

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ  
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

# ГАБІТУС

*Науковий журнал*

**Випуск 52**



Видавничий дім  
«Гельветика»  
2023

**Редакційна колегія:**

*Шапошникова Ірина Василівна* – доктор соціологічних наук, професор

*Лісєнко Олена Василівна* – доктор соціологічних наук, професор

*Алісаускієне Мілда* – доктор соціальних наук, професор

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

*Ендріулайтієне Ауксе* – доктор психологічних наук, професор

*Тавровецька Наталія Іванівна* – кандидат психологічних наук, доцент

*Терешкінас Артурас* – доктор соціальних наук, професор

*Хижняк Лариса Михайлівна* – доктор соціологічних наук, професор

*Волошенко Марина Олександрівна* – кандидат педагогічних наук, доцент

*Кузьменко Вячеслав Віталійович* – доктор філософських наук, професор

*Деркач Лідія Миколаївна* – доктор психологічних наук, професор

*Асєєва Юлія Олександрівна* – доктор психологічних наук

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

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

**Електронна сторінка видання – [www.habitus.od.ua](http://www.habitus.od.ua)**

**Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet  
Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту  
економіки та інновацій (протокол № 8 від 29.08.2023 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****ТЕОРІЯ ТА ІСТОРІЯ СОЦІОЛОГІЇ****Семірненко К.Ю., Бойко Д.М.**

(МЕТА)(ПОСТ)МОДЕРНІЗАЦІЯ КОНСТРУКТИВІСТСЬКОГО СТРУКТУРАЛІЗМУ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ МАСОВОЇ КУЛЬТУРИ: ТЕОРЕТИЧНА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ТА МЕТОДОЛОГІЧНА ТРАНСПЛАНТАЦІЯ.....11

**СЕКЦІЯ 2****СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ****Каретна О.О., Яценко М.А.**

ІНТЕГРАЛЬНІ ІНДЕКСИ ОЦІНКИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ.....16

**Климанська Л.Д., Савка В.Є.**

СЕПАРАТИЗМ В УКРАЇНІ: КОРЕНІ.....20

**СЕКЦІЯ 3****СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ****Калагін Ю.А., Шанідзе О.Д.**

ІНСТИТУЦІАЛІЗАЦІЯ СОЦІАЛЬНИХ ПРАКТИК ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ В УКРАЇНІ У 2014–2022 РОКАХ.....26

**Кругляк М.Е., Богач Н.В.**

ВПЛИВ РУХІВ #OSCARSSOWHITE ТА BLACK LIVES MATTER НА ЗМІНИ В ПОЛІТИЦІ РАСОВОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ ГОЛЛІВУДУ.....33

**СЕКЦІЯ 4****ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ****Мусаковська О.М.**

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ІНФОРМАЦІЙНОГО ПЕРЕВАНТАЖЕННЯ МЕДІАСПОЖИВАЧІВ У СУЧАСНОМУ МЕРЕЖЕВОМУ ДИСКУРСІ: ТЕОРЕТИЧНА МОДЕЛЬ.....40

**Третяк Т.М.**

КАРУС ЯК ІНСТРУМЕНТ ТВОРЧОЇ МИСЛЕННЕВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....45

**Шепельова М.В.**

ПРОЯВИ ЕСТЕТИЧНОЇ ЧУТЛИВОСТІ ЯК ІНТЕГРАЛЬНОЇ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ.....51

**СЕКЦІЯ 5****ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ****Астремська І.В.**

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ, ЯКІ ПРАЦЮЮТЬ ІЗ ЮНАЦТВОМ.....56

<b>Гірняк А.Н., Біскуп В.С.</b> «ПРОСТА МОВА» ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ІНКЛЮЗІЇ.....	61
<b>Дметерко Н.В., Аматыєва О.П.</b> ОСНОВНІ НАПРЯМИ РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ПЕДАГОГІВ.....	66
<b>Заболотна Н.М., Ісаєвич С.І., Омелянська В.І.</b> ТРАНСФОРМАЦІЇ ПРИХИЛЬНОСТІ ПІД ВПЛИВОМ ПСИХОТРАВМИ.....	71
<b>Zavhorodnia O.V., Medintsev V.A.</b> METHODOLOGICAL AND ORGANIZATIONAL ASPECTS OF COOPERATION BETWEEN UKRAINE AND THE EU IN THE FIELD OF PSYCHOLOGICAL RESEARCH.....	76
<b>Заушнікова М.Ю., Тонкопей Ю.Л.</b> КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ АДАПТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ.....	82
<b>Соколова Г.Б., Єшану А.В.</b> РОЗВИТОК ВЕРБАЛЬНО-СЕНСОВОГО ПРАКСИСУ ЯК ОСНОВИ НАВИЧОК ЧИТАННЯ В ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ДИСЛЕКСІЄЮ.....	88
<b>Столярчук О.А., Жорова С.С.</b> ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ПІДЛІТКІВ.....	94
<b>Яновська Т.А.</b> ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ, ЯКІ ВИХОВУВАЛИСЯ В ПОВНИХ І НЕПОВНИХ СІМ'ЯХ.....	99
<b>СЕКЦІЯ 6</b>	
<b>ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ</b>	
<b>Бамбурак-Кречківська Н.М., Бригадир М.Б.</b> АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНИХ ПОРУШЕНЬ ІЗ ПОЗИЦІЇ ТЕОРІЇ ПРИВ'ЯЗАНOSTІ.....	104
<b>Большакова А.М., Віденсєв І.О.</b> ОСОБЛИВОСТІ РІВНЯ АДЕКВАТНОСТІ САМОСВІДОМОСТІ В ПІДЛІТКІВ У ДІАПАЗОНІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НОРМИ – АКЦЕНТУАЦІЇ.....	109
<b>Гачак-Величко Л.А., Гузенко І.М.</b> ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ СЕРЕД ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІДРОЗДІЛУ В ЗОНІ БОЙОВИХ ДІЙ.....	114
<b>Головська І.Г., Почепцова Д.О.</b> ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ ЯК ДЕТЕРМІНАНТА ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ.....	119
<b>Гриб'юк О.О.</b> ТЕХНОЛОГІЇ ВІРТУАЛЬНОЇ ТА ДОПОВНЕНОЇ РЕАЛЬНОСТІ У ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ ГЕОМЕТРІЇ: ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДОСЛІДНИЦЬКОГО НАВЧАННЯ УЧНІВ.....	124
<b>Клименко М.Р., Паньків К.І.</b> СТИЛІ ГУМОРУ ОСІБ ІЗ РІЗНИМИ ПРОФІЛЯМИ КОНСТЕЛЯЦІЇ РИС ТЕМНОЇ ТЕТРАДИ ТА СВІТЛОЇ ТРІАДИ.....	133

<b>Кокоріна Ю.Є.</b> ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА СУЧАСНОГО СУБ'ЄКТА.....	140
<b>Левус Н.І., Тищенко-Горбенко С.Г.</b> ЧИННИКИ КОНСТРУКТИВНИХ СТРАТЕГІЙ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ У ВІЙСЬКОВИХ.....	147
<b>Myloslavska O.V., Bohdanovskyi S.O.</b> RESILIENCE AS A COMPONENT OF MILITARY MENTAL ENDURANCE: A THEORETICAL OVERVIEW OF THE PROBLEM.....	152
<b>Музичук Г.О., Лисенко І.П.</b> ОЦІНЮВАННЯ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ХВОРИХ НА ЕПІЛЕПСІЮ ЯК НЕОБХІДНИЙ СКЛАДНИК У РАЗІ НЕЙРОХІРУРГІЧНИХ ВТРУЧАНЬ.....	157
<b>Ніколаєв Л.О., Герасіна С.В., Атаманенко І.В.</b> ПРИЙОМИ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ У ГЕШТАЛЬТ-ПІДХОДІ.....	162
<b>Савченко О.В., Лавриненко Д.Г.</b> КОРОТКИЙ БАГАТОВИМІРНИЙ ОПИТУВАЛЬНИК ПРОЦВІТАННЯ “PERMA-ПРОФАЙЛЕР»: АДАПТАЦІЯ МЕТОДИКИ ТА ЇЇ ПСИХОМЕТРИЧНІ ВЛАСТИВОСТІ.....	167
<b>Степура Є.В.</b> ЗВ'ЯЗОК ЩАСТЯ Й ОПТИМІЗМУ З ОСОБЛИВОСТЯМИ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ.....	179
<b>Хаметова Л.М.</b> СУЧАСНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНО-МОВЛЕННЄВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ.....	185
<b>Хміляр О.Ф., П'янківська Л. В.</b> СУЇЦИДАЛЬНИЙ НАМІР: ДІАГНОСТИКА, ФРУСТРАЦІЯ, ПРОФІЛАКТИКА.....	190
<b>Швець В.В.</b> СОЦІАЛЬНЕ СИРІТСТВО ЯК ІНДИКАТОР ФОРМУВАННЯ КОГНІТИВНИХ ДЕПРИВАЦІЙ У МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ.....	197
<b>Яковець Т.А.</b> СУТНІСТЬ ПОНЯТТЯ «АГРЕСИВНИЙ МАРКЕТИНГ»: ПСИХОЛОГООРІЄНТОВАНІ СКЛАДНИКИ.....	202
<b>Яскевич О.І., Турецька Х.І., Кечур Р.В., Бичковська О.Н.</b> ДИНАМІЧНА МОДЕЛЬ ЕСТЕТИЧНОЇ ПЕРЦЕПЦІЇ.....	208

## СЕКЦІЯ 7

### ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ

<b>Богдан Ж.Б., Ляшенко Б.Ю.</b> ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ТРАНСФОРМАЦІЇ ЦІННІСНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ ПІД ВПЛИВОМ ПРОБЛЕМОГЕННОЇ СИТУАЦІЇ.....	217
<b>Мосьпан М.О.</b> АКТИВІЗАЦІЯ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОСВІДОМОСТІ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ – МОЛОДИХ СПЕЦІАЛІСТІВ У СПОРТІ.....	221

**СЕКЦІЯ 8****СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ****Буркало В.В.**ІМПЕРСЬКИЙ ОБРАЗ РОСІЙСЬКОЇ «ВЕЛИЧІ» ТА ЙОГО ВПЛИВ  
НА ІМПЕРСЬКУ ПСИХІКУ РОСІЯН..... 226**Королович О.В.**ФЕНОМЕН ТРАНСГЕНЕРАЦІЙНОЇ ТРАВМИ У СВІТЛІ СУЧАСНИХ  
УКРАЇНСЬКИХ РЕАЛІЙ..... 234**Лагодзінський В.В., Шевчук О.В.**ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ОДИН ЗІ СКЛАДНИКІВ ФОРМУВАННЯ  
ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ  
ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ..... 239**Макарова О.П., Зінченко Д.А., Шевченко І.Ю.**ПСИХОЛОГІЧНА РОБОТА З НЕПОВНОЛІТНИМИ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ  
У КОНФЛІКТІ ІЗ ЗАКОНОМ..... 244**Олексин М.О.**

РОЗВИТОК ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕСУРСНОСТІ У ПРОЦЕСІ СЛУЖБИ В ПОЛІЦІЇ..... 249

**Петреченко С.А., Філіппов С.О.**ОСОБЛИВОСТІ СПІЛКУВАННЯ З ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ,  
ЯКІ ПОВЕРНУЛИСЯ З ВІЙНИ..... 254**СЕКЦІЯ 9****ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ****Астахов В.М., Бацилева О.В., Пузь І.В.**ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ТА ОСОБЛИВОСТІ  
ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ВАГІТНИХ ІЗ ПЕРИНАТАЛЬНИМИ ВТРАТАМИ  
В АНАМНЕЗІ..... 259**Вдовіченко О.В., Асєєва Ю.О., Понянська Д.О.**ОСОБЛИВОСТІ СПРИЙНЯТТЯ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ТА СОЦІАЛЬНІ НАСЛІДКИ  
ДЕПРЕСИВНИХ РОЗЛАДІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ..... 266**Тімченко М.В.**ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ  
ЗА ДОПОМОГОЮ ДИХАЛЬНИХ ПСИХОТЕХНІК У МЕЖАХ  
МЕТОДУ ГАЛАТЕРАПІЇ..... 271

НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ..... 277

## CONTENTS

**SECTION 1****THEORY AND HISTORY OF SOCIOLOGY****Semirnenko K.Yu., Boiko D.M.**

(META-)(POST-) MODERNIZATION OF CONSTRUCTIVIST STRUCTURALISM FOR THE STUDY OF MASS CULTURE: THEORETICAL INTERPRETATION AND METHODOLOGICAL TRANSPLANTATION.....11

**SECTION 2****SOCIAL STRUCTURES AND SOCIAL RELATIONS****Karetna O.O., Yatsenko M.A.**

INTEGRAL INDICES FOR ASSESSING THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF THE ELDERLY.....16

**Klymanska L.D., Savka V.Ye.**

SEPARATISM IN UKRAINE: THE ROOTS.....20

**SECTION 3****SPECIAL AND BRANCH SOCIOLOGIES****Kalahin Yu.A., Shanidze O.D.**

INSTITUTIONALIZATION OF SOCIAL PRACTICES OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS IN UKRAINE IN 2014–2022.....26

**Kruhliak M.E., Bohach N.V.**

THE IMPACT OF #OSCARSSOWHITE AND BLACK LIVES MATTER MOVEMENTS ON CHANGES IN HOLLYWOOD'S RACIAL TOLERANCE POLICY.....33

**SECTION 4****GENERAL PSYCHOLOGY. HISTORY OF PSYCHOLOGY****Musakovska O.M.**

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF MEDIA USER'S INFORMATION OVERLOAD IN MODERN NETWORK DISCOURSE: THEORETICAL MODEL.....40

**Tretiak T.M.**

CARUS AS A TOOL FOR CREATIVE MENTAL ACTIVITY.....45

**Shepelova M.V.**

THE MANIFESTATIONS OF AESTHETIC SENSITIVITY AS AN INTEGRAL ATTRIBUTE OF PERSONALITY.....51

**SECTION 5****DEVELOPMENTAL AND PEDAGOGICAL PSYCHOLOGY****Astriemska I.V.**

EMOTIONAL BURNOUT OF COUNSELING PSYCHOLOGISTS WORKING WITH YOUNG PEOPLE.....56

<b>Hirniak A.N., Biskup V.S.</b> "PLAIN LANGUAGE" AS A SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL RESOURCE OF INCLUSION.....	61
<b>Dmeterko N.V., Amatieva O.P.</b> THE MAIN DIRECTIONS OF DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGICAL COMPETENCE OF TEACHERS.....	66
<b>Zabolotna N.M., Isaievych S.I., Omelianska V.I.</b> ATTACHMENT TRANSFORMATIONS UNDER THE PSYCHOTRAUMA INFLUENCE.....	71
<b>Zavhorodnia O.V., Medintsev V.A.</b> METHODOLOGICAL AND ORGANIZATIONAL ASPECTS OF COOPERATION BETWEEN UKRAINE AND THE EU IN THE FIELD OF PSYCHOLOGICAL RESEARCH.....	76
<b>Zaushnikova M.Iu., Tonkopei Yu.L.</b> COMMUNICATIVE COMPETENCE AS A FACTOR IN THE DEVELOPMENT OF ADAPTIVE BEHAVIOR OF FIRST YEAR STUDENTS.....	82
<b>Sokolova H.B., Yeshanu A.V.</b> DEVELOPMENT OF VERBAL-SENSUAL PRAXIS AS THE BASIS OF READING SKILLS IN PRIMARY SCHOOL-AGE CHILDREN WITH DYSLEXIA.....	88
<b>Stoliarchuk O.A., Zhorova S.S.</b> PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF INTERNALLY DISPLACED ADOLESCENTS.....	94
<b>Yanovska T.A.</b> FEATURES OF STUDENTS' STRESS RESISTANCE, WHO WERE RAISED IN COMPLETE AND INCOMPLETE FAMILIES.....	99
<b>SECTION 6</b>	
<b>PERSONALITY PSYCHOLOGY</b>	
<b>Bamburak-Krechkivska N.M., Bryhadyr M.B.</b> ANALYSIS OF EMOTIONAL DISORDERS FROM THE PERSPECTIVE OF ATTACHMENT THEORY.....	104
<b>Bolshakova A.M., Videnieiev I.O.</b> FEATURE OF SELF-AWARENESS LEVEL IN ADOLESCENTS WITHIN THE RANGE OF PSYCHOLOGICAL NORM AND ACCENTUATION.....	109
<b>Hachak-Velychko L.A., Huzenko I.M.</b> PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE MANIFESTATION OF DEVIANT BEHAVIOR AMONG SERVICEMEN OF THE UNIT IN THE COMBAT ZONE.....	114
<b>Holovska I.H., Pocheptsova D.O.</b> GENDER SPECIFICS OF SELF-ESTEEM AS A DETERMINANT OF VERBAL AGGRESSION.....	119
<b>Hrybiuk O.O.</b> VIRTUAL AND AUGMENTED REALITY TECHNOLOGIES IN THE PROCESS OF TEACHING GEOMETRY: PSYCHOPHYSIOLOGICAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS' RESEARCH LEARNING.....	124



**Klymenko M.R., Pankiv K.I.**  
HUMOR STYLES OF PERSONS WITH DIFFERENT PROFILES  
OF THE DARK TETRAD AND LIGHT TRIAD CONSTELLATION TRAITS.....133

**Kokorina Yu.Ye.**  
THE IMPACT OF SOCIAL MEDIA ON THE MODERN ENTITY.....140

**Levus N.I., Tyshchenko-Horbenko S.H.**  
FACTORS OF CONSTRUCTIVE STRATEGIES FOR OVERCOMING STRESS  
IN THE MILITARY.....147

**Myloslavska O.V., Bohdanovskyi S.O.**  
RESILIENCE AS A COMPONENT OF MILITARY MENTAL ENDURANCE:  
A THEORETICAL OVERVIEW OF THE PROBLEM.....152

**Muzychuk H.O., Lysenko I.P.**  
ASSESSMENT OF THE LIFE QUALITY OF PATIENTS WITH EPILEPSY  
AS A NECESSARY COMPONENT OF NEUROSURGICAL INTERVENTIONS.....157

**Nikolaiev L.O., Herasina S.V., Atamanenko I.V.**  
TOOLS FOR DEVELOPING PROFESSIONAL QUALITIES  
OF GESTALT COUNSELING PSYCHOLOGISTS.....162

**Savchenko O.V., Lavrynenko D.H.**  
A BRIEF MULTIDIMENSIONAL MEASURE OF FLOURISHING  
“PERMA-PROFILER”: ADAPTATION OF THE METHODOLOGY  
AND ITS PSYCHOMETRIC PROPERTIES.....167

**Stepura Ye.V.**  
RELATIONSHIP OF HAPPINESS AND OPTIMISM WITH CHARACTERISTICS  
OF LONELY EXPERIENCE.....179

**Khametova L.M.**  
CURRENT ASPECTS OF THE DEVELOPMENT OF COMMUNICATIVE  
AND SPEAKING COMPETENCE OF FUTURE CONSULTANT PSYCHOLOGISTS.....185

**Khmiliar O.F., Piankivska L. V.**  
SUICIDAL IDEATION: DIAGNOSIS, FRUSTRATION, PREVENTION.....190

**Shvets V.V.**  
SOCIAL ORPHANHOOD AS AN INDICATOR OF THE FORMATION  
OF COGNITIVE DEPRIVATION IN YOUNG PEOPLE IN WARTIME.....197

**Yakovets T.A.**  
THE ESSENCE OF THE CONCEPT “AGGRESSIVE MARKETING”:  
PSYCHOLOGICALLY ORIENTED COMPONENTS.....202

**Yaskevych O.I., Turetska Kh.I., Kechur R.V., Bychkovska O.N.**  
DYNAMIC MODEL OF AESTHETIC PERCEPTION.....208

**SECTION 7**

**PSYCHOLOGY OF WORK**

**Bohdan Zh.B., Liashenko B.Yu.**  
THEORETICAL ASPECTS OF TRANSFORMATION  
OF THE VALUE SPHERE OF THE PERSONALITY UNDER THE INFLUENCE  
OF A PROBLEMOGENIC SITUATION.....217

<b>Mospan M.O.</b> ACTIVATION OF THE PROFESSIONAL IDENTITY OF PRACTICAL PSYCHOLOGISTS – YOUNG SPECIALISTS IN SPORTS.....	221
--	-----

## **SECTION 8**

### **SOCIAL PSYCHOLOGY. LEGAL PSYCHOLOGY**

<b>Burkalo V.V.</b> THE IMPERIAL IMAGE OF RUSSIAN “GREATNESS” AND ITS INFLUENCE ON THE IMPERIAL PSYCHE OF RUSSIANS.....	226
<b>Korolovych O.V.</b> THE PHENOMENON OF TRANSGENERATION TRAUMA IN THE LIGHT OF MODERN UKRAINIAN REALITIES.....	234
<b>Lahodzinskyi V.V., Shevchuk O.V.</b> EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A COMPONENT OF SERVICEMEN'S PSYCHOLOGICAL READINESS FOR MILITARY SERVICE.....	239
<b>Makarova O.P., Zinchenko D.A., Shevchenko I.Yu.</b> PSYCHOLOGICAL WORK WITH MINORS WHO HAVE COMMITTED A CRIME.....	244
<b>Oleksyn M.O.</b> DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGICAL RESOURCES IN THE PROCESS OF SERVICE IN THE POLICE.....	249
<b>Petrenchenko S.A., Filippov S.O.</b> FEATURES OF COMMUNICATION WITH SERVICEMEN WHO RETURNED FROM THE WAR.....	254

## **SECTION 9**

### **PSYCHOPHYSIOLOGY AND MEDICAL PSYCHOLOGY**

<b>Astakhov V.M., Batsylieva O.V., Puz I.V.</b> STUDY OF THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE AND PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PREGNANTS WITH A HISTORY OF PERINATAL LOSSES.....	259
<b>Vdovichenko O.V., Asieieva Yu.O., Ponianska D.O.</b> FEATURES OF PERCEPTION OF THE QUALITY OF LIFE AND SOCIAL CONSEQUENCES OF DEPRESSIVE DISORDERS DURING MARTIAL STATE.....	266
<b>Timchenko M.V.</b> PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF THE EMOTIONAL AND VOCATIONAL SPHERE OF THE PERSONALITY WITH THE HELP OF BREATHING EXERCISES WITHIN THE LIMITS OF THE HALOTHERAPY METHOD.....	271
A NEW TYPE OF SCIENTIFIC SERVICES.....	277

## СЕКЦІЯ 1 ТЕОРІЯ ТА ІСТОРІЯ СОЦІОЛОГІЇ

### (МЕТА)(ПОСТ)МОДЕРНІЗАЦІЯ КОНСТРУКТИВІСТСЬКОГО СТРУКТУРАЛІЗМУ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ МАСОВОЇ КУЛЬТУРИ: ТЕОРЕТИЧНА ІНТЕРПРЕТАЦІЯ ТА МЕТОДОЛОГІЧНА ТРАНСПЛАНТАЦІЯ

### (META-)(POST-) MODERNIZATION OF CONSTRUCTIVIST STRUCTURALISM FOR THE STUDY OF MASS CULTURE: THEORETICAL INTERPRETATION AND METHODOLOGICAL TRANSPLANTATION

У статті чиниться спроба теоретичної інтерпретації конструктивістського структуралізму П'єра Бурдьє з подальшим його концептуальним доповненням для вивчення феноменів масової культури та мистецтва. Спочатку автори переглядають саму структуру поля, розділяючи поле культурного виробництва, поле культурного споживання та поле трансляції. За допомогою концепції Олександра Голікова автори виокремлюють практики створення культурних продуктів і практики фабрикації культурних продуктів, тим самим виділяють субполя створення та фабрикації. Автори не відмовляються від використання категорії «виробництво» (production), а пропонують звертатися до неї як до збірної категорії для позначення як практик створення, так і практик фабрикації. Далі проводиться концептуальний аналіз полів із виділенням основних їхніх характеристик, розкритих за допомогою понять та ідей інших теоретиків соціології. Серед виокремлених авторами характеристик полів створення та фабрикації – агенти виробництва, простір оцінювання, споживачі, характер виробництва, символічний матеріал, інструменти виробництва, форма продукту, інструменти трансляції. Характеристики поля розглядаються крізь призму постструктуралізму: концепції інтертекстуальності та «смерті автора» Ролана Барта, концепції письма та читання Юлії Крістевої, концепції пастишу та пародії Фредеріка Джеймсона. У результаті презентується авторська компаративна модель характеристик субполя створення та субполя фабрикації, що ілюстративно представлена у формі таблиці.

**Ключові слова:** конструктивістський структуралізм, постструктуралізм, поле

культурного виробництва, поле культурного споживання, масова культура.

The article attempts a theoretical interpretation of Pierre Bourdieu's constructivist structuralism with its subsequent conceptual addition for studying the phenomena of mass culture and art. First, the authors review the very structure of the field, dividing the field of cultural production, the field of cultural consumption, and the field of transmission. Using the concept of Oleksandr Golikov, the authors separate the practices of creating cultural products and the practices of fabricating cultural products, thereby distinguishing the subfields of creation and fabrication. The authors do not abandon the use of the category "production", but propose to refer to it as a collective category to denote both the practices of creation and the practices of fabrication. Next, a conceptual analysis of the fields is carried out, with the selection of their main characteristics revealed with the help of concepts and ideas of other theorists of sociology. Among the characteristics of fields of creation and fields of fabrication highlighted by the authors are production agents, evaluation space, consumers, nature of production, symbolic material, production tools, product form and translation tools. The characteristics of the field are considered through the prism of poststructuralism: the concepts of intertextuality and the "death of the author" by Roland Barthes, the concepts of writing and reading by Julia Kristeva, the concepts of pastiche and parody by Frederic Jameson. As a result, the author's comparative model of the characteristics of the subfield of creation and the subfield of fabrication is presented, which is illustratively presented as a table.

