє форму-

Таблиця 1

Гендерні особливості взаємозв'язків заздрості з видами девіантної поведінки

Види поведінки, що відхиляється	Чоловіки (n1 = 64)			Жінки (n2 = 53)		
	ЗН	ЗС	ІПЗ	ЗН	ЗС	ІПЗ
Схильність до порушення норм та правил	0,228	0,097	0,204	-0,052	0,173	0,105
Схильність до адиктивної поведінки	0,365*	0,227	0,278*	0,013	0,049	0,022
Схильність до самопошкоджувальної та саморуйнівної поведінки	-0,092	-0,172	-0,165	0,201	0,382*	0,327*
Схильність до агресії та насильства	-0,197	-0,187	-0,206	0,154	0,101	0,118
Вольовий контроль емоційних реакцій	0,112	0,154	0,095	-0,008	-0,073	-0,039
Схильність до делінквентної поведінки	0,345**	0,321**	0,396**	0,113	0,186	0,174

Примітки: 1) ЗН – заздрість-неприятність, ЗС – заздрість-смуток, ІПЗ – інтегративний показник заздрості; 2) * – рівень значимості 0,05, ** – 0,01, *** – 0,001 (складено автором)

ванню в чоловіків схильності до делінквентної та адиктивної поведінки.

Другий етап дослідження був присвячений вивченню гендерних особливостей взаємозв'язку заздрості з прийнятністю для суб'єкта різних видів асоціальної поведінки (табл. 2).

Для аналізу результатів вищенаведеної таблиці вкажемо гендерні відмінності в поведінці військовослужбовців. Чоловіки активні, динамічні, агресивні, орієнтовані на суперництво, конкуренцію, боротьбу, інтерес до пошуку та відкриття нового у фізичному світі. Їх при-

Таблиця 2

Взаємозв'язок рівня вираженості заздрості з прийнятністю асоціальної поведінки

Види асоціальної поведінки	Юнаки (n1 = 64)			Жінки (n2 = 53)		
	ЗН	ЗС	ІПЗ	ЗН	ЗС	ІПЗ
Ухилення від сплати за проїзд у громадському транспорті	0,027	0,093	0,107	0,158	0,322*	0,274
Незаконне отримання державної допомоги	0,202	0,304*	0,285*	0,003	-0,046	-0,023
Покупка свідомо краденого	0,285*	0,103	0,196	-0,094	-0,132	-0,143
Ухилення від сплати податків	0,021	0,233	0,142	-0,091	-0,203	-0,175
Розлучення	0,218	0,105	0,181	0,391**	0,345*	0,418**
Самогубство	0,145	0,008	0,084	0,382**	0,144	0,313*
Брехня з корисливою метою	0,136	0,172	0,191	0,314*	0,042	0,168
Приховування знайдених грошей	0,275*	0,205	0,309*	0,135	0,217	0,195
Дача хабара заради вирішення своїх проблем	0,214	0,227	0,231	0,091	0,287*	0,203
Дрібна крадіжка	0,182	0,114	0,163	0,304*	0,097	0,238

Примітка: * – рівень значущості 0,05, ** – 0,01

ваблюють ті види служби, які пов'язані з використанням фізичної сили, рухом, суперництвом. Асоціальна поведінка чоловіків головним чином пов'язана з проявом заздрості-ненависті та демонстрацією корисливих мотивів поведінки. Заздрість-смуток у жінок пов'язана з такими формами асоціальної поведінки, як ухилення від сплати за проїзд у суспільному транспорті, дача хабара для вирішення своїх проблем. Заздрість-ненависть так само, як і в чоловіків, пов'язана з проявом корисливих мотивів у поведінці: брехня з корисливою метою, дрібна крадіжка.

Дискусія. Аналізуючи витоки заздрості, Аарон Бен-Зеєв звертається до проблеми соціальної нерівності, адже заздрість, здається, містить бажання усунути нерівність: нерівне (а саме нижче) становище суб'єкта порівняно з положенням об'єкта. Як наслідок, люди висувають дві різні претензії щодо відношення заздрість-нерівність: (а) основою заздрості є турбота про рівність (і, отже, причина для засудження цієї турботи) і (б) зменшення нерівності зменшить заздрість (отже, це є причиною хвалити турботу про рівність). Ці два твердження становлять те, що здається моральним парадоксом заздрості, а саме той факт, що заздрість морально засуджується, незважаючи на очевидну присутність важливого морального компонента, а саме бажання усунути нерівність. Дослідник доводить, що обидва твердження є помилковими, а заз-

дрість не передбачає моральної егалітарної турботи, і що зменшення нерівності не призводить до зменшення заздрості – навпаки, у більшості випадків воно підвищує інтенсивність заздрості [2, с. 551]. На думку вченого, основне питання стосується залежності інтенсивності заздрості від відстані між суб'єктом і об'єктом. Чи заздрість сильніша, коли перевага об'єкта незначна чи коли вона значна? Це питання також можна сформулювати в соціологічних термінах: чи призведе зменшення соціально-економічних розривів у певному суспільстві до зменшення інтенсивності заздрості? Розв'язання цих пов'язаних проблем вимагає дослідження природи заздрості й, зокрема, того, чи головною проблемою заздрості є неповноцінність суб'єкта, чи незаслужена удача об'єкта.

Анна Марія Бехлер із колегами досліджували, як заздрість впливає на просоціальну та антисоціальну поведінку. У першому експерименті учасники у стані заздрості (порівняно з нейтральним станом) були менш корисними: вони підбирали менше олівців, які впали поблизу. Автори вивчали, як заздрість вплинула і на поведінку допомоги, і на поведінку, що завдає шкоди в конкурентному сценарії. У другому експерименті особи в заздрісному або нейтральному стані призначали завдання головоломки іншому учневі за сценарієм у стилі дилеми ув'язненого. Просоціальну та антисоціальну поведінку оцінювали через складність

заданих головоломок (легкі головоломки вважалися корисними, а складні – шкідливими). Автори довели, що заздрість призвела до більшого мотиву завдати шкоди, а також до більшої ймовірності брати участь у шкідливій поведінці. Таким чином, констатується, що заздрість має згубні наслідки, які виходять за межі особистості та поширюються на міжособистісні стосунки [1, с. 551].

Висновки. Заздрість як складний соціально-психологічний феномен реалізується на особистісному та соціальному рівнях, зумовлює формування самовідношення та самооцінювання, прояв схильності до різних видів девіацій, визначає особливості та результати адаптації особистості у змінному світі. Етико-психологічні феномени соціальної поведінки багато в чому залежать від гендерної приналежності суб'єкта. Заздрість як особистісна характеристика чоловіків та жінок може набувати різних рис залежно від особливостей домінуючих емоцій (злість, гнів, роздратування чи смуток, зневіра, розпач); їх спрямованості (на об'єкт заздрості або на себе); мотиваційних особливостей (бажання та наміри нівелювати перевагу іншого або мрії та марення) та характеристик активності (активні або пасивні дії, спрямовані на пряме або непряме позбавлення предмета переваги). Підкреслимо, що види заздрісності, умовно позначені як заздрість-неприятель і заздрість-смуток, не є статичними і можуть трансформуватися одна в одну, обумовлюючи як конструктивні, так і деструктивні прояви адаптивності особистості з урахуванням складних соціальних умов.

Результати проведеного обстеження дозволяють назвати певні можливі напрями майбутніх досліджень розглянутої проблеми: вивчення індивідуально-психологічних детермінант заздрості; визначення взаємозв'язків параметрів заздрості з такими характеристиками суб'єкта, як інтелект, вольові якості особистості, динамічні властивості індивідуальності.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Behler A. M. C., Wall C. S. J., Bos A., Green J. D. To Help or To Harm? Assessing the Impact of Envy on Prosocial and Antisocial Behaviors. *Pers Soc Psychol Bull.* 2020, Jul. № 46(7). P. 1156–1168. DOI: 10.1177/0146167219897660.

2. Ben-Ze'ev A. Envy and inequality. *Journal of Philosophy.* 1992. № 89. P. 551–581.

3. Berman A. Envy at the cross-road between destruction, self-actualization, and avoidance. In L. Navaro & S. L. Schwartzberg (Eds.), *Envy, competition, and gender: Theory, clinical applications and group work.* New York, NY US : Routledge / Taylor & Francis Group, 2007. P. 17–32.

4. Crusius J., Gonzalez M. F., Lange J., & Cohen-Charash Y. Envy: An adversarial review and comparison of two competing views. *Emotion Review.* 2020. № 12(1). P. 3–21. DOI: 10.1177/1754073919873131.

5. Eissa G., & Wyland R. Keeping up with the Joneses: The role of envy, relationship conflict, and job performance in social undermining. *Journal of Leadership & Organizational Studies.* 2016. № 23. P. 55–65. DOI: 10.1177/1548051815605020.

6. Feather N. T., & Sherman R. Envy, resentment, Schadenfreude, and sympathy: Reactions to deserved and undeserved achievement and subsequent failure. *Personality and Social Psychology Bulletin.* 2002. № 28. P. 953–961.

7. Hareli S., & Weiner B. Dislike and envy as antecedents of pleasure at another's misfortune. *Motivation and Emotion.* 2002. № 26. P. 257–277.

8. Heider F. *The psychology of interpersonal relations.* New York : John Wiley & Sons, 1985.

9. Miceli M., & Castelfranchi C. The envious mind. *Cognition & Emotion.* 2007. № 21. P. 449–479.

10. Parrott W. G., & Smith R. H. Distinguishing the experiences of envy and jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology.* 1993. № 64. P. 906–920.

11. Smith R. H. Envy and the sense of injustice. In P. Salovey (Ed.), *The psychology of jealousy and envy.* New York : Guilford Press, 1991. P. 79–99.

12. Smith R. H. Assimilative and contrastive emotional reactions to upward and downward social comparison. In J. Suls & L. Wheeler (Eds.), *Handbook of social comparison: Theory and research.* New York : Kluwer Academic / Plenum Press Publishers, 2000. P. 173–200.

13. Smith R. H., Kim S. H., & Parrott W. G. Envy and jealousy: Semantic problems and experiential distinctions. *Personality and Social Psychology Bulletin.* 1988. № 14. P. 401–409.

14. Smith R. H., Turner T. J., Garonzik R., Leach C. W., Urch-Druskat V., & Weston C. M. Envy and Schadenfreude. *Personality and Social Psychology Bulletin.* 1996. № 22. P. 158–168.

15. Van Dijk W. W., Ouwerkerk J. W., Goslinga S., Nieweg M., & Gallucci M. When people fall from grace: Reconsidering the role of envy in schadenfreude. *Emotion.* 2006. № 6. P. 156–160.

КОНЦЕПТУАЛІЗАЦІЯ ЗАЗДРОСТІ В ЗАРУБІЖНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

CONCEPTUALIZATION OF ENVY IN FOREIGN PSYCHOLOGICAL RESEARCH

У роботі проаналізовано різні теоретико-методологічні підходи дослідників до розгляду заздрості, її типів, складових, наслідків. Мета роботи – проаналізувати принципові розходження вчених щодо концептуалізації феномена заздрості як унітарної або дуальної конструкції; розглянути коріння цієї диференціації, теоретичні та методологічні виклики, які вона передбачає. Показано, що найчастіше наукові студії зосереджувалися майже виключно на негативних наслідках заздрості, увічнюючи сприйняття заздрості як аморальної та принизливої людської якості. Однак дослідження останніх десятиріч показали, що заздрість може бути достатньо функціональною та призводити до різноманітних (іноді суперечливих) результатів, таких як соціально бажані реакції, соціально небажані реакції та до орієнтованих на емоції стратегій подолання. Окремі дослідники пропонують дуальний підхід до заздрості, розрізняючи два типи заздрості: доброякісну (білу) заздрість, що включає висхідну мотивацію, і злісну (чорну) заздрість, що характеризується ворожістю до об'єкта заздрості. Роботи, присвячені так званій «білій» (або «доброякісній») заздрості, посилюють увагу дослідників до бажаних реакцій на заздрість. «Доброякісна» заздрість за цією концепцією передбачає мотивацію вдосконалювати себе. Однак низка вчених наполягає на тому, що «білу» та «чорну» заздрість у дослідженнях більш доцільно розглядати як доброякісні та зловмисні підгрупи реакцій на заздрість, а не як окремі типи заздрості. Ці автори підкреслюють, що заздрість може призводити до достатньо широкого діапазону реакцій, а тому необхідно вивчати її як єдину інтегральну характеристику. Підкреслюється, що підхід до заздрості як до цілісної характеристики (без розподілу на «білу» і «чорну») має більшу прогностичну користь. Зазначено, що використання унітарної концепції заздрості дозволяє дослідникам змістовним способом порівнювати результати емпіричних досліджень задля отримання комплексного розуміння феномена заздрості.

Ключові слова: заздрість «чорна» і «біла», «доброякісна» і «зловмисна»,

заздрість, бажані і небажані реакції, ворожість.

The paper analyzes various theoretical and methodological approaches of researchers to the consideration of envy, its types, components, and consequences. The purpose of the work is to analyze the fundamental differences of scientists regarding the conceptualization of the phenomenon of envy as a unitary or dual construction; consider the roots of this differentiation, the theoretical and methodological challenges it implies. It is shown that most often scientific studies focused almost exclusively on the negative consequences of envy, perpetuating the perception of envy as an immoral and humiliating human quality. However, research in recent decades has shown that envy can be quite functional and lead to a variety of (sometimes contradictory) outcomes, such as socially desirable responses, socially undesirable responses, and emotion-focused coping strategies. Some researchers propose a dual approach to envy, distinguishing between two types of envy: benign (white) envy, which includes upward motivation, and malicious (black) envy, characterized by hostility to the object of envy. Works devoted to the so-called "white" (or "benign") envy have increased the attention of researchers to desirable reactions to envy. "Benign" envy, according to this concept, involves the motivation to improve oneself. However, a number of scholars insist that "white" and "black" envy in research are more appropriate to consider as benign and malicious subgroups of reactions to envy, rather than as separate types of envy. These authors emphasize that envy can lead to a sufficiently wide range of reactions, and therefore it is necessary to study it as a single integral characteristic. It is emphasized that the approach to envy as a holistic characteristic (without the division into "white" and "black") has greater prognostic utility. It is noted that the use of a unitary concept of envy allows researchers to meaningfully compare the results of empirical studies in order to obtain a comprehensive understanding of the phenomenon of envy.

Key words: "black" and "white" envy, "benign" and "malicious", envy, desirable and undesirable reactions, hostility.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.38>

Мохорєва О.М.

старший викладач кафедри соціології та психології факультету № 6 Харківський національний університет внутрішніх справ

Вступ. Протягом тривалої історії дослідження заздрості вона отримувала численні визначення. Заздрість розглядали як специфічне ставлення до іншої людини, як рису особистості, як систему відносин, переживань, емоцій і почуттів, мотивацій і властивостей тощо. Нещодавній сплеск наукової уваги до такого психологічного феномена, як заздрість, приніс із собою низку досліджень, що розрізняють «доброякісну» та «злісну» заздрість. «Злісна» або «чорна» заздрість передбачає мотивацію завдати шкоди особам, яким заздять, що призводить до соціально небажа-

них реакцій. Автори інших робіт наполягають на розгляді заздрості як концептуалізованої та унітарної конструкції, яка може призводити до широкого спектра реакцій, як соціально бажаних, так і небажаних, залежно від особистих і ситуаційних модераторів. Вони припускають, що дослідження окремо «доброякісної» та «злісної» заздрості призводить до змішування власне заздрості з її наслідками, що викликає плутанину та погіршує розуміння цього феномена.

Мета роботи – проаналізувати принципові розходження вчених щодо концептуалізації

феномена заздрості як унітарної або дуальної конструкції; розглянути коріння цієї диференціації, теоретичні та методологічні виклики, які вона передбачає.

Виклад основного матеріалу. Думка про те, що порівняння з будь-якою перевагою може призвести до двох різних форм заздрості, має достатньо довгу історію, але емпіричні дослідження почали проводити лише нещодавно [10, с. 86]. Основна ідея полягає в тому, що доброякісна заздрість спонукає людей наслідувати більш успішних інших, тоді як злісна заздрість передбачає бажання, щоб інші втратили свою успішність. Із функціональної точки зору стверджували, що ці форми заздрості мають на меті зменшити відмінності різними способами: підвищуючи чи принижуючи їх відповідно [48, с. 337].

Доброякісна заздрість зазвичай передбачає вищу оцінку контролю, більше позитивних думок про тих, хто має переваги, перевершує інших, бажання вдосконалюватися та тенденції до висхідних дій. Злісна заздрість передбачає низьку оцінку гідності іншого й ворожі думки, почуття та тенденції до дій. Тим не менш, доброзичлива та злісна заздрості достатньо часто у проведених дослідженнях перетиналися: обидві спричиняли хворобливу неповноцінність щодо висхідного порівняння з подібними іншими, відрізняючись від захоплення (яке має позитивну валентність) і обурення (яке не вимагає неповноцінності) [9, с. 10].