**Key words:** constructivist structuralism, post-structuralism, field of cultural production, field of cultural consumption, mass culture.

УДК 316.7  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.1>

**Семірненко К.Ю.**  
магістр соціології, випускниця  
соціологічного факультету  
Харківський національний університет  
імені В.Н. Каразіна

**Бойко Д.М.**  
к.соціол.н.,  
старший викладач кафедри  
політичної соціології  
Харківський національний університет  
імені В.Н. Каразіна

Конструктивістський структуралізм П'єра Бурдьє заслужено став фундаментальним теоретико-методологічним підходом у соціологічному вивченні масової культури, питань виробництва та трансляції культурних продуктів. Проте за останні десятиліття об'єкт дослідження змінився досить сильно (стрімкий розвиток і поширення технологій AI, феномен NFT тощо), щоб викликати потребу в (мета)(пост) модернізації теорії, яка встигла стати класич-

ною. Для цього пропонуємо конкретизувати та доповнити модель поля культурного виробництва, запропоновану П. Бурдьє, концептами та концепціями вітчизняних (О. Голіков), європейських (Р. Барт, Ю. Крістева) й американських (Ф. Джеймсон) авторів.

**Метою** статті є реінтерпретація та доповнення теоретичної моделі поля культурного виробництва та поля культурного споживання (П. Бурдьє).

Поле виробництва та звернення символічних благ визначається як система об'єктивних відносин між різними інстанціями, що характеризуються функцією, яку вони виконують у розподілі праці з виробництва, відтворення та поширення символічних благ [1]. За П. Бурдьє, поле виробництва зобов'язане власною структурою, більш-менш окресленою залежно від галузі культури чи науки, опозиції між, з одного боку, полем обмеженого виробництва як системою, що виробляє символічні блага (і засоби присвоєння цих благ), об'єктивно призначені (принаймні на короткий термін) для кола виробників, і, з іншого боку, полем масового виробництва, організованого специфічним чином з метою виробництва символічних благ, призначених для невиробників («масова публіка»), які можуть рекрутуватися як з інтелектуальних верств панівного класу («освічена публіка»), так і з інших соціальних класів.

На відміну від поля масового виробництва, що підпорядковується закону конкурентної боротьби за завоювання якомога ширшого ринку, поле обмеженого виробництва прагне самостійно створювати свої норми виробництва та критерії оцінки своєї продукції, воно підпорядковується закону конкурентної боротьби за суто культурне визнання з боку колег, які є водночас клієнтами та конкурентами. Більша увага в роботах П. Бурдьє приділена розгляду саме поля обмеженого виробництва. Ми ж у цій роботі маємо намір більш детально зупинитися на розгляді поля масового виробництва. Проте для цього ми насамперед маємо показати місце поля масового виробництва у структурі поля культурного виробництва.

Перше, що ми маємо зробити, – звернути увагу на обережність використання *signe et signifié*. Важливо, на нашу думку, звернути увагу на відмінність значень понять «створення» (*creation*), «виробництво» (*production*) і «фабрикація» (*fabrication*). Так, на нашу думку, недоцільно використовувати категорію «виробництво», коли ми ведемо мову про те, що П. Бурдьє назвав «полем обмеженого виробництва». Адже «виробництво» – категорія, що позбавлена знаменника «творчості». Так, на нашу думку, доцільніше номінувати це поле саме «полем створення» (*the field of creation*). Своєю чергою, на нашу думку, є сенс уточнення категорії «поле масового виробництва». Тож ми б віддали перевагу саме категорії «поле фабрикації» (*the field of fabrication*).

Евристичний потенціал цієї категорії продемонстрував О. Голіков у монографії «Фабрикація порядку. Знання в конституюванні соціального» [2]. За його словами, категорія імпліцитно відсилає до індустріально-конвеєрних образів; також «фабрикація» «<...> передбачає участь фігури конвеєрного робітника, який стоїть біля

конвеєра й озвнішнює інкорпоровані структури, деінде реїфікуючи (уречевлюючи) удавано суто суб'єктні та суб'єктивні інтенції, але насправді беручи участь у незалежному від нього (але не існуючому без його участі) дюркгейміанському фактичному для нього процесі відчуженого виробництва; фігура робітника «знімає» проблематику акторності та структурності, адже тоді питання свободи волі та діяння стає суто метафізичним і відірваним від реального соціального» [2, с. 11]. Особливо ми наполягаємо на використанні категорії «фабрикації» в описі відповідних процесів суспільства постмодерну (пізнього модерну, плинної сучасності тощо). Попри можливий аргумент, що використання категорії «фабрикації» для описання якісно нових процесів у суспільстві – це «псевдонаукове жонгливання термінами», ми, як носії слов'янських мов, хочемо звернути увагу на особливий конотат, що має цей термін у слов'янських мовах, а саме «фальсифікація». Так, фальсифікація, з одного боку, може розглядатись як окремий випадок фабрикації. З іншого боку, фальсифікація як свідоме спотворення об'єкта / події чи даних про них є однією з характеристик пастишу – продукту (постмодерну).

В описі полів ми будемо відштовхуватися саме від поля культурного виробництва. Попри конотацію, що існує у «виробництва» (а саме індустріальний присмак, що наближає до категорії «фабрикація»), виробництво може бути «збірною категорією» для позначення процесів і створення, і фабрикації. Поле культурного виробництва містить низку полів (поле літератури, поле образотворчого мистецтва, поле науки тощо), у кожному з яких можна виділити субполя – субполе створення та субполе фабрикації. Паралельно з полем культурного виробництва (у метафоричному сенсі цього слова) існує поле культурного споживання. Воно містить низку тотожних полів (поле літератури, поле образотворчого мистецтва, поле музики тощо). Своєю чергою, вони також містять субполе (споживання продуктів) створення та субполе (споживання продуктів) фабрикації. Важливо зазначити, що категорія «продукт» у цьому сенсі означає певну предметність, створену людиною (або за участі людини). Поле, що проходить наскрізь поля культурного виробництва та культурного споживання, – це поле трансляції. Усе, що лежить у межах субполя фабрикації та субполя (споживання продуктів) фабрикації, а також поля трансляції, є полем масової культури. Зараз ми опишемо деякі запоруки фабрикації та трансляції продуктів масової культури постмодерного суспільства.

*Агенти виробництва.* У процесі фабрикації культурних продуктів автор є *the first, but the least*. За словами Ролана Барта, у написанні

знищується всяке поняття про голос, про джерело; письмо – це та область невизначеності, неоднорідності й ухильності, де губляться сліди нашої суб'єктивності, чорно-білий лабиринт, де зникає всяка самототожність, і передусім тілесна тотожність того, хто пише [3]. Текст, за Р. Бартом, є не лінійний ланцюжок слів, що виражають єдиний, начебто теологічний зміст («повідомлення» Автора-Бога), а багатовимірний простір, де поєднуються та сперечаються один з одним різні види письма, жоден із яких не є вихідним; текст витканий із цитат, що відсилають до тисяч культурних джерел. Так, Р. Барт виступає проти методу читання та критики, який спирається на аспекти особистості автора, щоб отримати сенс із його роботи. За Р. Бартом, автор продукту, що створений фабрикацією, є знеособленим, а значущість його габітусу нівелюється, тим самим змушує зректись тексту одразу після його видання. Текст буде існувати й без нього, набуваючи нових змістів і форм.

*Простір оцінювання.* До ідей Р. Барта ми повернемося згодом, розглядаючи категорію «інтертексту». Щоб краще зрозуміти різність агентів виробництва в субполі створення та субполі фабрикації, звернемо увагу на відсутність необхідності «фаховості» для фабрикації культурних продуктів. Інакше кажучи, легітимація порога входу в субполе створення формується саме в цьому полі (що є, як ми зазначили раніше, елітарним). «Парнас» (метафора, яку ми використовуємо на позначення, по-перше, висоти порога, по-друге, «сакральності» у її дюркгеймівському сенсі протиставлення «профанності», по-третє, систему взаємодії агентів) є простором оцінювання та легітимації продуктів субполя створення. Парнасу протистоїть Ринок. У контексті ринку нас зараз мало цікавить категорія конкуренції, важливе інше: для фабрикації культурних продуктів досить володіти мінімальними інструментами, продиктованими ринком. Тож агентами фабрикації можуть бути як агенти субполя створення, так і «всі інші». Інакше кажучи, митці та не митці. Отже, «ті, що фабрикують», з одного боку, є представниками «виробничої маси» (на противагу персоніфікованим творцям). З іншого боку, постмодерн усіма силами «ховає автора», тим самим маскує та нівелює значущість фігури автора відповідно до тексту. Відповідно до вищезазначеного, можна сказати, що фігура автора в субполі фабрикації (на відміну від субполя створення) є такою, якою можна знехтувати.

*Характер виробництва.* Так, спираючись на вищезазначене, можемо констатувати, що характер виробництва в межах субполя фабрикації є, зрозуміло, масовим, тоді як у субполі створення – персоналізованим. Брунькування як самовідтворення продуктів поля масової

культури, з одного боку, лежить в основі його функціонування, з іншого – потребує (та залучає) нових «тих, хто фабрикує».

*Споживачі.* Хоча в межах статті ми не ставили завдання розглянути логіку субполя споживання продуктів фабрикації, тут, на нашу думку, варто звернути увагу на деяку дзеркальність процесів, що стосуються споживання, порівняно із самою фабрикацією. Справжніми споживачами продуктів субполя створення можуть бути саме представники Парнасу, тоді як продукти фабрикації «доступні» усім. Тож як характер виробництва (масовий) у субполі фабрикації відповідає характеру споживання (масовому), так і виробник, і споживач є *man on the street*.

*Символічний матеріал виробництва.* Тепер, спираючись на все, зазначене вище, та для опису інструментів фабрикації та її продукту (колажу), ми маємо звернути увагу на символічний матеріал, який використовує(ться) для його створення. За словами Ю. Крістєвої [4], будь-який текст є насамперед «мозаїкою цитат» (тут не варто шукати жодного новаторства). Текст – це не що інше, як асиміляція й об'єднання інших текстів у єдиний текст. А інтертекстуальність (категорія, яку ввела Ю. Крістєва (не без допомоги М. Бахтіна) для характеристики постмодерного тексту) – це не просто «наслідування» попередніх текстів автором або читачем у свідомий спосіб, а отримання нових текстів на основі раніше написаних, «вимовлених» і в основному сконструйованих смислових процесів. У підході Ю. Крістєвої до інтертекстуальності виділяють три поняття: 1) письменник (автор); 2) письменна людина (ідеальний читач); 3) зовнішні (вторинні) чинники.

Ці три явища, згідно з Ю. Крістєвою [4, с. 36], перетинаються одне з одним горизонтально та вертикально у процесах написання, створення, читання й отримання (продукту). Тут і автор тексту, і особа, яка читає текст, використовують попередні тексти, які вони прочитали, і встановлюють власний світ смислів. Попередні тексти залишають «сліди» на новому тексті. Новий текст розширюється й отримує новий вимір із попереднім набором прихованих «екземплярів».

Оскільки світ смислів побудований у формі інтертекстуальної артикуляції, будь-який текст також можна читати з різних поглядів. Кожна перспектива відповідає поверхні (*surface*) у тексті, її ступеню значення. Вищезгаданий Ролан Барт стверджував, що ми можемо читати будь-який візуальний чи письмовий текст із кількох позицій, наприклад, ідеологічної, ґендерної чи міфологічної. Коли ми підходимо до тексту з будь-якої позиції, ми стикаємося з поверхнею значення, яку (по)бачить ця перспектива.

Іншим поняттям, на яке вказує такий підхід, є полісемічна структура тексту, що допускає багаторазове прочитання, її створюють як автор, так і читач. Дух епохи (так званий *Zeitgeist*) накладає відбиток на всі процеси інтерпретації обох сторін (письменник-творець і читач, що сприймає). Структура формується відповідно до вимог часу: вона або залишається суто формальною, або трактується як невіддільна частина змісту. Якщо її розглядати як невіддільну частину змісту, вона відображається в гармонії з основним повідомленням тексту [4, с. 37]. Коли вона залишається лише формальною – стає незалежною від повідомлення. Перший варіант є основною структурою модерністського нарративу, а другий – постмодерної інтертекстуальності. У модерному нарративі інтертекстуальні переходи та метафікція використовуються для спотворення вимислу.

Постмодерністська орієнтація, з іншого боку, робить цитати лише з відчуттям «взятості» (навіть не запозичення), зводячи їх до суто формальних елементів. Постмодерний нарратив прагне створити естетизований ігровий світ із метафікцією. Автор прагне запобігти захопленню читача потоком змісту через метафікцію, завдяки чому читач, який перебуває в конфлікті між об'єктивною реальністю та вигадкою, відчуває панування письменника у світі слів.

Мова естетизованого світу не поглинає попередні тексти й не розглядає їх як структурні елементи нового «утопічного» нарративу, а робить їх важливою частиною світу видовища, змушує їх говорити мертвою мовою з маскою. Сміслові світи й образи попередніх текстів випорожнюються та зводяться до суто формальних матеріалів, «декоративних» елементів. Так інтертекст (ста)є символічним матеріалом для фабрикації.

*Інструменти виробництва.* Під час розгляду інструментів виробництва культурних продуктів ми (за замовчуванням) зазначаємо, що для створення використовуються інструменти, створені та легітимовані в межах поля створення, тоді як для фабрикації використовуються «інструменти ринку». Коротко розглянемо певну логіку (різницю) створення тих та інших продуктів, спираючись на концептуальні розробки Ф. Джеймсона: «<...> і пастиш, і пародія включають імітацію, або, краще сказати, мімікрію під інші стилі й особливо під різні типи маньєризму та стилістичні надмірності останніх; це імітація одиничного чи унікального стилю, носіння стилістичної маски, мова мертвою мовою» [5, с. 27]. Тож обидві концепції обов'язково вимагають попереднього тексту. Проте пародія обіграє унікальність стилів, що вже створені, схоплюючи їхню ідіосинкразію й ексцентричність, щоб зробити імітацію, яка осміює свій оригінал. Загальний

ефект пародії (що притаманна субполю створення) полягає в тому, щоб висміяти особливості цих стилістичних маньєризмів, їхню ексцесивність і ексцентричність у порівнянні з тим, як люди зазвичай говорять або пишуть. По той бік будь-якої пародії залишається почуття, що існує якась мовна норма, через контраст із якою можна «передражнювати» великих модерністів. У пародії попередній текст може поширюватися на весь твір, а може бути розміщений частково. Але зв'язність і безперервність змісту завжди зберігаються в отриманому тексті. Проте пародія передбачає існування лінгвістичної норми, загалом норми, у порівнянні з якою можна порівняти свій продукт. За Ф. Джеймсоном, аби створити пародію – потрібно мати відчуття гумору, тоді як пастиш – це пародія, яка його втратила.

І хоча Ф. Джеймсон залишає пародію модерну, зазначає, що пародія стає неможливою в постмодерні, ми все ж, розглядаючи постмодерне суспільство та говорячи про (глобальний) кінець індивідуалізму, залишаємо цей індивідуалізм полю створення як аулу модерну в суспільстві постмодерну. Так, конструювання індивідуального стилю, попри сильний натиск масового культурного виробництва, усе ж відбувається, проте в мізерних масштабах (залишаючись Парнасом). Але повернемося до «масового», за Ф. Джеймсоном, «масовий» суб'єкт естетичного виробництва (фабрикації) виявляється в новому суспільстві в незвичайному становищі: стара естетична система може бути реалізована, а нова може бути створена. Крах індивідуалізму знищує саму можливість створення чогось нового, оскільки не уявляється реальним створити щось унікальне та неповторне без наявності власного інструментарію, адже попри розвиток технологій та їхнє поширення (як продукт глобалізації), ці «інструменти» є ринковими, тобто такими, що відтворюють логіку функціонування (та потреби) самого ринку. Водночас актуальне поле створення, намагаючись дистанціюватися від поля фабрикації для збереження «ідентичності поля», не ділиться інструментарієм із ним. Так, творці, що фабрикують у межах субполя фабрикації, не використовують інструменти субполя створення для фабрикації (знову ж, з метою «збереження ідентичності субполя створення»). Отже, усе, що залишається «тим, хто фабрикує», – комбінувати вже наявні елементи, (не) усвідомлюючи обмеженість комбінацій. Звідси впливає, що, наприклад, масове мистецтво не має іншої історії, окрім тієї, яку йому нав'язують технічні зміни та закони конкурентної боротьби.

*Форма продукту.* Спираючись на вищезазначений опис складових частин субполя створення та субполя споживання, важливо

передусім пояснити метафору «ладан», що ми вживаємо для опису форми продукту субполя створення. Так, ладан можна вважати «сакральною смолою», що виготовляється з декількох видів дерева (окрім того, сакралізується процес її створення). Тож метафора ладану, на нашу думку, відображає суть продукту субполя створення. Інакше кажучи, ладан передбачає створення з використанням інших текстів, проте ці тексти самі є непостмодерними, зокрема вони мають автора, мають (впізнавані) стиль і форму. На противагу ладану, колаж – це форма масової аплікації. У перекладі із французької “collage” – «наклеювати». Проте (як і в межах загальноприйнятої конотації) «колаж» – це і форма продукту, що створюється «наклеюванням».

Проте ми все ж розглядаємо «колаж» (як і ладан) як метафоричну форму продуктів субполя фабрикації, яка вказує на еkleктичність наповнення. Це зумовлено тим, що колаж як форма застосовувався і за часів модерну. Так, тут доречно згадати роботи Пабло Пікассо чи Жоржа Брака, а загалом – кубізму як феномену модерну. Проте модерністський колаж, хоч і складений із спочатку непорівнянних образів, проте завжди об'єднаний у деяке ціле загальною одноманітністю техніки: він намальований у тому самому стилі тим же матеріалом (олією) і аранжований як добре врівноважена та продумана композиція. Модерністський колаж передає глядачеві відчуття єдності: він ніби бачить ту саму річ водночас із різних точок зору. У постмодерному колажі, навпаки, різні фрагменти предметів, зібрані на полотні, залишаються незмінними, нетрансформованими в єдине ціле. Отже, постмодерний колаж можна розглядати як продукт, що створюється з інтертексту за допомогою пастишу, який створюється масами для мас і легітимізується й оцінюється ринком.

*Інструменти трансляції.* Якщо попередньо, розглядаючи інструменти виробництва продуктів фабрикації, ми окреслили деяку обмеженість у використанні інструментів створення для субполя фабрикації, то інакші справи з інструментами трансляції. Так, нові смисли та форми, що актуалізуються в суспільстві постмодерну в межах субполя створення, намагаючись зберегти свою ідентичність, залишаються здебільшого «закритими» перед обличчям субполя фабрикації. Інакше це відбувається з інструментами трансляції: субполе

фабрикації користується як інструментами, виробленими та легітимованими в межах субполя створення, так і інструментами ринку.

Як висновок пропонуємо лаконічно та наглядно зобразити описані вище характеристики поля в таблиці 1.

Таблиця 1

**Характеристики субполя створення та субполя фабрикації**

	<b>Створення</b>	<b>Фабрикація</b>
Агенти виробництва	Митці	Митці, не митці
Простір оцінювання	Парнас	Ринок
Споживач	Митці	Митці, не митці
Х-р виробництва	Персоналізований	Масовий
Символічний матеріал	Текст	Інтертекст
Інструменти виробництва	Інструменти, створені та легітимовані в межах поля (інструменти для себе); пародія (як один із таких інструментів)	Інструменти ринку; пастиш (як один із таких інструментів)
Форма продукту	Ладан	Колаж
Інструменти трансляції	Інструменти, створені та легітимовані в полі	Інструменти, створені та легітимовані в полі створення; інструменти ринку.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Bourdieu P. The field of cultural production: Essays on art and literature. New York : Columbia University Press, 1993. 322 p.
2. Голиков О. Фабрикація порядку. Знання в конституюванні соціального : монографія. Харків : ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2018. 592 с.
3. Barthes R. L'Aventure sémiologique. Éditions du Seuil. Paris, 1985. 358 p.
4. Kristeva J. Desire in Language: A Semiotic Approach to Literature and Art. *Poetics Today*. 1982. Vol. 3. № 4. 193 p.
5. Jameson F. Postmodernism and Consumer Society. *Postmodern Debates*. London, 2001. P. 22–36. DOI: 10.1057/978-1-137-04505-8\_3 (дата звернення: 09.07.2023).

## СЕКЦІЯ 2

### СОЦІАЛЬНІ СТРУКТУРИ ТА СОЦІАЛЬНІ ВІДНОСИНИ

#### ІНТЕГРАЛЬНІ ІНДЕКСИ ОЦІНКИ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ

#### INTEGRAL INDICES FOR ASSESSING THE SOCIO-PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF THE ELDERLY

У статті здійснено аналіз проблем соціально-психологічного благополуччя людей похилого віку, які стикаються з низкою труднощів і нерозумінням навколишнього світу, при переході на наступний рівень розвитку, відповідно, це змушує людину руйнувати наявну захисну структуру. Людина стає вразливою і чутливою, набуває здатності поступово пристосовуватися до навколишніх умов. Цей перехід може тривати кілька років. Подолавши його, ми потрапляємо в тривалий період стабільності й відносного спокою, набуваючи почуття рівноваги. Усе, що відбувається на певних етапах у житті людей, наприклад, закінчення навчального закладу, вступ у шлюб або ж розірвання шлюбу, народження дитини, отримання або втрата роботи, впливає на соціальне та психологічне благополуччя людей. Ці визначні події є етапами нашого життя. Однак ступінь розвитку визначається змінами особистості в ці перехідні моменти. Особистість володіє прихованою тенденцією до зміни, яка реалізується під впливом знаменних подій. Вік являє собою багатство життєвого досвіду, який формує індивіда й те, ким він надалі стає. У міру дорослішання людей багато аспектів життя змінюється, наприклад, оточення, соціальний контекст, сім'я, здоров'я. З віком збільшується психічна, фізична, соціальна й фінансова вразливість.

Люди похилого віку та їхні сім'ї можуть відчувати різні фінансові проблеми з доступом до медичної допомоги й ресурсів для придбання ліків з метою забезпечення свого здоров'я. Численні проблеми похилого віку можуть призвести до депресії та тривоги, до них належать вирішення проблем з фізичним здоров'ям, фінансові труднощі, ізоляція, догляд за чоловіком або дружиною з фізичними вадами, утрата коханої людини й конфлікти з членами сім'ї. Важливо відзначити, що для людей похилого віку має велике значення отримувати належну медичну допомогу та соціальну підтримку. Отже, здоров'я людини насамперед характеризується її психологічним станом, висока стресостійкість, емоційна насиченість і позитивне ставлення до життя є складниками хорошого психологічного самопочуття людей похилого віку.

**Ключові слова:** похилий вік, соціально-психологічне благополуччя, соціальні взаємодії,

соціальний захист, вікова група, фізичне благополуччя, психічне здоров'я, соціальний капітал.

The article analyzes the problems of socio-psychological well-being of older people, who face a number of difficulties and misunderstanding of the world around them, when moving to the next level of development, respectively, this causes a person to destroy the existing protective structure. A person becomes vulnerable and sensitive, acquires the ability to gradually adapt to environmental conditions. This transition may take several years. Podoplya yoga, we are consumed in a trivial period of stability and perceptible calmness, swelling almost jealously. Everything that enters the singing stages in people's lives, for example, the completion of the initial pledge, enters the club or the opening of the school, the people of the child, or the exodus of work, it all adds up to the social and psychological well-being of people. Tsi vznani podii e stages of our life. However, the degree of development is determined by personality changes in these transitional moments. Personality has a hidden tendency to change, realized under the influence of significant events. Age is a wealth of life experiences that shapes the individual and who he becomes in the future. As people mature, many aspects of life change, such as environment, social context, family, health. Mental, physical, social and financial vulnerability increases with age.

Older people and their families may experience a variety of financial challenges in accessing health care and resources to purchase medicines for their health. The many challenges of old age can lead to depression and anxiety, including coping with physical health problems, financial difficulties, isolation, caring for a physically handicapped husband or wife, loss of a loved one, and conflicts with family members. It is important to note that it is important for older people to receive proper medical care and social support. Consequently, human health is primarily characterized by its psychological state, high stress resistance, emotional richness and a positive attitude towards life are components of good psychological well-being of older people.

**Key words:** advanced age, socio-psychological well-being, social interactions, social protection, age group, physical well-being, mental health, social capital.

УДК 316.346.32-053.9:346.658:303.094.5  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.2>

#### Каретна О.О.

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

#### Яценко М.А.

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

**Постановка проблеми.** З кожним роком кількість людей похилого віку у відсотковому співвідношенні від загальної чисельності людства зростає, це означає, що проблеми,

з якими стикаються люди похилого віку, стають усе більш актуальними для всіх. Проблеми соціально-психологічного благополуччя людей похилого віку полягають у низці



аспектів, таких як самотність і соціальна ізоляція, фінансові труднощі, утрата своєї соціальної ролі, порушення й погіршення здоров'я, а також низька оцінка і ставлення до старіння.

У зв'язку з цим поставлено мету проаналізувати низку аспектів соціально-психологічного благополуччя, з якими стикаються люди похилого віку.

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

Дослідженням проблеми соціально-психологічного благополуччя людей похилого віку займаються представники різних соціально-гуманітарних наук, таких як соціологія, психологія, геронтологія, філософія. Соціологи розглядають періоди соціалізації особистості на різних стадіях її розвитку, оскільки кожен вік має свої особливості, пов'язані з відповідним засвоєнням соціальних норм, ролей, статусів, їх утіленням у конкретних формах соціальної взаємодії та діяльності, наприклад, пізнавально-світоглядні, емоційно-вольові, мотиваційні та практичні форми життєдіяльності, характерні для відповідного віку. До вчених, які досліджують цю проблематику, можна зарахувати Е. Камінзом, У. Генрі, Є. Головаху, П. Сорокіна, І. Мечникова, Г. Костюка, М. Савчина, Е. Еріксона, М. Кухту, І. Мартинюка.