Для епізодичної заздрості Коен-Чараш (Cohen-Charash) також знайшла двофакторне рішення, яке можна інтерпретувати як таке, що відповідає подвійному підходу [5, с. 360]. У роботі Коен-Чараш (Cohen-Charash) «Епізодична заздрість» заздрість обговорюється, як неприємна емоція, яка виникає в результаті конкретного негативного соціального порівняння. Авторка пропонує перевірений та перехресно підтверджений новий показник, призначений для її оцінки. За результатами проведеного дослідницею вивчення епізодична заздрість складається з компонента почуття й компонента порівняння і відрізняється від несправедливості, захоплення та конкуренції. Компонент почуття виявляється тісно пов'язаним із негативними емоційними реакціями (тривога, депресія, негативний настрій, ворожість) і поведінковими реакціями (заподіяння шкоди іншому, створення негативної робочої атмосфери). Компонент порівняння співвідноситься з поведінкою, спрямованою на покращення свого становища в організації [4, с. 2128].

Заздрість зазвичай виступає як болісна емоція, яка включає переконання, що людині бракує бажаного об'єкта, який є в іншій людині, а також, що бажаний об'єкт є важливим для самооцінки або конкурентної позиції людини.

Заздрість включає в себе мотивацію зменшити біль, який вона тягне за собою, і покращити своє відносне становище [6, с. 37].

Заздрість розглядають як психологічний біль і як ворожі почуття. Біль є наслідком відсутності ресурсу, пов'язаного з Его, і того, що ви поступаєтеся іншим щодо цього конкретного ресурсу, що шкодить самооцінці людини [44, с. 705]. Іншою причиною заздрості-болю є сприйняте порушення принципу «треба» – того, як усе має бути [46, с. 107]. Таким чином, заздрість-біль є сукупністю неприємних емоцій, таких як гнів, нещастя, несхвалення емоції, образа, неповноцінність, сором і почуття провини щодо власної неповноцінності, розчарування і депресія, серед інших [44, с. 706].

Багато дослідників також погоджуються, що заздрість передбачає наявність ворожих почуттів, хоча деякі заперечують це [11, с. 39]. Ворожі почуття можуть виникати з різних причин, наприклад, пов'язувати власну неповноцінність із простою присутністю іншого, якому заздять, і бажати, щоб розрив, який викликає неповноцінність, зник разом з іншим, або сприйняття відносних переваг іншої людини або власних переваг на фоні відносно нижчого статусу як несправедливих [41, с. 79]. Проте, навіть якщо заздрісні особи можуть відчувати ворожість до тих, кому заздять, це не означає, що вони обов'язково будуть мотивовані завдати шкоди тим, кому заздять [33, с. 450].

Біль і ворожі почуття, характерні для заздрості, визначають головну мотивацію заздрісної людини, яка сама по собі є необхідною частиною заздрості: усунути розрив з іншою людиною та біль, який цей розрив тягне за собою [18].

У той час, як деякі дослідники стверджують, що заздрісники відчувають, що вони не можуть досягти ресурсу, і можуть усунути неповноцінність лише ворожими способами, фактично забираючи ресурс у того, кому заздять, інші вважають, що заздрість передбачає надію отримати ресурс, що може призвести до неворожих реакцій [31, с. 94]. Проте інші відрізняють емоцію заздрості, переживання заздрості від її різноманітних наслідків [46, с. 107]. Зокрема, професорка Каліфорнійського університету Коен-Чараш (Cohen-Charash) наполягає на тому, що ані еволюційний підхід, ані підходи з точки зору соціального порівняння не зображують ворожі реакції, як невід'ємний результат заздрості. Дослідниця вважає, що заздрісні люди можуть усунути розрив і зменшити біль різними способами, багато з яких не є ворожими. Тобто, всупереч трактуванню болю та ворожості як різних підходів до заздрості (заздрість як біль або заздрість як зло), Коен-Чараш (Cohen-Charash) розглядає і біль, і ворожість як такі, що належать до одного підходу [6, с. 37].

Заздрість у сучасних наукових міркуваннях виступає складною, формуючою або сукупною конструкцією, оскільки вона спричинена поєднанням почуттів, уявлень, мотивацій та інших компонентів, які зазвичай складають емоцію [6, с. 36].

Заздрості не виникає, якщо один із цих компонентів відсутній. Так, люди можуть відчувати біль і ворожість без соціального порівняння, наприклад, коли мета заблокована або має місце несправедливе ставлення [5, с. 360]. Так само висхідні соціальні порівняння можуть викликати інші емоції, ніж заздрість, такі як захоплення, гордість або щастя за іншого [7, с. 174].

Не можна не погодитися з тим, що концептуалізація та операціоналізація заздрості мають охоплювати її різні компоненти, враховуючи, що заздрість може складатися з різних емоцій, когнітивних здібностей і впливу тенденцій [30].

У наукових розвідках, присвячених вивченню заздрості, однією з головних проблем є методи дослідження, які при цьому використовуються. Мова йде про необхідність застосування перевірених показників, які цілісно зображують заздрість і відображають її складність. Аналіз сучасних робіт показує, що заздрість не може бути зведена лише до шкоди іншим або піднесення себе. Натомість заздрість може пояснити широкий спектр психологічних і соціальних реакцій на висхідні соціальні порівняння. Практично відсутні дані про психологічні механізми, що впливають на те, як люди справляються з болісними порівняннями, які модерують процеси, або як епізоди заздрості еволюціонують і змінюються з часом. Незалежно від підходу вражає відсутність експериментальних доказів, зокрема щодо фундаментальних оцінок та інших процесів. Крім того, існує лише мізерне знання про способи захочувати людей реагувати на ситуації, що викликають заздрість, певним чином, а не іншим [7, с. 183].

Заздрість – це неприємна емоція, яка може виникнути, коли люди стикаються з іншими, хто володіє більшим майном. Загальна мудрість і наукова думка свідчать про те, що коли люди відчують заздрість, вони можуть мати мотивацію отримати перевагу над іншими. Незважаючи на значні міжособистісні, суспільні та економічні наслідки, пов'язані з цим потенційним аспектом реакції заздрості, експериментальних демонстрацій афективних і поведінкових наслідків ситуацій, що викликають заздрість, мало. Можна припустити, що соціальні порівняння з більш забезпеченими іншими людьми викликають імпульсивну заздрість, яка тягне за собою поведінкову тенденцію прагнути до свого блага. Однак, враховуючи те, що досвід заздрості є болісним, небезпечним для себе

та зустрічає соціальне несхвалення, люди зазвичай намагаються контролювати свої заздрісні реакції. Для цього потрібна здатність до самоконтролю, тому заздрісні реакції можуть стати очевидними, лише якщо самоконтроль є недостатнім.

Заздрість попереджає людей про їх відносну неповноцінність у володінні ресурсами, необхідними для адаптації та добробуту. Таким чином, заздрісні люди мотивовані зменшити свою відносну неповноцінність, зберегти конкурентні позиції у володінні важливими ресурсами і, отже, збільшити свою здатність адаптуватися до вимог середовища [20, с. 131].

Так, Гарай і Морі (Garay & Mori) у своїх теоретичних міркуваннях розглядають заздрість, як «один із можливих еволюційних коренів милосердя» [16, с. 335]. Харріс і Саловей (Harris & Salovey) досліджують питання про те, чи найкраще тлумачити заздрість, як ситуативний ярлик, змішану емоцію, специфічну адаптацію чи культурну конструкцію [17, с. 335]. Автори вивчають фактори, які, здається, пробуджують заздрість, досліджують, як заздрість може діяти як позитивно, так і негативно для окремих людей і груп, і розглядають те, як людям найкраще впоратися із заздрістю. Харріс і Саловей (Harris & Salovey) наголошують, що заздрість дає можливість дослідити потужний психологічний феномен, який має глибокі наслідки для емоційного життя людей, успіху та поразки соціальних стосунків. Дослідження заздрості, у певному сенсі, є можливістю для співпраці між гуманітарними науками в розвитку синтетичного розуміння заздрості та її наслідків [17, с. 356].

Основна сутність досліджень, які вивчають два типи заздрості, «доброякісну» та «зловмисну», полягає в тому, що означені два типи заздрощів відрізняються своєю мотивацією, тоді як «доброякісна» заздрість спонукає людину самовдосконалюватися, а «злісна» спонукає людину шкодити тому, кому заздять. Таким чином, наразі існують дві конкуруючі концепції заздрості або як унітарного конструкту, або як двоконструктної типології [49, с. 954].

Йочі Коен-Чараш (Yochi Cohen-Charash) та Елліот Ларсон (Elliott Larson) доводять, що відмінність між «доброякісною» та «злою» заздрістю є невинуватою та заплутаною й перешкоджає значущій консолідації літератури про заздрість. Автори наполягають на тому, що заздрість – унітарна конструкція.

Люди не зізнаються увласній заздрості навіть собі, головним чином через переконання, що заздрість є гріховною, а заздрісні люди є аморальними й неповноцінними [44, с. 705]. Таким чином, людям, які зазвичай хочуть сприймати і представляти себе позитивно, немає підстав зізнаватися у своїй заздрості.

Так звана «доброякісна» заздрість є більш соціально бажаною. Це дозволяє людям представити себе позитивно, вихваляючи інших за їхній успіх, і вказує на прагнення до самовдосконалення. Таким чином, немає причин приховувати свою «доброякісну» заздрість. «Злісна» заздрість, однак, сприймається як категорично небажана. Вона характеризується ненавистю та злим наміром завдати шкоди іншим, змушуючи людей приховувати це. Розрізнення між цими типами заздрості є привабливим, оскільки воно дозволяє людям виявляти заздрість, не побоюючись негативних наслідків, і чітко відокремлює «добре» від «поганого» [43, с. 46].

Злобна заздрість вважається неприємною, ворожою та фруструючою емоцією [50, с. 419]. У той час, як багато концепцій заздрості включають мотивацію, як завдати шкоди іншому, так і покращити своє становище, то суттю «злісної» заздрості є її виключна мотивація завдати шкоди іншому. Таким чином, у той час, як заздрість може призводити до широкого спектра реакцій, включаючи поведінкові (як бажані, так і небажані) і когнітивні механізми подолання, «злісна» заздрість, за її визначенням і операціоналізацією, пов'язана з вузьким набором реакцій, який принципово відрізняє її від просто заздрості.

Термін «зловмисна» створює непотрібне оціночне судження, яке зображує заздрість і заздрісників, як зловмисників, що суперечить соціально-функціональній перспективі заздрості [22, с. 653].

Що стосується «доброякісної» заздрості, багато дослідників вважають, що це зовсім не заздрість, а скоріше інша емоція, наприклад, наслідування, захоплення [33, с. 449]. Крім того, визначення та вимірювання «доброякісної» заздрості зосереджені виключно на її мотивації покращити своє становище. Існує також неоднозначність щодо точної природи «доброякісної» заздрості. Хоча вона описується як болісна, вона також описується як підбадьорлива, надихаюча та менш неприємна, ніж «злісна» заздрість [50, с. 419].

На думку деяких дослідників, заздрість, хоч і неприємна емоція, але не є ані «доброякісною», ані «злою», а акцент на односторонніх мотиваційних аспектах «доброякісної» та «злісної» заздрості маскує поєднання когніцій і почуттів, які роблять заздрість складною емоцією [4, с. 2128]. Існує точка зору, що «доброякісна» / «зловмисна» типологія забезпечує спрощене, неточне уявлення про заздрість, яке звужує питання дослідження та гіпотези про заздрість і обмежує її розуміння [46, с. 107]. Ще одним аргументом на користь цієї позиції виступає той факт, що натепер не розроблено ані теорії, ані емпіричних даних, які б підтверджували необхідність розрізняти

«доброякісну» та «зловмисну» заздрість, як види заздрості.

Оскільки емоції спрямовані на вирішення конкретних адаптивних проблем, кожна емоція пов'язана з тенденціями до виконання репертуару можливих дій, тобто існує гнучкість у реакції на будь-яку задану ситуацію. Залежно від особистих і ситуаційних факторів емоція може призводити до різних форм поведінки, кожна з яких спрямована на досягнення тієї чи іншої мети. Наприклад, почуття провини може призвести до спокути та репаративної поведінки. Однак це почуття також може призвести до звинувачення іншого у своїх провинах. Обидві реакції зменшать неприємне відчуття провини [30].

Таким же чином, цілі заздрісників можуть включати скорочення розриву між собою та тим, кому заздять, щоб їхні позиції були більш рівними; заволодіння бажаним об'єктом і зменшення болю заздрості [46, с. 129]. Ці цілі взаємопов'язані та можуть бути досягнуті кількома способами, включаючи піднесення себе, приниження іншого, подолання, орієнтоване на емоції, наприклад, уникнення, або будь-яка комбінація цих та інших можливих реакцій.

Те, що визначає фактичну реакцію (реакції), – це особисті та ситуаційні фактори, такі як самоефективність, характеристики іншого (наприклад, компетентність) і особливості оточення (наприклад, організаційна підтримка) [46, с. 128]. Крім того, згідно з типологією «доброякісної» / «зловмисної» заздрості, ці дві емоції рідко виникають одночасно [50, с. 429]. Однак дослідження показали, що реакції на заздрість, навіть конфліктні, можуть виникати одночасно. Так, наприклад, встановлено, що заздрісні люди, які мають намір покращити свою ефективність, у той же час бажають завдати шкоди тим, кому заздять [4, с. 1273]. Шаубрук та Лам (Schaubroeck and Lam) виявили, що продуктивність заздрісних співробітників покращилася, виходячи з оцінок керівників, після досвіду заздрості, хоча ці співробітники також не любили осіб, яким заздріли. Нові експериментальні дані показали, що заздрість зменшує поведінку, спрямовану на саморуйнування, та збільшує зусилля, спрямовані на успіх майбутніх випробувань, а також призводить до емоційно-сфокусованого подолання та приховування інформації від тих, хто заздирить [6, с. 37].

Типологія «доброякісної» / «зловмисної» заздрості не враховує весь потенційний діапазон реакцій на заздрість, а також не допускає одночасного виникнення різноманітних, навіть суперечливих реакцій, спрямованих на адресата заздрості.

Заздрість може призводити до широкого діапазону реакцій, що суперечить спрощеному погляду на типологію «доброякісної» / «зло-

вмисної» заздрості. Операціоналізація «доброякісної» та «злісної» заздрості включає оцінку лише мотиваційних аспектів цих емоцій, опускаючи самі почуття. Однак емоції включають різні компоненти, такі як почуття, когнітивні здібності та тенденції до дій, що робить дефіцитом операціоналізацію, яка спирається лише на мотивацію [7, с. 180].

Ван де Вен (Van de Ven) запропонував дослідникам використовувати різні показники в різних ситуаціях і вимірювати заздрість за допомогою таких елементів, як «розчарування» та «ревності».

Проблемою вивчення заздрості є також той факт, що більшість досліджень заздрості значною мірою покладаються на методології пригадування. Ретроактивні описи емоцій можуть бути перебільшені, так що приємні емоції згадуються, як більш приємні, та неприємні емоції згадуються, як більш неприємні, ніж вони були насправді. Крім того, люди часто повідомляють не про сам досвід, а скоріше про їхні переконання щодо досвіду, що означає, що висновки про «доброякісну» та «злісну» заздрість здебільшого базуються на семантичних, можливо, перебільшених даних. Нарешті, є мало доказів того, як соціальна бажаність пов'язана з «доброякісною» та «злою» заздрістю. Враховуючи бажану природу «доброякісної» заздрості та небажану природу «злісної», можливо, що як управління враженнями, так і міркування щодо самопокращення впливають на звіти людей, що призводить до надмірного повідомлення про «доброякісну» заздрість та її наслідки й заниження інформації про «злісну» заздрість та її наслідки. Дійсно, поверхневе вивчення опублікованих даних показує, що середні показники для «доброякісної» заздрості та реакції на неї часто вищі, ніж для «злісної» заздрості.

Висновки. Природа заздрості останнім часом стала предметом гострої наукової дискусії. Заздрість у сучасних наукових студіях виступає складною, формуючою або сукупною конструкцією, оскільки вона спричинена поєднанням почуттів, уявлень, мотивацій та інших компонентів, які зазвичай складають емоцію. Переважна більшість нечисленних досліджень заздрісності зосереджувалася майже виключно на її негативних наслідках, увічнюючи сприйняття заздрості, як аморальної та принизливої емоції. Однак нещодавні дослідження показали, що заздрість може бути дуже функціональною, такою, що призводить до різноманітних (іноді суперечливих) результатів, таких як соціально бажані реакції, соціально небажані реакції та орієнтована на емоції поведінка подолання та пізнання. Роботи, сконцентровані на вивченні «доброякісної» заздрості, привернули увагу дослідників до бажаних реакцій на заздрість. «Добро-

якісну» та «зловмисну» (або «білу» і «чорну») заздрість у сучасних наукових студіях має сенс розглядати як доброякісну та зловмисну підгрупи реакцій на заздрість, а не типи заздрості. Враховуючи, що заздрість може призводити до більш широкого діапазону реакцій, унітарний підхід до заздрості є більш ощадливим і має більшу прогностичну корисність. Крім того, використання єдиної цілісної концептуалізації заздрісності дозволяє дослідникам порівнювати результати досліджень значущим чином, що надає можливість отримати всебічне розуміння цього складного феномена.