**Виклад основного матеріалу.** Якість життя літніх людей багато в чому залежить від рівня їхнього матеріального забезпечення, доступності та якості надання медичних послуг, соціального захисту, ставлення суспільства й держави до людей похилого віку. Кожен із нас коли-небудь буде літнім, і прожити цей період життя хочеться у відчутті благополуччя. Необхідно створити всі необхідні умови для того, щоб літні люди могли жити повноцінно. Звернення до комплексного системного дослідження початку й перебігу старості зумовлене неспроможністю пояснень, що ґрунтуються на способах установах її чинників і механізмів. Тож доречно розглядати феномен старіння з позиції різних підходів. Це дає змогу зрозуміти специфіку перебігу й вплив цього процесу як в онтологічному (причому як із позиції представників старшої вікової групи, так і з погляду суспільства, соціально-демографічна структура та потреби якого динамічно змінюються), так і в гносеологічному аспектах [1, с. 20].

Старість – це заключний період індивідуального розвитку людини (онтогенезу). Учені давно намагалися достовірніше визначити той вік, коли настає цей період. У давні віки вік 30–40 років був початком старості (після якого жити залишалося років 5–10), а в середні віки цей вік зрушив до 40–50 років. У 19–20 століттях старість відсунулася до 60–70 років. Можна сказати, що час людського життя в період Середньовіччя відчувається як висока цінність, як свого роду дар Бога і долі. Крім того, відчуття тимчасової домінанти підси-

лює акцент короткочасності і тлінності життя [2, с. 75].

За класифікацією ВООЗ, 60–75 років – похилий вік; 75–90 років – старечий вік; особи, які досягли 90 років, – довгожителі. У багатьох розвинених країнах світу за останні десятиріччя значно зросла частка людей похилого віку. Людей похилого віку в усьому світі налічується 700 мільйонів, а це кожна десята людина. Люди похилого віку піддаються дискримінації за віковою ознакою, опиняються за межею бідності, у злиднях, стають жертвами шахраїв. Ця категорія громадян потребує не тільки юридичного, а й фізичного захисту, попри їхні професійні знання, життєву мудрість і досвід. Незахищеність людей похилого віку в суспільстві – глобальна соціальна проблема, яка негативно впливає на здоров'я та тривалість життя літніх людей у всьому світі [3].

Сьогодні для осмислення явищ, пов'язаних зі старінням, дедалі більш характерним стає підхід із використанням досягнень із різних галузей знань, від філософії, соціології до медицини й економіки. Інтерес до проблеми соціального благополуччя людей похилого віку виникає через зміни, що відбуваються в сучасному суспільстві й насамперед у швидкозростаючих тенденціях старіння населення. Згадана тенденція впливає на соціально-економічні системи країн у всьому світі, включаючи ринок праці, доходи, споживчий ринок, а також соціальні фонди, національну політику, законодавство, інфраструктуру, суспільні відносини тощо.

Протягом кінця ХХ – на початку ХХІ століть розуміння сутності соціального благополуччя значно розширилося, а коло проблем і складників, які до нього належать, окреслено більш чітко. Так, крім матеріального добробуту, в соціальне благополуччя вченими включені й такі характеристики життя суспільства, як здоров'я населення, освіта, безпека, свобода, соціальна згуртованість, суб'єктивне відчуття благополуччя тощо, або ж, за іншими підходами, наступні три фундаментальні фактори: матеріальний добробут, здоров'я та безпека, кожен із яких включає більш деталізовані складники. Змістилися й акценти в розгляді соціального благополуччя в бік вивчення його на рівні конкретного індивіда як виробника та споживача благ і послуг [4, с. 11].

Війна в Україні значно змінила й без того тяжке становище людей похилого віку, викликала багато негативних емоцій: страх, розчарування, страждання від самотності. Благополуччя людей є головною соціальною цінністю будь-якого суспільства, а його відсутність є однією з головних проблем, із якими стикаються особи похилого віку. Тому необхідно шукати шляхи досягнення цього почуття для людей, які досягли похилого віку. І тому необ-

хідно зрозуміти, що таке соціальне благополуччя. Під соціальним благополуччям ми розуміємо індивідуальну задоволеність своїм соціальним статусом, добробутом, рівнем і якістю життя, відповідно, можна говорити про те, що благополуччя в похилому віці насамперед пов'язане як зі здоров'ям, так і з якістю життя. У міру дорослішання і набуття зрілості людина вступає в усе більшу кількість соціальних контактів, виконує все більшу кількість соціально-психологічних ролей, відповідно, збільшується відповідальність у різних сферах життя, з'являється безліч різних проблем, із якими не завжди вдається впоратися. На кожному етапі розвитку особистості виникають нормативні й ненормативні кризи, але велика частина ненормативних криз припадає на період старіння людини. Існує своєрідний підхід до оцінювання стану благополуччя: фізичне, соціальне, матеріальне благополуччя. Фізичне благополуччя – це почуття людини, яке характеризується хорошим станом здоров'я. З віком погіршується здоров'я людини, стає більш складно підтримувати самопочуття на високому рівні й ретельно піклуватися про здоров'я. Збільшення кількості платних медичних послуг змушує людей змінити своє ставлення до здоров'я, беручи на себе відповідальність і турботу про своє здоров'я. Фізичне та психічне здоров'я впливають один на одного, оскільки старіння організму призводить до морфологічних і функціональних змін у всіх органах і системах. Про соціальне благополуччя ми можемо говорити в тому випадку, коли людина задоволена своїм соціальним оточенням, соціальним статусом, відчуттям своєї безпеки. З настанням певного віку люди мають обмежені соціальні контакти передусім через своє невелике коло спілкування, а так само нестачу енергії для участі в громадській діяльності, що в деяких випадках призводить до повної соціальної ізоляції. Зниження гнучкості, утрата фізичної форми і вразливості перед хворобами – це основні аспекти, з якими стикаються літні люди, що й призводить до їх ізоляції від інших членів суспільства. Соціальне благополуччя літніх людей залежить від соціальної активності, наявності сім'ї і друзів, позитивних взаємин із ними, задоволеності результатами, яких досягла людина в процесі свого життя. Велика частина опитувань показує, що особи похилого віку відчують себе самотніми, багатьом не вистачає соціальних і тактильних контактів. Подібного роду комунікації належать до соціальних аспектів благополуччя.

Передусім члени сім'ї пропонують емоційну підтримку, інформацію та зв'язки, а також надають своїм членам цінні ресурси, такі як матеріальний достаток, час і послуги. Здоров'я та добробут кожного члена сім'ї залежать

від здоров'я та добробуту їхнього оточення, оскільки ресурси, якими володіють члени сім'ї, і вимоги, які вони висувають, залежать від їхнього здоров'я та функціонування [5].

З кінця 1990-х років у дискурс про соціальну детермінованість здоров'я інтегрується новий концепт – «соціальний капітал». Незважаючи на майже тридцятирічну історію вивчення зв'язку соціального капіталу та здоров'я, це питання залишається дискусійним, тому що відсутній єдиний погляд на сутність і структурні компоненти соціального капіталу. Низка вчених ототожнює соціальний капітал із характеристиками соціальних груп та організацій, інші вивчають соціальний капітал виключно як індивідуальний фактор особистісного розвитку [6, с. 91].

Різні типи індивідуального соціального капіталу неоднаково залучені до продукування ефектів здоров'я. Оскільки на індивідуальному рівні соціальний капітал є відображенням включеності до соціальних мереж, його прийнято розділяти на «згуртовуючий» (bonding), що описує зв'язки між близькими «своїми людьми» (сім'я, друзі), «той, що наводить мости» (bridging), що стосується мереж із більш слабкими зв'язками (колеги, сусіди) [7], і «з'єднуючий» (linking) [8], що зачіпає вертикальні зв'язки між людьми з різних соціальних верств. Володіння згуртовуючим соціальним капіталом дає змогу отримувати соціальну підтримку, тоді як «той, що наводить мости» або «з'єднуючий» капітал дають доступ до інформаційних чи організаційних ресурсів [9, с.45]. Розглядаючи соціальний капітал як колективну характеристику, можна виділити два способи його впливу на здоров'я. Перший пов'язаний із впливом соціальних груп із сильними внутрішніми зв'язками на індивідуальну поведінку у сфері здоров'я. Подібні групи, які володіють ясними нормами взаємності (взаємодопомоги), що розділяються, і високим рівнем довіри, задають (диктують) своїм членам певні стандарти й моделі поведінки в тому числі у сфері здоров'я. Численні емпіричні дослідження професора Гарвардського університету І. Кавачі показали, що люди, які проживають у локальних спільнотах (neighborhoods), що володіють високим ступенем соціальної інтеграції, значною мірою схильні дотримуватися декларованих лідерами та схвалюваних членами спільноти норм самозберігаючої поведінки [10].

Крім того, високий рівень групової згуртованості дає змогу ефективно використовувати неформальні санкції в разі реалізації членами групи девіантної поведінки, знижуючи цим й індивідуальні, і соціальні ризики здоров'ю [11].

Коли людина старіє, суспільство й сім'я перестають виявляти до неї належну увагу,

а часом і повагу, тим самим позбавляє її певної ролі, і не помічає, як змінює її статус. Ця ситуація дуже пригнічує людей похилого віку, часто негативно впливає на психологічну й соціальну стабільність. Повсякденне одноманітне життя цієї категорії не є виконанням будь-якої ролі. Таке ставлення навколишніх викликає депресії та тривогу, оскільки літні відчувають свою непотрібність, соціальну незатребуваність. Більшість життєвих завдань виконано, відповідальність зменшується, залежність зростає. Ці втрати пов'язані з хворобами й фізичним нездужанням [12, с. 95]. Люди похилого віку, які не мають сімейних зв'язків, схильні до депресії й самотності, хоча існують і винятки: деякі люди за наявності сім'ї теж відчувають почуття самотності, оскільки вважають, що вони є тягарем для неї. Матеріальне благополуччя може характеризуватися задоволеністю людини кількістю і якістю наявних у неї матеріальних благ. Матеріальне благополуччя осіб похилого віку в основному вимірюється наявністю рухомого й нерухомого майна. Якщо люди похилого віку будуть здатні купувати необхідні для життя товари та послуги, то вони будуть задоволені своїм матеріальним становищем. Для забезпечення соціального благополуччя літніх громадян позначені перспективні напрями соціальної роботи:

Можна зробити **висновок**, що для забезпечення соціального благополуччя людей похилого віку суспільство має організувати систему професійної перепідготовки для людей цієї категорії, це пов'язано з потребами професійного середовища, що швидко змінюються. Люди пенсійного віку цілком здатні опанувати нові професійні навички, інформаційні технології. На жаль, сучасне суспільство відмовляється від наявного в більшості людей похилого віку досвіду, відточених навичок і вмінь у певних професійних сферах.

Люди старшого покоління із задоволенням займаються творчістю, беруть участь у самодіяльному й театральному мистецтві. Тому варто стимулювати творчу самореалізацію людей похилого віку. Потрібно заохочувати, створювати певні організації, які можна відвідувати, у яких можна розкривати свої творчі погляди та ділитися ними з навколишніми.

Треба взяти приклад із європейських країн і створити умови екскурсійно-туристичного життя. У ході свого активного трудового життя люди похилого віку не завжди мали можливість долучитися до культурно-історичної спадщини. І, перебуваючи на заслуженому відпо-

чинку, вони можуть присвятити час розширенню свого культурного кругозору.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Проблема старіння: філософський і соціологічний підходи / М.П. Кухта, І.О. Мартинюк. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практик*. 2019. Вип. 83. С. 19–27.
2. Еволюція правових поглядів на феномен старіння від часів Стародавнього світу до сьогодення / О.В. Гаєвая, Л.В. Перевалова, Г.М. Гаряєва. *Підприємництво, господарство і право*. 2021. № 2. С. 75–79.
3. Ясинська Е. Ставлення суспільства до людей похилого віку – запорука стабільності та процвітання всього соціуму. URL: <https://www.bsmu.edu.ua/blog/stavlennya-suspilstva-do-lyudej-pohylogo-viku-zaporuka-stabilnosti-ta-proczvitannya-vsogo-socziumu/>.
4. Соціальне благополуччя та його роль в системі громадського здоров'я / В.В. М'ясоєдов, В.А. Огнев, І.А. Чухно, Н.М. Мартиненко. *Громадське здоров'я в Україні: проблеми та способи їх вирішення* : матеріали II Науково-практичної конференції з міжнародною участю 24 жовтня Харків 2019 року. Харків, 2019. С. 11–22. URL: <http://repo.knmu.edu.ua/bitstream.pdf>.
5. Waite, Linda, and Aniruddha Das. Families Social Life and Well-Being at Older Ages. *Demography*. 2010. № 47. С. 87–109.
6. Яценко М.А. Освіта як фактор розвитку соціального капіталу. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. Запоріжжя : Класичний приватний університет, 2019. Вип. 81. С. 90–98. URL: <http://soctech-journal.kpu.zp.ua/archive/2019/81/11.pdf>.
7. Community organizing. Building social capital as a development strategy / R. Gittel, A. Vidal. California : SAGE Publications, 1998. 206 p.
8. Health by association? Social capital, social theory, and the political economy of public health / S. Szreter, M. Woolcock. *International journal of epidemiology*. 2004. Vol. 33. № 4. P. 650–667.
9. Соціологічні методи дослідження суїцидальної поведінки в юнацькому віці / Є.Я. Прохоренко, М.А. Яценко. *Габітус*. 2023. № 46. С. 42–46. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2023/46-2023/5.pdf>.
10. Neighborhoods and Health / I. Kawachi, L.F. Berkman. New York : Oxford University Press, 2003. 368 p.
11. Social capital and self-rated health: a contextual analysis / I. Kawachi, B.P. Kennedy, R. Glass. *American journal of public health*. 1999. Vol. 89. № 8. P. 1187–1193.
12. Каретна О.О. Проблеми соціально-психологічної адаптації літніх людей у сучасному суспільстві. *Особистість та суспільство в цифрову еру: психологічний вимір (до 25-річчя Національного університету «Одеська юридична академія» та 175-річчя Одеської школи права)* : матеріали III Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Одеса, 24 черв. 2022 р.). Одеса, 2022. С. 94–97. URL: <https://hdl.handle.net/11300/18037>.

## СЕПАРАТИЗМ В УКРАЇНІ: КОРЕНІ

### SEPARATISM IN UKRAINE: THE ROOTS

У статті на основі аналізу емпіричних матеріалів та аналітичних досліджень вітчизняних і зарубіжних науковців розглядається проблематика соціальних коренів регіоналістичних і сепаратистських рухів у сучасному українському суспільстві. Вони поділяються на три основні групи. До першої з них належать об'єктивні, властиві самій природі українського соціуму. Вони спричинені неоднорідністю суспільного простору, наявністю істотних відмінностей між різними регіонами країни, які не лише склалися історично, а й, особливо у південно-східній частині країни, були результатом політики внутрішнього колоніалізму, практикованої в російській імперії і продовженої в радянські часи. Ці відмінності виражалися в соціально-економічних і соціокультурних характеристиках регіонів і мали продовження в соціополітичних орієнтаціях населення, спрямованих на «повернення» до неоімперського російського простору, з одного боку, і на європейський цивілізаційний вибір – з іншого. Друга група – це спровоковані свідомими впливами зовнішніх і внутрішніх акторів, зокрема політичних діячів і різного роду громадських активістів. Частина з них відкрито діяла на користь північно-східного сусіда і сприяла втягненню в орбіту його впливу України, а частина, не усвідомлюючи повністю можливих результатів своїх дій, переймалася збереженням української ідентичності, її захистом перед загрозами «руського мира». До третьої із цих груп варто зарахувати чинники, викликані недопрацюваннями владних структур і суспільних еліт як центральної, так і місцевої влади, головно неефективністю їхнього реагування на загрози єдності суспільства.

У статті, по-перше, акцентується на комплексності й взаємозумовленості цих груп коренів відцентрових рухів, по-друге, на їхній наявності, хоча й у різних формах і в різних масштабах, у різних регіонах країни. Цей факт варто враховувати для нейтралізації такого роду регіоналістичних і відверто сепаратистських рухів і реінтеграції країни. Цілком очевидним шляхом для цього має стати відновлення довіри громадян до діяльності й державної влади, і структур громадянського суспільства, їх консолідація навколо ідеї єдності країни.

**Ключові слова:** регіоналізм, відцентрові рухи, сепаратизм, соціальні корені, соціальна довіра, дефрагментація.

The article, based on the analysis of empirical materials and analytical studies of domestic and foreign scientists, examines the problematic of the social roots of regionalist and separatist movements in modern Ukrainian society. These social roots are divided into three main groups. The first of them includes the objective ones inherent in the very nature of Ukrainian society. They are caused by the heterogeneity of the social space, the presence of significant differences between different regions of the country, which not only developed historically, but also, especially in the southeastern part of the country, were the result of the policy of internal colonialism practiced in the Russian Empire and continued in Soviet times. These differences were expressed in the socio-economic and socio-cultural characteristics of the regions and were continued in the socio-political orientations of the population aimed at "returning" to the neo-imperial Russian space, on the one hand, and the European civilizational choice, on the other. The second group is provoked by the conscious influence of external and internal actors, in particular political figures and various kinds of public activists. Some of them openly acted in favor of the north-eastern neighbor and helped to bring Ukraine into the orbit of its influence, while some, not fully realizing the possible results of their actions, were preoccupied with preserving Ukrainian identity and protecting it from the threats of the "Russian world". The third of these groups should include factors caused by the malfunctioning of power structures and social elites, both central and local authorities, mainly by the ineffectiveness of their response to threats to the unity of society.

The article, firstly, focuses on the complexity and interconnectedness of these groups of roots of centrifugal movements, and secondly, on their presence, albeit in different forms and on different scales, in different regions of the country. This fact should be taken into account for the neutralization of this kind of regionalist and frankly separatist movements and the reintegration of the country. The most obvious way to do this should be the restoration of citizens' trust in the activities of both state authorities and civil society structures, their consolidation around the idea of the country's unity.

**Key words:** regionalism, centrifugal movements, separatism, social roots, consolidation, social trust, defragmentation.

УДК 316.334.3(321.7)  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.3>

**Климанська Л.Д.**

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

**Савка В.Є.**

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

**Постановка проблеми.** Протидія російській військовій агресії проти України потребує від соціологів комплексної оцінки готовності всього суспільства до боротьби. Вона неможлива без аналізу його соціального потенціалу, сформованого в тому числі процесами, які відбувалися в різноманітних соціальних середовищах України ще задовго до початку військових дій. Визначення суперечностей і ризиків, закорінених у самому українському суспільстві, а отже, таких, що впливають на формування та реалізацію його потенціалу, потребує особли-

вої уваги. Усі ці явища навіть частково послугували певними тригерами, які спровокували агресора до нападу, створивши в нього ілюзію внутрішнього розколу українського соціуму. Саме тому аналіз соціальної зумовленості процесів, які відбуваються в різних регіонах України, зокрема пов'язаних із проявами сепаратизму, має високий ступінь актуальності.

**Аналіз досліджень і публікацій.** Масштабні соціологічні дослідження в галузі регіоналістики та сепаратистських рухів з'явилися в Україні в кінці минулого століття. Їх актуалі-

зували, з одного боку, загострення проблем, породжених істотними відмінностями самих регіонів, з іншого – спроби спекулювання на цих проблемах російських і частини місцевих (проросійських) політиків.

Значний емпіричний матеріал для аналізу регіональних проблем українського суспільства дають щорічний моніторинг Інституту соціології НАН України й дослідження інших відомих соціологічних агенцій, у яких відображено ситуацію в різних регіонах, зокрема відмінності громадської думки населення цих регіонів щодо важливих суспільних проблем, трансформації ідентичностей жителів різних регіонів.

Найчастіше об'єктами уваги вітчизняних фахівців з регіоналізму та сепаратизму стають два регіони: Донбас і Галичина. Особливо цінними для розуміння їхніх проблем стала низка емпіричних досліджень, започаткованих ще в 1994 році у Львівському національному університеті ім. І. Франка й Луганському національному університеті ім. Т. Шевченка, які проводилися від 2005 року. В обох проєктах зафіксовано факти очевидної неоднорідності, а навіть двополюсності цих регіонів, наявності комплексу істотних відмінностей між регіонами й водночас природного процесу їх зближення, штучно перерваного російською агресією 2014 року [1, с. 259]. Автори дослідження Луганського національного університету також, базуючись на емпіричних даних, стверджували, що «в населення регіону в громадській думці чітко окреслилася орієнтація на досягнення історичного компромісу заради єдності країни» [2, с. 94].

Водночас соціологи відзначали зростання соціальної напруженості в країні. Як зазначає К. Іващенко, базуючись на даних моніторингу Інституту соціології НАН України, якщо у 2012 році показники соціальної напруженості в різних регіонах України були на рівні 28,8%, то вже у 2014 році вони зросли до 41%. Одним із регіонів, який відзначався більш песимістичними настроями стосовно власного майбутнього та єдності країни загалом, був Донбас [3, с. 361]. На наш погляд, істотне зростання рівня соціальної напруженості в регіонах у ці часи можна пояснювати не лише загостренням соціально-економічної ситуації в країні, а й результатом реалізації різного роду соціальних технологій, спрямованих на провокування розколу між регіонами. Тому власне соціологічний аналіз проблем сучасного українського регіоналізму та сепаратизму, базований на об'єктивних емпіричних матеріалах, у яких фіксуються не лише природні чи штучно спровоковані різними соціальними акторами (і внутрішніми, і зовнішніми) відмінності між регіонами країни, а й відзначаються ознаки зближення регіонів, знаходження консенсусу між їхніми

інтересами й потребами, дає змогу опрацювати науково обґрунтовані програми протистояння сепаратизму та реінтеграції країни.

**Метою статті** є для запобігання та протидії проймам відцентрових рухів у регіонах України на основі вторинного аналізу публікацій емпіричних даних та аналітичних матеріалів вітчизняних соціологів визначити комплекс соціальних коренів сучасних сепаратистських рухів у країні.

**Виклад основного матеріалу.** Саме в зафіксованих львівськими та луганськими соціологами в указаних дослідженнях відмінностях і спільних рисах бачення жителями Донбасу та Галичини самих себе, їхньому трактуванню проблем і своїх регіонів, і країни загалом, на наш погляд, доцільно шукати докорінні причини відцентрових регіоналістських рухів, які можуть переростати в сепаратистські, і доцентрових, таких що сприяють об'єднанню країни. Їх з урахуванням певної специфіки можна екстраполювати й на ситуацію в інших регіонах України, де також відзначаються певні сепаратистські прояви. При тому варто брати до уваги, що низка цих відмінностей природно склалася в процесі розвитку регіонів, але значна їх частина є продуктом дій певних акторів і всередині країни, і ззовні.

Більшість авторів, які аналізують проблеми регіоналізму та сепаратизму, акцентують увагу на їх соціокультурних, базованих переважно на етнічних відмінностях коренях, які «продовжуються» в політичних проєктах, підтримуваних населенням різних регіонів. Наприклад, І. Кононов вважає, що «найбільш потужні й виразні регіональні проєкти виникли в Донбасі та Галичині. ... проєкт Донбасу передбачає формування модерної української нації як співгромадянства, а проєкт Галичини передбачає фундаментом усіх суспільних лояльностей етнічну лояльність» [4, с. 6–11]. Очевидно, це твердження дослідника базується на уявленні про домінування моноетнічності/монокультурності в західних регіонах і поліетнічний, відтак і полікультурний склад населення Донбасу з відповідними образами себе й довколишнього світу, які обома моно- та поліетнічними середовищами формуються.

Ця традиція пошуку первинних причин виникнення сепаратизму в соціокультурних відмінностях, продовжених у політиці, бере свій початок від трактування суб'єктів сепаратистських рухів як переважно локальних етнічних чи релігійних спільнот, які, не маючи власної державності й будучи ущемленими у своїх правах у централізованих державах, прагнуть дистанціюватися від центральної влади для відстоювання власних цілей. Тому такі рухи еволюціонують за звичною траєкторією: від самоусвідомлення меншиною себе як окремої та самодостатньої, з власними специфіч-

ними інтересами, потребами та правами на початкових етапах до згуртування, нарощення свого соціального потенціалу та своєї соціальної суб'єктності. Далі спільнота переходить до боротьби за реалізацію своїх потреб у досить широкому діапазоні, який може включати й претендування на різні форми/ступені автономії в мультикультурних суспільствах, і завоювання права на державну самостійність. Саме тому відомий польський дослідник Б. Яловецький стверджував, що регіоналізм має «різні обличчя: від почуття певної культурної відмінності й бажання відновлення цінностей меншин ... до постулатів автономії чи навіть сепаратних прагнень. Коротко кажучи, можна стверджувати, що на одному полюсі маємо справу з «фольклорним регіоналізмом», а на другому – з «політичним регіоналізмом» [5, с. 282–283], очевидно як закономірним результатом його еволюції.

У ситуації сучасного Донбасу й Півдня України етнокультурні чинники також відіграли істотну роль, хоча й мали якісно інший характер, ніж описаний Б. Яловецьким. Вони пов'язані передусім із концентрацією в південно-східних регіонах населення із сусідньої росії, переміщеного в часи радянської індустріалізації, особливо після Великого Голоду 1932–1933 років, й у часи повоєнної відбудови. Наслідком цього стала масова русифікація місцевого українського населення, яку стимулювала влада. Тому, на відміну від традиційних регіоналістичних і сепаратистських рухів, тут маємо справу не з артикулюванням і відстоюванням інтересів певної етнічної меншини, а зі спробами штучно сконструйованої колоніальною метрополією спільноти домінувати над місцевим населенням, яке хоча й значною мірою піддалося колонізаторському впливу, проте остаточно не втратило власної ідентичності. Крах СРСР як держави, базованої на принципах внутрішнього колоніалізму, прихованих за лозунгами інтернаціоналізму та рівноправності, викликав спротив доволі значної на кінець ХХ століття частини населення, яка трактувала себе як «старшого брата», та її асимільованих прибічників із відповідними привілеями на «новоосвоєних» територіях. Власне ця штучно сконструйована не стільки на етнічному, як на соціополітичному ґрунті спільнота (не російське, а «русскоязычное население»), і стала носієм так званих «донецької», «східноукраїнської», які пізніше трансформувалися в «новоросійську» ідентичності.