Можна стверджувати, що переважна більшість розбіжностей між прихильниками унітарної та типологічної концепції заздрості зосереджена в основному навколо концептуалізації та вимірювання заздрості, необхідних і достатніх умов, що призводять до заздрості, а також у визначенні модераторів процесу заздрості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Berman, A. (2007). *Theory, clinical applications and group work*. Envy at the cross-road between destruction, self-actualization, and avoidance. In L. Navaro & S. L. Schwartzberg (Eds.), *Envy, competition, and gender...* New York, NY US: Routledge/Taylor & Francis Group, 17–32.
2. Castelfranchi, C., & Miceli, M. (2009). The cognitive-motivational compound of emotional experience. *Emotion Review*, 1, 223–231. doi: 10.1177/1754073909103590
3. Çırpan, Y., & Özdoğru, A. (2017). Turkish adaptation of bemas benign and malicious envy scale: Transliteration equivalence, reliability and validity study. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 18, 1. doi: 10.5455/apd.256664
4. Cohen-Charash, Y. (2009). Episodic envy. *Journal of Applied Social Psychology*, 39, 2128–2173.
5. Cohen-Charash, Y., & Byrne, Z. S. (2008). Affect and justice: Current knowledge and future directions. In N.M.Ashkanasy & C.L.Cooper (Eds.), *Research companion to emotion in organizations*, 360–391. Edward Elgar Publishing. <https://doi.org/10.4337/9781848443778.00033>
6. Cohen-Charash, Y., & Larson, E. C. (2017). What is the nature of envy? In R. H. Smith, U. Merlone, & M. K. Duffy (Eds.), *Envy at work and in organizations*. New York, NY: Oxford University Press, 1–37.
7. Cohen-Charash, Y., & Larson, E. C. (2017). An emotion divided: Studying envy is better than studying “benign” and “malicious” envy. *Current Directions in Psychological Science*, 26, 174–183. doi: 10.1177/0963721416683667
8. Crusius, J., Gonzalez, M. F., Lange, J., & Cohen-Charash, Y. (2020). Envy: An Adversarial Review and Comparison of Two Competing Views. *Emotion Review*, 12(1), 3–21. <https://doi.org/10.1177/1754073919873131>
9. Crusius, J., & Lange, J. (2014). What catches the envious eye? Attentional biases within malicious and benign envy. *Journal of Experimental Social Psychology*, 55, 1–11. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jesp.2014.05.007>

10. Crusius, J., & Lange, J. (2017). How do people respond to threatened social status? Moderators of benign versus malicious envy. In R. H. Smith, U. Merlone & M. K. Duffy (Eds.), *Envy at work and in organizations*. Oxford University Press, 85–110.
11. D'Arms, J., & Kerr, A. D. (2008). Envy in the philosophical tradition. In R. H. Smith (Ed.), *Envy: Theory and research*, 39–59. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195327953.003.0003>
12. Dineen, B. R., Duffy, M., Henle, C., & Lee, K. (2017). Green by comparison: Deviant and normative transmutations of job search envy in a temporal context. *Academy of Management Journal*, 60, 295–320. doi: 10.5465/amj.2014.0767
13. Duffy, M. K., & Shaw, J. D. (2000). The Salieri syndrome: Consequences of envy in groups. *Small Group Research*, 31, 3–23.
14. Falcon, R. G. (2015). Is envy categorical or dimensional? An empirical investigation using taxometric analysis. *Emotion*, 15, 694–698. doi: 10.1037/emo000102
15. Foster, G. M. (1972). The anatomy of envy: A study in symbolic behavior. *Current Anthropology*, 13, 165–186.
16. Garay, J., & Móri, T. F. (2011). Is envy one of the possible evolutionary roots of charity? *Biosystems*, 106, 28–35. doi: 10.1016/j.biosystems.2011.06.004
17. Harris, C. R., & Salovey, P. (2008). Reflections on envy. In R. H. Smith (Ed.), *Envy: Theory and research*, 335–356. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195327953.003.0018>
18. Heider, F. (1958). *The psychology of interpersonal relations*. New York: John Wiley & Sons.
19. Henniger, N. E., & Harris, C. R. (2014). Can negative social emotions have positive consequences?: An examination of embarrassment, shame, guilt, jealousy, and envy. In G. W. Parrott (Ed.), *The positive side of negative emotions*. New York, NY: Guilford, 76–98.
20. Hill, S. E., & Buss, D. M. (2006). Envy and positional bias in the evolutionary psychology of management. *Managerial and Decision Economics*, 27, 131–143. doi: 10.1002/mde.1288
21. Hill, S. E., & Buss, D. M. (2008). The evolutionary psychology of envy. In R. H. Smith (Ed.), *Envy: Theory and research*. New York, NY US: Oxford University Press, 60–70.
22. Hill, S. E., Delpriore, D. J., & Vaughan, P. W. (2011). The cognitive consequences of envy: Attention, memory, and self-regulatory depletion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101, 653–666. doi: 10.1037/a0023904
23. Horney, K. (1926). "The Flight from womanhood" in J. Baker Miller (ed.), *Psychoanalysis and Women*. London: Penguin, 1984.
24. Khan, A. K., Bell, C. M., & Quratulain, S. (2017). The two faces of envy: Perceived opportunity to perform as a moderator of envy manifestation. *Personnel Review*, 46, 490–511. doi: 10.1108/PR-12-2014-0279
25. Kim, E., & Glomb, T. M. (2014). Victimization of high performers: The roles of envy and work group identification. *Journal of Applied Psychology*, 99, 619–634. doi: 10.1037/a0035789
26. Kwiatkowska, M. M., Rogoza, R. & Volkodav, T. (2022). Psychometric properties of the benign and malicious envy scale: Assessment of structure, reliability, and measurement invariance across the United States, Germany, Russia, and Poland. *Curr Psychol*, 41, 2908–2918. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00802-4>
27. Lange, J., & Crusius, J. (2015). The tango of two deadly sins: The social-functional relation of envy and pride. *Journal of Personality and Social Psychology*, 109, 453–472. doi: 10.1037/pspi0000026
28. Lange, J., & Crusius, J. (2015). Dispositional envy revisited: Unraveling the motivational dynamics of benign and malicious envy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41, 284–294. doi: 10.1177/0146167214564959
29. Lange, J., Paulhus, D. L., & Crusius, J. (2018). Elucidating the dark side of envy: Distinctive links of benign and malicious envy with dark personalities. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 44, 601–614.
30. Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York, NY: Oxford University Press.
31. Leach, C. W. (2008). Envy, inferiority, and injustice: Three bases of anger about inequality. In R. H. Smith (Ed.), *Envy: Theory and research*. New York, NY US: Oxford University Press, 94–116.
32. Leach, C. W., & Spears, R. (2008). "A vengefulness of the impotent": The pain of in-group inferiority and schadenfreude toward successful out-groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 1383–1396.
33. Miceli, M., & Castelfranchi, C. (2007). The envious mind. *Cognition & Emotion*, 21, 449–479.
34. Nesse, R. M., & Ellsworth, P. C. (2009). Evolution, emotions, and emotional disorders. *American Psychologist*, 64, 129–139. Discusses the importance and functionality of unpleasant emotions.
35. Parrott, W. G. (1991). The emotional experiences of envy and jealousy. In P. Salovey (Ed.), *The psychology of jealousy and envy*. New York: Guilford Press, 3–30.
36. Parrott, W. G., & Smith, R. H. (1993). Distinguishing the experiences of envy and jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 906–920.
37. Protasi, S. (2016). Is Envy Always Malicious. (Part Two). *The prindle post ethics in the news and culture*. <http://www.prindlepost.org/2016/02/envy-always-malicious-part-two>
38. Salovey, P., & Rodin, J. (1991). Provoking jealousy and envy: Domain relevance and self esteem threat. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 10, 395–413.
39. Sawada, M., & Fujii, T. (2016). Do envious people show better performance?: Focusing on the function of benign envy as personality trait. *Japanese Journal of Psychology*, 87, 198–204. doi: 10.4992/jjpsy.87.15316
40. Schoeck, H. (1987). *Envy: A theory of social behavior* (M. Glenny & B. Ross, Trans.). A Liberty Press edition, 452.
41. Smith, R. H. (1991). Envy and the sense of injustice. In P. Salovey (Ed.), *The psychology of jealousy and envy*. New York: The Guilford Press, 79–99.
42. Smith, R. H. (2004). Envy and its transmutations. In L. Z. Tiedens & C. W. Leach (Eds.), *The social life of emotions*. New York: Cambridge University Press, 43–63.
43. Smith, R.H., & Kim, S.H. (2007). Comprehending envy. *Psychological Bulletin*, 133, 46–64.
44. Smith, R. H., Parrott, W. G., Ozer, D., & Moniz, A. (1994). Subjective Injustice and Inferiority

as Predictors of Hostile and Depressive Feelings in Envy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(6), 705–711. <https://doi.org/10.1177/0146167294206008>

45. Sterling, C. M., Van de Ven, N., & Smith, R. H. (2017). The two faces of envy: Studying benign and malicious envy in the workplace. In U. Merlone, M. Duffy, M. Perini & R. Smith (Eds.), *Envy at work and in organizations: Research, theory, and applications*. Oxford University Press, 57–84.

46. Tai, K., Narayanan, J., & Mcallister, D. (2012). Envy as pain: Rethinking the nature of envy and its implications for employees and organizations. *Academy of Management Review*, 37, 107–129.

47. Takahashi, H., Kato, M., Matsuura, M., Mobbs, D., Suhara, T., & Okubo, Y. (2009). When your gain is my pain and your pain is my gain: Neural correlates of

envy and schadenfreude. *Science*, 323, 937–939. doi: 10.1126/science.1165604

48. Van de Ven, N. (2016). Envy and its consequences: Why it is useful to distinguish between benign and malicious envy. *Social and Personality Psychology Compass*, 10, 337–349. doi: 10.1111/spc3.12253

49. Van de Ven, N., & Zeelenberg, M. (2015). On the counterfactual nature of envy: “It could have been me”. *Cognition & Emotion*, 29, 954–971. doi: 10.1080/02699931.2014.957657

50. Van de Ven, N., Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2009). Leveling up and down: The experiences of benign and malicious envy. *Emotion*, 9, 419–429.

51. Van de Ven, N., Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2012). Appraisal patterns of envy and related emotions. *Motivation and Emotion*, 36, 195–204. doi: 10.1007/s11031-011-9235-8

СУЧАСНІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ БОЙОВИХ ДІЙ

MODERN ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL ADAPTATION OF MILITARY PERSONNEL IN COMBAT CONDITIONS

У статті представлено емпіричне дослідження проблеми психологічної адаптації військовослужбовців, які знаходяться в умовах бойових дій. Така категорія потребує створення нових адаптивних розробок в українській психологічній науці та впровадження їх у практику. Із цією метою було організовано дослідження та проведені корекційні заходи, які сприяли психологічній підтримці військовослужбовців. У статті робиться акцент на важливості психологічного супроводу, який забезпечує відповідальність військовослужбовця у власних силах, вірогідність поділитись переживаннями, надання підтримки навіть поза статутними відносинами, бо військовослужбовець може йти на контакт із психологом, без прямих наказів від офіцерів, а за власним бажанням чи ініціативою. Мета, яка здійснювалася в дослідженні, – теоретично продемонструвати та експериментально вивчити особливості психічного забезпечення соціальної адаптації військовослужбовців в умовах бойової діяльності. Було виявлено, що психологічне забезпечення соціальної адаптації військовослужбовців є однією з головних складових, від якої залежить успішність військової служби. Тому важливо мати можливість попереджувати та вирішувати проблеми, пов'язані з невдачами в соціальній адаптації, для тих, хто має безпосередній контакт із військовослужбовцями.

Емпіричне дослідження було спрямоване на виявлення рівня соціальної адаптації військовослужбовців у зоні бойових дій. Дослідження проводилося з військовослужбовцями, які прибули за ротациєю в різні підрозділи. Військовослужбовцям було запропоновано проходження методики оцінки адаптаційних здібностей особистості, яка включала багаторівневий особовий опитувальник (БОО) під назвою «Адаптивність-200». Аналіз результатів показав, що в більшості військовослужбовців процес адаптації в зоні бойових дій пройшов успішно, були швидко налагоджені міжособистісні взаємодії, а груповий інтерес у більшості був на порядок вищий, ніж особистий. Для покращення результатів нами було запропоновано провести психокорекційну роботу, яка покращила показники соціальної адаптивності.

Ключові слова: соціальна адаптація, психологічна адаптація, військовослужбовці, психокорекція, психологічна підтримка.

The article presents an empirical study of the problem of psychological adaptation of military personnel who are in combat conditions. This category requires the creation of new adaptive developments in Ukrainian Psychological Science and their implementation in practice. To this end, research was organized and correctional measures were carried out, which contributed to the psychological support of military personnel. The work emphasized the importance of psychological support, which provides a serviceman with responsibility in his own abilities, the likelihood of sharing experiences, providing support even outside the statutory relations, since a serviceman can make contact with a psychologist, without direct orders from officers, but at his own request or initiative. The purpose of the study was to theoretically demonstrate and experimentally study the features of mental support for social adaptation of military personnel in the conditions of combat activity. It was revealed that psychological support for social adaptation of military personnel is one of the main components on which the success of military service depends. Therefore, it is important to be able to prevent and address problems related to failures in social adaptation for those who have direct contact with military personnel.

The empirical study was aimed at identifying the level of social adaptation of military personnel in the combat zone. The study was conducted with military personnel who arrived on rotation in different units. Military personnel were offered to pass the methodology for assessing the adaptive abilities of the individual, which included a multi-level personal questionnaire (boo) called "adaptability-200". The analysis of the results showed that the majority of military personnel had a successful adaptation process in the combat zone, interpersonal interactions were quickly established, and the group interest of the majority was orders of magnitude higher than personal. To improve the results, we proposed to conduct psychocorrective work that improved the indicators of social adaptability.

Key words: social adaptation, psychological adaptation, military personnel, psychocorrection, psychological support.

УДК 159.9.07
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.39>

Нерубаська А.О.

д.філос.н.,
доцент кафедри загальнонаукових,
соціальних та поведінкових дисциплін
Одеський інститут
ПраТ «ВНЗ "Міжрегіональна Академія
управління персоналом"»

Москальова В.А.

викладач кафедри правових дисциплін
Одеський інститут
ПраТ «ВНЗ "Міжрегіональна Академія
управління персоналом"»

Фесюк А.І.

магістр психології
Одеський інститут
ПраТ «ВНЗ "Міжрегіональна Академія
управління персоналом"»

Вступ. У сучасних умовах змін українці є безпосередньо учасниками проходження служби в реаліях бойових дій. У зв'язку з цим військовослужбовці потребують створення адаптивних розробок нового зразка.

На початку військової служби адаптація до військового статуту являє собою докорінну зміну індивідуального стилю життя та наслідків бойових умов, які на даний момент викликають глибокі зміни в морально-психологічному

стані військовослужбовців. Виникає необхідність вдосконалювати та сприяти полегшенню проходження цього єдиного етапу в житті кожного військовослужбовця. За умови належної психологічної підтримки можна досягти позитивних регуляторних результатів, що дадуть змогу продовжувати та вміло здійснювати поставлені завдання в майбутньому.

Психологічний супровід забезпечує відповідальність військовослужбовця у власних

силах, вірогідність поділитись переживаннями, надати підтримку навіть поза статутними відносинами, тому важливим є розуміння військовослужбовцем, що він може йти на контакт із психологом без прямих наказів від офіцерів, а за власним бажанням чи ініціативою. Проте відсутність організованого та системного психологічного супроводу, який необхідно запроваджувати у військових частинах, ускладнює процес адаптації та, як наслідок, подальше виконання бойових завдань.

Аналіз літератури щодо проблеми показує, що вітчизняні та зарубіжні психологи приділяли велику увагу обраній темі. Проблему адаптації досліджували такі зарубіжні психологи, як Я. Стреляу, К. Роджерс, М. Раттер, К. Грос, М. Зайдель та ін. Також цією проблемою займалися П. Анохін, Г. Андреева, Б. Анан'єв, Ф. Березін, Л. Виготський, Т. Дичев, В. Казначеев, О. Леонтьєв, Б. Ломов, А. Петровський, С. Рубінштейн та ін. Процесу психічної адаптації військовослужбовців до бойових умов приділяють увагу такі вчені, як І.І. Ліпатов, Л.Ф. Шестопалова, В.С. Афанасенко та ін. Про заходи психологічного забезпечення адаптації військовослужбовців до військової служби йшла мова в працях Г.В. Лошкіна, В.М. Невмерзицького.

Вивчення деталей психологічної адаптації військовослужбовців до умов бойових дій дає можливість глибше зрозуміти процес адаптації, що впливає на його ефективність в умовах страшної війни, яку розв'язала росія проти України 24 лютого 2022 р.

Мета дослідження – теоретично дослідити та експериментально вивчити особливості психічного забезпечення соціальної адаптації військовослужбовців в умовах бойової діяльності.

Завдання дослідження: виявити специфіку соціальної адаптації військовослужбовців, включаючи особливості адаптації до нового соціального середовища, умов проходження служби, норм поведінки, групових норм та засвоєння цінностей.

Відповідно до мети та завдань на початку дослідження визначимо об'єкт та предмет.

Об'єкт дослідження – процес психологічної адаптації у військовослужбовців.

Предмет дослідження – психологічний супровід процесу адаптації у військовослужбовців.

Результати. Розглянемо підходи щодо визначення поняття «соціальна адаптація» та його зв'язку з «психологічною адаптацією». Потім запропонуємо емпіричне дослідження, спрямоване на виявлення рівня соціальної адаптації військовослужбовців, які знаходяться в зоні бойових дій.

К. Бернар був першим, хто запропонував у своїх працях уявлення про адаптацію. Він

сформулював концепцію гомеостазу, де всі процеси, що відбуваються в організмі, спрямовані на збереження стану рівноваги у відповідь на негативний вплив середовища. Чинники впливу зовнішнього середовища поділяються на умови середовища, що: 1) зберігаються відносно незмінними тривалий час; 2) змінюються досить швидко. Основні положення концепції К. Бернара розвинули У. Кеннон, Г. Сельє, А.Д. Слонім та ін. Г. Сельє ототожнив процес адаптації з поняттям життя [6].

У психоаналітичній теорії концепція адаптації розглядається, як здатність індивідів успішно взаємодіяти з оточуючим середовищем і проявляти свою активність у контролі або модифікації середовища. Термін «адаптація» характеризує стан пристосованості індивіда до навколишнього середовища (адаптивність) і психічних процесів, що впливають на нього [6].

Із висловлювань Ж. Піаже, адаптація – це здатність особистості справлятися з викликами конкретної ситуації. Це здійснюється за допомогою заходів, які впливають і додають одне одному, що називається асиміляцією та акомодациєю. І кінцевим результатом цього процесу є стан рівноваги між середовищем і когнітивними структурами індивіда [3, с. 125–132]. У трактуванні Ж. Піаже акомодация та асиміляція роблять когнітивний розвиток. Вони не завжди існують в однаковій мірі, але засвоєння досвіду, який не відповідає існуючим схемам, у кінцевому рахунку спричиняє когнітивний конфлікт і зумовлює акомодацию цього досвіду. Наприкінці цього процесу є адаптація – стан рівноваги між когнітивними структурами й оточенням [6].

Ю.О. Александровський стверджує, що «психічна адаптація є результатом діяльності самокерованої системи, яка дозволяє людині не тільки ефективно протидіяти різним природним і соціальним чинникам, але й активно впливати на них, забезпечуючи їй оптимальний рівень функціонування» [5, с. 192].

З іншого боку, С.Д. Максименко вважає, що психічна адаптація є процесом взаємодії між особистістю та середовищем, у якому особистість повинна уважно вивчати особливості середовища та активно впливати на нього з метою задоволення власних потреб і досягнення важливих цілей [2, с. 94].

Г.О. Балл запропонував трактувати адаптацію як тенденцію до встановлення рівноваги між індивідом і середовищем за умови, що індивід залишається цілісним і підтримуються визначені параметри його функціонування [4, с. 51].

Попри значні розбіжності у визначенні поняття адаптації, фахівці з соціальних наук схильні до того, що адаптація – це складний процес соціалізації особи, що включає ключові

взаємопов'язані дії, у які входить внутрішній аспект (зміни внутрішнього світу особистості) та зовнішній аспект (перетворення умов зовнішнього середовища). Проте, аналіз підходів до визначення поняття адаптації є далеко неповним.

Так, якщо говорити про соціальну адаптацію, то це означає процес адаптації особистості до вимог соціального середовища, включаючи інтеграцію в соціальні групи, формування відповідної системи взаємин з іншими індивідами, а також усвідомлення цінностей і норм соціального середовища. Існує також таке поняття, як «психологічна адаптація», ці терміни є взаємопов'язаними, оскільки психологічна адаптація особистості містить ключові елементи, необхідні для здійснення соціальної адаптації. У зв'язку з тим, що середовище, де знаходяться військовослужбовці, може бути достатньо складним, іноді й ворожим, процес соціально-психологічної адаптації теж протікає по-різному [7].

Агресивні явища дуже поширені у військовому середовищі та негативно впливають на процеси взаємодії та міжособистісні стосунки з побратимами. У чоловічих військових колективах починають формуватися міжособистісні відносини, змінюються життєві стереотипи й моральні цінності, відбувається розподіл ролей у соціально-військових частинах. Правильна соціальна адаптація військовослужбовця залежить від його індивідуальних особливостей, таких як темперамент, психічні ознаки та риси характеру. Ці фактори безпосередньо впливають на здатність особистості адаптуватися до вимог соціального середовища, інтегруватися в соціальні групи, формувати систему взаємин з іншими й усвідомлювати цінності та норми соціального середовища.

Після проведення аналізу наукової літератури про психологічне забезпечення соціальної адаптації військовослужбовців було виявлено, що цей процес є однією з головних складових, від якої залежить успішність військової служби. Тому важливо мати можливість попереджувати та вирішувати проблеми, пов'язані з невдачами в соціальній адаптації, для тих, хто має безпосередній контакт із військовослужбовцями.

У запропонованому дослідженні було здійснено запис соціально-демографічних характеристик кожного військовослужбовця, таких як вік, рівень освіти, сімейний стан, тривалість військової служби, звання, матеріальний стан та інше. Основою дослідження стали результати комплексного обстеження військовослужбовців, які прибули на місяць за ротацією у 26 прикордонний загін у різні підрозділи. Кількість військовослужбовців складала 192 особи віком від 24 до 49 років.

Проведене нами емпіричне дослідження спрямоване на вирішення наступних завдань:

1) виділити та обговорити загальний рівень соціальної адаптації військовослужбовців;

2) визначити та обґрунтувати обраний методичний інструментарій для дослідження соціальної адаптації;

3) провести діагностику загального рівня адаптивної здатності та її складових.

Емпіричне дослідження було спрямоване на виявлення рівня соціальної адаптації військовослужбовців, які знаходилися в зоні бойових дій. Дослідження проводилося кілька тижнів тому після того, як військовослужбовці прибули за ротацією в різні підрозділи.

На першому етапі дослідження було зібрано військовослужбовців, проведено інформування мети психологічного вивчення та роз'яснено, що таке взагалі соціальна адаптація. Мета проведення цієї бесіди – налаштувати колектив на робочу обстановку та пояснити значущість такої роботи. Після цього військовослужбовці легше йшли на контакт із психологами та здійснювали всі вказівки.

Військовослужбовцям було запропоновано проходження методики оцінки адаптаційних здібностей особистості, яка включала багаторівневий особовий опитувальник (БОО) під назвою «Адаптивність-200» [1].

Перед початком тестування військовослужбовцям було надано інструкцію, у якій стверджувалося, що необхідно уважно прочитати твердження та обрати той варіант, з яким вони погоджуються. Для відповіді на кожне питання тесту слід було обрати «Так» або «Ні» й поставити відповідну позначку («+» для «Так» і «-» для «Ні») у бланку, де вказувалися наступні дані: ПІБ, посада, спеціальність, військове звання та дата проведення опитування. Надаємо інструкцію до методики оцінки адаптаційних здібностей особистості (багаторівневий особовий опитувальник «Адаптивність-200»). (Інструкція: Дане дослідження спрямоване на виявлення Ваших індивідуальних особливостей. Опитувальник містить 200 тверджень (запитань) про життя, роботу, відносини в сім'ї, інтереси та схильності. Завдання полягає в тому, щоб визначити своє відношення до кожного твердження, тобто погодитися або не погодитися з ним). До інструкції додавався опитувальник із 200 питань [1].

У результаті проведеного дослідження за методикою оцінки адаптаційних здібностей особистості (багаторівневий особовий опитувальник (БОО) «Адаптивність-200») ми отримали наступні показники, які представлені на рисунку 1.

Як видно з рис. 1, отримані показники свідчать, що у 35 % учасників низький рівень адаптаційних здібностей від усіх опитуваних, 20 % від усіх досліджуваних складають особистості

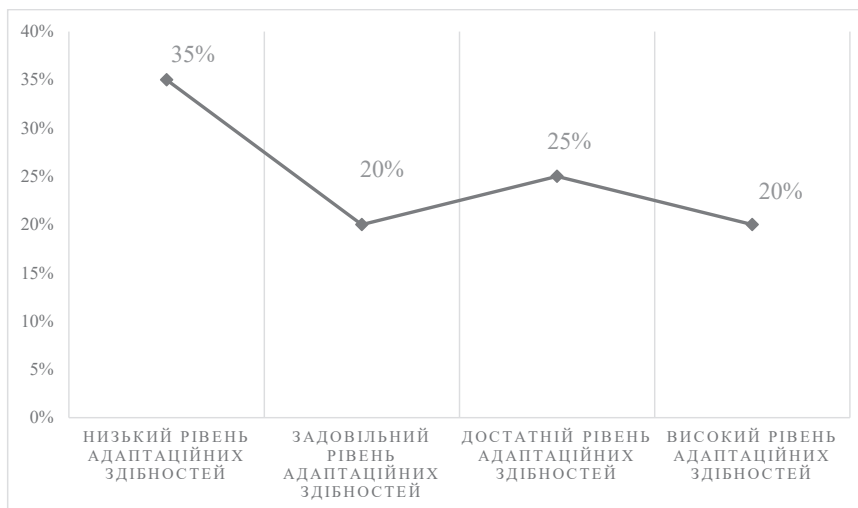


Рис. 1. Отримані показники за методикою (БОО) «Адаптивність-200»

із задовільним рівнем можливостей. Із достатнім рівнем адаптаційних здібностей 25 % військовослужбовців, із високим рівнем – 20 %.

Більшість військовослужбовців має хороші шанси на успішну адаптацію протягом певного періоду часу, тоді як інші можуть відчувати труднощі в колективі та з побратимами через внутрішні порушення.

Обговорення. Дослідження показало, що військовослужбовці, у яких достатня адаптація, мають такі характеристики, як: висока працездатність у звичайних і стресових умовах, високий рівень стійкості до стресових факторів, легкий контакт з оточуючими, неконфліктність, повага до загально визнаних і суспільно прийнятних норм поведінки. Із побратимами не конфліктні, схильні дотримуватися вимог та гідно виконувати статут.

Військовослужбовці з високим рівнем адаптаційного потенціалу мають наступні особливості: за звичних умов показують стійкий рівень працездатності, але при тривалій дії психологічного навантаження може відбутися погіршення результату їхньої діяльності. Військовослужбовець не має труднощів у встановленні міжособистісних стосунків із побратимами, не втягується в конфлікти, адекватно реагує на зауваження, зазвичай реагує на вимоги компанії, веде безперервну діяльність, а інтереси групи, як правило, будуть вищими, ніж його власний прибуток.

За отриманими показниками військовослужбовці із задовільним розвитком адаптаційних навичок у життєдіяльності мають такі характеристики: у повсякденній діяльності індивідуальні інтереси переважають над інтересами групи, і не завжди акцентується дотримання загальноприйнятих правил. Значні ускладнення можуть виникати на ранніх етапах побудови взаємовідносин у колективі, мають тенденцію до конфліктності, гостро реагують

на критику, важко адаптуються до нових умов праці, а в окремих випадках може бути тривале зниження фізичної працездатності.

Що стосується військовослужбовців, у яких низький рівень адаптаційних здібностей, для них характерно: неадекватна стійкість до психічного та фізичного навантаження, підвищене фізичне навантаження може порушувати професійну діяльність, призводити до добровільної відмови від таких умов, як військова діяльність, підвищення рівня конфлікту з побратимами та регульованого середовища. Прихильність до іміджу, можливо небажання вдягати військовий одяг, відчувають труднощі з побудовою взаємодії в команді, схильні до егоїзму та можуть відстоювати власні інтереси, уникаючи або ігноруючи інтереси групи.

Тобто, виходячи з отриманих результатів, у більшості військовослужбовців процес адаптації в зоні бойових дій пройшов успішно, швидко налагоджені міжособистісні взаємодії, а груповий інтерес у більшості був на порядок вищий, ніж особистий. Для покращення результатів нами було запропоновано провести психокорекційну роботу.

Для цього було розроблено психокорекційну програму, яка спрямована на зниження психоемотивного елемента соціальної адаптації, метою якого є: зниження рівня негативних психоемоційних станів; покращення взаємовідносин між побратимами; підвищення рівня самоконтролю та впевненості в собі; зниження рівня конфліктності. Діагностичний етап у програмі передбачав аналіз актуальних психологічних прийомів: ігри, комунікація, малювання, бесіди, обговорення та вправи.

Після проведення психокорекційної програми встановлено, що серед 192 випробуваних осіб кількість військовослужбовців із задовільним та достатнім рівнем адаптаційного потенціалу збільшилась, а кількість осіб із

низьким та середнім рівнем психоемотивного компонента також зменшилась.

Виходячи з отриманих даних, аналізуючи результати після проведення психокорекційної програми, можна спостерігати поліпшення соціальної адаптації учасників експериментальної групи, що призвело до позитивних змін. Спостерігалось збільшення показників достатнього та задовільного рівнів адаптаційних здібностей. Позитивна динаміка в показниках елементів соціальної адаптації проявлялася у зростанні працездатності військовослужбовця, прийнятті норм на службі, міжособистісній взаємодії.

Висновки з проведеного дослідження.

Таким чином, у статті були представлені теоретичні дослідження у визначенні поняття «соціальна адаптація», хід емпіричного дослідження проблеми адаптаційних навичок у військовослужбовців, рівні адаптивності військовослужбовців під час їх ротації, проведено аналіз отриманих результатів. Отримані результати показали необхідність проведення корекційної роботи з цією категорією респондентів. Була розроблена корекційна програма, метою якої було зниження рівня негативних психоемоційних станів; покращення взаємовідносин між побратимами; підвищення рівня самоконтролю та впевненості в собі; зниження рівня конфліктності. Корекційна програма дала позитивну динаміку в показниках соціальної адаптивності. Тому надалі вважаємо вкрай необхідним проводити як діагностичну, так і корекційну роботу з військовослужбовцями, особливо після виконання ними бойових завдань та в умовах небезпеки.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Волошин П.В., Марута Н.О., Шестопалова Л.Ф., Лінський І.В., Підкоритов В.С., Ліпатов І.І., Бучок Ю.С., Заворотний В.І. Діагностика, терапія та профілактика медико-психологічних наслідків бойових дій в сучасних умовах : методичні рекомендації. Харків : ДУ «Інститут неврології, психіатрії та наркології НАМН України», 2014. 80 с.
2. Латанська М. Особливості психологічного супроводу військовослужбовців під час антитерористичної операції на Сході України. *Психологічні перспективи*. 2016. № 1. С. 94–104.
3. Лисенко О.А. Особливості професійної самоорганізації військовослужбовців у зоні бойових дій. *Науковий вісник Чернівецького університету*. 2018. № 868. С. 125–132.
4. Наумов В.Л. Індивідуально-психологічні особливості військовослужбовців з розладами адаптації, посттравматичним стресовим розладом та постстресовими розладами особистості. *Вісник морської медицини*. 2018. № 1(74). С. 51–57.
5. Сліпушко О.В. Особливості формування професійних компетентностей майбутніх практичних психологів в галузі воєнної психології. *Психологічні науки: проблеми і досягнення*. 2017. № 1(19). С. 192–201.
6. Шльонська О.О. Розгляд поняття «адаптація» з погляду системного підходу. *Актуальні проблеми психології*. Том III: Консультативна психологія і психотерапія : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за ред. С.Д. Максименка. Київ : Видавець Лисенко М.М., 2013. Вип. 9. URL: <https://neurocorrection.com.ua/publikatsii/item/75-rozglyad-ponyattya-adaptatsiya-z-poglyadu-sistemnogo-pidkhodu>
7. Психологічна адаптація [Електронний ресурс]. URL: <https://publish.com.ua/suspilstvo/psikhologichna-adaptatsiya-tse-viznachennya-metodika-faktori-ta-osoblivosti-protsetesu.html>

СЕКЦІЯ 6 ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

ОСОБЛИВОСТІ ПОЯВИ ТА ДІАГНОСТИКИ ГСР Й ПТСР, СПОСОБИ ЇХ ЕФЕКТИВНОГО ЛІКУВАННЯ

PECULIARITIES OF APPEARANCE AND DIAGNOSIS OF ASD AND PTSD, METHODS OF THEIR EFFECTIVE TREATMENT

Стаття присвячена дослідженню визначення діагностичних показників гострого стресового розладу (ГСР) та посттравматичного стресового розладу (ПТСР), причинам їх появи, способам ефективного психотерапевтичного втручання, особливостям вибудовування психотерапевтичного контакту з пацієнтами та можливостям конструювання обставин посттравматичного зростання. Зокрема, автори статті описали особливості проживання травми на індивідуальному та колективному рівнях, вказали на обставини її внутрішнього проживання. Виокремили показник гострого стресового розладу, які вперше були описані в DSM-4, а пізніше розширені у DSM-5. Також визначено умови появи та тривалість наявності діагностичних критеріїв ГСР. Описано діагностичні показники посттравматичного стресового розладу у DSM-5 та МКХ-11. Систематизовано симптоми ПТСР у три основні категорії: гіперзбудження, інтрузія, констрикція (Гіперзбудження – проявляється через відчуття постійної тривоги, лякливості, поганий сон, роздратування. Інтрузія – повторене переживання події, ніби вона відбувається зараз. Присутні флешбеки в стані сну та неспання. Постійна фіксація на травматичній події, любі дрібниці можуть нагадувати травматичні події та провокувати повторне проживання подій. Констрикція – заціпеніння. Події відбувається ніби з кимось іншим, відстороненість, емоційна байдужість, відсутнє відчуття власного тіла. Стан дисоціації, втрата відчуття часу, суб'єктивна відособленість, заціпеніння). У статті зазначено, що поряд з медикаментозною терапією психотерапія є одним з основних методів лікування ПТСР. Практичний досвід роботи фахівців із ментального здоров'я вказує на ефективність таких методів психотерапевтичного втручання: когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), ЕМДР-терапія, групова терапія, сімейна терапія, арт-терапія, транскультурна позитивна психотерапія (ПГПТ).