Відмінності у світосприйнятті жителів різних регіонів країни, а отже, і корені сепаратистських настроїв можна знайти й у різному сприйнятті їхнім населенням причин і сутності затяжної кризи, яка почалася після розпаду СРСР. У західних областях ця криза трактувалася переважно як можливість пошуку для

самореалізації в нових умовах, а серед жителів Півдня і Сходу України більш поширеною реакцією на новопосталі проблеми була ностальгія за «добrimи старими часами», які потребували підпорядкування керівництву, а не вияву власної ініціативи. Емпіричним підтвердженням цього можуть слугувати факти переважання в означенні себе як «радянської людини» й інші аналогічні ідентифікації, на противагу ідентифікаціям із громадянством української держави, поширені саме в східних і південних регіонах країни, на відміну від центральних і західних, зафіксовані соціологами [6, с. 80]. Хоча водночас в обох регіонах, як стверджує співавтор дослідження «Львів-Донецьк: соціологічний аналіз групових ідентичностей та ієрархії соціальних лояльностей 1994–2004» В. Сусак, зафіксовано, «що в цілому у жителів обох регіонів переважає схильність до державного патерналізму на противагу самоорганізації» [7, с. 73]. Автор справедливо вважає, що «рівень позитивності установок людей на вільну самоорганізацію, на відміну від традиційної, звичної для багатьох державної опіки, може бути використаний як соціологічний індикатор, за допомогою якого вимірюють рівень відкритості до суспільних інновацій» [7, с. 63]. Проте варто брати до уваги, що для використання будь-якого показника як індикатора вимагається, як мінімум, його чітке й однозначне розуміння респондентами. Тому, на наш погляд, застосування як індикатора для визначення «установок людей на вільну самоорганізацію» твердження «Деякі люди кажуть, що уряд має гарантувати кожному роботу і високий рівень життя; натомість інші вважають, що кожна людина має дбати про себе сама» [7, с. 65] викликає сумніви, оскільки такого роду урядові гарантії можуть сприйматися в різних соціокультурних середовищах і як зобов'язання держави створювати робочі місця на державних підприємствах і займатися їх менеджментом, і як обов'язок держави забезпечувати суспільний порядок, зокрема, шляхом стимулювання ринкової економіки. Отже, однозначність висновку В. Сукака про однаково високий рівень патерналістських настанов жителів обох регіонів, зроблений на основі цього індикатора, на наш погляд, є доволі сумнівним.

Жоден із науковців, які аналізували суспільні трансформації в пострадянській Україні, не заперечував факту низької ефективності української влади в подоланні кризових явищ і різкої соціальної поляризації суспільства. Тому, як зазначила, базуючись на матеріалах емпіричних досліджень ще у 2010 році О. Куценко, «протягом усіх років державної незалежності українське суспільство демонструє високий рівень внутрішньої напруженості, невпевненості й очікування чого завгодно ... населенням

країни (77% у 2010 р.) суспільство сприймається як дуже хитке. Такий оціночний психологічний фон стимулює конфліктність у суспільстві» [8, с. 12]. Принципових змін у цій ситуації не відбулося й у наступному десятилітті. Тому, на наш погляд, думку О. Куценко цілком можна продовжити твердженням, що неефективність центральної влади стала однією з причин виникнення сепаратистських прагнень регіональних еліт, які бачили вихід зі скрутного становища країни не в нарощенні її ефективності як єдиного цілого, а в спробах отримання певних дивідендів від опанування місцевих ресурсів, зокрема, і шляхом стимулювання специфічних регіональних інтересів, висування їх на перший план і часто на шкоду інтересам загальносуспільним. Очевидно, що ці регіональні проекти нерідко були істотно відмінними за баченням способів виходу з кризи та вибором подальших напрямів розвитку країни, і це досить чітко протягом багатьох років виявлялося в електоральних уподобаннях населення різних регіонів. Відповідно, у центральному й західному регіонах країни оформився цивілізаційний вибір європейського вектору розвитку, пов'язаний із цінностями ліберальної демократії, а в південно-східних регіонах серед значної частини населення консервувалися орієнтації на зв'язки з Росією, які залишилися в спадок від радянських часів і поєднувалися зі спекулятивно-пропагандистськими тезами про соціальну рівність і справедливість політиків лівого/псевдолового популістичного спектру й водночас з «осучасненими» «ліберально-ринковими» тезами партій на кшталт Партії регіонів чи її спадкоємців. Це послугувало передумовою для сприйняття неоімперських ідей «руського мира» частиною населення суміжних із Росією північно-східних і південних регіонів країни.

Одним із основних каналів проникнення в українське середовище такого роду ідеологічних концептів стала російська православна церква із її філією – так званою українською православною церквою московського патріархату. Хоча, за даними Центру Разумкова, станом на квітень 2020 року до її вірних себе зараховували лише 13,6% усіх православних України, УПЦ усе ж залишалася впливовою силою та займала домінуючі позиції не лише в південних і східних регіонах [9].

«Двополюсність» суспільства була також «продуктом» роботи «українських» політиків, орієнтованих на Росію, які, наприклад, використовуючи поширені в масовій свідомості стереотипи про «своїх» і «чужих», стимулювали відцентрові тенденції в регіонах. У цьому зв'язку найбільш яскравим прикладом є прийом політтехнологів Партії регіонів у виборчій кампанії 2004 року з поділом українців на «три сорти» за їхніми соціополітичними орі-

єнтаціями, який цілком збігався з регіонами їхнього проживання [10]. Цей самий прийом було буквально повторено пропагандистами так званої новоросії у 2021 році. Уже з того часу в свідомість населення Півдня і Сходу російськими пропагандистами ззовні та проросійськими всередині країни вкладалися ідеї про український патріотизм як вияв фашизму, про дискримінацію «рускоязычного населення» тощо. Звідси робився й «цілком логічний» висновок про загрозу з боку «галицьких фашистів» жителям Півдня і Сходу, яких може «захистити» від фізичного знищення лише «дружня» Росія.

Проте три десятиліття існування незалежної української держави, незважаючи на всі проблеми та складнощі, дали змогу значній частині громадян у всіх регіонах побачити очевидні перспективи в демократичному та європейськи орієнтованому векторі розвитку. Тому в аналітичній записці Національного інституту стратегічних досліджень від березня 2014 року вказувалось: «Аналіз сепаратистських практик в Україні за роки незалежності дає підстави стверджувати, що вони не є наслідком діяльності потужних регіональних рухів чи організацій, які спираються на суттєву підтримку населення. Натомість їх можна охарактеризувати як інформаційні операції, що мають на меті продемонструвати слабкість Української Держави, або як засіб тиску на позицію центральної влади з боку частини регіонального політичного істеблішменту» [11].

Ці інформаційні операції розвивалися на фоні масової недовіри громадян усіх регіонів країни до дій більшості владних інституцій, які демонстрували свою нездатність упоратися з перманентною кризою, звинувачувалися в корупції. Емпіричні підтвердження масової недовіри населення не лише до владних, а й до практично всіх офіційних структур містять матеріали вже згаданого моніторингу Інституту соціології НАНУ, який проводиться з 1992 року.

Прикладом сепаратистських дій місцевих політичних і навколополітичних еліт і водночас нездатності центральної влади ефективно реагувати на загрози сепаратизму й, відповідно, зниження довіри до неї серед громадян стало створення різного роду псевдодержавних формувань. Зауважимо, що такого роду квазідержавні утворення чи інші подібні вияви претензій місцевих «активістів» на протиставлення себе центральній владі, хоча й різного масштабу, з'являлися в різних регіонах України. Найвідомішим із них є так звана «автономна південно-східна українська республіка», «проголошена» 26 листопада 2004 року сесією Луганської обласної ради. Аналогічні рішення були прийняті також місцевими політиками в Одесі, Харкові й на «Всеукраїнському з'їзді

народних депутатів і депутатів місцевих рад» за участю багатьох відомих політиків національного масштабу [12]. Хоча проти організаторів цієї «республіки» відкривалися кримінальні справи за посягання на територіальну цілісність і недоторканність України, вони не були покарані. Ще одним прикладом такого роду може слугувати самопроголошення в 1996 році на Чернігівщині «сударства титульного суверенного народу». Лише в жовтні 2016 року (другий рік російської агресії та десятий рік існування «сударства»), за повідомленням прес-служби СБУ в Чернігівській області, її співробітники «розкрили» «псевдодержавне утворення, члени якого не визнають повноважень державних органів України, відмовляються виконувати вимоги українського законодавства» [13]. Незважаючи на «розкриття СБУ», під дещо зміненою назвою це формування продовжило своє існування, свідченням чого є «документація»: листи до державних установ України, розміщені на його «офіційному сайті» у 2023 році, на сьомий рік після «розкриття» [14]. Місцеві ініціативи, які містили загрозу єдності держави, з'являлися й у західному регіоні країни. Такого роду прикладом стала заява про плани підписати угоду про асоціацію між містечком Рава-Руська на Львівщині та ЄС, із якою звернулася до Європарламенту територіальна громада в листопаді 2013 року та яка була підтримана головою міста. Хоча мер стверджувала, що про жодне відділення від держави не йдеться, назва повідомлення на регіональному новинному сайті «Рава-Руська йде в Євросоюз, не чекаючи всієї України», на наш погляд, свідчила про інші очікування містян і місцевих політиків [15].

Аналогічні за своєю сутністю «ініціативи» виявляли й місцеві громадські діячі. Прикладом можуть слугувати ідеї «поновлення галицької спільноти», яка «зазнала поразки в результаті завоювання галицького князівства волинськими агресорами в XIII ст.», та інші подібні. Логічним висновком із такої ситуації є думка, висловлена івано-франківським письменником Т. Прохазьком: «Українська імперія достатньо велика, різноманітна і суперечлива, щоб створити кілька українських держав. Кожна з них могла б бути неповторною, самодостатньою і спокійною» [16]. І хоча, на переконання відомого львівського громадського діяча Т. Возняка, галицький сепаратизм є не більше, ніж «кабінетна гра» тих, хто любить «поестетствувати в затишних кав'ярнях» [17], він, незважаючи на маргінальне становище навіть у Галичині, самою своєю присутністю в інтелектуальному просторі країни вносить елемент дестабілізації, який за певних умов може наростити свій руйнівний потенціал.

Певні «експерименти» місцевої влади з нарощенням пріоритетності регіональних

інтересів над загальнонаціональними з'являлися навіть у час широкомасштабної російської агресії. В умовах спричинених нею економічних труднощів, зокрема дефіциту пального, місцева влада Закарпаття, яке в силу своєї географічної ситуації перебувало у вирашному становищі, заявила про те, що «місцеві паливні компанії відмовилися постачати пальне в інші регіони, допоки не буде забезпечено потребу Закарпаття» [18]. Центральна влада в цій критичній для країни ситуації також не відзначилася належними реакціями.

**Висновки.** В інтерв'ю в липні 2022 року директор Інституту соціології Академії наук Є. Головаха, базуючись на даних емпіричних досліджень, сказав, що на повномасштабну російську агресію українське суспільство відповіло очевидною тенденцією «до згуртування та консолідації ... у нас зникли регіональні відмінності практично. Віра в армію разюча, попри все. Довіра до основних інститутів у принципі зашкалює». Далі на запитання «Люди нарешті повірили владі?» професор Є. Головаха відповів: «Не так. [виділення наше – Л.К., В.С.]. Людям, щоб зрозуміти, чим ти володієш, треба з чимось порівнювати. І коли вони побачили, хто до них «прийшов у гості», ... то вони просто зрозуміли: те, що вони збудували, не так погано, як вони думали» [19]. Така думка, на наш погляд, відображає реальний стан справ у нинішній Україні, зокрема, і з проблемами регіоналізму та сепаратизму: суспільство в екстремальних умовах продемонструвало свою єдність і здатність протистояти зовнішньому ворогу. Основні ідеї, висловлені в березневому 2022 році інтерв'ю, повторив проф. Є. Головаха й у розмові із журналістом «Української правди» в березні 2023 року [20], що може слугувати підтвердженням того, що вони пройшли перевірку часом.

Але перехід до мирного життя повинен супроводжуватися виправленням очевидних недопрацювань і помилок, допущених і владою, і самими громадянами в налагодженні стосунків не лише між собою, а й між різними регіонами країни, оскільки саме в них закорінені сепаратистські рухи. Умовно їх причини можна поділити на три групи: об'єктивні, ті, які притаманні самому суспільству; спровоковані свідомими впливами зовнішніх і внутрішніх акторів, вороже налаштованих до самого існування суверенної української держави; спровоковані недопрацюваннями владних структур і суспільних еліт. До першої групи передусім належать проблеми, спричинені неоднорідністю українського суспільства, наявністю істотних відмінностей, зокрема соціокультурних, пов'язаних із соціально-економічними та продовжених у соціополітичних орієнтаціях населення різних регіонів. Саме вони значною мірою послугували основою для появи



чинників другої групи. Спекулюючи на певних відмінностях між регіонами, зовнішні та внутрішні супротивники української державності трактували саме її як першопричину проблем. Тому «логічним», на їхню думку, виходом із ситуації був би демонтаж української державності й повернення країни в тій чи іншій формі до неоімперського утворення під егідою РФ. Очевидно, найскладнішими для виправлення є чинники третьої групи, зумовлені вадами у функціонуванні державних структур і громадянського суспільства. До них належать проблеми, пов'язані з недостатньою ефективністю цих структур у широкому спектрі: брак дієвості державних органів у виконанні їхніх прямих обов'язків, пов'язаних із регулюванням усього комплексу суспільних проблем, їхні прагнення «не помічати» очевидних посягань на державну безпеку, наприклад, у формі створення псевдодержавних утворень, прийняття владними структурами рішень, базованих на принципі місцевого егоїзму, і різного роду «культурницькі експерименти» інтелектуалів, які вносили в громадський простір ідеї розколу. Усі ці проблеми викликали недовіру до державних і громадських структур у суспільстві. Для подолання цих проблем, виокремлення яких є лише умовним і які в реальному житті мають взаємозумовлений характер, варто взяти до уваги їх комплексну сутність, те, що всі вони провокують і підсилюють одні одних.

Твердження Є. Головахи «наше долучення до європейського соціального простору формально буде пов'язано з прийняттям у Європейський Союз, а неформально – коли ми почнемо наблизитися до нього ціннісно» цілком узгоджується із ще однією думкою науковця: «... маємо йти до європейської [системи цінностей – Л.К., В.С.], де визначальна цінність – доброзичливість, тобто відкритість до людей, до світу» [20], а отже, долаючи всі труднощі, формувати поле суспільної довіри. У ньому будуть гармонійно реалізуватися взаємини не лише між владою, структурами громадянського суспільства й усіма групами громадян, а й регіонами єдиної держави. Таки буде здійснена реальна дефрагментація соціального простору соборної України, спричинена не лише його об'єктивними характеристиками, а й діями певних соціальних акторів.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Поколінські моделі особистісних ідентичностей: регіональні виміри / Н. Черниш, О. Маланчук. *Методологія, теорія та практика соціологічного аналізу сучасного суспільства* : збірник наукових праць. Харків. 2003. С. 254–260.
2. Донбас і Галичина в регіональній системі України / І. Кононов, С. Хобта, С. Щудло. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2008. № 3. С. 73–98.
3. Іващенко К. Українці між кризою та повсякденним життям: загальнонаціональні та регіональні спо-

стереження. *Українське суспільство: моніторинг соціальних змін*. Київ, 2014. Т. 1. С. 351–364.

4. Кононов І. Донбас та Галичина: причини напруженості в стосунках та пошук історичного компромісу. *Стосунки Сходу та Заходу України: минуле, сьогодення та майбутнє*. Луганськ, 2006. С. 5–27.
5. Jalowiecky В. Regionalizm. *Encyklopedia Socjologii*. Warszawa, 2006. Т. 3. С. 282–283.
6. Динаміка ідентичностей мешканців Львова і Донецька: компаративний аналіз (1994–2004) / Н. Черниш, О. Маланчук. *Україна модерна*. 2007. С. 61–92.
7. Сусак В. Самоорганізація versus державний патерналізм: порівняльний аналіз настанов жителів Львова і Донецька (1994–2004). *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2007. № 1. С. 63–73.
8. Куценко О.Д. Образи посттрансформаційної структури українського суспільства. *Матеріали VIII Всеукр. н.-пр. конференції* / за ред. В.І. Судаківа, О.Д. Куценко. Київ : Видавничий центр «Логос», 2012. С. 22–37.
9. Особливості релігійного і церковно-релігійного самовизначення громадян України: Тенденції 2000–2020 рр. (pdf). Центр Разумкова. 2020. Архів оригіналу за 21 січня 2021.
10. Чорновіл Т. Інтерв'ю «Голосу Америки». URL: <https://ukrainian.voanews.com/a/%D1%87%D0%BE%D1%80%D0%BD%.html>.
11. Потенціальні загрози регіонального сепаратизму в Україні : аналіт. записка Нац. ін-ту стратегічних досліджень. 2014. URL: <https://niss.gov.ua/doslidzhennya/gumanitarniy-rozvitok/potencialni-zagrozi-regionalnogo-separatizmu-v-ukraini>.
12. Південно-Східна Українська Автономна Республіка. URL: <https://uk.wikipedia.org/wiki>.
13. СБУ викрила в Чернігівській області псевдодержавну структуру «Титульний суверенний народ України». URL: <https://interfax.com.ua/news/general/377972.html>.
14. Лист-відповідь «Глава Резервної Военно-Мобилизационной Системы тылового продовольственного обеспечения Вооружённых Сил Украины» Одеській прокуратурі від 15 серпня 2023 р. URL: <https://congres-spu.info/?p=8843>.
15. Рава-Руська йде в Євросоюз, не чекаючи всієї України. URL: [https://zaxid.net/ravaruska\\_yde\\_v\\_vrosoyuz\\_ne\\_chekayuchi\\_vsiyi\\_ukrayini\\_n8052](https://zaxid.net/ravaruska_yde_v_vrosoyuz_ne_chekayuchi_vsiyi_ukrayini_n8052).
16. Прохазько Т. Вади українського імперіалізму. *Галицький кореспондент*. 2008. 24 січня.
17. Яремчук О. Тарас Возняк: «Галицький сепаратизм – не більше ніж кабінетна гра». *День*. 2014. 20 березня.
18. Закарпаття відмовилося постачати пальне в інші регіони України. *Дзеркало тижня*. 2022. 8 червня. URL: <https://zn.ua/ukr/ECONOMICS/zakarpattja-vidmovilosja-postachati-palne-v-inshi-rehioni-ukrajini.html>.
19. Як порівняти з «братським» народом – ми таки святі. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/3524730-evgen-golovaha-direktor-institutu-sociologii-nan-ukraini.html>.
20. Те, що Зеленський лідер військового часу, – безсумнівно. URL: <https://www.pravda.com.ua/articles/2023/03/9/7392553/>.

## СЕКЦІЯ 3 СПЕЦІАЛЬНІ ТА ГАЛУЗЕВІ СОЦІОЛОГІЇ

### ІНСТИТУЦІАЛІЗАЦІЯ СОЦІАЛЬНИХ ПРАКТИК ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ В УКРАЇНІ У 2014–2022 РОКАХ

### INSTITUTIONALIZATION OF SOCIAL PRACTICES OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS IN UKRAINE IN 2014–2022

Стаття присвячена дослідженню гендерних особливостей соціальних практик внутрішньо переміщених осіб в Україні під час військових дій. Доведено, що процеси становлення нових соціальних інститутів пов'язані з активними еволюційними суспільними трансформаціями українського соціуму останніх років, особливо під час війни. У статті проведено аналіз інституціалізації соціальних практик «внутрішньо переміщених осіб» в Україні 2014–2022 роках, що визначено в переліку завдань соціологічного дослідження, ініційованого та проведеного науковцями кафедри соціології і публічного управління Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут» у червні-липні 2022 року. Дослідження проводили за допомогою Інтернет-опитування (N=1170 осіб), вибірка стихійна, регіональна за принципом снігового кому. Методологією дослідження були теорії соціального інституту, соціального капіталу, соціальних практик і соціального партнерства.

Особливу увагу приділено аналізу наукових досліджень соціальних практик, історичному ретроспективному огляду. Визначено, що питання типології та класифікації соціальних практик є актуальною проблемою соціологічної науки, але не менш актуальним є дослідження процесу інституціалізації соціальних практик. На жаль, останнім часом соціологічному аналізу процесу інституціалізації соціальних практик приділяли недостатню увагу.

Під час емпіричного дослідження визначено соціальний портрет жінок, які стали внутрішньо переміщеними особами, описано їхні особливі характеристики й можливості соціальної адаптації. Установлено, що жінки виявилися більш адаптивними до випробувань, які пов'язані з втратою роботи. Також визначено ставлення до внутрішньо переміщених осіб, зокрема жінок, з погляду їх оцінки. Результати дослідження показують, що зростає позитивне ставлення з боку постійних мешканців і мешканок громад України до внутрішньо переміщених осіб. Більшість постійних мешканців і мешканок громад, куди переселялися українці, позитивно ставляться до внутрішньо переміщених осіб і співчують переселенцям через те, що ті опинилися у важкій ситуації, лише незначна частина громади ставиться до переселенців негативно або нейтрально. **Ключові слова:** гендер, гендерні стереотипи, гендерні дослідження, соціальні практики, соціальний інститут, інституці-

лізація, російсько-українська війна, біженці, внутрішньо переміщені особи.

The article is devoted to the study of gender specific social practices of internally displaced persons in Ukraine during military operations. It has been proven that the processes of formation of new social institutions are connected with the active evolutionary social transformations of Ukrainian society in recent years, especially during the war.

The article analyzes the institutionalization of social practices of "internally displaced persons" in Ukraine in 2014–2022, which was determined in the list of sociological research tasks initiated and conducted by scientists of the Department of Sociology and Public Administration of the National Technical University "Kharkiv Polytechnic Institute" in June–July 2022 year. The research was conducted using an Internet survey (N=1,170 people), the sample was random, regional according to the snowball principle. The research methodology was the theories of social institution, social capital, social practices and social partnership.

Special attention is paid to the analysis of scientific studies of social practices, historical retrospective review. It was determined that the issue of typology and classification of social practices is an urgent problem of sociological science, but the study of the process of institutionalization of social practices is no less urgent. Unfortunately, recently insufficient attention has been paid to the sociological analysis of the process of institutionalization of social practices.

During the empirical research, the social portrait of women who became internally displaced persons was determined, their special characteristics and possibilities of social adaptation were described. It was established that women were more adaptable to the trials associated with job loss. The attitude towards internally displaced persons, in particular women from the point of view of their assessment, is also defined. The results of the study show that the positive attitude of permanent residents of Ukrainian communities towards internally displaced persons is increasing. The majority of permanent residents of the communities where Ukrainians moved have a positive attitude towards internally displaced persons and sympathize with the displaced people because they are in a difficult situation, only a small part of the community has a negative or neutral attitude towards the displaced persons.

**Key words:** gender, gender stereotypes, gender studies, social practices, social institution, institutionalization, Russian-Ukrainian war, refugees, internally displaced persons.

УДК 316.4:305  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.4>

**Калагін Ю.А.**

д.соціол.н., професор,  
професор кафедри соціології  
і публічного управління  
Національний технічний університет  
«Харківський політехнічний інститут»

**Шанідзе О.Д.**

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

**Вступ.** 24 лютого 2022 року ознаменувало початок повномасштабного вторгнення до України з боку російських окупантів. Війна, яка тривала вже восьмий рік, продовжилася в атаках на всі міста України, в окупації частини територій України. Сьогодні окуповані території потерпають від терору з боку російських «військових». Масові страти й масові поховання, руйнування звичайного укладу життя, терористичні акти, спрямовані проти мирного населення, – усе це принесло повномасштабне вторгнення. Після катастроф у Бучі, Ірпені, Ізюмі, Харкові й Маріуполі ворог не зупинився, а продовжив свої репресії на окупованих територіях. Підлив Каховської ГЕС 6 червня 2023 року став прецедентом у світовій історії як незаперечний акт тільки терористичної діяльності, спрямованої не лише на знищення мирного населення, не тільки порушення всіх правил і конвенцій ведення війни, а й на справжній екоцид.

З початку цієї жорсткої фази війни в лютому 1922 року мешканці міст України були змушені стати переселенцями, як мігрантами за кордон (біженцями), так і внутрішньо переселеними особами. Європейські дослідні центри називають це «найбільшим переміщенням людей у Європі з часів Другої світової війни». Українці, які опинилися в пастці ворога, чи наближені до фронту, чи ті, чиї міста безперестанно атакували ракетами, артилерією, РСЗО й авіанальотами, і ті, що, перебуваючи в більш-менш спокійних регіонах країни, почали масово виїжджати або в інші регіони, або за кордон. Такий перебіг подій почався одразу з ранку 24 лютого, коли деяка частина східного населення України вирушила за умовним «спасінням» на захід, залишивши своє майно, будинки. Згідно зі статистикою, лише тільки 2022 року свої домівки покинули більше ніж 13 млн українців.