Ключові слова: психологічна травма, гострий стресовий розлад,

посттравматичний стресовий розлад, діагностика ПТСР, констрикція, інтрузія, психотерапія ПТСР.

The article is devoted to research: determination of diagnostic indicators of acute stress disorder (ASD) and post-traumatic stress disorder (PTSD), reasons for their appearance, methods of effective psychotherapeutic intervention, features of building psychotherapeutic contact with patients and possibilities of constructing circumstances of post-traumatic growth. In particular, the authors of the article described the peculiarities of living with trauma at the individual and collective levels, pointed out the circumstances of its internal living. The indicator of acute stress disorder was singled out, which were first described in DSM-4, and later expanded in DSM-5. The conditions for the appearance and duration of the presence of diagnostic criteria for ASD are also determined. Diagnostic indicators of post-traumatic stress disorder in DSM-5 and ICD-11 are described. The symptoms of PTSD are systematized into three main categories: hyperarousal, intrusion, constriction (Hyperarousal is manifested by a feeling of constant anxiety, fearfulness, bad sleep, irritation. Intrusion is a repeated experience of an event as if it is happening now. Flashbacks are present in a state of sleep and wakefulness. Constant fixation at a traumatic event, small details can remind of traumatic events and provoke reliving of events. Constriction - numbness. Events are happening as if with someone else, detachment, emotional indifference, lack of feeling of one's own body. State of dissociation, loss of sense of time, subjective detachment, numbness). The article states that along with drug therapy, psychotherapy is one of the main methods of PTSD treatment. The practical experience of mental health specialists indicates the effectiveness of the following psychotherapeutic intervention methods: cognitive behavioral therapy (CBT), EMDR therapy, group therapy, family therapy, art therapy, transcultural positive psychotherapy (PPT).

Key words: psychological trauma, acute stress disorder, post-traumatic stress disorder, PTSD diagnosis, constriction, intrusion, PTSD psychotherapy.

УДК 159.91

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.40>

Бригадир М.Б.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології
та соціальної роботи
Західноукраїнський національний
університет

Бамбурак-Кречківська Н.М.

к.психол.н.,
доцент кафедри практичної психології
Комунальний заклад Львівської
обласної ради «Львівський обласний
інститут післядипломної педагогічної
освіти»

Актуальність теми дослідження. Сьогодні українське суспільство проживає не прості часи війни. Остання втрутилась у всі сфери життя та постає тінню і перешкодою у повноцінному проживанні обставин і ситуацій. Також кожен по-різному взаємодіє та вибудовує захисти, щоб зберегти у цілісно-

сті власну психіку. Наша нація неодноразово проходила випробування історичними травматичні події та щоразу знаходила можливості відновлення та самозцілення. Наслідки таких обставин ще недостатньо добре досліджені та вивчені нашими науковцями, проте з початком повномасштабного вторгнення значно активі-

зувались українські психологи та психотерапевти, активно ділились знаннями, досвідом з надання першої психологічної допомоги. На сьогодні можемо з впевненістю констатувати високий професіоналізм фахівців у цьому напрямку. Це підтверджує ефективно діюча мережа консультативних центрів не лише в межах України, а і за кордоном, де перебувають наші співгромадяни як біженці. Наступним викликом для сфери психічного здоров'я буде обставина присутності великої кількості осіб із постратматичним стресовим розладом (ПТСР) (воїни, які повернуться із війни; цивільні громадяни, які пережили окупацію, бомбардування, втрату майна; зґвалтовані жінки). Саме така ситуація обумовлює актуальність висвітлення та дослідження тематики діагностики, попередження та психотерапії клієнтських випадків із ознаками ПТСР.

Мета статті – дослідити особливості проживання травматичних подій, які пов'язані з війною, описати та систематизувати діагностичні показники гострого стресового розладу та постратматичного стресового розладу, виокремити ефективні психотерапевтичні інтервенції при діагностуванні ГСР та ПТСР.

Виклад основного матеріалу дослідження. Пережита травматична подія спонукає внутрішній конфлікт між двома протилежними тенденціями: забути те, що трапилось, або ж розповісти про пережите. Проте часто в силу різних причин, соціокультурних норм, традицій, особистісних характеристик – людина обирає шлях замовчування, огортає таємницею події, які з нею відбулись. Тим самим даючи змогу травмі переростати у симптом, який на особистісному рівні проявляється дисоціативними епізодами. Така розриваність ментального стану може замаскувати істинність проблеми, а тому слід чітко виокремлювати діагностичні показники, які дають змогу ідентифікувати наявність травматичного досвіду.

Як зазначає Дж. Герман, травматизацію діагностуємо за такими ознаками: заперечення, витіснення, дисоціація [2]. Дослідження науковців вказують про такі особливості переживання травматизації як на індивідуальному, так і на колективному рівнях.

На колективному рівні така ситуація потребує переосмислення того, що відбулось, дослідження причин події та прийняття травми як історії, яку мають пам'ятати і розуміти, щоб в майбутньому упередити такі ситуації. Водночас повернення до звичного життя відбувається за певною схемою: відновлення безпеки, реконструкція травматичних подій, відновлення зв'язків між постраждалими та оточенням.

При дослідженні травми ми зустрічаємось водночас із людською уразливістю та потуж-

ним внутрішнім потенціалом. Той, хто спричинює травму, дуже часто зацікавлений у тому, щоб про ці події не згадували, заперечує існування таких обставин і всіляко звинувачує постраждалих у тому, що трапилось – тим самим дискредитує жертву, приписуючи їй фантазування, додумування, примушуючи сумніватись у травматичності пережитого. При цьому визначальну роль відіграє соціальне оточення, яке будучи небезпечним для жертви травматичної ситуації лише ускладнить перебіг внутрішньо-психологічних процесів і затримає процеси зцілення. Ми це можемо зараз спостерігати на рівні світової спільноти та чути про їхню втому від війни, нерозуміння про стан, в якому перебуває населення на територіях, що бомбардуються, або ж того, яке не зазнає часто таких ситуацій. Війна, яка зараз відбувається, не є традиційним протистоянням, про котре можемо читати в історичних джерелах. Ворог обрав тактику терору мирного населення, нехтуючи звичаями війни. А відтак, незалежно від того, на якій території мешкають люди (активних бойових дій чи це тил), вони зазнають різних видів травм.

Психологічна травма – це страждання безсилля. Саме безпорадність нищить системи безпеки (відчуття контролю, зв'язку, сенсу). Ознакою психологічної травми є відчуття «інтенсивного страху, безпорадності, втрати контролю та загрози знищення» [5]. Реакція на небезпеку є комплексною, включається розум і тіло [1], вона переростає у травму тоді, коли стає безрезультативною, система самозахисту ламається, «бий-біжи-замри» при цьому не дає змоги захиститись. Окремо починають «жити» емоційні реакції, пам'ять, свідомість і не відповідає реальним подіям, які проживаються тут і тепер.

Якщо ж симптоматика переживання стресу зберігається більше 4 тижнів, за таких обставин діагностується гострий стресовий розлад.

Гострий стресовий розлад (ГСР) був вперше описаний у 1994 році в діагностичному та статистичному посібнику з психічних розладів (DSM-IV) як новий діагноз [6]. Причиною додавання цього діагнозу були спроби попередження розвитку постратматичного стресового розладу (ПТСР) у пацієнтів з гострою травмою [7].

У DSM-5 визначаються такі критерії гострого стресового розладу (ГСР):

- 1) перебування під впливом травматичної події (фізично, сексуально або психічно);
- 2) наявність більше восьми з наведених нижче симптомів (згрупованих у п'ять категорій).

1. Симптоми нав'язливих спогадів:

– Сумні спогади про травматичну подію повторюються. Діти можуть повторювати ігри на теми, що імітують основну подію.

– Наявність повторюваних снів, пов'язаних із травматичною подією. У дітей це може бути у формі нічних жахів.

– Розігрування повторення травматичної події (спогади).

– Інтенсивний або тривалий психічний або фізіологічний дистрес у відповідь на події або теми, що нагадують пацієнту про фактичну травматичну подію.

2. Негативний настрій:

– Нездатність бути щасливим, почуватися успішним або відчувати любов.

3. Дисоціативні симптоми:

– Мати відчуття відстороненості від себе та емоцій.

– Дисоціативна амнезія (не пов'язана з інтоксикацією або черепно-мозковою травмою).

4. Симптоми уникнення:

– Уникнення думок, спогадів і почуттів щодо травматичної події.

– Уникнення зовнішніх нагадувань про травматичну подію (таких як люди та місця).

5. Симптоми збудження:

– Проблеми зі сном (наприклад, труднощі з ініціюванням і підтримкою якісного сну).

– Напади дратівливості та люті з мінімальною провокацією або без неї.

– Висока і ненормальна уважність до оточення.

– Відволікання.

– Незвичайно сильна рефлекторна реакція на раптову подію в оточенні [8; 12].

Подолання ГСР включає як медикаментозне лікування, так і психотерапію.

Якщо симптоматика зберігається впродовж 4 тижнів, або з'являється через роки після події, то діагностується посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). Ці симптоми спричиняють значні проблеми в соціальних чи робочих ситуаціях та стосунках. Вони також можуть заважати здатності виконувати звичайні щоденні завдання.

Симптоми посттравматичного стресового розладу зазвичай поділяють на чотири типи: нав'язливі спогади, уникнення, негативні зміни в мисленні та настрої, а також зміни у фізичних та емоційних реакціях. Симптоми можуть змінюватися з часом або характеризуватись індивідуальністю прояву.

Симптоми нав'язливих спогадів можуть включати:

– Повторювані, небажані тривожні спогади про травматичну подію.

– Повторне переживання травматичної події, ніби вона повторюється (флешбеки).

– Сумні сні або кошмари про травматичні події.

– Сильний емоційний стрес або фізична реакція на те, що нагадує про травматичну подію.

Симптоми уникнення можуть включати:

– Намагання уникати думок або розмов про травматичну подію.

– Уникання місць або людей, які нагадують про травматичну подію.

Симптоми негативних змін у мисленні та настрої можуть включати:

– Негативні думки про себе, інших людей або світ.

– Безнадія щодо майбутнього.

– Проблеми з пам'яттю, включаючи не запам'ятовування важливих аспектів травматичної події.

– Складнощі в підтримці близьких стосунків.

– Почуття відірваності від родини та друзів.

– Відсутність інтересу до занять, які колись подобалися.

– Труднощі з переживанням позитивних емоцій.

– Почуття емоційного заціпеніння.

Симптоми змін у фізичних та емоційних реакціях (так звані симптоми збудження) можуть включати:

– Лякливість.

– Завжди на сторожі небезпеки.

– Саморуйнівна поведінка, наприклад, надмірне вживання алкоголю, вживання психоактивних речовин або занадто швидке водіння.

– Проблеми зі сном

– Проблеми з концентрацією.

– Дратівливість, спалахи гніву або агресивна поведінка.

– Неперевершене почуття провини або сорому [3].

Симптоми ПТСР можуть змінюватися за інтенсивністю з часом.

Найважча форма наслідків травматизації – посттравматичний розлад особистості, оскільки проблема такого спектру є за змістом психіатричною, ми не будемо розглядати її в межах даної публікації.

У DSM-5 ПТСР перенесено з групи тривожних розладів до нової групи під назвою Розлади, пов'язані з травмою та стресом. Серед діагностичних критеріїв включено 20 симптомів, розділених на чотири групи: симптоми вторгнення, постійне уникнення подразників, негативні зміни в когнітивних здібностях і настрої, а також зміни в підвищеній настороженості та реактивності [4].

У 11-й версії Міжнародної класифікації хвороб (МКХ-11) діагностичні критерії посттравматичного стресового розладу включають шість симптомів, які поділяються на три основні категорії: повторне переживання, уникнення травматичних спогадів і відчуття триваючої загрози, які виражаються надмірною пильністю [10].

Дж. Герман симптоми ПТСР розподіляють на три основні категорії: гіперзбудження, інтру-

зія, констрикція [2, с. 66]. Гіперзбудження – проявляється через відчуття постійної тривоги, лякливості, поганий сон, роздратування. Так як відбувається хронічна стимуляція симпатичної нервової системи, що спричинює тривалі та значні психофізіологічні зміни. При ПТСР можемо діагностувати ознаки генералізованої тривоги та специфічних страхів [11].

Інтрузія – повторене переживання події, ніби вона відбувається зараз. Присутні флешбеки в стані сну та неспання. Постійна фіксація на травматичній події, любі дрібниці можуть нагадувати травматичні події та провокувати повторне проживання подій. Але таким спогадам бракує словесного опису, проте вони добре забарвлені емоціями, Р. Ліфтон це описує як крайній жах [9]. Дуже часто це схоже на спогади маленьких дітей [14].

Риси травматичної пам'яті обумовлені функціонуванням центральної нервової системи. Численні дослідження вказують на те, що тривале переживання травматичних подій спричинює якісні зміни в структурі головного мозку, які призводять до функціональних змін в нервовій системі [13]. Постраждали лякаються повторного переживання травматичних подій, все, що з ними відбувається під час інтрузії звучує, їхню свідомість, відгороджує від спілкування та взаємодії з іншими людьми, негативно відображається на якості життя.

Констрикція – заціпеніння. Події відбувається ніби з кимось іншим, відстороненість, емоційна байдужість, відсутнє відчуття власного тіла. Стан дисоціації, втрата відчуття часу, суб'єктивна відособленість, заціпеніння. Констрикцію Р. Дж. Ліфтон порівнює із паралічом розуму [9]. Так може з'явитись посттравматична амнезія, яка спонукатиме до зловживання психоактивними речовинами, бо саме вони пролонговують дисоціативний стан.

Завдяки констрикції – травматична подія тримається за межами нормальної свідомості. Як зауважують дослідники, інтрузія та констрикція виникають по чергово (це одна із ознак ПТСР) [15]. Вибудовується пастки крайнощів, які не дають змогу здобути стабільність. Інтрузія проявляється в перші дні, або тижні, через 3–6 місяців вона послаблюється, але загострюються психосоматичні симптоми. Із зменшенням інтрузії починає проявлятися заціпеніння, або констрикції.

У травмованих людей спостерігається: втрата соціальних зв'язків, проблеми із самістю, втрати частини себе, поява відчуття провини (що вижив та ін.). Саме в цих випадках варто звернутись до аспектів базової довіри (значимі люди (мама), віра у Бога), сенсу існування. Травмовані люди часто коливаються поміж ізоляцією та тривожним «чіплянням» за інших людей [2, с. 102].

Для зцілення постраждалих важлива реакція громади/спільноти на подію. Визнання ситуації травматичної, як тої, що завдала шкоди та наполягання на відшкодуванні постраждалими. Саме в таких аспектах відображається рівень підтримки громадою/спільнотою постраждалих осіб, а для останніх це забезпечує відчуття порядку та справедливості. Якщо громада/спільнота визнає травматичність подій (створює меморіали, пам'ятники, оприлюднює інформацію про покарання злочинців), то травмованим особам набагато легше зцілитись, це своєрідне переживання травми є необхідним елементом на шляху до одужання як самої жертви, так і суспільства загалом.

Психотерапія є одним з основних методів лікування ГСР та ПТСР. Практичний досвід роботи фахівців із ментального здоров'я вказує на ефективність таких методів психотерапевтичного втручання:

1. Когнітивно-повідінкова терапія (КПТ) – цей підхід фокусується на зміні шкідливих думок, переконань і поведінки, пов'язаних з ГСР та ПТСР. Важливо навчити пацієнтів упізнавати і змінювати деструктивні думки та практикувати здорові стратегії поведінки.

2. ЕМДР-терапія – десенсибілізація та опрацювання травми рухами очей. Такі терапевтичні втручання дають змогу зменшити інтенсивність емоційного відгуку травматичних подій та спогадів.