Приблизно половина жінок, які покинули свій дім з початку повномасштабного вторгнення в Україну російських військ, залишилися в Україні та вимушені жити в новому статусі «внутрішньо переміщених осіб». Такий статус уведений Законом України «Про забезпечення прав і свобод внутрішньо переміщених осіб» від 20 жовтня 2014 року, тобто більше ніж 8 років жінкам доводиться на новому місці життя розпочинати все із самого початку: шукати житло, лікарів, школи й садочки для дітей і, найголовніше, шукати роботу, намагатися забезпечити свою економічну незалежність. Таким чином, із 2014 року ми спостерігаємо всебічний процес визначення й закріплення соціальних норм, правил, статусів і ролей щодо «внутрішньо переміщених осіб» – це різні аспекти інституціалізації соціальних практик «внутрішньо переміщених осіб». Процеси становлення нових соціаль-

них інститутів, інституціалізація нових соціальних інститутів пов'язані з активними еволюційними суспільними трансформаціями українського соціуму останніх років, і саме це робить дослідження процесів інституціалізації соціальних інститутів особливо актуальними.

Аналіз інституціалізації соціальних практик «внутрішньо переміщених осіб» в Україні 2014–2022 роках визначений у переліку завдань соціологічного дослідження, яке ініціювали та провели науковці кафедри соціології і публічного управління Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут» у червні-липні 2022 року. Дослідження проводили за допомогою Інтернет-опитування (N=1170 осіб), вибірка стихійна, регіональна за принципом снігового кому. Методологією дослідження стали теорії соціального інституту, соціального капіталу, соціальних практик і соціального партнерства [1].

**Мета статті** – ознайомити наукову громадськість із результатами дослідження інституціалізації соціальних практик «внутрішньо переміщених осіб» в Україні у 2014–2022 роках, проведеного фахівцями кафедри соціології і публічного управління Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут» у червні-липні 2022 року.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** **Практика соціологічного аналізу** процесу інституціалізації має тривалу історію, розпочиналася з наукових досліджень соціальних інститутів Є. Дюркгаймом, М. Вебером, Т. Вебленом, Д.Г. Мідом, Т. Парсонсом, Н. Смелзером, Г. Спенсером та ін. Вони досліджували соціальні інститути як «фабрики відтворення суспільних відносин», що організовували людську діяльність відповідно до певної системи соціальних ролей і статусів, устанавлюючи зразки поведінки людей у суспільному житті. Після відносного затишку в проведенні досліджень процесу інституціалізації вони активізувалися наприкінці ХХ століття. Одна група дослідників, до яких належать С. Гантінгтон, Г. Коупланд, С. Петтерсон, К. Стром та інші, акцентувала увагу на динамічних аспектах інституціалізації. Друга група науковців: П. Бергер, Т. Лукман, М. Сміт, Л. Форбес та інші – приділяла увагу змістовим аспектам інституціалізації. Надалі еволюційний розвиток соціологічних досліджень процесу інституціалізації та її продуктів, тобто соціальних інститутів, сприяв появі окремої галузі соціологічного знання – інституціональної соціології, у рамках якої працювали та працюють П. Блау, Дж. Ландберг, Ч. Міллз, Б. Мур та інші.

Безумовно, під час проведення дослідження щодо українських соціальних реалій, необхідно спиратися на світовий досвід таких досліджень, але унікальні особливості соціальних трансформацій в Україні вимагають

розроблення нових теоретико-методологічних підходів дослідження інституціалізації в українських умовах. У різні часи проблеми інституціалізації досліджували такі українські соціологи, як Є. Головаха, С. Катаєв, С. Макеєв, Н. Паніна, А. Ручка, В. Танчер та інші. Загальну характеристику теоретико-методологічних основ дослідження інституціалізації в працях українських і зарубіжних дослідників надала О. Бень [2].

Найбільш розгорнутою, на нашу думку, характеристикою процесу інституціалізації є та, яку запропонували й обґрунтували Є. Головаха та Н. Паніна. Вони трактують інституціалізацію як процес становлення нових соціальних інститутів у трьох аспектах:

1) процес становлення і прийняття суспільством нових соціальних правил (законів, нормативних структур, традицій і ритуалів);

2) створення організаційних структур, які відповідають за артикуляцію та порядок дотримання цих правил і становлять соціальну структуру інституціалізованої поведінки;

3) формування ставлення масових суб'єктів до соціальних правил та організованих структур, що відбиває погодженість людей із цим інституційним порядком [3, с. 6].

Саме така характеристика обрана як теоретико-методологічна основа дослідження.

Більшість дослідників проблем соціальних практик в українській соціології приділяли увагу насамперед вивченню типології соціальних практик і її класифікації: В. Тарасенко – дослідження практики споживання, О. Личковська – вивчення комунікативних практик, Л. Скокова – дослідження культурних практик, Н. Коваліско – вивчення практики як маркеру стилю споживання, К. Настояща – аналіз загальної типології соціальних практик [4]. За результатами досліджень з'явилися численні авторські підходи до класифікації означених практик. Безумовно, питання типології та класифікації соціальних практик є актуальною проблемою соціологічної науки, але не менш актуальним є дослідження процесу інституціалізації соціальних практик. На жаль, останнім часом соціологічному аналізу процесу інституціалізації соціальних практик приділяли недостатню увагу.

Щодо проблеми українських біженців, то їх вивчають соціологи з початку російсько-української війни – з 2014 року. Предметом аналізу науковці обирали різноманітні аспекти проблеми українських біженців. Політичні та соціальні аспекти проблеми переселенців досліджувала Є. Широкова [5]. О. Міхеєва та В. Середа звернулися до аналізу причин, стратегій переселення й проблем адаптації [6]. Оцінювання потреб і можливостей зайнятості внутрішньо переміщених осіб займалася робоча група під керівництвом О. Купець [7].

Одне з останніх досліджень, що проведено авторами статті, також торкалося проблеми українських біженців [8].

Одним із перших, хто звернувся до проблем біженців і переселенців 2022 року, є доктор соціологічних наук Ігор Руценко. Соціологічний аналіз дав змогу йому визначити явище швидкого вимушеного переселення українців як «Великий Вихід Українського Народу», що зірвав із місць постійного перебування близько 14 млн. осіб [9].

Надалі в колективній монографії «Українське суспільство в умовах війни» за редакцією члена-кореспондента НАН України, доктора філософських наук Є. Головахи, доктора соціологічних наук С. Макеєва подано результати соціологічних спостережень за змінами в українському суспільстві та його підсистемах унаслідок агресії РФ [10].

Продовжують активно досліджувати соціальні проблеми біженців і внутрішньо переміщених осіб соціологи кафедри соціології і публічного управління Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут». Так, у 2022 році, після чергового дослідження, надрукована стаття, присвячена аналітичному опису соціальних характеристик і практик, що здійснювали біженці та внутрішньо переміщені особи внаслідок російсько-української війни 2022 року [1]. А вже у 2023 році вийшла з редакції монографія за редакцією М. Бірюкової, де представлено результати ініціативного дослідження колективу авторів щодо аналізу соціальних характеристик біженців і внутрішньо переміщених осіб України як соціальної групи, яка виникла внаслідок повномасштабного вторгнення з боку агресора [11].

Щодо дослідження гендерних аспектів проблем біженців і переселенців, то, як вдалося з'ясувати авторам, одне з перших досліджень гендерної проблематики провела О. Балакірева. У соціологічному дослідженні «Оцінка потреб внутрішньо переміщених жінок та осіб похилого віку в Україні» 2015 року аналізувалися потреби внутрішньо переміщених жінок в Україні [12]. Ми розуміємо, що, можливо, інші дослідники також зверталися до гендерного аналізу проблем біженців і переселенців, але нам не вдалося знайти таку інформацію. Тому в умовах, коли повномасштабне вторгнення Росії в Україну триває, коли жінки продовжують стикатися із серйозними ризиками, величезним фізичним і психічним навантаженням, пов'язаним із проживанням у зонах бойових дій та облаштуванням на новому місці життя, актуальним залишається гендерний аналіз інституціалізації соціальних практик «внутрішньо переміщених осіб» в Україні у 2014–2023 роках.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Аналіз результатів дослідження ми розпочали з визначення основних рис соціаль-

ного портрету жінок, які були вимушені залишити власну домівку з початку активних бойових дій у лютому 2022 року.

За результатами дослідження, середній вік українських жінок – вимушених переселенок становив 36 років – вік розквіту професійних і соціальних якостей людини, «золотий ресурс» будь-якої країни, попереду ще багато років соціально активного життя.

За результатами дослідження, лише третина тих жінок, що виїхали за кордон (32%), не мали дітей. Серед біженок на момент червня-липня 2022 року 4% були багатодітні матері, ще 14% мали двох дітей і 37% шукали тимчасового прихистку від війни за кордоном з однією дитиною (рис. 1). Вимушені переселенці також евакуювалися з дітьми, причому багатодітних було близько 4%.

Саме таким жінкам поза межами рідного дому необхідно вирішувати безліч проблем, шукати ресурси для існування на новому місці

життя, а потім поєднувати роботу й догляд дітьми або утриманцями. Вони вимушені водночас вирішувати житлову проблему, налагоджувати побут, шукати освітній заклад для дітей тощо й долати особистісні внутрішні переживання, тому важлива інституціоналізація соціальних практик такої категорії жінок. Інституціоналізація дасть змогу формалізувати процес адаптації жінок на новому місці життя й більш ефективно інтегруватися в соціальне середовище.

Щодо втрати роботи, то, за результатами дослідження, жінки рідше втрачають роботу, ніж чоловіки, менший відсоток жінок порівняно з чоловіками втратив роботу з початком бойових дій. Водночас результати показують, що вони змінили характер роботи, на момент опитування вони працюють віддалено (рис. 2).

На нашу думку, саме готовність змінити характер роботи, перейти на роботу он-лайн дала змогу жінкам зберегти роботу. Таким



Рис. 1. Розподіл жінок, учасниць дослідження, за місцем прихистку на момент опитування та кількістю дітей

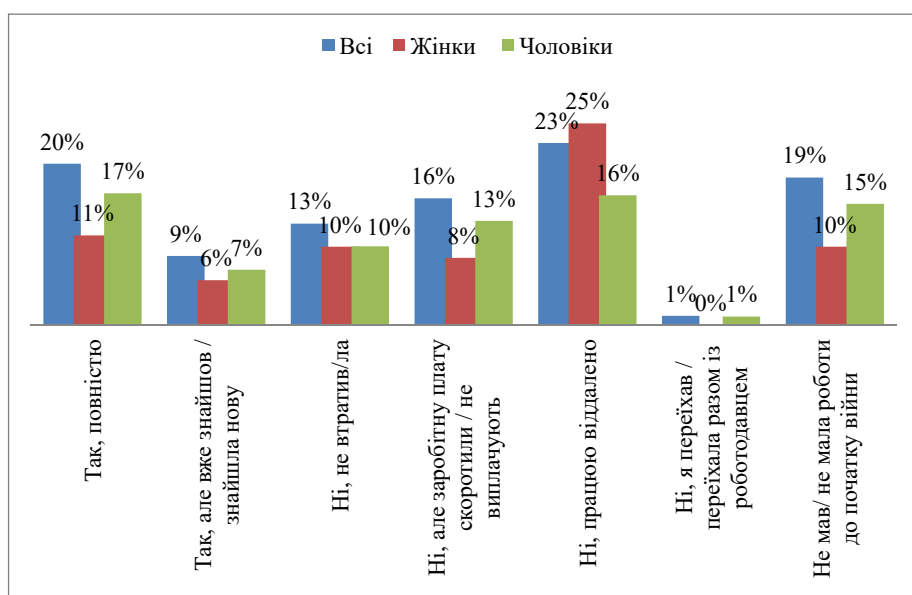


Рис. 2. Розподіл відповідей респондентів на питання: «Чи втратили Ви роботу у зв'язку з переміщенням?»

чином, жінки виявилися більш адаптивними до випробувань, які пов'язані з втратою роботи.

На початку дослідження ми вивчали основні проблеми, що постають перед жінками, які покинули свій дім у зв'язку з початком бойових дій у Донецькій і Луганській областях або окупацією Криму. В інтерв'ю Радіо Свобода заступник голови представництва Міжнародної організації з міграції (МОМ) в Україні Стівен Роджерс зазначив [13], що станом на кінець 2021 року (до початку широкомасштабного вторгнення) в Україні було близько 5,3 мільйона внутрішніх переселенців, більшість – 55% – це жінки. У кожній четвертій сім'ї внутрішніх переселенців були люди з інвалідністю, майже кожна п'ята сім'я мала дитину віком від одного до п'яти років. 70% внутрішніх переселенців не мали на той час стабільної роботи. Із самого початку й зараз головною проблемою для них залишається фінансова незахищеність, адже люди перемістилися в інший регіон, через це втратили роботу, на новому місці їм потрібно знайти роботу. Звісно, є ті, хто працює віддалено, але це дуже малий відсоток людей, переважно в ІТ чи схожих галузях. Але для більшості робота й гроші – основна потреба. Станом на жовтень 2021 року стабільну роботу мали лише 34% внутрішньо переміщених осіб, 20% людей влаштувалися на гіршу роботу, нижчу за їхню кваліфікацію або з нижчим рівнем оплати, тому що не було кращого варіанта. Для четвертої частини «внутрішньо переміщених осіб» допомога від держави – основне джерело доходу. Щодо свого бізнесу, то лише сім відсотків переселенців його мали.

Таким чином, для більшості «внутрішньо переміщених осіб» головною потребою залишається наявність законних джерел існування, передбачених законодавством України. Найбільша кількість внутрішньо переміщених осіб мешкали на Дніпропетровщині та Харківщині, усупереч поширеним переконанням про їхню концентрацію на заході країни. Люди, які виїхали із зони бойових дій, як каже С. Роджерс, до 24 лютого 2022 року обирали для проживання ближчі до свого дому громади. Ситуація погіршилася з початком широкомасштабного вторгнення. Станом на березень 2023 року в Україні вже було зареєстровано майже 5 мільйонів внутрішньо переміщених осіб, а фактична кількість – 7 мільйонів. За офіційними даними, серед ВПО жінки становлять 60%, 25% – діти, 25% – пенсіонери, майже 200 тисяч – люди з інвалідністю [14].

З 2014 року внаслідок збройного конфлікту на територіях Донецької, Луганської областей і Криму внутрішньо переміщені особи з'явилися в багатьох громадах нашої держави. Більшість місцевих громад зустріли переселенців ширими обіймами й усебічною

підтримкою. Ставлення до внутрішньо переміщених осіб було цілком позитивним, але згодом до співчуття додалася й настороженість, яка іноді переростала в неприйняття переселенці в окремих місцях. За результатами дослідження, проведеного Київським міжнародним інститутом соціології в жовтні 2016 року, 61% внутрішньо переміщених осіб не відчували упередженого ставлення до себе [15].

Надалі аналіз результатів соціологічних досліджень виявив зростання позитивного ставлення з боку постійних мешканців і мешканок громад України до внутрішньо переміщених осіб. За результатами опитування, проведеного Київським міжнародним інститутом соціології [16], 72% постійних мешканців і мешканок громад, куди переселялися українці, позитивно ставляться до внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Тільки 6% ставляться до переселенців негативно, а інші – нейтрально. 4 з 5 (81,8%) опитаних допомагали переселенцям у своїй громаді. При цьому 77,5% переселенців відчують позитивне ставлення до себе, лише 3% – негативне, а інші переселенці говорять про нейтральне ставлення до себе. Більшість постійних мешканців громад (72%) кажуть, що співчують переселенцям через те, що ті опинилися у важкій ситуації. 69,2% ВПО відчують до себе співчуття. «Це наймовірний показник здатності громад допомагати людям. А взаємне позитивне ставлення одне до одного постійних жителів громад і ВПО демонструє, що в цих скрутних умовах гартується нове єдине українське суспільство, здатне співчувати, допомагати і спільно долати найбільші виклики», – каже заступник міністра з питань реінтеграції тимчасово окупованих територій України Павло Козирев.

За допомогою цього явища ми маємо можливість спостерігати процес інституціалізації соціальних практик переселенців як процес становлення і прийняття суспільством нових соціальних правил щодо схвалення соціальних практик переселенців у новому соціальному середовищі.

До початку широкомасштабного вторгнення в Україні було близько 5,3 мільйона внутрішніх переселенців, але ситуація змінилася 24 лютого 2022 року. Військові дії, що були водночас розпочаті на півночі, сході й півдні, спроба захоплення Києва та Київської області викликали масові переміщення населення, у тому числі тих, хто був змушений переселитися з Криму, Донецької та Луганської областей ще після 2014 року. Вони знову опинилися в ситуації 2014 року, знову розпочинали життя на новому місці, шукали житло, джерело існування, виховували дітей і доглядали за родичами, але вони вже мали досвід такого життя, напрацьовані соціальні практики забезпечення

нормальних умов життя, тому умовно їх можна зарахувати до внутрішньо переміщених осіб першої хвилі 2014 року.

Сьогодні ми спостерігаємо численні приклади інституціалізації соціальних практик внутрішньо переміщених осіб. Яскравим прикладом інституціалізації успішних соціальних практик внутрішньо переміщених осіб першої хвилі 2014 року є відкриття переселенцями Громадської організації «Центр спільного розвитку «Дієва громада» в м. Старобільську Луганської області в березні 2016 року. Засновники громадської організації спочатку займалися волонтерською роботою поодиночці, потім, об'єднавшись, реалізували декілька проектів, спрямованих на адаптацію внутрішньо переміщених осіб та активізацію громади, далі вирішили заснувати громадську організацію. Основним напрямом діяльності ГО «Центр спільного розвитку «Дієва громада» був обраний регіональний розвиток «Спроможна громада – активний бізнес» та активізація громади – через соціокультурні проекти та креативність, просвітництво – «Ефективна команда – обізнана громада», соціальний напрям тощо. «Дієва громада» відразу стала одним з активних учасників громадського життя Старобільщини та Луганської області. За 2017 рік громадська організація реалізувала 15 проектів, провела 235 заходів, які відвідали більше ніж 7500 осіб [17]. На початку березня 2022 року Старобільськ опинився в окупації. Команда «Дієвої громади» з перших днів допомагала мешканцям і переселенцям міста, але потім була змушена залишити місто. Сьогодні «Дієва громада» продовжує свою діяльність на Закарпатті.

#### **Висновки та перспективи дослідження.**

Таким чином, соціологічний аналіз інституціалізації соціальних практик «внутрішньо переміщених осіб» в Україні у 2014–2022 роках показує, що в цьому процесі активними суб'єктами є українські жінки. Середній вік українських жінок – вимушених переселенок становив 36 років – вік розквіту професійних і соціальних якостей людини, «золотий ресурс» будь-якою країни. Також результати дослідження виявили, що лише третина тих жінок, які виїхали за кордон, не мали дітей. Серед біженок є багатодітні матусі й ті, що мають двох або одну дитину. Саме таким жінкам поза межами рідного дому необхідно водночас вирішувати житлову проблему, налагоджувати побут, шукати освітній заклад для дітей тощо.

Щодо питання основного джерела існування, то, за результатами дослідження, жінки з початком бойових дій рідше втрачають роботу, ніж чоловіки, часто вони змінюють характер роботи – переходять працювати он-лайн. На нашу думку, саме готовність змінити характер роботи свідчить про більшу

адаптивність жінок до випробувань, які пов'язані з утратою роботи.

Результати дослідження показують, що зростає позитивне ставлення з боку постійних мешканців і мешканок громад України до внутрішньо переміщених осіб. Більшість постійних мешканців і мешканок громад, куди переселялися українці, позитивно ставляться до внутрішньо переміщених осіб і співчують переселенцям через те, що ті опинилися у важкій ситуації, лише незначна частина громади ставиться до переселенців негативно або нейтрально.

Останнім часом створюються організаційні структури, які допомагають внутрішньо переміщеним особам у питаннях працевлаштування, відкриття власного бізнесу, пошуку житла, медичного забезпечення тощо. Робота організаційних структур має свої результати. Протягом дуже важкого 2022 року в Україні зареєстровано вже понад 220 тис. нових ФОП і понад 20,6 тис. нових ТОВ. Частка жінок серед нових ФОП становила 52%, а частка відкритих жінками нових ТОВ збільшилася на 3,2% порівняно з показниками 2021 року [18]. Безумовно, це свідчить про активізацію процесу інституціалізації соціальних практик «внутрішньо переміщених осіб» в Україні. Щодо перспективи досліджень, то, на нашу думку, треба продовжити дослідження процесу інституціалізації соціальних практик «внутрішньо переміщених осіб» у напрямі аналізу соціальної структури безпосередньо пов'язаних із ними нових соціальних інституцій.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Біженці і внутрішньо-переміщені особи російсько-української війни: соціальні характеристики й практики / М. Бірюкова, І. Рущенко, Н. Ляшенко, С. Григор'єва. Науково-теоретичний альманах Грані. 2022. № 6. С. 143–156. URL: <https://doi.org/10.15421/172282> (дата звернення: 13.07.2023).
2. Бень О.Т. Інституціалізація: теоретична інтерпретація поняття. *Вісник Львівського університету. Серія «Соціологічна»*. 2012. Вип. 6. С. 181–190.
3. Головаха Є., Паніна Н. Пострадянська деінституціалізація і становлення нових соціальних інститутів в українському суспільстві. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*. 2001. № 4. С. 5–22.
4. Настояща К. Соціальні практики: спроба типології по вертикалі. *Нова парадигма*. № 132. С. 172–183. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nopa\\_2017\\_132\\_18](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nopa_2017_132_18) (дата звернення: 13.07.2023).
5. Широкова Є.О. Вимушені переселенці в сучасній Україні: політичні та соціальні аспекти проблеми. *Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики*. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/staphttp\\_2016\\_69-70\\_25](http://nbuv.gov.ua/UJRN/staphttp_2016_69-70_25) (дата звернення: 23.06.2023).
6. Міхеєва О., Середа В. Сучасні українські внутрішньо переміщені особи: основні причини, стратегії переселення та проблеми адаптації. *Стратегії трансформації і превенції прикордонних конфліктів*

в Україні : зб. ан. мат. Львів : Галицька видавнича спілка, 2019. С. 9–49.

7. Оцінка потреб та можливостей зайнятості внутрішньо переміщених осіб в Україні: узагальнення результатів дослідження та рекомендації Міжнародна організація праці / Група технічної підтримки з питань гідної праці та Бюро МОП для країн Центральної та Східної Європи. Будапешт: МОП. URL: [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---europe/---ro-geneva/---sro-budapest/documents/publication/wcms\\_464289.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---europe/---ro-geneva/---sro-budapest/documents/publication/wcms_464289.pdf) (дата звернення: 17.05.2023).

8. Калгані Ю., Шанідзе О. Гендерний аналіз соціальних практик українських біженців 2022 року. *Грані* : науково-теоретичний альманах. Київ, 2023.

9. Рущенко І. Великий вихід українського народу (феномен переміщених осіб 2022 року). *Український соціум*. 2022. № 6. С. 155–168.

10. Українське суспільство в умовах війни : монографія / С. Дембіцький, О. Злобіна, Н. Костенко. Київ : Інститут соціології НАН України, 2020. 410 с.

11. Біженці та внутрішньо переміщені особи України на шляхах війни: кроки незламності : монографія / В.І. Подшивалкіна, Н.В. Коваліско та ін. ; за ред. М.В. Бірюкової. Київ, 2023. 440 с.

12. Балакірева О.М. Трудовий потенціал та рівень державної підтримки внутрішньо переміщених осіб. *Міжнародна науково-практична конференція «Внутрішньо переміщені особи в Україні: реалії та*

*можливості»*, 27 лютого 2015 р. URL: <http://ief.org.ua/?p=4562> (дата звернення: 23.07.2023).

13. Повертаються через сум за домом і безробіття: що ми знаємо про внутрішніх переселенців. *Національна платформа стійкості та згуртованості*. URL: <https://np-resilience.com.ua/articles/povertaiutsia-cherez-sum-za-domom-i-bezrobittia-shcho-my-znaiemo-pro-vnutrishnikh-pereselentsiv> (дата звернення: 14.05.2023).

14. Стратегія щодо ВПО до 2025: важка місія інтеграції. *Кореспондент.net*. URL: <https://ua.korrespondent.net/articles/4568549-stratehiia-schodo-vpo-do-2025-vazhka-misiia-intehratsii> (дата звернення: 03.06.2023).

15. Більшість переселенців не стикалися з дискримінацією – опитування. *Українська правда*. URL: <https://www.pravda.com.ua/news/2016/10/25/7124755/> (дата звернення: 07.05.2023).

16. Барсукова О. Понад 77% внутрішніх переселенців відчувають позитивне ставлення до себе. Опитування. *Українська правда*. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2022/12/21/251950/> (дата звернення: 24.06.2023).

17. Моложон М. Громадська організація «Центр спільного розвитку «Дієва громада». URL: <https://starobilsk.city/?p=2118> (дата звернення: 23.07.2023).

18. Смирнова І. Жіноча справа: жінок-ФОП більше, ніж чоловіків – чим вони займаються. URL: <https://thepage.ua/ua/economy/yak-zminivsa-gendernij-balans-u-biznesi-v-ukrayini-v-2022> (дата звернення: 26.07.2023).