3. Групова терапія – дає змогу пацієнтам з ГСР та ПТСР зустрічатися з іншими, які теж пережили подібні травматичні події. Це може сприяти розумінню, що вони не самотні в своїх переживаннях, і сприяти подоланню посттравматичних симптомів.

4. Сімейна терапія – дає змогу залучити потенціал сімейних відносин до зцілення, змінює схеми родинних відносин, гармонізує міжособистісні стосунки в сім'ї.

5. Арт-терапія – екологічний спосіб надання психологічної допомоги і підтримки, який потужно активізує несвідомі, інтуїтивні процеси, через мистецтво, музику, написання або інші форми творчості легко вивільняються емоції та почуття, знижується стрес і покращується самопочуття.

6. Транскультурна позитивна психотерапія, будучи підходом психодинамічного спрямування та інтегруючи в собі засади гуманістичної та екзистенційної психотерапії, відкриває широкий спектр роботи із пацієнтами, які страждають на ГСР та ПТСР, при цьому охоплюючи перспективу їхнього майбутнього життєвого простору через ресурс і можливість посттравматичного зростання.

Також для зцілення від ГСР та ПТСР може призначатись медикаментозна терапія. Але останнє є прерогативою фахівців психіатричного напрямку. Тому діагностування та ліку-

вання ГСР й ПТСР має здійснюватись психіатром разом психологом (психотерапевтом).

Висновки та перспективи подальших розвідок. Різноманітність психотерапевтичних підходів до ГСР та ПТСР дає змогу обрати оптимальний метод зцілення, який буде відповідати індивідуальним особливостям кожного окремого пацієнта. Варто зауважити, що лікування можливе лише через добрі стосунки між психотерапевтом та пацієнтом, в яких по-новому доведеться навчати: вибудовувати контакт, довіряти, вмінню зберігати кордони, взаємодіяти. Щонайперше має відбутись відновлення контролю та відповідальності у пацієнта за своє власне життя та вміння розпоряджатись ним.

Важливими тут є терапевтичні стосунки, їх мета – відновлення пацієнта. При цьому терапевт стає союзником, який надає всі свої знання, вміння та досвід пацієнту, завжди має бути присутня домовленість про використання влади (коли включається перенос пацієнта на терапевта як на значиму фігуру, важливо, щоб терапевт не експлуатував цю владу та не зловживав нею). Також слід поважати автономію пацієнта та бути нейтральним. Щодо до останньої обставини, то коли питання стосується морального контексту з приводу травматичних обставин, позиція терапевта має бути однозначною щодо того, що відбувається злочин – бути солідарним з жертвою, навіть якщо вона не все правильно робить.

Терапевтичний альянс є результатом роботи терапевта і клієнта, яка ґрунтується на добровільності, дієвості, включеності, взаємності. Ефективністю психотерапевтичної роботи є посттравматичне зростання пацієнта – присутність позитивних змін у його житті, валідування цінностей, особистісний розвиток.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бригадир М. Особливості надання кризової психологічної допомоги. *Transformational processes of the social and humanitarian sphere of modern Ukraine in the conditions of war. Challenges, problems and prospects.* Ružomberok : VERBUM – vydavateľstvo K., 2023. С. 61–78.
2. Герман Дж. Психологічна травма та шлях видужання: наслідки насильства – від знуцань у сім'ї

до політичного терору. Львів : Видавництво Старого Лева, 2019. 424 с.

3. Синопис діагностичних критеріїв DSM-V та протоколів NICE для діагностики та лікування основних психічних розладів у дітей та підлітків. Львів, 2014. 112 с.

4. American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 5th ed.* American Psychiatric Association, Washington, DC: American Psychiatric Association; 2013.

5. Andreasen, N.C. Posttraumatic stress disorder. In *Comprehensive Textbook of Psychiatry*, 3rd ed. H.I. Kaplan & B.J. Sadock, Eds. New York : Williams and Wilkins, 1985. P. 918–924.

6. Bryant R. A., Friedman M. J., Spiegel D., Ursano R., Strain J. A review of acute stress disorder in DSM-5. *Depress Anxiety*. 2011. P. 802–817.

7. Bryant R. A. The Current Evidence for Acute Stress Disorder. *Curr Psychiatry Rep*. 2018. Vol. 20(12). P. 111.

8. Cardeña E., Carlson E. Acute stress disorder revisited. *Annu Rev Clin Psychol*. 2011. 7:245-67.

9. Lifton R. J. The concept of the survivor. *Survivors, Victims, and Perpetrators Essays on the Nazi Holocaust*. Ed. by Joel E. Dimsdale. Washington, DC: Hemisphere, 1980. P. 113–126.

10. Maercker A., Brewin CR., Bryant RA., et al. Diagnosis and classification of disorders specifically associated with stress: proposals for ICD-11. *World Psychiatry*. 2013. Vol. 12. P. 198–206.

11. Orr SP, Metzger LJ, Miller MW, Kaloupek DG. Psychophysiological assessment of PTSD. In: Wilson JP, Keane TM, editors. *Assessing Psychological Trauma and PTSD: A Handbook for Practicioners*. 2. Guilford Publications; New York: 2004. P. 289–343.

12. Regier DA, Kuhl EA, Kupfer DJ. The DSM-5: Classification and criteria changes. *World Psychiatry*. 2013. Vol. 12(2). P. 92–98.

13. Terr L. What Happens to Early Memories of Trauma? A Study of Twenty Children Under Age Five at the Time of Documented Traumatic Events. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. 1988. Vol. 27. P. 96–104.

14. Van der Kolk, B. A. The trauma spectrum: The interaction of biological and social events in the genesis of the trauma response. *Journal of Traumatic Stress*. 1988. Vol. 1(3). P. 273–290.

15. War Stress and Neurotic illness. By Abram Kardiner, M.D. with the Collaboration of Herbert Spiegel, M.D. Second Edition of The Traumatic Neuroses of War. New York: Paul B. Hoeber, Inc., 1947. 428 p.

ВИКОРИСТАННЯ МЕХАНІЗМУ ДОФАМІНОВОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ У ВИВЧЕННІ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ

USING THE MECHANISM OF DOPAMINE DEPENDENCE IN LEARNING A FOREIGN LANGUAGE

Акцент дослідження зроблений на тематиці використання механізму дофамінової залежності у вивченні іноземної мови, а саме на практичному впровадженні його у навчання. Проаналізовано важливість та завдання нейромедіаторів у нашому мозку, їхній вплив на рівень життя та покращення або ж погіршення його якості. Визначено існування у світі надмірного споживання продуктів особливого нейромедіатора під назвою дофамін, який забезпечують людям компанії, корпорації та виробництва з метою підвищення прибутку. Має місце необхідність бути обізнаним у будь-яких наслідках взаємодії з механізмом виділення дофаміну задля їх уникнення, контролю надходження цього нейротрансмітера та використання процесу набуття залежності від нього з метою вивчення іноземної мови. У дослідженні було окреслено загальні характеристики цього нейромедіатора, адже знання про будову і функціонування нашого мозку допоможуть правильно керувати ним та уникнути непотрібних нам реакцій. Наступним кроком, шляхом аналізу алгоритму сучасних соціальних мереж, якими користуються близько 4,7 млрд людей (59% від усього населення), було виявлення основного способу впливу на користувачів через отримання ними так званого «дешевого дофаміну», тобто дофаміну, який користувачі одержують у великих кількостях та без зусиль. Такий дофамін чинить значний негативний вплив на мозок людини. Кульмінаційним етапом наукової праці був розбір наявних методів вивчення матеріалу та аналіз характеристик будови середньостатистичної відеогри, на основі чого було виділено певні методи навчання, котрі мають працювати з такою ж ефективністю, як працює механізм дофамінової залежності в іграх. Отже, підбиваючи підсумки цього дослідження, констатуємо таке: доведено актуальність та практичну цінність дослідження принципу дії дофаміну та його впливу на мозок, адже нині значна кількість осіб страждає від неусвідомлення власної залежності, тому люди продовжують наповнювати свій мозок інформацією, що дає стрибок «дешевого дофаміну», та не знають, як керувати власним мозком; встановлено яким чином кожен з нас має можливість використовувати механізм набуття залежності від головного нейромедіатора, який було досліджено; проведено взаємозв'язок між механізмом дофамінової залежності та методами вивчення іноземної мови у практичному використанні на основі системи нагородження та супутніх засобів. Таким чином, можемо рекомендувати ознайомлення з цим дослідженням всіх користувачів мережі, а особливо тих, хто шукає нові ефективні методи вивчення іноземної мови через застосування механізмів дофамінової залежності, які є гейміфікованими та значно ефективнішими за традиційні методи вивчення мови.

Ключові слова: нейромедіатори, дофамін, набуття залежності, вивчення іноземної

мови, методи навчання, взаємозв'язок дофаміну та дії особистості, система нагородження, дофамінова залежність.

The emphasis of this study is focused on the topic of using the mechanism of dopamine dependence in learning a foreign language, namely on its practical implementation in teaching. The importance and tasks of neurotransmitters in our brain, their influence on the standard of living and the improvement or deterioration of its quality have been analyzed. The existence of a special neurotransmitter called dopamine, which is provided to people by companies, corporations and industries in order to increase profits, has been determined in the world of excessive consumption of products. There is a need to be aware of any consequences of interaction with the mechanism of dopamine release in order to avoid them, control the supply of this neurotransmitter and use the process of acquiring dependence on it for the purpose of learning a foreign language. The study outlined the general characteristics of this neurotransmitter, because knowledge about the structure and functioning of our brain will help us to manage it correctly and avoid unnecessary reactions. The next step, by analyzing the algorithm of modern social networks, which are used by about 4.7 billion people (59% of the entire population), was to identify the main way of influencing users through their receipt of the so-called "cheap dopamine", that is, the dopamine that users receive in in large quantities and without effort. Such dopamine has a significant negative impact on the human brain. The culminating stage of the scientific work was the analysis of the existing methods of studying the material and the analysis of the characteristics of the structure of the average video game, on the basis of which certain learning methods were selected that should work with the same efficiency as the mechanism of dopamine addiction in games. So, summing up the results of this study, we state the following: the relevance and practical value of studying the principle of action of dopamine and its effect on the brain has been proven, because currently a significant number of people suffer from lack of awareness of their own dependence, therefore, people continue to fill their brains with information that gives a jump into "cheap of dopamine" and do not know how to control their own brain; it is established how each of us has the opportunity to use the mechanism of acquiring dependence on the main neurotransmitter, which was studied; the relationship between the mechanism of dopamine addiction and the methods of learning a foreign language in practical use based on the reward system and related means are taken into account. Thus, we can recommend this study to all Internet users, and especially to those who are looking for new effective methods of learning a foreign language through the use of mechanisms of dopamine dependence, which are gamified and significantly more effective than traditional language learning methods.

Key words: neurotransmitters, dopamine, acquisition of dependence, learning a foreign language, learning methods, relationship between dopamine and personality actions, reward system, dopamine addiction.

УДК 378.147

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.41>

Клімук В.В.

магістр освітніх наук,
викладач кафедри романо-германської філології
Український гуманітарний інститут

Клімук О.С.

магістр філології,
викладач кафедри романо-германської філології
Український гуманітарний інститут

Берегова А.С.

студентка за спеціальністю
035 «Філологія»
Український гуманітарний інститут

Актуальність теми дослідження. Нині зафіксовано існування значної кількості різноманітних залежностей, внаслідок яких люди отримують певне задоволення від предметів, дій чи явищ. Як правило, такі залежності мають негативні наслідки у житті особи, яка від них страждає. Нерідко люди шкодують, що витратили час чи ресурси на швидку насолоду, на те, що не принесло сталого почуття задоволення та позитивних наслідків. Багато хто вважає, що досить легко помітити пастку самостимуляції і пристрасті до певної речовини, щоб її уникнути та не почати себе руйнувати. Проте нині суспільство має тенденцію до залежності від нейромедіатора під назвою «дофамін», що є небезпечним та призводить до цілої низки негативних наслідків. Споконвіку цей нейромедіатор керував подіями, створював видатні відкриття у житті одних людей та руйнував життя інших. Здавалося б, цю проблему вирішити неможливо, бо нікуди не дітися від того, що знаходиться всередині нашого мозку. Тому постає ще більш актуальне запитання: «Але як же позбутися дофамінової залежності та чи можливо це взагалі?». Значна частина нашого дослідження присвячена вивченню особливостей функціонування дофаміну у нашому мозку, а саме: його функцій, впливу на певні когнітивно-перцептивні процеси, дофамін-асоційовані безпеки. Помилково вважати, що дофамін створює лише негативні залежності і є ворогом нашого мозку. Натомість, цей нейромедіатор, якщо його правильно застосовувати, може принести дуже багато користі, адже допомагає людині вивчати щось нове та пізнавати світ. Саме тому у межах цього дослідження аналізуються методи та способи застосування механізму дофамінової залежності у вивченні іноземної мови. Беручи до уваги незначний рівень обізнаності середньостатистичного читача із механізмом дії дофаміну, маємо необхідність перш за все представити загальні відомості про особливості одного із головних нейромедіаторів, що чинить значний вплив на наше з вами життя. Таким чином, **мета** цієї розвідки полягає у тому, щоб дослідити характерні риси механізму залежності від дофаміну для використання його у вивченні іноземної мови. Для вирішення поставленої мети необхідно виконати такі наукові **завдання**: проаналізувати теоретичні відомості про роль та функціонування нейромедіаторів, зокрема дофаміну, визначити, що є «дешевим дофаміном» та вказати на його негативні наслідки для життя та здоров'я індивіда, окреслити механізм формування дофамінової залежності в особистості, вказати на шляхи використання дофамінової залежності у вивченні іноземних мов та розробити відповідні патерни.

Основні результати дослідження. «Нейромедіатори», або ж «нейротрансмітери»,

визначаються як хімічні провідники нашого тіла, котрі передають повідомлення від однієї нервової клітини через відстань до іншої нервової, м'язової або залозистої клітини [2]. Ці повідомлення допомагають нам рухати кінцівками, отримувати інформацію від органів чуттів, підтримувати серцебиття у нормі, а також сприймати і реагувати на всю інформацію, яку організм отримує від певних частин тіла та з навколишнього середовища. Іншими словами, це своєрідне «спілкування» нейронів між собою, завдяки якому мозок може активізувати відповідні дії у нейронній мережі, до прикладу: пригальмувати, коли необхідно, завмерти, перейти у стан збудження чи почати краще аналізувати інформацію тощо. Фактично вони виконують роль «медіаторів», таких собі посередників між двома нервовими клітинами. Завдяки цьому мають місце різні процеси та механізми, що відбуваються в організмі. Крім того, ці речовини впливають на процес прийняття рішень і, відповідно, на нашу поведінку загалом. Принцип роботи нейромедіаторів та їхнього впливу на наш мозок такий: є фактор, що активує нервовий імпульс до дії, але те, що ми зробимо залежить від раніше до цього встановленого упередження або ж вже прокладеного шляху реакції на будь-який фактор (зовнішній чи внутрішній).

З метою кращого розуміння та закріплення поняття про нейротрансмітери розглянемо цей алгоритм на прикладі уявної ситуації з уявними студентами А та Б, які ось-ось складатимуть залік: Студент А –двієчник, заняття регулярно пропускав, питання до усної здачі не переглядав, про що йдеться на предметі не розуміє, але знає, що йому необхідно отримати прохідний бал, щоб його не відрахували з університету. Для нього у цьому випадку залік – загроза, за допомогою вух (як одного з органів чуття) студент отримує інформацію від інших та усвідомлює важливість цієї події, оцінює ризики. Це виступає фактором, що в його мозку активує нервовий імпульс до дій, який прямує до нейромережі студента. Вона містить у собі наявний на той момент шлях, який складається з непередбаченої втрати заліку, ймовірної загрози у вигляді відрахування та втрати навчання як результат. По закінченні проходження шляху й аналізу інформації, що потрапила туди, виділяється нейромедіатор «адреналін», по-іншому гормон страху, що буде червоним прапорцем сигналізувати до відповідних клітин «небезпека для життя», «якщо не складеш залік – втрадиш змогу здобувати вищу освіту і тоді армія вже не так далеко» (умовно). Як результат у студента активізуються всі частини тіла, до яких дійшов медіатор і які відповідають за охорону організму від небезпеки: прискориться серцебиття на заліку, м'язи будуть у напруженому стані для

того, щоб тікати від загрози (у випадку, якщо це знадобиться), матиме місце дискомфорт у шлунково-кишковому тракці, який подразнить від виділеного адреналіну, рясне потовиділення та інші симптоми.

Тепер уявимо студента Б, котрий має іншу модель поведінки, а саме: він сумлінно відвідував усі пари та виконував завдання на предметі, готувався до заліку і був добре підготовлений. Через свої органи чуття – вуха та очі – він отримав інформацію: «Буде усна здача», та нервовим імпульсом формується висновок по закінченні проходження шляху в нейромережі, що для нього це виступає в ролі чергової перевірки наявних знань, певного виклику. З огляду на те, що він раніше вже неодноразово це робив у процесі навчання та підготовки, від чого отримував своєрідну насолоду, то у студента Б виділяється нейромедіатор «дофамін», котрий заохочує до підготовки, навчання і здачі заліку, адже він знову буде поводитися впевнено, отримує гарну оцінку і, як наслідок, відчує себе добре, як це відбувалося раніше. Цей студент не боїться, відчуває себе налаштованим на гарний результат та є мотивованим до отримання чергової нагороди від цього медіатора.

Нейромедіатори, їх принцип дії та функціонування привертають увагу дослідників уже давно. На початку ХХ століття двоє вчених активно вивчали питання «як спілкуються між собою нервові клітини?» [3]. Камілло Гольджі був впевнений, що все відбувається за допомогою електрики, коли Сантьяго Рамон-і-Кахаль стверджував, що сигнал між ними передається завдяки хімічним речовинам. Обидва вчені отримали за результати своїх досліджень Нобелівську премію, проте лише у середині ХХ сторіччя було виявлено, що нейромедіатори є тими самими компонентами, через які відбувається «комунікація» між нервовими клітинами у більшості випадків. Звісно, електричні синапси (структура, через яку проводиться сигнал між клітинами) теж існують, але це відбувається не так часто.

Сучасній науці відомо близько 60 нейромедіаторів, проте існує велика ймовірність, що це ще не межа [4]. Ці речовини класифікують за метою, функціями та механізмом їхньої роботи. Таким чином, виокремлюються три основні групи: активні (збуджуючі), гальмуючі (стримуючі) та фасилітатори (від слова «facilitate» – спрощувати, полегшувати). У межах нашого дослідження ми зосередили увагу лише на найбільш відомих та добре досліджених нейротрансмітерах. А саме таких як:

Активні (збуджуючі) – мета цих нейромедіаторів полягає в тому, щоб здійснити збуджуючу дію на нейрон, що у великій імовірності приведе до руху, дій. До цієї групи належать одні з найголовніших та найвідоміших нейромедіаторів:

– Норадреналін – медіатор, що керує нашою фізичною активністю, який запускається під час стресу, фізичного чи емоційного навантаження. Внаслідок вивільнення норадреналіну людині складно сидіти на місці під час стресу, адже цей нейротрансмітер спонукає нас до збільшення фізичної активності та руху.

– Серотонін – виконує важливу функцію в головному мозку, передаючи імпульси зв'язку між нервовими клітинами. Від його кількості залежить гарне самопочуття та настрої, оскільки він зменшує тривожність та апатію. Його недостатність, як відомо, веде до психічних проблем у людини.

– Дофамін – нейромедіатор, котрий виступає у ролі системи нагородження нашого мозку. Попри те, що він є одним з найбільш досліджених, сучасна наука все ще не все знає про цей нейромедіатор та продовжує його вивчати.

– та інші: пурини, АТФ, деякі нейропептиди.

Гальмуючі (стримуючі) – вони мають за ціль, навпаки, стримати активність нейронів, ніби говорячи мозку «заспокойся, глибокий вдих та видих». Ця група складається з більшої кількості медіаторів, ніж зараз буде вказано, бо розглянемо головні з них, такі як:

– гамма-аміномасляна кислота (ГАМК) – головний гальмуючий нейромедіатор центральної нервової системи, необхідний також для різних метаболічних процесів, що сповільнює процес передачі певних нервових імпульсів і блокує зайві інформаційні потоки.

– гліцин – без цього простого у складі нейромедіатору всі люди були б дуже нервовими або мали б проблеми психічного розладу.

Стосовно **фасилітаторів**, то вони не чинять ні активуючу, ні гальмуючу дію, проте потрібні для полегшення взаємодії нейромедіатора з клітиною.

Перейдемо безпосередньо до дофаміну та способів його залучення до процесів вивчення іноземної мови. Побуває думка, що дофамін нам потрібен для того, щоб змушувати наш мозок, а тому і нас самих почуватися щасливими. Насправді, було встановлено, що він відповідає за запам'ятовування шляхів, котрі ведуть нас до отримання насолоди. До прикладу, від шлунка надходить сигнал голоду, що запускає реакцію пошуку їжі. Людина вибирає замість стандартного обіду у вигляді теплого супу приготування смачної смаженої картоплі з кетчупом та спеціями. Ця страва викликає задоволення, мозку це подобається і, як наслідок, виділяється дофамін, який запам'ятовує те, що нам принесло задоволення та яким чином. Тож тепер наступного разу, коли знову надійде сигнал голоду, людина буде відчувати бажання спожити не корисний суп, а смачну і некорисну смажену картоплю, бо

минулого разу це принесло насолоду і мозок вважає такий прийом їжі найкращим, не аналізуючи, що буде по-справжньому корисним для організму. Це вже вирішили не ми, а нейромедіатор дофамін, який був застосований у передачі інформації між нервовими клітинами. Доцільно також зазначити, що вчені досліджували будову дофамінових рецепторів і дійшли висновку, що для кожної людини існує особиста норма кількості цього нейротрансмітера залежно від простоти цієї структури. Нескладна будова це не завжди погано, адже тим, хто її має, відносно легко отримати насолоду. Якщо ж йдеться про складну конструкцію дофамінових рецепторів, то її власникам необхідно докладати більше зусиль задля відчуття задоволення. Наприклад, уявляючи це у вигляді тієї ж картоплі, то комусь трішки цієї страви буде досить, щоб відчутти насолоду, тож невелика порція не лише втамує голод, але й принесе задоволення. З іншого боку, деяким знадобиться велика порція смаженої картоплі, а декому цього буде не досить і до картоплі їм захочеться додати ще щось, аби отримати таке ж саме задоволення.

Дія дофаміну активізується зовнішніми чинниками, такими як: вживання спиртного чи тютюну, наркотичні речовини, фаст-фуд, солодощі, ігри, фільми, серіали, задоволення інтимних потреб, соціальні мережі та безліч інших факторів. Вони всі беруть участь у формуванні залежностей. Почуття, які приносять відчуття задоволення, в тому числі вживання наркотиків, активують центр винагороди мозку, який реагує на це підвищенням рівня дофаміну. Цей викид спонукає наш мозок концентрувати більшу частину своєї активності на пережитому досвіді. Зрештою, у нас залишиться сильний спогад про насолоду, яку ми зазнали. Цей сильний досвід може стимулювати мозок намагатися пережити його знову, вживаючи наркотики або шукаючи певних вражень. Хоч і перелічені попередньо зовнішні фактори залишаються джерелом залежностей, проте сам дофамін не потрібно звинувачувати у цьому, оскільки він виступає у ролі медіатора й лише виконує свою роботу. У процесі набуття залежності мозок звикає виконувати прості дії, тобто ті, котрі не потребують аналізу та якогось зв'язку між собою з метою отримання нагороди у вигляді насолоди [5].

Під поняттям «дешевий дофамін» криється серйозна небезпека для людського організму, адже це те, що викликає великий викид дофаміну за менший час та за мінімальних зусиль. До цього відносять будь-які зовнішні чинники, що активізують дофамін у значних дозах. Як тільки наш мозок виділить велику кількість цього нейромедіатора, він намагатиметься стимулювати бажання до повторного вживання певної речовини, що веде, своєю чергою, до

залежності. Саме таким чином люди стають алкоголіками, наркоманами, переїдають і т.д., оскільки сам медіатор не знає, що ці речі руйнують наш організм, для нього це лише чисте задоволення, котре необхідне мозку. Коли ж справа доходить до сучасних шляхів його отримання, люди мають змогу без докладання серйозних зусиль споживати більше дофаміну, ніж того потребує наш мозок, що зменшує поріг чутливості до задоволення, змушуючи людину отримувати його все більше. Якщо раніше для задоволення особі вистачало побути наодинці зі своїми думками, йдучи кудись по справах, то зараз виникає певне відчуття неповноцінності, коли у вухах не грає музика чи не відтворюється аудіокнига. До ще одного прикладу належить нині досить поширена практика перегляду відеороликів, фільмів, серіалів під час їди. Замість того, щоб зосередитися на одній справі, не навантажуючи мозок ще чимось, дозволити йому відчутти смак їжі, її поживність та отримати з цього дофамін, люди ускладнюють усе пошуком речей, котрі ще зверху нагодують нас дешевим аналогом цього нейромедіатора. Це викликає небезпеку отримати порушення не тільки в особистій базовій нормі дозування дофаміну на день, але й у здатності до засвоєння інформації, що потрапляє до нашої свідомості. Такими діями ми перевантажуємо так звану «оперативну систему» мозку, що відповідає за аналіз та сприйняття матеріалу й навколишнього середовища і засмічуємо додатковими даними простір, призначений для відпочинку. Тим самим це загрожує людині не тільки втратити чутливість до звичайної кількості дофаміну на добу, а й підвищує ризик до такого явища, як виснаження та синдром вигорання.

Реальність така, що нині майже кожна компанія та корпорація використовують приховану систему нагородження, щоб змусити нас вживати їхню продукцію у більших кількостях. Ми живемо у світі, який стимулює наші емоції з метою зробити прибуток максимально великим за допомогою принципу роботи дофаміну. Одним із яскравих прикладів цього є перехід соціальних мереж «Instagram» та «TikTok» з хронологічної стрічки гортання, до тої, що використовує алгоритм. Спеціально налаштований штучний інтелект підбирає публікації у стрічці користувача, базуючись на його вподобаннях, що відповідно робить додаток цікавим та привабливим. Вони постійно наповнюють нас швидкими, легкими та великими дозами дофаміну, що змушує наш мозок повертатися туди знову і знову. Вчені доводять, що цей нейромедіатор впливає на те, які дії ми вибираємо та як виконуємо, виходячи зі своєї функції, тому те, що ми споживаємо від продуктів подібних компаній, певною мірою руйнує життя. Відбувається це таким чином: оскільки для здо-

буття «дешевого дофаміну», який нам подають у готовому вигляді гарними порціями, наш мозок майже нічого не виконує – він усе більше звикає до таких бездумних простих дій поглинання інформації разом із тією насолодою, що вона для нього несе. Таке явище загрожує певними наслідками, зокрема такими як: перенасичення дофаміном, наповнення мозку інформацією, котра не несе практичної цінності для споживача, зниження концентрації та деградація когнітивно-перцептивної діяльності, тому що мозок не розвивається, внаслідок чого має місце деградація інтелектуальних здібностей. Проте проблема не у самому нейромедіаторі, а у способі його використання. Якщо правильно замінювати «дешевий дофамін» тим, що людині корисно і справді необхідно, то він може зробити життя по-справжньому гарним, власне кажучи, виконуючи свою природну функцію. За умови правильного використання дофамін дає людині можливість досягати цілей, засвоювати знання та отримувати насолоду від життя, наповнюючи його певним сенсом, котрий вона сама вибирає. Отже, з огляду на роль та особливості функціонування дофаміну, а також негативні наслідки його надмірного споживання, можемо зробити висновок, що доцільно слідкувати за кількістю надходження цього нейротрансмітера до мозку.

Нині існують певні спроби застосування дофаміну під час вивчення іноземних мов, які є досить дієвими та мають значну кількість потенційних споживачів. З урахуванням механізму дії дофаміну можна виокремити такі патерни його стимуляції під час вивчення іноземної мови.

Розбити матеріал на чіткі менші частини. Ці фрагменти ми всередині голови упорядковуємо так, щоб вони здавалися нам зрозумілими. Чим більше ви отримуєте додаткової інформації, тим більше ваш розум буде пов'язувати, зіставляти та співвідносити такі деталі з тим, що ви вивчили раніше. Найважливішим моментом є те, щоб зафіксувати слово або будь-який невеликий фрагмент знань якомога швидше та ефективніше. Складіть список того, що необхідно запам'ятати та перетворіть цю інформацію на наліпки – це буде найлегший шлях до вивчення мови без особливих зусиль. Наш мозок – найлінійніша частина тіла, котра шукає будь-якого простого шляху задля досягнення мети. Коли перед ним постає велика та об'ємна задача, він одразу ж вдається до прокрастинації та будь-якого виправдування, чому не варто її виконувати. Тут потрібно вдатися до хитрощів і визначити певну кількість нової інформації та видавати її мозку потрошку, але регулярно, що допоможе обманути власний мозок і принесе корисний результат. Запитайте себе, що буде легше: сторінка тексту А4 для вивчення або ж читання 10 коротких абза-

ців, розміщених на тій самій сторінці? Звісно, людям притаманно вибирати другий варіант, оскільки мозок може навіть не помітити, як ви вже гарно опрацюєте та засвоїте матеріал. Чудово діє правило 2 хвилини, якщо вам важко встати й вивчити 10 слів, то спочатку скажіть собі: «Я лише встану і сяду за стіл». Далі після виконання однієї дрібниці йдуть інші: «Я лише відкрию словник», «Я тільки прочитаю слова», «Я спробую скласти з ними легкі речення для кращого розуміння», «О, я вже орієнтуюся в них, я лише повторю декілька разів», потім «Я лише через певний час знову їх перевірю» – все, мозок обманутий. До того ж тут спрацьовує ще один додатковий трюк: коли ви зробили певні дії, пройшли певний шлях, то тепер немає сенсу кидати справу, бо ти вже почав, щось зробив.

Поглиблення у мову. Звісно, найкращим варіантом для цього є переїзд у країну, мову якої ви хочете вивчити, проте через зрозумілі причини, то не для всіх зручна опція. Тоді варто роздивитися з іншого боку: що є в тій країні для вивчення, чого немає на тому місці, де ви зараз? До цього входить: активне залучення мови на слух, непередбачувані звичайні буденні справи, де потрібна жива лексика та безпосереднє подолання мовного бар'єра з метою донесення своїх думок та потреб. Усе це досягається за будь-яких умов шляхом:

- поповнення словникового запасу, читаючи той матеріал, тема якого вас цікавить або ж загальні топіки;
- прослуховування музики та новітнього формату шоу «подкастів», що розвиватиме ваші навички аудіювання;
- перегляд фільмів невеликими частинами, якщо ваш рівень володіння мовою не є досить високим, або ж перегляд цілого фільму одразу, якщо рівня володіння мовою досить для цього;
- використання Інтернету, соціальних мереж, меседжерів та спеціальних додатків для практики мови з її носіями.

Необхідно знаходитися в мові 24/7, бути повністю зануреним в атмосферу та середовище з метою швидкого її опанування. Вчитися думати цією мовою не менш важливо. Насамперед це допомагає орієнтуватися у висловленні своїх думок, коли йде безпосереднє активне використання фонового знань. Крім того, завдяки цьому ви починаєте використовувати граматичні структури, які відсутні у рідній мові, змушуючи мозок постійно розвиватися, досліджуєте і проживаєте особливості ментальності носіїв мови, яку вивчаєте, що значно розширює мовну картину світу. Подібну практику необхідно проводити щоденно навіть залишаючись наодинці, адже це позитивно впливає на рівень знань.

Вивчення мови за допомогою методу інтервального повторення. Здебільшого учні

за ніч перед екзаменом намагалися вивчити матеріал за декілька годин, але вони зазнали поразки, бо мали неправильний підхід до цього процесу. Інтервальне повторення – це науково доведена методика, яка полягає у дедалі більшій кількості перерв між раніше вивченим і новим навчальним матеріалом для того, щоб зберігати в пам'яті максимум інформації на постійній основі. Якщо сформулювати простіше, то регулярне повторення допомагає пам'яті підтримувати наявні знання. Після того, як ви щось вивчили, перевірка та повторення знань через певні проміжки часу допомагає нам запам'ятати більший обсяг матеріалу. На це витрачається мінімальна кількість часу, але з цього йде максимальна користь від вивчення. Щоб відповідати принципу повторення у вивченні іноземної мови, вам потрібно тренуватися на раніше вивченому матеріалі зі все більшими проміжками часу: година, день, тиждень, два тижні, місяць, кожні півроку, рік – будь-який зручний інтервал. Якщо ви вивчили матеріал, то, значить, знаєте дуже добре, якщо ні, то потрібно переглядати його частіше.

Мета. Звісно, не варто забувати про те, що має рухати нас уперед і до чого ми маємо йти. Правильна постановка мети вивчення іноземної мови – запорука успіху. Мають бути умови для залучення механізму роботи дофаміну, котрий і буде нас заохочувати до дій, пов'язаних з опануванням мови. Це означає, що ціль, котра веде до прогресу: точна у формулюванні, піддається виміру, реально досяжна, доречна до ваших потреб (актуальна у вашому житті) та з конкретними термінами досягнення. Знову ж таки мозку потрібно все дрібнити по частинах для того, щоб збільшити ймовірність виконання поставленої мети. До прикладу, просто ціль «Вивчити іноземну мову» відразу зазнає провалу, оскільки вона дуже широка у своєму формулюванні й немає чітко поставленої задачі. Щоб досягнути мети, необхідно її створити таким чином: «Півроку вивчати щодня по 15 слів з іноземної мови та щотижня розбирати нову тему по граматиці й дивитися короткі відеоролики з метою тренування мови на слух і перевірити знання наприкінці дедлайну тестом на рівень знання мови». У наведеному прикладі ціль уже більш реальна з термінами та актуальними для вас можливостями, що дає мозку ніби мапу, якою він буде йти до поставленої мети.