## ВПЛИВ РУХІВ #OSCARSSOWHITE ТА BLACK LIVES MATTER НА ЗМІНИ В ПОЛІТИЦІ РАСОВОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ ГОЛЛІВУДУ

### THE IMPACT OF #OSCARSSOWHITE AND BLACK LIVES MATTER MOVEMENTS ON CHANGES IN HOLLYWOOD'S RACIAL TOLERANCE POLICY

*Стаття присвячена вивченню впливів рухів #OscarsSoWhite та Black Lives Matter на зміни в політиці Голлівуду щодо расової толерантності. Розглянуто расовий склад серед авторів сценарію, команди виробників та акторського складу впродовж 2011–2020 рр., коротко охарактеризовано проблеми, які висвітлено в голлівудських фільмах, з акцентом на ті, що номіновано на премію «Оскар» у 2017–2020 рр.; проаналізовано ставлення громадськості до нової політики Голлівуду в площині расової толерантності. Особливу увагу звернено за нові вимоги, що висуватимуться до кінострічок, що претендуватимуть на перемогу в номінації «Найкращий фільм». Автори доводять, що, попри консерватизм мислення, шаблонність і стереотипність у зображенні персонажів, активне використання тропів, кіноіндустрія Голлівуду все ж зазнає змін, ці зміни викликані в тому числі й активною позицією акторів, які виступають проти расової дискримінації в першій чверті XXI століття.*

*Рухи #OscarsSoWhite та Black Lives Matter кардинально вплинули на ще більше втілення в практику Голлівуду політики расової та національної толерантності. Колись білий і консервативний Голлівуд, що чинив колосальний опір змінам, останні п'ять років змушений був переглянути свої вимоги до контенту фільмів і складу кінокоманд, прагнучи довести склад до пропорції, характерної для національного складу населення США (40% національних меншин). Поки що цієї пропорції дотримано лише серед акторського контингенту. Тим не менше будь-які зміни варто запроваджувати зважено й раціонально, зважаючи на історичний контекст і вимоги сьогодення, і не варто в історичні фільми та класику вносити стандарти сучасності, як це прагнуть зробити кінокомпанії під впливом активного громадського тиску.*

**Ключові слова:** Голлівуд, расизм, «Оскар», толерантність, #OscarsSoWhite, Black Lives Matter.

*The article is devoted to the impact of the #OscarsSoWhite and Black Lives Matter movements on changes in Hollywood's racial tolerance policies. It examines the racial composition of writers, production crew, and casts from 2011 to 2020; briefly characterizes the issues highlighted in Hollywood films, with an emphasis on those nominated for Academy Awards in 2017–2020; the attitude of the public to the new policy of Hollywood in the area of racial tolerance is analyzed. Particular attention to the new requirements that will be put forward to the films that will claim victory in the "Best Film" nomination is paid. The authors prove that despite the conservatism of thinking, and stereotypes in the portrayal of characters, the active use of tropes, the Hollywood film industry is still undergoing changes, and these changes are also caused by the active position of actors who oppose racial discrimination in the first quarter of the 21st century.*

*The #OscarsSoWhite and Black Lives Matter movements have had a profound effect on the further implementation of the politics of racial and national tolerance in Hollywood. The once white and conservative Hollywood, which was tremendously resistant to change, in the last five years had to revise its requirements for the content of films and the composition of film crews, seeking to bring the composition to the proportion characteristic of the national composition of the US population (40% of national minorities). So far, this proportion has been observed only among the acting contingent. Nevertheless, any changes should be introduced carefully and rationally, taking into account the historical context and the requirements of the present, and it is not necessary to introduce modern standards into historical films and classics, as film companies seek to do under the influence of active public pressure.*

**Key words:** Hollywood, racism, Oscar, tolerance, #OscarsSoWhite, Black Lives Matter.

УДК 316.347  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.5>

**Кругляк М.Е.**

к.іст.н.,  
доцент кафедри туризму  
та готельно-ресторанної справи  
Державний університет  
«Житомирська політехніка»

**Богач Н.В.**

студент  
Державний університет  
«Житомирська політехніка»

Проблеми расизму у світі, на жаль, є актуальними в першій чверті XXI століття. Є расизм і в Україні. За даними дослідження, проведеного у 2019 році Київським міжнародним інститутом соціології, найбільш негативно українці ставляться до румунів, африканців і ромів. 33% респондентів вважають, що до нашої країни взагалі не треба пускати ромів, 17% виступають проти африканців, майже 11% – проти румунів. Четверту й п'яту сходинки посідають євреї та кримські татари [12]. Тим не менше Україна не є винятком. І навіть у країнах із розвиненою демократією час від часу спостерігаємо прояви цього ганебного явища. Оглядачка DW Дженіфер Гонсалес зауважує: «Убивство Джорджа Флойда вкотре засвідчило, що дискримінація афроамериканців глибоко вко-

ренилася в США. Покласти цьому край має саме біла Америка» [3]. У політичній площині наявність расизму в американському суспільстві загострив рух Black Lives Matter, що виник у 2020 році як реакція на жорстоке вбивство білим поліцейським чорношкірого зловмисника під час затримання. У сфері культури й мистецтва яскравим прикладом існування расизму є кіноіндустрія й, зокрема, популярна у світі премія «Оскар». Саме «Оскар» є тим лакмусовим папірцем, що демонструє нам рівень толерантності американського суспільства й часто його непрямо визначає.

Метою статті є показати, у який спосіб рухи #OscarsSoWhite та Black Lives Matter вплинули на зміну політики Голлівуду з тематики, виробництва й зображення небілого населення

в кінопродукції; як взаємопов'язані між собою політичні вимоги расової толерантності й мистецтво.

Під час підготовки статті використано аналітичні публікації зарубіжних [3; 16; 19; 23; 24; 26; 28; 31; 32] і вітчизняних [4; 6; 7; 8; 10; 11; 12] журналістів, оглядачів газет DW, «LB», «The Guardian», «Daily Mail». Важливим джерелом інформації є «Hollywood Diversity Report» («Звіт з різноманіття Голлівуду»), де подано статистичні дані про зміни впродовж 2011–2020 рр. у расовому складі акторів, режисерів, сценаристів, задіяних до створення картин у США [21; 22].

За традицією, у середині січня 2016 р. було офіційно оголошено список претендентів на премію «Оскар». Однак громадськість була здивована тим, що в двадцяти акторських номінаціях вдруге поспіль були лише білі виконавці. Афроамериканські селебріті стали вимагати рівних для всіх шансів здобути золоту статуетку. Відома чорношкіра виконавиця Віола Девіс в інтерв'ю сказала: «Оскар» має ознаки проблеми, яка є загальною проблемою кіноіндустрії в Голлівуді». Її підтримали чорношкірі актори: подружжя Вілл Сміт і Джада Пінкетт-Сміт, режисер Спайк Лі. Разом вони закликали бойкотувати «Оскар» і відмовилися прийти на церемонію. Бойкот своїх колег підтримали відомі білі актори Марк Руффало й Даєн Хоффман [1]. Із цього приводу Ейприл Рейн запропонувала вірусний хештег #OscarsSoWhite [14].

Бойкот зірок першої величини значною мірою вплинув на Кіноакадемію, що можна побачити на прикладі претендентів на премію «Оскар» 2017 р. Зокрема, найкращою картиною тоді було визнано «Місячне сяйво» («Moonlight»), серед номінантів були стрічки про расову дискримінацію «Паркани» («Fences») і «Приховані фігури» («Hidden Figures»). Серед претендентів на статуетку в номінаціях «Найкращий актор» був афроамериканець Дензел Вашингтон, переможцями в номінаціях «Найкращий актор другого плану» та «Найкраща акторка другого плану» стали чорношкірі Махершала Алі й Віола Девіс (ще одна афроамериканка Октавія Спенсер була серед претенденток на нагороду) [25].

«Місячне сяйво» Баррі Дженкінса – прорив у традиції зображення чорношкірих у кінематографі. Стрічка, що виборола три «Оскари» (2017), маючи бюджет лише у 1,5 млн дол. США й зазнавши критики через експлуатацію проблем расизму й гомофобії [7]. Головний герой – афроамериканець Широн, що проживає з матір'ю-наркоманкою в криміногенному гомофобному гетто Маямі й усвідомлює, що є геєм. У трьох частинах показано еволюцію образу Широна – від забитого й наляканого підлітка, що піддається булінгу в школі й на

якого матері начхати, до наркодилера й кримінального авторитета [24]. «Коли ви вирости, вам кажуть, що, як чорношкірий, ви маєте бути набагато кращим від колег», – каже актор Треванте Роудс [23]. Дмитро Десятерик зазначає: «Найпростіше було б списувати «Оскар» «Місячного сяйва» на політкоректність... але Кіноакадемія також прагне підтримувати нові тенденції. І в цьому сенсі аналогів «Місячному сяйву», принаймні тематично, в голлівудському мейнстрімі на ту мить не було. Ще ніхто не намагався розповісти історію виживання гея в брутальному краєвиді афроамериканського гетто – причому зробити це максимально делікатно й відверто водночас» [4].

«Приховані фігури» – біографічна драма режисера та сценариста Теодора Мелфі та Елісон Шредер про трьох афроамериканок-математиків, що працюють у НАСА під час «космічної гонки». Стрічка має три номінації на «Оскар», загалом 36 перемог у 94 номінаціях [20]. У фільмі показані типові для 1960-х рр. прояви расизму: окремі місця для чорношкірих у громадському транспорті, окремі полиці в бібліотеці, окремих відділ у НАСА, окремі туалети, відверто негативне ставлення деяких працівників до колег-афроамериканців і троп «Білий рятівник» (герой Кевіна Костнера руйнує табличку «Для білих» у туалеті) [16]. «Фільм настільки надихає, бо ми є свідками їхньої наполегливості, їхнього неймовірного духу й таланту та новаторського впливу на освоєння людством космосу. Це вражає, бо вони зробили це, борючись із сексизмом і расизмом», – написано в рецензії на стрічку [20].

У фільмі «Паркани», знятому за п'єсою Огаста Уїлсона, змальовано сімейну історію чорношкірих у США 1950-х рр. Трой Максон живе з дружиною Роуз і сином Корі в Піттсбурзі, займається збиранням сміття, а багато років тому грав у бейсбол в одній із ліг для чорношкірих. Трой упевнений, що не зміг просунути в спортивній кар'єрі через колір шкіри. Ставлення до близьких у Троя непросте: він зраджує дружину із жінкою з бару; брата використовує заради грошей, а із сином має нервові стосунки. У Корі є шанс займатися футболом професійно, але Трой заздрить успіхові сина. Паркан, що Трой буде перед будинком, – це символ сегрегації й загальної психологічної потреби спорудити фортецю, у якій афроамериканці ніби перебувають «усередині» й можуть відмежуватися од світу «білих». Значна частина промов героїв акцентує на їхньому статусі «кольорових». Паркан символізує біль, прагнення й можливості, яких чорношкірі позбавлені [18].

Важко обвинуватити «Оскар» у расизмі й у наступні роки. 2019 р. найкращим фільмом визнано «Зелену книгу» («Green Book») – біографічну драму режисера Пітера Фарреллі

про історію подорожі Півднем США відомого джазового піаніста-афроамериканця Дона Ширлі й водія італійського походження Тоні Валлелонгі. Фільм отримав три «Оскари», має 58 перемог і 123 номінації. До середини 1960-х рр. у США діяли дискримінаційні «Закони Джима Кроу». Якщо на Півдні існували заклади, що обслуговували афроамериканців, то на Півночі й Заході у «звичайні» місця для відпочинку пускали лише білих. Поштовий перевізник Віктор Гюго Грін (1892–1960) підготував «Зелену книгу негритянського автомобіліста», аби допомогти водіям орієнтуватися на дорозі й знайти готелі, ресторани, СТО [29].

Американські журналісти знайшли в стрічці чимало шаблонності, зокрема тропи «Чарівний негр» (Дон Ширлі своєю інтелігентністю змушує Тоні зростати інтелектуально й морально), «Білий рятівник» (Тоні не раз захищає свого чорношкірого роботодавця). П. Перрет зазначає: «Валлелонга очікує, що під час подорожі виникнуть «проблеми», але має лише туманне уявлення про принизливу реальність життя багатьох афроамериканців. Походячи з багатокультурного Нью-Йорка й будучи частиною усталеної італійсько-американської спільноти, Валлелонга з'являється, щоб захистити від небезпеки, яку взяли чорношкірі американці... Фільм намагається підкреслити, що культурне обумовлення переваги білого є в основі як глибокого расизму, вплетеного в тканину Джима Кроу, так і расових упреждень, які Валлелонга демонструє на іншому боці спектру – те, що він спершу спростовує, але починає розуміти» [26]. Українські експерти вбачають у фільмі зв'язок із сучасністю: «Дон і Тоні влаштували на екрані власну маленьку Революцію Гідності. І перемогли. Гідність завжди перемагає...» [4].

У 2018 р. афроамериканець уперше переміг у номінації «Найкращий режисер» – Джордан Піл («Пастка»). Чорношкірого режисера Спайка Лі відзначено перемогою в номінації «Найкращий оригінальний сценарій» за картину «Чорний куклукскланівець» (2019).

«Чорний куклукскланівець» (“BlacKkKlansman”) – комедія режисера Спайка Лі, основана на реальній історії 1979 р. чорношкірого поліцейського Рона Сталворта та його напарника-єврея Фліпа Циммермана, які здійснили подвиг, увійшовши до складу Ку-клукс-клану й розваливши його [15]. Попри те що фільм називають комедією, він порушує доволі серйозні проблеми й містить епізоди зі стрільниною та вбивством людей. Режисер ніби сміється з «наївних» членів Ку-клукс-клану, але це більше сатира, ніж гумор, бо в реальному житті подібні жарти мали зовсім інші наслідки. «Схоже, фільм хоче сколихнути глядачів, розплющити їм очі на небезпеку, яку конкретно Ку-клукс-клан і перевага білих ста-

новлять не тільки для чорношкірих американців, а й для американців-євреїв та інших, які виступають проти програми «білих християн», яку у фільмі проголошують прихильники переваги білої раси» (Аліса Вілкінсон) [32].

«Пастка» (“Get Out”) – детективно-сатиричний фільм жахів режисера Джордана Піла. Афроамериканець Кріс і його біла дівчина Роуз їдуть на північ, аби відвідати її батьків на уїк-енд. Спершу юнак сприймає надто поступливу поведінку сім'ї як спроби розібратися з міжрасовими стосунками дочки, але низка відкриттів, зокрема те, що в заміському будинку всі слуги – чорношкірі, а гості – білі, приводить до істини: дівчина використовує тіла чорношкірих, аби пересадити в них мозок заможних білих людей і своїх родичів, адже чорні «в моді».

«... “Пастка” – це не відвертий, очевидно страшний вид расизму – палаючі хрести, лінчування та ричання ненависті. Натомість він показує, як расистська поведінка, яка намагається бути нестрашною, є жахливою, і змушує нас відчувати цей жах. За традиціями найкращих соціальних трилерів «Пастка» бере тему випадкового расизму – і перетворює її на те, що ви відчуваєте у своєму животі», – пише Аліса Вілкінсон [31]. Аджа Романо зазначає: «Пастка» винахідливо використовує звичайні тропи жахів, щоб розкрити правду, наскільки згубним є расизм у світі. Він не відмовляється від жодного засудження, уставляючи «білого рятівника» або роблячи кроки до пацифізму й толерантності. Ні: у фільмі біле суспільство є свідомим розповсюджувачем зла, і Кріс повинен бути уважним до його доброзичливого расизму. Він має це зробити, щоб вижити» [28]. Елізабет А. Паттон бачить у стрічці неоліберальний і структурний расизм. Чорні тіла героїв фільму зникають на білих околицях міста, що можна порівняти з «минулими травматичними історіями й сучасними реаліями», коли чорношкірі змушені прокласти собі шлях через приміські околиці [27, р. 22].

За підрахунками фахівців, у 2019 р. половина статуеток Кіноакадемії дісталася афроамериканцям. Станом на грудень 2020 р., афроамериканські актори й акторки вибороли 39 «Оскарів» за весь час існування премії, з них у ХХІ столітті – 24, а з 2010 р. – 15 [30].

Суттєвих змін зазнала американська кіноіндустрія в другій половині 2020 р., що можна розглядати як наслідок руху Black Lives Matter. У червні 2020 р., через місяць після вбивства Джорджа Флойда, понад 4 000 креативних людей, у т. ч. актор Мікаела Коель і британський митець Ноель Кларк, закликали колег допомогти викоренити расизм та активніше залучати чорношкірі таланти в усіх секторах кіновиробництва [14]. Провідні стримінгові сервіси та кіновиробники вдалися до перегляду контенту. Так, культовий кінофільм «Від-

несені вітром» (1939) вирішено було прибрати зі сервісу HBO Max. Пояснення цьому крокові дав автор сценарію фільму «12 років рабства» Джон Рідлі. У своїй колонці в Los Angeles Times він зазначив, що ця кіноробота «прославляє довоєнні стереотипи щодо людей з іншим кольором шкіри». Дещо пізніше стрічку повернули на платформу, однак тепер її супроводжує промова про расизм та історичний контекст фільму. У заяві, оприлюдненій HBO Max, сказано, що фільм був «продуктом свого часу», змальовував «етнічні та расові забобони, які були хибними тоді й лишуються хибними сьогодні» [2; 13].

Ще один стримінговий сервіс – Disney+ – вирішив теж не відставати од нових тенденцій. Відтепер до старих мультфільмів унесено попередження про расизм та інші негативні стереотипи, що в них можна побачити. Так, низка анімаційних стрічок уже має звернення на кшталт: «Цей мультфільм містить негативні зображення та/або жорстоке поводження з людьми чи культурами. Ці стереотипи були і є помилковими». Мова йде про анімації «Леді та Блудько» (1955), у якій сцени з двома сіамськими кішками нагадують стереотипи про азійців, і «Пітер Пен» (1953). В останній деякі герої використовують расистську лайку щодо корінного населення («червоношкіри»). Пісню, назва якої спершу була «Що робить червону людину червоною», переробили на «Що робить людину сміливою» [8]. Танці в головних уборах загублених хлопців і самого Пітера, йдеться в заяві кіностудії, – це форма глузування та привласнення культури й образності корінних народів [17].

Бажання бути в тренді, відкрито демонструвати свою толерантність і не бути підданим остракізму з боку глядачів і громадськості часто змушує виробників кінопродукції йти на ризиковані експерименти. Нещодавно Netflix показав серіал «Бріджертони», дія якого відбувається в Лондоні з 1811 по 1820 рр. Ролі аристократів дали виконувати чорношкірим акторам. Або такий факт: головну роль у трисерійній стрічці «Анна Болейн» (2021) грає чорношкіра акторка Джоді Тернер-Сміт. У жовтні 2020 р. стало відомо, що в казці від Disney під назвою «Sneakerella» («Кросолюшка») роль Попелюшки зіграє хлопчик-афроамериканець. Головний герой працює в магазині взуття в Нью-Йорку та створює кросівки. Після таких мистецьких підходів не варто дивуватися критиці серіалу «Чорнобиль» з боку британської мисткині Карли Мері Світ, яка обурювалася відсутністю чорношкірих акторів у роботі, нібито це ще одна спроба «зробити їх непомітними» [6; 9].

8 вересня 2020 р. Американська академія видала меморандум інклюзивності, згідно

з яким кінострічки зможуть опинитися в категорії «Найкращий фільм» та отримати найпочесніший «Оскар». Ці стандарти почнуть діяти з 2024 р. Отже, аби потрапити до номінації, необхідно, щоб під час виробництва кінопродукту було впроваджено мінімум два стандарти з чотирьох: 1) акторський склад і сюжет; 2) знімальна група; 3) кіностудія; 4) дистрибуція. Так, мінімум один виконавець ролі (головної чи другорядної) повинен мати афро-, латиноамериканське чи азійське походження. Не менше ніж третина акторів у ролях другого плану та масовки – жінки, «кольорові» американці, ЛГБТК+ чи люди з особливостями фізичного або ментального розвитку. Відповідно, основна сюжетна лінія так чи інакше про одну зі згаданих вище груп населення. І в складі знімальної групи, кіностудії та в компанії-дистрибутері мають бути представники цих груп. Кінокомпанії належить оплачувати або організувати навчання/стажування для працівників, що належать до національних меншин. Інакше кажучи, у всіх відділах кіноіндустрії потрібно дотримуватися квоти щодо жінок, членів расових та етнічних груп, людей із фізичними й когнітивними вадами, представників ЛГБТ-спільноти [6; 10].

Дискримінацію в Голлівуді можна прослідкувати за кореляцією «біле населення» – меншини (див. таблицю 1, рис. 1). У 2010–2020-ті рр. «кольорові» становили 40% населення США. Однак лише у 2020 р. «меншість» зіграла 39,7% ролей у фільмах, тоді як у попередні роки ця цифра була значно меншою: 10,5% у 2011 р., 13,6% у 2015 р., 19,8% у 2017 р. [21, р. 21].

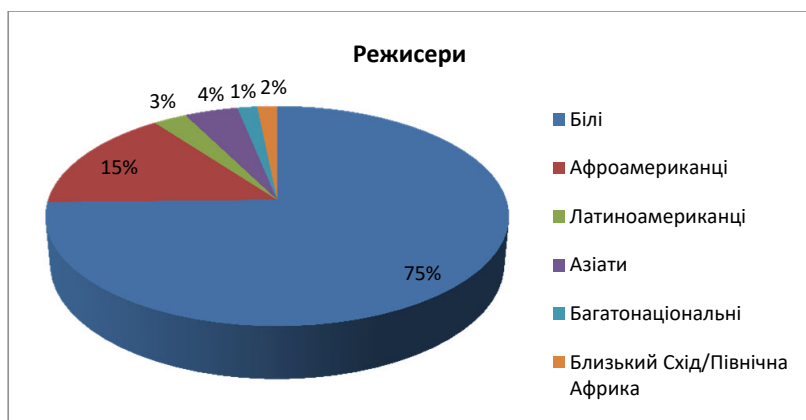
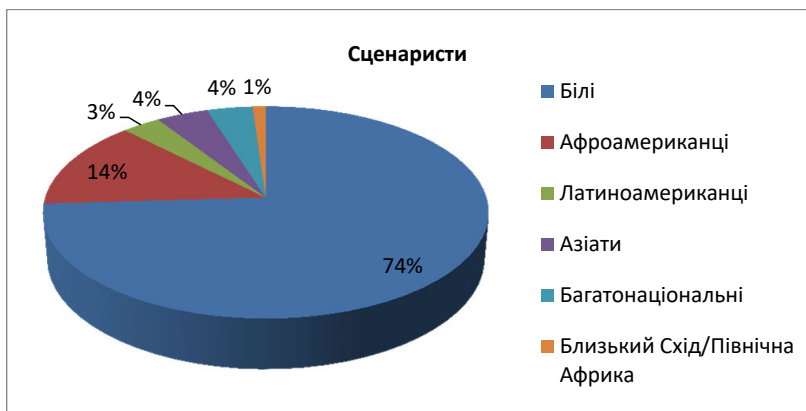
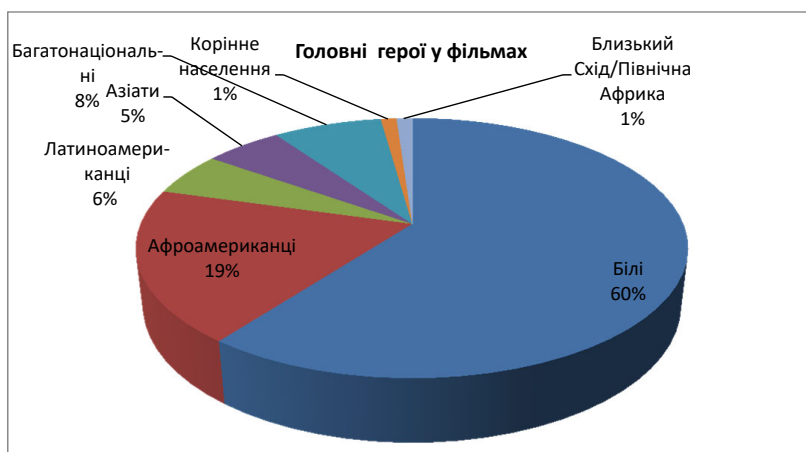
Разючі зміни в кадровому складі команд знаходимо у Звіті про різноманітність (2021). І тут ми спостерігаємо суттєве зростання частки «кольорового» населення в категоріях акторів, режисерів та авторів сценарію. Якщо у 2011 р. білі актори грали 89,5% ролей, то у 2020 р. лише 60,3%, тобто частка «кольорового» населення зросла з 10,5 до 39,7% (майже в 4 рази). Не такі швидкі зміни поки що відбулися в середовищі сценаристів. У 2011 р. білих авторів було 92,4%, натомість 2020 р. – 74,1%. Серед режисерів у 2011 р. білі становили 87,8%, а у 2020 р. – 74,6% [22, р. 11, 13, 21, 23, 27, 28].

У лютому 2021 р. в расизмі було обвинувачено Голлівудську асоціацію іноземної преси (HFPA), відомого організатора премії «Золотий глобус». Головна претензія з боку акторів і мас-медіа – за останні десятиріччя членами HFPA є лише білі американці. План реформ, запропонований асоціацією, у травні 2021 р. не викликав у представників кіноіндустрії позитивних емоцій. Як наслідок, WarnerMedia, Netflix та Amazon відмовляються од співпраці із «Золотим глобусом», канал NBC не планує транслювати церемонію у 2022 р. Актор

Таблиця 1

**Представництво національних «меншин» (minority) у Голлівуді (2011–2020)**  
 [22, с. 2, 11, 13, 21, 27]

Головні герої у фільмах (film leaders), у %										
	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Білі	89,5	84,9	83,3	87,1	86,4	86,1	80,2	73,4	72,4	60,3
Меншини	10,5	15,1	16,7	12,9	13,6	13,9	19,8	26,6	27,6	39,7
Сценаристи (film writers), у %										
Білі	92,4	92,2	88,2	92,0	94,7	91,9	92,2	89,6	86,1	74,1
Меншини	7,6	7,8	11,8	8,0	5,3	8,1	7,8	10,4	13,9	25,9
Режисери (film directors), у %										
Білі	87,8	89,0	82,2	87,1	89,9	87,4	87,4	80,7	85,6	74,6
Меншини	12,2	11,0	17,8	12,9	10,1	12,6	12,6	19,3	14,4	25,4



**Рис. 1. Расовый склад Голлівуду (актори, сценаристи, режисери, 2020)** [22, с. 13, 23, 28]

Том Круз повернув свої нагороди, а Скарлетт Йоханссон і Марк Руффало закликали до бойкоту премії. Громадськість обурив той факт, що рейтингів кінострічки «Ма Рейні: Матір Блюзу», «Одна ніч у Маямі», «Юда і чорний місяць» опинилися поза шортлістом категорії «Найкращий фільм». Напевно, тому, що головні ролі зіграли афроамериканці [11].

Інновації в американському кіновиробництві, що мають місце в останні роки, як викликають схвалення, так і зазнають осуду. Звісно, вітають розглянуті вище нововведення активні прихильники рухів #OscarsSoWhite та Black Lives Matter, тобто в основному митці-афроамериканці й ліберальна інтелігенція, яка їм симпатизує. Зокрема, президент Кіноакадемії Девід Рубін і виконавча директорка Доун Хадсон вважають, що відтепер «під час створення фільмів буде краще відображене різноманітне глобальне населення світу», відповідно, буде більший ступінь вірогідності того, що глядачі з усього світу побачать у фільмах себе [5]. Журналіст Юрій Самусенко вважає, що нові стандарти до фільмів, що буде запроваджено з 2024 р., «з легкістю виключать можливість номінацій для темношкірих акторів і надалі». На думку оглядача, стандарти діють лише щодо номінації «Найкращий фільм», але не стосуються акторського складу. До того ж виробникові кінопродукту буде достатньо мати 30% жінок серед стажерів чи у штаті відділу піару, і відбір буде пройдено [10].

Зміни в Голлівуді призвели до появи такого явища, як «зворотний расизм». 11 липня 2020 р. у Daily Mail (Великобританія) вийшла стаття Керолін Грехем «Голлівудська криза ідентичності: актори, письменники та продюсери попереджають про «зворотний расизм» у кіноіндустрії, яка створила «токсичний» клімат для будь-кого, хто є білим чоловіком середнього віку». Ось деякі красномовні цитати із цієї публікації: «Іде революція. Білих акторів звільняють. Укази керівників студій чітко дають зрозуміти, що роботу можна дати лише меншинам – расовим і сексуальним»; «Нова хвиля того, що деякі називають антибілим упередженням, змушує сценаристів, режисерів і продюсерів боятися, що вони більше ніколи не працюватимуть. Один описав нинішню атмосферу як «токсичнішу, ніж Чернобиль», а головні актори бояться говорити про це через побоювання, що їх назвуть расистськими». А далі автор публікації наводить цитати чорношкірих режисерів, які різко висловилися на адресу своїх білих колег. Зокрема, афроамериканський режисер («Пастка», «Ми») Джордан Піл заявив, що не збирається наймати білих для роботи у своїх фільмах: «Я просто не бачу, як я можу обрати на роль у своєму фільмі білого. Не те щоб я не любив білих, але я вже бачив фільми з ними раніше». Чорношкіра режи-

серка фільму «Сельма» Ава Девюрней у твітері написала: «Кожен має право на свою думку. І ми – чорні продюсери, у яких є влада в індустрії розваг, маємо право не наймати тих, хто принижував нас» [19].

Отже, рухи #OscarsSoWhite (2016) та Black Lives Matter (2020) значною мірою вплинули на американську кіноіндустрію. Серед позитивних зрушень – розширення тематики фільмів, творчі експерименти із сюжетом і композицією, активніше залучення небілих акторів, режисерів і сценаристів, прагнення зробити фільми більш зрозумілими для «кольорового» населення США та світу, тенденція до відповідності расового складу населення США й кінокоманди (актори, сценаристи, режисери), підтримка талановитої молоді, що належить до національних меншин. Водночас розглянуті вище зміни часто впроваджуються недоцільно й, замість критеріїв «професіоналізм» та «історична правдивість», кіновиробники змушені послуговуватися критеріями гендерної та расової різноманітності; викривляти правдивість зображення, даючи ролі політичних лідерів країни-метрополії чорношкірим акторам, що історично було неможливим; насичувати сюжетні лінії соціальними проблемами й залучати до акторських лав людей без відповідного досвіду та майстерності, однак відповідно до прописаних згори стандартів.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Афроамериканці нарікають на дискримінацію на Оскарах. URL: [https://www.bbc.com/ukrainian/society/2016/01/160122\\_oscar\\_diversity\\_om](https://www.bbc.com/ukrainian/society/2016/01/160122_oscar_diversity_om) (дата звернення: 27.08.2023).
2. «Віднесені вітром» прибрали з HBO через расизм. URL: <https://www.bbc.com/ukrainian/news-52992467> (дата звернення: 27.08.2023).
3. Гонсалес Дж. США мають нарешті протистояти расизму. URL: <https://www.dw.com/uk/коментар-сша-мають-нарешті-протистояти-расизму-а-53657198> (дата звернення: 27.08.2023).
4. Десятерик Д. Чорні життя мають значення. URL: <https://day.kyiv.ua/uk/article/kultura/chorni-zhyttya-mayut-znachennya> (дата звернення: 27.08.2023).
5. Коментар: Реформа «Оскара» – красива обгортка. URL: <https://www.dw.com/uk/коментар-реформа-оскара-красива-obhortka/a-54870648> (дата звернення: 27.08.2023).
6. Куприненко Н. Чорношкірі актори і кінематограф. URL: <https://womo.ua/chornoshkiri-aktori-i-kinematograf/> (дата звернення: 27.08.2023).
7. Литвинова Д. Від блекфейсу до #BlackLivesMatter: як зображували афроамериканців у Голлівуді. URL: <https://yabl.ua/2020/06/25/yak-zobrazhuvali-afroamerikanciv-u-gollivudi> (дата звернення: 27.08.2023).
8. Луценко Є. У мультфільмах на Disney+ з'являться попередження про негативні стереотипи замість того, щоб видаляти такі моменти. URL: <https://hromadske.ua/posts/u-multfilmah-na-disney->

zyavlyatsya-poperedzhennya-pro-negativni-stereotipi-zamist-togo-shob-vidalyati-taki-momenti (дата звернення: 27.08.2023).

9. Попелюшка стане хлопцем-афроамериканцем у новому фільмі Дісней. URL: <https://www.volyn24.com/news/162803-popelyushka-stane-hlopsem-afroamerykancem-u-novomu-filmi-disnej> (дата звернення: 27.08.2023).

10. Самусенко Ю. Як змінилися правила «Оскара»: сексизм, расизм і пандемія. URL: <https://suspilne.media/123627-ak-zminilisa-pravila-oskaru-seksizm-rasizm-i-pandemia/> (дата звернення: 27.08.2023).

11. Собецька Я., Раєвський Д. Голлівуд бойкотує премію «Золотий глобус» через расизм, сексизм та корупцію. URL: <https://babel.ua/texts/63810-gollivud-boykotuye-premiyu-zolotiy-globus-cherez-rasizm-seksizm-ta-korupciyu-tom-kruz-vzhe-povernuv-tri-premiji-a-netflix-i-amazon-vidmovlyayutsya-spiivpracyuvati-z-organizatorami-shcho-vidbuvayetsya> (дата звернення: 27.08.2023).

12. Суслова І. Чи є в Україні расизм? URL: [https://lb.ua/blog/iryana\\_suslova/480524\\_chi\\_ie\\_ukraini\\_rasizm.html](https://lb.ua/blog/iryana_suslova/480524_chi_ie_ukraini_rasizm.html) (дата звернення: 27.08.2023).

13. Фільм «Звіяні вітром» повернеться на HBO MAX. Він супроводжуватиметься промо-вою про расизм. URL: <https://mbr.com.ua/uk/news/mediananny/2729-film-unesenny-e-vetrom-vernetsya-na-hbo-max-on-budet-soprovozdatsya-recyu-o-rassizme> (дата звернення: 27.08.2023).

14. Чи змінив рух «Життя чорношкірих мають значення» підхід Голлівуду до інклюзивності? URL: <https://uk.radiodauerbrenner.at/has-black-lives-matter-movement-changed-hollywood-s-approach-inclusivity> (дата звернення: 27.08.2023).

15. Чорний куклукскланівець. URL: <https://www.kinofilms.ua/ukr/movie/582193/> (дата звернення: 27.08.2023).

16. Brody R. "Hidden Figures" is a subtle and powerful work of counter-history. URL: <https://www.newyorker.com/culture/richard-brody/hidden-figures-is-a-subtle-and-powerful-work-of-counter-history> (дата звернення: 27.08.2023).

17. Disney попереджає про расизм у мультфільмах про Пітера Пена, Дамбо та «Книга Джунглів». URL: [https://lb.ua/culture/2020/10/16/468246\\_disney\\_poperedzhaie\\_pro\\_rasizm.html](https://lb.ua/culture/2020/10/16/468246_disney_poperedzhaie_pro_rasizm.html).

18. Fences by August Wilson. Blackness and Race Relations. URL: <https://www.litcharts.com/lit/fences/themes/blackness-and-race-relations> (дата звернення: 27.08.2023).

19. Graham C. Hollywood's identity crisis: Actors, writers and producers warn of 'reverse racism' in the film industry which has created a 'toxic' climate for anyone

who is a white, middle-age man. URL: <https://www.dailymail.co.uk/news/article-8513727/Actors-writers-producers-warn-reverse-racism-film-industry.html> (дата звернення: 27.08.2023).

20. Hidden Figures. URL: <https://www.imdb.com/title/tt4846340/> (дата звернення: 27.08.2023).

21. Hollywood Diversity Report 2018. Five years of progress and missed opportunities. UCLA College, 2019. 84 p.

22. Hollywood Diversity Report 2021. Pandemic in Progress. Part 1: Film. LA: UCLA, 2021. 52 p.

23. Lee B. 'It's impossible to be vulnerable': how Moonlight reflects being a black gay man in the US. URL: <https://www.theguardian.com/film/2016/sep/15/its-impossible-to-be-vulnerable-how-moonlight-reflects-being-a-black-gay-man-in-the-us> (дата звернення: 27.08.2023).

24. O'Falt C. The Craft of "Moonlight": How a \$1.5 Million Indie Landed Eight Oscar Nominations. URL: <https://www.indiewire.com/2017/02/moonlight-oscar-nominations-indie-film-best-picture-1201779770/> (дата звернення: 27.08.2023).

25. Oscar Winners 2017: See the Complete List. URL: <https://abc.com/shows/oscars/news/winners/oscar-winners-2017-see-the-complete-list> (дата звернення: 27.08.2023).

26. Perret P. Green Book highlights the problems of 'driving while black', both then and now. URL: <https://theconversation.com/green-book-highlights-the-problems-of-driving-while-black-both-then-and-now-111561> (дата звернення: 27.08.2023).

27. Race and the Suburbs in American Film / edited by M. Schleier. Albany : State University of New York Press, 2021. 294 p.

28. Romano A. How Get Out deconstructs racism for white people. URL: <https://www.vox.com/culture/2017/3/7/14759756/get-out-benevolent-racism-white-feminism> (дата звернення: 27.08.2023).

29. The Green Book. URL: <https://www.britannica.com/topic/The-Green-Book-travel-guide> (дата звернення: 27.08.2023).

30. The Way-Too-Short List of Black Oscar Winners. URL: <https://www.essence.com/celebrity/way-too-short-list-black-oscar-winners/> (дата звернення: 27.08.2023).

31. Wilkinson A. Get Out is a horror film about benevolent racism. It's spine-chilling. URL: <https://www.vox.com/culture/2017/2/24/14698632/get-out-review-jordan-peelee> (дата звернення: 27.08.2023).

32. Wilkinson A. Spike Lee's BlacKkKlansman draws a ham-fisted line from white supremacy's past to its present. URL: <https://www.vox.com/culture/2018/5/15/17355432/blackkkklansman-review-spike-lee-david-duke-charlottesville> (дата звернення: 27.08.2023).

## СЕКЦІЯ 4 ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

### ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ІНФОРМАЦІЙНОГО ПЕРЕВАНТАЖЕННЯ МЕДІАСПОЖИВАЧІВ У СУЧАСНОМУ МЕРЕЖЕВОМУ ДИСКУРСІ: ТЕОРЕТИЧНА МОДЕЛЬ

### PSYCHOLOGICAL FACTORS OF MEDIA USER'S INFORMATION OVERLOAD IN MODERN NETWORK DISCOURSE: THEORETICAL MODEL

Здійснено теоретико-методологічний аналіз особливостей інформаційного перевантаження медіаспоживачів у дискурсі найбільш популярних соціальних мереж (Telegram, YouTube та Facebook). Феномен перевантаження інформацією розглянуто в динаміці медіаперцептивної суб'єкт-суб'єктної онлайн-комунікації. Особливістю сучасного мережевого дискурсу є наявність суб'єктів творення наративів (медіавиробника, медіаспоживача) та інформаційного кіберпростору з імовірнісним зворотним зв'язком у вигляді коментувальної практики (текстові коментарі, вибір відповідей в опитуваннях, графічні емодзі). Медіаспоживання представлено як єдиний процес синергії механізмів декодування: розпізнавання знаків (кількісні параметри інформації), розуміння смислів (якісні параметри інформації) й антиципація цілей (репрезентація смислового конструкту медіавиробника). Динамічний вимір кодованої інформації визначається такими кількісними параметрами, як мова подання, спосіб представлення, кількість та її структурованість. До якісних параметрів було віднесено релевантність актуальному запиту медіаспоживання, новизну, двозначність інформації та її емоційність. У разі перевантаження інформацією розуміння смислів і антиципація цілей піддаються захисному блокуванню за збереження здатності розпізнавати знаки. Психологічними чинниками інформаційного перевантаження визначено функціональну нестабільність психічного стану (брак якісного сну та низький рівень психологічного благополуччя), ціннісно-мотиваційний (значущість інформації та мотивація інформаційного пошуку), когнітивний (когнітивний стиль), афективний (тривожність та інтолерантність до невизначеності) та поведінковий компоненти (брак розвитку рівня навичок тайм-менеджменту, незначний попередній досвід взаємодії із соціальними мережами).

вач, інформаційний кіберпростір, соціальні мережі.

The peculiarities of media user's information overload in the discourse of the most popular social networks (Telegram, YouTube and Facebook) were theoretically and methodologically analysed. The phenomenon of information overload is examined in the dynamics of online media perceptive interpersonal communication. The modern network discourse includes a person who creates narratives (media producer, media consumer) and information cyberspace with probabilistic feedback in the different forms of comments (text, answers in surveys, emojis). Media consumption is presented as the process of synergy of decoding mechanisms: recognition of signs (quantitative information), understanding of meanings (qualitative information) and anticipation of goals (representation of the semantic construct of the media producer). The dynamic dimension of the coded information is determined by such quantitative parameters as the language and ways of presentation, its amount and its structure. Quality parameters include relevance to media consumption content demand, novelty, ambiguity of information and its emotionality. When someone feels overwhelmed by information, they are preserving the ability to recognize signs but comprehension of meanings and anticipation of goals are protectively blocked. The psychological factors of information overload are defined as functional instability of the mental state (lack of quality sleep and low level of psychological well-being), value-motivational (significance of information and motivation of information search), cognitive (cognitive style), affective (anxiety and intolerance of uncertainty) and behavioral components (insufficient level of time management skills, little previous experience of interaction with social networks).

**Key words:** information overload, network discourse, media consumer, information cyberspace, social networks.

УДК 159.96: [159.93+159.95]:316.4  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.6>

**Мусаковська О.М.**

асистент кафедри психології  
Львівський національний університет  
імені Івана Франка

**Ключові слова:** інформаційне перевантаження, мережевий дискурс, медіаспожи-

**Актуальність проблеми дослідження.** Сучасний мережевий дискурс представлений глобальною мережею безперервних динамічних інформаційних потоків онлайн. Особливо в постковідний період і наявну російсько-українську війну для українських медіаспоживачів важливо своєчасно отримувати якісну інформацію. Адже під час тривалої пандемії коронавірусу та вимушеної соціальної ізоляції інформаційний простір в онлайн-форматі

забезпечував закриття соціальних потреб шляхом опосередкованої інтернетом і гаджетами взаємодії з іншими. Нині він також продовжує включеність у суспільні процеси у відносно безпечних умовах віртуальної комунікації. Водночас реально існуюча загроза життю українців у воєнному стані надала інформації життєво необхідної значущості та важливості її щоденного безперервного моніторингу для досягнення власної безпеки.



Одним із сучасних передових інформаційних джерел продовжують бути соціальні мережі. Зокрема, соціологічне дослідження особливостей медіаспоживання українців на другому році повномасштабної війни, проведене на замовлення Громадянської мережі ОПОРА з 11 травня до 12 червня 2023 р., засвідчило, що соціальні мережі порівняно з попереднім роком залишаються ключовим джерелом новин із достатнім рівнем довіри до них: найбільше українці використовують Telegram (71,3%), YouTube (66,2%) і Facebook (55%) [5].

Тому актуалізована потреба в інформації та розмаїття наявного мережевого дискурсу посилюють небезпеку перевантаження інформацією в медіаспоживачів.

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

На глобальному макрорівні закордонні психологічні дослідження в більшості залишаються зосередженими на темі перевантаження інформацією щодо COVID-19. Зокрема, С. Саркхель, А.К. Бахла, С.К. Прахарадж, М.К. Госал [17] розробили шкалу перевантаження інформацією щодо пандемії коронавірусу (The Corona Information Overload Scale). Також дослідники М. Брейтон, Е. Шульц, А.Б. Сміт, О. Рукетт, Дж. Манчіні [12] продовжили створювати психодіагностичний інструментарій для оцінки надлишку інформації про COVID-19 (Coronavirus Information Overload scale, CovIO). Українські науковці перевантаження інформацією досліджують в опосередкованому предметному контексті медіакомпетентності [4].

**Метою статті** є теоретико-методологічний аналіз особливостей інформаційного перевантаження медіаспоживачів у сучасному мережевому дискурсі. Завдання статті – розглянути поняття «перевантаження інформацією» у суб'єкт-суб'єктному процесі його виникнення в дискурсі соціальних мереж, окреслити психологічні чинники його розвитку та визначити перспективи майбутніх досліджень.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Інформаційне перевантаження – це «<...> стан психічного напруження особи, спричинений надлишком отриманих нею інформаційних повідомлень, що суб'єктивно переживається як стресова ситуація, викликана порушенням продуктивності протікання її пізнавальних психічних процесів та спричиняє психічне захисне блокування якісної глибокої інтелектуальної обробки вхідної інформації та перетворення її на повноцінне особистісне знання цієї людини <...>» [1, с. 24].

У цьому дослідженні перевантаження інформацією розглядається як можливий наслідок сприйняття медіаконтенту у вимірі мережевого дискурсу найбільш популярних соціальних мережах (Telegram, YouTube та Facebook). Суб'єкт як активний медіакористувач інформаційного кіберпростору може виступати в ролі

медіавиробника, який конструює певні наративи, та медіаспоживача, який сприймає відповідний медіаконтент.

Для більш цілісного розуміння інформаційного перевантаження видається доцільним простежити феномен у динаміці медіаспоживання. На рисунку 1 представлено авторську схему виникнення інформаційного перевантаження медіаспоживача у вимірі сучасного дискурсу соціальних мереж, де крізь призму суб'єкт-учинкового підходу В. Татенка [9] та медіаперцептивної комунікації Н. Череповської [4] узагальнено концепції тринітарного розуміння інформації та механізмів її декодування О. Плюща [7], коментувальну практику в соціальних мережах Н. Малєєвої [3] та динамічний вимір інформації в моделях інформаційного перевантаження М. Епплер і Ж. Менгі [14], Т. Джексона та П. Фарзане [15], Ж.Б. Шмітта, К.А. Деббельт і Ф.М. Шнайде [18], М. Арнольд, М. Гольдшмітт і Т. Ріготті [11].

Медіаспоживання представлено як єдиний процес когнітивного аналізу в різних вимірах ментальної організації суб'єкта в синергії концептуальних психологічних механізмів сприйняття інформації, визначених О. Плющем як розпізнавання знаків, розуміння смислів і антиципація цілей [7, с. 180–181]. Важливо зазначити, що інформаційне перевантаження унеможливорює саме якісне опрацювання інформації. Оскільки надлишок інформаційних повідомлень перевищує функціональні можливості медіаспоживача, тому розуміння смислів і антиципація цілей піддаються захисному блокуванню за збереження здатності розпізнавати знаки на рівні кількісних параметрів.

Приділення значної уваги кіберпростору та параметрам кодованої інформації досить важливе, оскільки онлайн-нарратив є проєкцією особистості медіавиробника та репрезентацією його смислового конструкту. Тому механізм антиципації цілей передбачає розпізнавання дискурсу автора, тобто не просто прочитаний текст, але «прочитану» його позицію [7, с. 182–183]. Таким способом можна простежити ймовірні маніпуляції поглядами медіаспоживача та запобігти таким.

Отже, динамічний вимір інформації представлений кількісними та якісними параметрами. До кількісних параметрів інформації, які декодуються крізь механізм розпізнавання знаків, було віднесено мову подання, спосіб представлення, кількість і структурованість інформації.

Мова подання медіаконтенту стосується рівня вільного володіння нею медіаспоживачем, оскільки це визначає швидкість і якість когнітивного опрацювання. У сучасному крос-лінгвістичному дослідженні 17 мов із 9-ти мовних сімей встановлено, що вони значно відрізняються за кількістю складів, що



**Рис. 1. Схема виникнення інформаційного перевантаження (ІП) в онлайн-медіаперцептивній суб'єкт-суб'єктній комунікації сучасного мережевого дискурсу**

призводить до великої варіації інформації, проте водночас дозволяє їх носіям ефективно кодувати та передавати інформацію в середньому зі швидкістю 39 бітів на секунду [13]. Тобто якість декодування інформації визначається тим, наскільки індивід є носієм цієї мови. Тому якщо інформація подається, наприклад, англійською, якою медіаспоживач володіє на початковому рівні, то інформаційне перевантаження настане швидше за умов докладання більших зусиль для опрацювання в порівнянні з таким же інформаційним повідомленням рідною мовою.

Спосіб представлення інформації визначено як графічний (зображення), звуковий (голосові повідомлення, аудіофайли), текстовий (пости, коментарі) та відео (аудіовізуальний або візуально-текстовий формат). Феномен сучасних соціальних мереж – безперервна стрічка інформаційних повідомлень мультисенсорного впливу, що часто включає одночасне довільне зорове, слухове та дотикове сприймання (тактильні відчуття та мікроруки пальців, наприклад, по екрану смартфона).

У науковому тлумаченні кількісний вимір інформації, що спричиняє перевантаження, здебільшого визначають як індивідуально-суб'єктивний параметр. Структурованість визначається більше в текстовому вимірі виокремленням головної ідеї в заголовку, наявністю окремих блоків інформації, розділених абзацами. Оскільки представлення інформаційного повідомлення суцільним масивом потребує від медіаспоживача додаткових затрат довільної уваги та мисленнєвого опрацювання, це сприяє інформаційному перевантаженню.

Якісні параметри кодованої інформації включають релевантність актуальному запиту медіаспоживання, новизну, двозначність інформаційного потоку та його емоціогенність.

Відповідність інформаційного повідомлення актуальному запиту закриває пізнавальні потреби медіаспоживача, натомість його нерелевантність визначає подальшу суб'єктну пошукову медіаактивність. У сучасних умовах новизна інформації в соціальних мережах вирізняється мінливістю та швидкоплинністю, що лише актуалізує пізнавальну потребу бути в курсі поточних новин і теж збільшує медіаспоживання в часовій і кількісній перспективі. Представлення однієї новини різними Telegram-каналами, сторінками під двозначними баченням у процесі розпізнавання смислів може спричинити когнітивний дисонанс у медіаспоживача та посилити інформаційне перевантаження.

І. Субашкевич серед медіапсихологічних середовищних чинників виділяє емоціогенність контенту як його здатність викликати певну емоцію в телеглядача [8, с. 44]. Тому варто врахувати емоціогенність інформації – її якісної характеристики, що стала особливо актуальною в умовах російсько-української війни. Яскраво виражена негативна емоційна насиченість щоденних новин запускає механізм емоційного зараження в медіаспоживача. Особливо цьому сприяє часте дублювання шляхом перерепосту такої інформації медіакористувачами в різних соціальних мережах. Отже, емоційне перевантаження в такому разі можна ототожнити й назвати інформаційним, адже індивід уже не здатний якісно опрацювати інформацію в разі ірраціональних пере-

живань, спричинених однією з якісних інформаційних характеристик.

Ключовою особливістю мережевого дискурсу є можливість отримання медіавиробником своєчасного чи відтермінованого зворотного зв'язку, коли медіаспоживач водночас стає медіавиробником. Зокрема, Н. Малєєва виділяє ймовірнісну коментувальну інтернет-практику, яка стосується «<...> висловлення особистої думки/ставлення/оцінки щодо прецеденту або інших користувачів» і є особливістю лише кіберпростору [3, с. 48].

Тому такий зворотний зв'язок у соціальних мережах кодується та може набувати формату коментаря у вигляді тексту (за умов можливості коментування) та відповідей в опитуванні (вибір відповідного варіанту). Також у великих офіційних Telegram-каналах політичного характеру, що стали особливо популярні за час війни та трансклюють відповідні новини, можливі лише емодзі графічного характеру як реакція на повідомлення. Наприклад, на рівні всієї України це «Лачен пише» (<https://t.me/lachentyt> з 1,3 млн підписників), на більш локальному рівні – «Максим Козицький/Львівська ОВА (ОДА)» ([https://t.me/kozytskyy\\_maksym\\_official](https://t.me/kozytskyy_maksym_official) – 163 407 підписників).

Щодо психологічних чинників інформаційного перевантаження, сучасні закордонні дослідження окреслюють їх у термінах «особистісні фактори» (personal factors) [11; 14–16; 18]. Також виділяють так звану «особистісну ситуацію» (personal situation), яку або включають в особистісні фактори, або розмежовують [16]. Зокрема, це брак якісного сну та низький рівень психологічного благополуччя [10], що можна визначити як *функціональну нестабільність психічного стану*. Видається доречним залишити ці особливості психічного здоров'я медіаспоживача серед психологічних чинників інформаційного перевантаження, адже функціональні здатності визначають адекватність реалізації індивідом перебігу пізнавальних процесів.