Попередньо розглянуті методи, безсумнівно, підходять для використання у процесі опанування навіть будь-якого іншого матеріалу. Задля покращення успішності перебігу запам'ятовування будуть представлені такі заходи, котрі пов'язані з цим усім та про які не всі знають і пам'ятають, коли беруться за вивчення мови.

Є речі, які пов'язані з нашим бажанням до вивчення мови, окрім дофаміну, – психічний

стан. Варто потурбуватися про нього насамперед, щоб зрозуміти причини, які часто приховані, котрі стримують нас від досягнення мети. Знання про правильний підхід до себе, враховуючи особливості психологічного стану, допоможуть не тільки засвоїти мову, але й відчути спокій на душі та ресурсний стан, бо якщо у людини, до прикладу, вигорання емоційне, то вона ніяк не зможе ефективно докладати зусиль до занять.

Довкілля. Ми схильні відчувати вплив нашого навколишнього середовища: думки та дії інших, природні обставини та неочікувані ситуації. Для деяких осіб подібні речі стають гарним виправданням для того, щоб не робити щось й не йти до цілі, проте успіху досягає не той, хто шукає виправдання, а той, хто у пошуках можливостей. Коли справа доходить до вивчення мови, варто залишатися незалежним від будь-яких зовнішніх обставин й наполегливо йти до поставленої мети.

Необхідність орієнтуватися й бути обізнаним у тому, яка пам'ять у людини. Є багато її видів за характером психічної активності, що переважає, за методом запам'ятовування та за походженням. Головне знати, як кожну з них активізувати, щоб виокремити для себе зручний метод вивчення іноземної мови. До прикладу, деякі особи є аудіалами, тобто сприймають все на слух, а інші запам'ятовують матеріал через зоровий канал чи кінестетику тощо.

Дисципліна. Звісно, будь-яка справа потребує постійного та регулярного виконання й дотримання обов'язків. Вивчення мови не є винятком. Тому, беручись за її опанування, необхідно розвивати дисципліну та систематичність.

Повертаючись знову до нейромедіатору, котрий розглядається у цій праці, те, що нині уже відомо й було проаналізовано про дофамін, а саме: його історія, механізм роботи, небезпеки й переваги – усю цю інформацію широко й популярно використовують у всіх відомих компаніях та на виробництвах. Одним із найбільших джерел впливу на наш мозок є відеоігри. Станом на 2023 рік кількість ігор, котрі можуть полонити наш час, увагу й дозвілля, безмежно зростає у геометричній прогресії. Що робить їх такими особливими, що сучасна молодь віддає перевагу їм, а не навчанню? Розглядаючи устрій цього відомого варіанту проведення часу, прослідковуються такі аспекти, що роблять відеоігри цікавими, легкими до концентрації та заохочують до повернення знову.

Чіткий та зрозумілий сюжет. Зазвичай історія у грі розділена на менші частини з метою легшого слідування їй та для того, щоб гравець розумів поступовість проходження, що за чим варто робити. До прикладу, для того щоб пере-

могти певного боса, необхідно пройти спеціальний шлях до нього, котрий наданий у зрозумілій формі: знайомство з головним героєм, підготовка озброєння, розробка обладунків, пошук напарників і помічників у битві, тренування, дослідження особливостей ворога і нарешті сама фінальна битва з ним. Ціль гри зрозуміла й дорога до її досягнення теж.

Відстежування прогресу розвитку. Гравцям дана чудова можливість перегляду статистики їхнього персонажу, які навички він має, особливості, таланти, як їх покращувати, що потрібно для цього робити. Присутні також рівні прогресу і стану певних речей у грі (персонажі, зброя, артефакти і т.д.) і чим вище він, тим, звісно, краще. Граючи в гру, ти розумієш, над якими моментами треба попрацювати, що наздогнати та покращити. Ти можеш завжди порівняти свій пройдений шлях у даних, що тебе цікавлять, і, відповідно, це дає певну насолоду від наявного результату й мотивацію рухатися вперед.

Навколишнє середовище. Відповідна атмосфера, кольори, ефекти, звукове супроводження, оформлення світу гри – усе це дає змогу гравцям насолоджуватися нею й повертатися туди знову і знову, ніби тікаючи від буденної сірої реальності.

Постійні нагороди та бонуси. Скільки є квестів у грі, стільки й бонусів за їх проходження гравець отримує. Це сильно заохочує людину виконувати все більше завдань з метою отримання нагороди, і це зрозуміле явище, оскільки, як уже відомо, в іграх дуже вдало і правильно використовуються зовнішні подразники, які впливають на систему нагороди дофаміну у нашому мозку.

Швидкий доступ до спеціальних путівників у мережі Інтернет, які допомагають зрозуміти, яким чином краще досягти тієї чи іншої поставленої мети, якщо у гравця виникають певні труднощі під час проходження гри. Це значно спрощує підхід до процесу гри.

Мінімальні ризики з великим зусиллям. Зазвичай у іграх безліч спроб та життів для того, щоб виконати певні завдання й це дає натхнення не здаватися та знову і знову проходити місії. Процес не має страшних наслідків, проте дає нагороду, що вартує того. Тому ми за мінімального стресу концентруємося на ході гри, а не на поганому результаті, що може призвести до проблем.

Усе це спонукає мозок розвинути залежність від відеоігор, оскільки дофамінова система нагородження просто наповнює його постійно певними заохоченнями й підвищує ризик виникнення залежності. А якщо перетворити вивчення іноземної мови на гру? Так, нині для осіб молодшого віку використовується одна з форм навчання, «ігрова», у процесі чого діти та підлітки запам'ятовують інформацію

через різноманітні цікаві шляхи використання та відтворення набутих знань, проте потрібно чітко зазначити, що ігрова форма не є рівноцінним еквівалентом власне гри. Що, якщо втілити ті аспекти вбудовані в устрій відеоігри, котрі були попередньо розглянуті, у процес вивчення мови з метою отримувати той самий дофамін, але значно кориснішим шляхом? Усе це можна виділити у комплексний універсальний метод навчання, який матиме величезну практичну цінність та попит серед користувачів. Під час роботи над дослідженням було розроблено декілька пунктів, за допомогою яких можна інтегрувати принцип гри у процес вивчення іноземних мов.

По-перше, створіть можливість для того, щоб відслідковувати прогрес та мати чітке уявлення того, який перед вами постає шлях до вивчення іноземної мови. Як було раніше розглянуто, гарно поставлена ціль – запорука успіху, що означає, що необхідно чітко сформулювати дорогу, якою вам належить іти, розбити її на пункти, задачі, поступове виконання завдань. На жаль, ми не можемо, як у грі, подивитися ступінь підготовки до екзамену головного героя чи дізнатися скільки рівнів до успішного складання іспиту ще необхідно значків досвіду. Тому щоб відслідковувати прогрес знань, проходите певні тести, результати яких візуально можна зобразити у шкалі, таблиці, відсотках тощо. До прикладу, за проходження однієї теми вийшов бал 12 із 30, це буде 40% – чітко видно рівень обізнаності у темі. Ви вивчаєте її знову, повторно складаєте тест й отримуєте 28 із 30 (93%) і наповнюєтеся насолодою та пишаєтеся результатом, оскільки, як у грі, бачите прогрес. Важливо не забувати про нагородження за досягнення будь-якої мети, щоб спонукати мозок виконувати завдання ще та ще.

По-друге, навчайтеся в групах. У багатьох іграх є така перевага, як кооперативне проходження, тобто ви маєте можливість запросити друзів або ж випадкових незнайомців, щоб провести гарно час, поки ви проходите разом сюжетну лінію чи перемагаєте спільного боса. У вивченні іноземної мови умовних «ворогів-босів» немає, проте сама ідея згуртованості над однією спільною метою для її досягнення підвищує рівень знань та бажання повертатися до навчання знову й знову. Коли створюється певна командна атмосфера, особа відчуває підтримку на шляху до опанування мови й мотивацію до скорішого і якісного засвоєння знань. Ви можете шукати своєрідних тиммейтів (від англійського слова «teammate» – учасник команди) серед друзів, приятелів, однокласників, однокурсників, колег та навіть випадкових незнайомців у Інтернеті, котрі переповнені тією ж ціллю вивчення іноземної, що і ви. Доцільно разом збиратися регулярно, про-

водити навчання різноманітними шляхами (мовчки, у дискусіях або ж певними змаганнями), головне, щоб не було атмосфери конкурентності, а дружби й бажання допомогти один одному у засвоєнні знань.

По-третє, подбайте про своє оточення. Сюди входить музика під час вивчення, місце вивчення та інші деталі, котрі заохочуватимуть вас до процесу здобуття знань. Як варіант, можна ходити у різні заклади й місцевості, щоб уникати відволікаючих факторів та бути сконцентрованим на тій атмосфері, що вас надихає.

По-четверте, не бійтеся звернутися за допомогою. Запитуйте поради у викладачів, фахівців у вивченні мови або ж знаходьте відповіді на свої запитання в Інтернеті. Це є досить доцільним, адже коли людина сама докладає зусилля до того, щоб зрозуміти те, що для неї не є легким, мозок ефективніше запам'ятовує ту інформацію, над обробленням якої попрацював він сам, ніж ту, яку він почув без особливих зусиль. Крім того, як учню, котрий вивчає мову, вам необхідно отримувати якомога більше відгуків від людей з потрібними знаннями на питання, що турбують, з метою гарного засвоєння матеріалу. Якщо сумніваєтеся стосовно перекладу того чи іншого слова – зверніться до словника, якщо бажаєте дізнатися особливість різниці тієї чи іншої фрази серед носіїв іноземної – питайте у викладачів і т.д.

По-п'яте, розбийте цілі з високим ризиком до поганих наслідків на менші цілі з нижчим ризиком та високою нагородою. Мається на увазі те, що людина набагато простіше ставиться до якогось завдання, яке не є глобальним та страшним у разі невдачі, але гарно нагороджується за умови успішного виконання. Якщо у відеоіграх ми маємо декілька або ж нескінчену кількість життів, то в реальності на написання, до прикладу, ЗНО чи НМТ у нас є одна спроба. У випадку нескладаного іспиту ми знову повинні будемо витратити час, зусилля, кошти, сили й хвилювання на те, щоб підтримувати той рівень знань до наступної можливості скласти тест. Тому у цьому випадку, коли справа доходить до вивчення іноземної мови, необхідно метк, пов'язану з її вивченням, розбити на менші пункти за розміром та ризиком до поганих наслідків й опрацьовувати кожен з них поступово, досягаючи поставленої мети.

Отже, незалежно від того, чи грає людина у відеоігри, чи ні, цей спосіб перетворення вивчення іноземної мови на гру однозначно буде до вподоби мозку, оскільки у цьому методі задіяний принцип роботи системи винагородження – дофамін і знання про устрій пере-

бігу його залежності допомагає навчатися не тяжко, а розумно, з більшою ефективністю та успіхами.

Висновки. Отже, за темою аналізу використання механізму дофамінової залежності у вивченні іноземної мови можемо зазначити такі наукові результати: визначено поняття нейромедіаторів та досліджено особливості їх класифікації; окреслено інформацію про основні групи нейромедіаторів (активуючі (норадреналін, серотонін, дофамін), гальмуючі (ГАМК, гліцин) та фасилітатори) та особливості їхнього функціонування; досліджено принцип дії дофаміну та системи нагородження у мозку, а також механізм набуття мозком дофамінової залежності, негативні наслідки цього та можливі небезпеки для мозку; визначено поняття так званого «дешевого» дофаміну, джерела його отримання та негативні наслідки і ризики, асоційовані з цією речовиною; встановлено, чому відеоігри викликають дофамінову залежність, а також окреслено певні характерні ознаки відеоігор, які можуть бути успішно імплементовані у навчання; проаналізовано переваги, можливості і методи використання дофамінової залежності у процесі вивчення іноземних мов; розроблено патерни залучення дофаміну під час опанування іншої мови, зокрема, створення можливості постійно відстежувати свій прогрес у вивченні мови, навчання у групах однодумців, правильне оточення та навколишнє середовище, за необхідності пошук поради чи відповіді на запитання у фахівців, розбивання цілі з високим ризиком до поганих наслідків на менші цілі з нижчим ризиком та високою нагородою.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Муджирі Є. Якими соцмережами користуються українці під час війни: статистика. *speka.media*. 2022. URL: <https://speka.media/yakimi-socmerezami-koristuyutsya-ukrayinci-pid-cas-viini-doslidzennya-p22nyp> (дата звернення: 04.05.2023).
2. What are neuromediators? *Laboratoire THERASCIENCE*. URL: https://www.therascience.com/en_fr/what-are-neuromediators (дата звернення: 09.05.2023).
3. Нобелівські лауреати. *Indicator*. 2017. URL: <https://indicator.ru/medicine/nobelevskie-laureaty-kamillo-goldzhi.htm> (дата звернення: 03.05.2023).
4. Нейротрансмітери: функції та класифікації. 2023. URL: <https://ru.yestherapyhelps.com/types-of-neurotransmitters-functions-and-classification-11459> (дата звернення: 10.05.2023).
5. The role of dopamine in the brain – lessons learned from Parkinson's disease / D. Meder et al. *NeuroImage*. 2018. Vol. 190. P. 79–93. URL: <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2018.11.021> (дата звернення: 03.05.2023).

НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ

Шановні колеги! Питання академічної доброчесності є надзвичайно актуальними у наш час. Враховуючи великі масиви інформації, що з'являються у всесвітній мережі, жоден вчений не може бути впевненим, що його авторське право захищене. Крім того, поширеною є ситуація, коли декілька вчених в одній галузі науки користуються однаковими джерелами інформації, а в результаті безкоштовні програми пошуку плагіату засвідчують стовідсоткові збіги тексту, що може призвести до безпідставних звинувачень у плагіаті, особливо після перевірки за базою даних авторефератів та дисертацій. Це викликано тим, що порівняння з іншими дисертаціями не вказує на використання спільних першоджерел (статей, монографій, статистичних щорічників, словників тощо), а однозначно визначає тільки збіг тексту, ігноруючи навіть цитати. Важливим є також те, що чинне законодавство однозначно визначає, що перевірку може здійснювати виключно установа за профілем дослідження, а не поширені в мережі безкоштовні програми. Для уникнення подібних ситуацій ми пропонуємо Вам скористатися науковою **послугою оцінки технічної унікальності наукового тексту** за допомогою *ліцензованого* програмного забезпечення, яке гарантує похибку перевірки до 3%. Переваги такої перевірки порівняно з іншими методами:

- Ви *укладаєте угоду* про надання послуг;
- Ваш файл *не розміщується у мережі*, тобто інформація і авторство залишаються анонімними;
- Ви *отримуєте звіт*, підготовлений за допомогою *ліцензованого* програмного забезпечення; *порівняльну таблицю* однакових фрагментів тексту із зазначенням джерела; *офіційний звіт про надану послугу* із зазначенням результатів;
- Ви отримуєте вичерпну інформацію про текстові збіги у Вашому дослідженні та дослідженнях інших авторів не тільки *українською, але і російською та англійською мовами*;
- Ви користуєтесь програмним забезпеченням, яке використовується *тільки спеціалізованими науковими та освітніми установами* і розроблене виключно для пошуку текстових збігів *саме у наукових дослідженнях*, а не у публіцистиці, рекламних веб-сайтах тощо;
- Виключна робота з авторами – ніхто, крім автора тексту, не зможе замовити у нас перевірку цього тексту, що *убезпечить Вас від перевірок третіми особами*;
- Ви отримуєте можливість коректно оформити посилання на першоджерела;
- Існує можливість перевірки *будь-яких наукових досліджень*: статей, рефератів, авторефератів, дисертацій, доповідей, тез, звітів тощо.

Терміни і вартість перевірки і надання звіту:		
Характер наукової роботи	Терміни (робочих днів)	Вартість
Докторська дисертація	5 – 10	5500 грн
Кандидатська дисертація	3 – 7	3500 грн
Автореферат	1 – 2	500 грн
Стаття (обсягом до 12 сторінок)	1 – 2	500 грн
Інші види робіт	За домовленістю	За домовленістю

Для того, щоб замовити послугу, Вам необхідно звернутись електронною поштою до Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій, вказавши у темі листа «Оцінка унікальності тексту». У листі вкажіть адресу для листування, додайте файл у форматі MS Word з текстом наукового дослідження. Фахівець відповідного відділу надасть Вам відповідь щодо процедури здійснення експертизи.

Контактна особа:

Партенюха Дар'я – молодший науковий співробітник

Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій.

+38 (048) 709-38-69

+38 (093) 253-57-15

info@iei.od.ua

З повагою
дирекція Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій.

Наукове видання

ГАБІТУС

Науковий журнал

Випуск 51

Коректура • Я. Вишнякова

Комп'ютерна верстка • Ю. Ковальчук

Формат 60x84/8. Гарнітура Pragmatica.
Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 27,37. Ум. друк. арк. 28,83.
Підписано до друку 01.08.2023. Замов. № 0923/554. 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.