У вимірі мережевого дискурсу доречно також виокремити такі компоненти:

– *ціннісно-мотиваційний*: значущість інформації та мотивація звернень до відповідного джерела інформації;

– *когнітивний*: когнітивний стиль як відображення індивідуально-своєрідних способів переробки інформації про актуальну ситуацію [6, с. 120];

– *афективний*: у контексті низького рівня довіри до медіаджерела, тривожності медіаспоживача й інтолерантності до невизначеності. Особливо в умовах воєнного стану негативні тривожно-депресивні емоції, як зазначає І. Грузинська, вичерпують ресурсний потенціал організму людини та супроводжуються виникненням когнітивних труднощів [2, с. 97];

– *поведінковий*: недостатність розвитку рівня особистісних навичок (personal skills), зокрема тайм-менеджмент (пріоритезація), незначний попередній досвід і навички взаємодії із соціальними мережами, відповідними додатками (можливість налаштування сповіщень).

#### **Висновки із проведеного дослідження.**

Сучасний мережевий дискурс у постковідний період і наявну російсько-українську війну дозволяє задовольнити медіаспоживачеві потреби безпеки та соціальних контактів, актуалізуючи необхідність своєчасного активного моніторингу інформаційних потоків.

Феномен перевантаження інформацією розглянуто в динамічному процесі онлайн-медіаперцептивної суб'єкт-суб'єктної комунікації в дискурсі соціальних мереж (Telegram, YouTube та Facebook). Особливістю сучасного мережевого дискурсу є можливість одночасного перебування суб'єкта в ролі медіаспоживача, який розпізнає знаки, розуміє смисли й антиципує цілі в онлайн-кіберпросторі, та медіавиробника, який надає зворотний зв'язок у вигляді коментування текстового чи графічного формату.

У разі перевантаження інформацією зберігається здатність поверхнево розпізнавати знаки, але піддаються захисному блокуванню якісне розуміння смислів і антиципація цілей.

Динамічний вимір кодованої інформації з репрезентацією смислового конструкту автора нарративу – медіавиробника визначається кількісними (спосіб представлення, кількість інформації та її структурованість) і якісними параметрами (відповідність актуальному запиту медіаспоживання, новизна, двозначність інформації та її емоціогенність).

Психологічними чинниками інформаційного перевантаження визначено функціональну нестабільність психічного стану, ціннісно-мотиваційний, афективний і поведінковий компоненти.

У перспективі подальших наукових пошуків важливим є створення якісного українського варіанту шкали інформаційного перевантаження та підбір психодіагностичного інструментарію відповідно до визначених психологічних чинників, їх емпірична перевірка.

#### **ЛІТЕРАТУРА:**

1. Грабовська С., Мусаковська О. Інформаційне перевантаження: психологічний ракурс. *Психологічний часопис: науковий журнал* / за ред. С. Максименка. 2020. Т. 6. № 7. С. 18–29. DOI: 10.31108/1.2020.6.7.
2. Грузинська І. Проблема емоційного реагування на стресові ситуації в умовах воєнного стану. *Вісник Національного авіаційного університету*. Серія «Педагогіка. Психологія». Київ: Національний авіаційний університет, 2022. Вип. 2 (21). С. 97–107.
3. Малєєва Н. Комунікативні інтернет-практики залежної від соціальних мереж молоді: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. Київ, 2017. 184 с.

4. Медіапсихологія: на перетині інформаційного та освітнього просторів : монографія / за наук. ред. Л. Найдьонової, Н. Череповської. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Київ : Міленіум, 2014. 348 с.
5. Медіаспоживання українців: другий рік повномасштабної війни. Опитування ОПОРИ. URL: <https://cutt.ly/EwjMeoLJ> (дата звернення: 27.08.2023).
6. Пилявець Н., Потапчук Є. Сучасні підходи до визначення поняття «когнітивний стиль особистості». *Габітус*. 2021. Вип. 26. С. 117–121. DOI: 10.32843/2663-5208.2021.26.21.
7. Плющ О. Соціально-психологічні механізми інформаційного впливу в постіндустріальному суспільстві : дис. ... докт. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2018. 400 с.
8. Субашкевич І. Медіапсихологічні чинники формування ціннісно-сислової сфери студентської молоді : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2017. 263 с.
9. Татенко В. Методологія суб'єктно-вчинкового підходу: соціально-психологічний вимір : монографія. Київ : Міленіум, 2017. 184 с.
10. Alheneidi H.H. The influence of information overload and problematic internet use on adults wellbeing. The PhD thesis. Centre for Occupational and Health Psychology School of Psychology, Cardiff University, UK. 2019. 303 p. URL: <https://orca.cardiff.ac.uk/id/eprint/121873/1/2019alheneidiphd.pdf> (дата звернення: 27.08.2023).
11. Dealing with information overload: a comprehensive review / M. Arnold et al. *Frontiers in psychology*. 2023. Vol. 14. P. 1–28. DOI: 10.3389/fpsyg.2023.1122200.
12. Information overload in the context of COVID-19 pandemic: A repeated cross-sectional study / M. Breyton et al. *Patient Education and Counseling*. 2023. DOI: 10.1016/j.pec.2023.107672.
13. Different languages, similar encoding efficiency: Comparable information rates across the human communicative niche / C. Coupé et al. *Science Advances*. 2019. Vol. 5 (9). DOI: 10.1126/sciadv.aaw2594.
14. Eppler M.J., Mengis J. The Concept of Information Overload : A Review of Literature from Organization Science, Accounting, Marketing, MIS, and Related Disciplines. *The Information Society*. 2004. Vol. 20. P. 325–344. DOI: 10.1080/0197224049050797.
15. Jackson T.W., Farzaneh P. Theory-based model of factors affecting information overload. *International Journal of Information Management*. 2012. Vol. 32 (6). P. 523–532. DOI: 10.1016/j.ijinfomgt.2012.04.006.
16. A review towards developing a moment of information overload model / N.A. Mustapar et al. 4'th International Conference on User Science and Engineering (i-USER), Melaka, Malaysia, 2016. P. 222–226. DOI: 10.1109/IUSER.2016.7857964.
17. Information overload regarding COVID-19: Adaptation and validation of the cancer information overload scale / S. Sarkhel et al. *Indian journal of psychiatry*. 2020. Vol. 62 (5). P. 481–487. DOI: 10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry\_974\_20.
18. Too much information? Predictors of information overload in the context of online news exposure / J.B. Schmitt et al. *Information, Communication & Society*. 2017. P. 1–17. DOI: 10.1080/1369118X.2017.1305427.

## КАРУС ЯК ІНСТРУМЕНТ ТВОРЧОЇ МИСЛЕННЕВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

## CARUS AS A TOOL FOR CREATIVE MENTAL ACTIVITY

Аналізуються властивості, характеристики та базові компоненти дивергентного мислення. Зазначається, що дивергентне мислення не варто вважати власне творчим мисленням, оскільки у процесі дивергентного (варіативного) мислення здійснюється структурно-функціональний аналіз інформації, прогностично необхідної для вирішення актуального завдання, що є базовою умовою для побудови шуканих конструкцій. Розглядається роль асоціативності у функціонуванні креативного мислення. Обґрунтовується когнітивна дистанція між інтелектом і креативністю. Акцентується увага на ідеї надгенералізованого мислення стосовно креативності (Г. Айзенк). Здійснюється аналіз перспектив дослідження психології креативного мислення в руслі класичної теорії Д. Кемпбелла. Презентується розроблена В.О. Моляко система КАРУС як інструмент інтерпретації та реалізації творчого мислення. Подається аналіз творчого мислення як розв'язування творчих завдань, формулюється структура процесу їх вирішення. У процесі творчого мислення образи-орієнтири утворюються в результаті вивчення людиною структурних і функціональних властивостей актуальних об'єктів. Водночас елементи конструювання можуть стати аналогами-орієнтирами: 1) без впливу комбінаторних перетворень; 2) образ-орієнтир віднаходиться на якомусь етапі трансформації актуальних конструктивних елементів – у результаті реалізації обраного прийому конструювання, коли об'єкти набувають нових структурних і функціональних характеристик, що дозволяє тому, хто розв'язує завдання, розуміти стартову інформацію в новій системі координат, знаходити віддалені аналоги, які і стають образами-орієнтирами у процесі вирішення актуального творчого завдання. Розглядається система творчого тренінгу КАРУС, зокрема її методи, реалізація яких сприяє забезпеченню ефективного функціонування творчого мислення під час вирішення актуальних завдань у різного роду ускладнених умовах. Презентується варіант системи КАРУС – «КАРУС у формі полілогу».

**Ключові слова:** творче мислення, інформація, завдання, стратегія, конструювання, образ, структура, функція.

The properties, characteristics, and basic components of divergent thinking are analyzed. It is noted that divergent thinking should not be considered actually as creative thinking, since in the process of divergent (variable) thinking, structural and functional analysis of information is carried out, prognostically necessary for solving an urgent problem, which is the basic condition for building the desired structures. The role of associativity in the functioning of creative thinking is considered. The cognitive distance between intelligence and creativity is substantiated. Attention is focused on the idea of suprageneralized thinking in relation to creativity (G. Eysenck). The analysis of the prospects for studying the psychology of creative thinking in line with the classical theory of D. Campbell is carried out. The KARUS system developed by V.O. Molyako as a tool for interpreting and implementing creative thinking is presented. The analysis of creative thinking as solving creative tasks is presented and the structure of the process of their solution is formulated. In the process of creative thinking, images-landmarks are formed as a result of a person's study of the structural and functional properties of actual objects. In this case, the design elements can become analogs-guidelines: 1) without the influence of combinatorial transformations; 2) the image-landmark is found at a certain stage of transformation of actual structural elements – as a result of the implementation of a certain constructing technique, when objects acquire new structural and functional characteristics, which allows the problem solver to understand the starting information in a new coordinate system, to find distant analogs, which become images-landmarks in the process of solving an actual creative problem. The system of creative training KARUS is considered, including methods, the implementation of which contributes to ensuring the effective functioning of creative thinking in solving urgent problems in various kinds of complicated conditions. A variant of the KARUS system – "KARUS in the form of a polylogue" is presented.

**Key words:** creative thinking, information, task, strategy, construction, image, structure, function.

УДК 159.9  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.7>

**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.** За сучасних умов усе більш значущим стає вирішення проблеми виживання людства, що пов'язано з необхідністю формування в кожній особистості психологічної готовності до творчої мисленнєвої діяльності. Адже саме від цього залежать і рівень науково-технічного прогресу, і творчоскість економіки, і творчоскість суспільства, отже, і конкурентоспроможність країни у світі, і здатність конкретної людини (групи) до виживання й успішності, як у масштабі вирішення завдань стосовно різних сфер творчої діяльності, так і за необхідності мислити творчо в умовах воєнних дій чи окупації.

**Виклад основного матеріалу.** Зарубіжні вчені, які досліджували проблеми творчого

(креативного) мислення, значну увагу приділяють вивченню функціонування дивергентного мислення. Д. Гілфорд і його послідовники трактують дивергентне мислення як когнітивний процес, різновекторно спрямований [7; 13]. У процесі вирішення проблеми дивергентне мислення генерує варіанти ідей на основі потоку різних розв'язків [14]. Зрозуміло, що в числі конструйованих розв'язків – їх широкий спектр: від тривіальних і непрактичних – до оригінальних і успішних. У зв'язку із цим особливою актуальністю набуває феномен чутливості до проблем і здатності їх препарувати, масштабність реалізації такого роду мисленнєвих дій [16].

Зазначається така властивість дивергентного мислення, як його пластичність: дивергентне мислення схильне до постійної варіативності всупереч функціонуванню стабілізуючих компонентів [7; 13]. Це реалізується через показники дивергентного мислення: 1) легкість (кількість ідей) – генерування великої кількості нових ідей за умов зміни векторів мисленнєвої діяльності, її масштабності, порушення основ її стабільності; 2) гнучкість (кількість категорій) – обґрунтування характеристик цих ідей, інтегрованих у категорії; 3) оригінальність (незвичайність ідей) – свого роду міра унікальності нових ідей, їхньої неповторності.

Важливим базовим компонентом дивергентного мислення вважається асоціативність, коли інформаційні конструкти розглядаються не самі собою, а в їхньому взаємозв'язку, і в підсумку одні інформаційні побудови породжують інші інформаційні структури. У зв'язку із цим оригінальність стосується насамперед асоціацій, а не задумів, адже варіативність асоціацій забезпечується функціонуванням водночас кількох асоціативних процесів.

Будь-яка складна проблема стає ніби епіцентром зародження кількох асоціативних процесів, які розвиваються взаємо-незалежно, що забезпечує утворення різноманітних асоціацій [14]. До того ж асоціативним процесам властиві такі характеристики: масштабність спектра асоціацій [6]; різноманітність асоціацій [14]; нові поєднання відомих ідей [6; 9]; рідкісні асоціації, віддалені асоціації як результат відхилення від близьких і шаблонних асоціацій [14]; мислення протилежностями [12].

За С.А. Медніком, у сприйманні стимулу спочатку генеруються шаблонні варіанти. Оригінальні відповіді пропонуються на більш пізніх етапах роботи над виконанням експериментального завдання, коли відповіді алгоритмічного характеру вже вичерпані [10]. С.А. Меднік називав креативне мислення таким процесом, який складається з асоціативних елементів, що поєднуються в нові комбінації, які відповідають вимогам завдання чи виявляються ефективними в якомусь розумінні.

Креативність створюваних конструкцій є обернено пропорційною віддаленості ментальних елементів, між якими встановлюються асоціації. А отже, креативний процес гальмується, якщо між віддаленими ідеями асоціації не виникають. На його думку, імовірність креативного вирішення завдання прямо пропорційна кількості асоціацій, що генеруються у відповідь на поставлену проблему. До того ж він наголошував на функціонуванні свого роду асоціативних ієрархій, які є логічними та передбачають наявність у креативних людей більшої кількості асоціацій, ніж у некреативних.

Адже ймовірність побудови нових творчих комбінацій підвищується для першої групи завдяки більш різноманітній асоціативній базі. Натомість асоціативна ієрархія щодо некреативних людей є крутою, зазвичай вона передбачає лише кілька шаблонних варіантів. Тобто ймовірність побудови креативних комбінацій виявляється низькою через дефіцит асоціативного резерву для нових і ефективних комбінацій ментальних елементів.

Варто зазначити, що Г. Айзенк уважав основою різноманітності проявів інтелекту динаміку створення асоціацій, а щодо креативності – масштаб їх реалізації [6]. Він установив розмежування психометричного інтелекту та креативності, сформулювавши для кожного з них свої координати: для інтелекту – швидкість утворення асоціацій, для креативності – їхню масштабність.

Г. Айзенком розроблялась ідея «надгенералізованого мислення» (стосовно креативності). Таке надшироке мислення має місце, коли є необхідність у вирішенні завдання вийти за межі його умов, залишити поза увагою її вимоги. Водночас спостерігається порушення меж понять, змішуються категорії тощо, однак ці відхилення від логічного канві відбуваються під належним розумовим контролем [6].

На такі характеристики креативності, як системність, масштабність, множинність, вказував М. Чиксентмихаї [4]. Саме ці, іноді протилежні, взаємовиключні риси дозволяють особистості вирішувати творче завдання, коли ситуація вимагає реалізовувати творчий інструментарій, так би мовити, «від одних обмежень до інших». Зокрема, він формулює такі векторні пари рис креативної особистості: 1) значний фізичний потенціал і прагнення до частого релаксу; 2) серйозність і наївність; 3) відповідальність і грайливість; 4) відчуття реальності та фантазування; 5) прояви інтроверсії й екстраверсії; 6) гордість і скромність; 7) консерватизм і релятивізм; 8) пристрасть до праці та здатність об'єктивно оцінювати її результати.

Цікавою в цьому розумінні може бути і класична теорія Д. Кемпбелла [3], який уважав, що креативне мислення має у своїй основі два механізми: спонтанної варіативності та вибіркового утримування ідей. А отже, домінують дві умови: 1) утворювані варіанти мають бути незалежними від середовища; 2) проміжні варіанти не варто жорстко співвідносити з кінцевим розв'язком, адже адекватні розв'язки не є більш імовірними, ніж неадекватні розв'язки. Водночас не варто розглядати ці спонтанні варіанти як випадкові. Адже ці, здавалося б, випадкові ідеї можуть стати джерелом чи стимулом появи ефективних розв'язків. Функціональна пара «варіювання – відбір» забезпечує водночас: 1) пошук і знаходження нового;

2) відбір і утримування тих варіантів, які мають ознаки ефективності для вирішення завдання.

Аналізу та розвитку цієї теорії присвячені роботи Д.К. Саймонтона [14], а також праці дослідників креативності К. Мартіндейла [8; 9] і Б. Стоу [15]. Згідно з теорією креативності К. Мартіндейла [8; 10], її базовою основою є поняття первинних і вторинних когнітивних процесів. Дефокусована увага, вільні віддалені асоціації, побудовані за принципом аналогізування, є проявами первинних когнітивних процесів. Вторинні когнітивні процеси стосуються фокусованої уваги, реалізуються на основі логіки, абстрагування, співвіднесення з вимогами реальності. А отже, творчі особистості вільно переміщуються від одного полюса цього свого роду континууму до іншого у процесі вирішення актуального завдання, залежно від його вимог, фази креативного процесу (інкубація ідеї – її розроблення – верифікація) тощо.

Розроблена Л.Я. Дорфманом [5] концепція також характеризується двополюсністю та ґрунтується на полісистемному принципі побудови метаіндивідуального світу. Він передбачає взаємодію двох систем: 1) перша система виникає в результаті функціонування вектора «індивідуальність – світ» (за одних обставин); 2) друга – за функціонування вектора «світ – індивідуальність» (за інших обставин). Ці системи є симетричними стосовно одна одної. Однак усередині кожної має місце асиметрія, їхні підсистеми не є рівнозначними. Отже, потоки детермінації орієнтовані однозначно: від системоутворювальних чинників до підсистем, що утворюються під їхнім впливом.

В.О. Моляко розроблена система КАРУС, яка є насамперед інструментом інтерпретації та психологічного аналізу процесу творчого мислення. За підсумками дослідження функціонування творчої мисленнєвої діяльності, виконаного самим академіком В.О. Моляко та його послідовниками, встановлено, що психологічною суттю творчого процесу є побудова та трансформація образу [2].

Оскільки життя людини можна розглядати як неперервний процес розв'язування завдань, розглянемо найбільш загальний варіант структури процесу вирішення творчого завдання. Першим його етапом є зауваження якоїсь суперечності в навколишній реальності. Водночас фіксується наявність дефіциту інформації, прогностично необхідної для усунення цієї суперечності. На основі характеристик поміченої суперечності-проблеми здійснюється формулювання умови завдання.

Розрізняють умови завдання: початкові та шукані. Шукані умови конструюються на основі стартових (початкових). З метою їх побудови задіюється весь інформаційний потенціал того, хто розв'язує завдання: і обізнаність, і творчий інструментарій, і мотиваційна сфера. Якщо

провести аналогію з математикою, то формулювання шуканих умов завдання аналогічне взяттю похідної від інформаційного потенціалу особистості за характеристиками стартових умов актуального завдання. Оскільки цей потенціал у всіх людей різний, саме тому різні люди можуть по-різному зрозуміти цю стартову інформацію та по-різному інтерпретувати для себе початкові умови завдання, отже, і варіанти розроблених ними задумів розв'язання завдання можуть бути найрізноманітнішими.

З метою конструювання адекватних шуканих умов завдання здійснюється уважний аналіз усього відомого спектра характеристик усіх відомих і водночас паралельно й поки що невідомих її елементів. На основі аналізу співвідношень між властивостями наявних компонентів даної конструкції вибудовуються гіпотези стосовно гіпотетичних структурних і функціональних характеристик шуканої конструкції. Таким чином виявляються ті показники, яким мають відповідати структурні та функціональні елементи шуканих інформаційних структур.

Коли трансформація початкових умов завдання в шукані її умови здійснена, отримуємо ті системоутворювальні характеристики, які окреслюватимуть масштаб процесу розроблення задуму розв'язування завдання, зокрема й визначатимуть той творчий інструментарій, що має бути задіяний у побудові шуканої конструкції.

Якраз наявність цього своєрідного суб'єктивного забарвлення в різних варіантах шуканих умов, сформульованих різними людьми, свідчить про наявність об'єктивного та суб'єктивного аспектів функціонування творчого мислення. Саме це й зумовило необхідність поняття «стратегія». Згідно з визначенням В.О. Моляко, стратегія – це така система дій, що є задачно й особистісно зумовленими та спрямованими на вирішення завдання [1]. Як він наголошує в розробленій ним авторській психологічній концепції конструкторської діяльності, стратегія, будучи генеральною програмою дій, уособлює панівний вектор творчої конструкторської діяльності, який функціонує впродовж усього процесу вирішення завдання, на кожному з його етапів, починаючи з розуміння початкових умов творчого завдання і закінчуючи матеріалізацією розробленого задуму шуканої конструкції.

Вищезазначена психологічна концепція конструкторської діяльності створена на матеріалі дослідження творчого технічного конструювання, яке передбачає функціонування трьох взаємопов'язаних циклів: еталонування, проектування, ескізування. У більш загальному масштабі ці цикли можна розглядати як презентацію основних етапів творчого процесу: помічення суперечності, формулювання шуканих умов завдання, розроблення

задуму його вирішення, матеріалізація розробленого задуму.

Основною домінантою розробленої В.О. Моляко психологічної концепції творчої конструкторської діяльності є функціонування низки провідних стратегій конструкторської мисленнєвої діяльності: стратегії комбінування, стратегії аналогізування, стратегії реконструювання, універсальної стратегії, стратегії спонтанних підстановок. Варто зазначити, що вище-названі стратегії мають за об'єктивну основу ті головні принципи, за якими створюється щось нове у природі. Адже у процесі біологічного, геологічного тощо конструювання у природі створюються нові об'єкти, де щось на щось може бути деякою мірою схожим. Отже, можна говорити про дію принципу аналогії, причому його прояв може виявлятися більш чи менш інтенсивним. Так, скажімо, листя яблуні є більш схожим на листя груші, аніж на листя дуба чи, скажімо, клена, водночас аж зовсім несхоже на листя акації, а голочки ялини варто вважати радше протилежністю листочкам яблуні, ніж віддаленою аналогією.

Спостереження за природою дозволяють зробити висновок стосовно того, що нові об'єкти в ній можуть бути побудовані за принципом комбінування. Біологічні організми, гори, моря тощо у процесі свого розвитку виростають і поступово руйнуються. Ці зміни здійснюються завдяки функціонуванню таких елементарних комбінаторних дій, як збільшення та зменшення розмірів об'єктів та інших їхніх характеристик, зокрема і їхніх координат у просторі, адже водночас змінюються і їхні структурні та функціональні властивості. Поряд із зміною параметрів об'єктів до загальної обійми цих так званих елементарних комбінаторних дій відносять також з'єднання та роз'єднання об'єктів, зокрема, множинне та попарне.

Творчий інструментарій людини, усі ті прийоми, методи, стратегії, які вона використовує у своїй творчості та взагалі з метою вирішення будь-яких завдань, життєво важливих і поготів, мають за основу вищевказані принципи творчості природи. Так, скажімо, під час реалізації стратегії аналогізування маємо справу з використанням уже наявних, отже, відомих елементів конструювання, з оперуванням їхніми структурними чи функціональними характеристиками. Залучені аналогії можуть бути більшою чи меншою мірою віддаленими, адже масштаб процесу аналогізування: від прямої аналогії – до абсолютного антипода. Хоча під час аналогізування трансформація може супроводжуватись як змінами ситуативного характеру, так і суттєвою перебудовою елемента конструювання.

Широко застосовувана в різних сферах творчої діяльності людини стратегія комбі-

наторних дій (комбінування) передбачає такий устрій творчого потенціалу творця, що має за основу функціонування елементарних комбінаторних дій: роз'єднання, з'єднання, а також зміну параметрів об'єкта, оскільки, наприклад, зміна координат у просторі (перестановка, зміна розмірів), зміна інших параметрів, скажімо, температури, приводить до зміни структурних і функціональних властивостей об'єктів.

Найбільш творчою, орієнтованою на знаходження справді нового, принципово відмінного від стартового варіанту конструкції, варто вважати стратегію реконструювання. Адже в реалізації стратегії пошуку антиподів відбувається кардинальне переконаструювання заданої інформаційної структури – так би мовити, до невпізнання, адже її структурні та функціональні властивості зазнають водночас суттєвих змін.

Відносно пропорційну реалізацію комбінування, аналогізування та якоюсь мірою – реконструювання передбачає використання універсальної стратегії. Співвідношення вищезазначених дій є таким, що домінування якоїсь із них не спостерігається.

Коли конструювання здійснюється, здавалось би, поза орієнтацією на якусь систему логічних, смислових координат, маємо справу з функціонуванням стратегії спонтанних дій. Варто зазначити, що ця на перший погляд нелогічність може мати місце через значний дефіцит тієї інформації, яка є прогностично необхідною для адекватного розуміння цих спонтанних дій.

За підсумками багатолітніх досліджень творчої діяльності В.О. Моляко створена система творчого тренінгу особистості, спочатку орієнтована на стимулювання професійної конструкторської діяльності. Але ця система творчого тренінгу засвідчила свою ефективність у застосуванні стосовно різних сфер творчої діяльності та різних вікових рівнів, отже, набула визнання серед широкого кола вітчизняних і зарубіжних учених [1].

За виявленими у процесі досліджень конструкторської творчості стратегіями конструювання і була названа система – КАРУС (аббревіатура назв стратегій: комбінування – аналогізування – реконструювання – універсальна стратегія – спонтанні дії).

Зрозуміло, що творче мислення нерідко реалізується в різного роду ускладнених умовах: за інформаційної невизначеності, часових та інформаційних градієнтів, раптових заборон і обмежень. У зв'язку із цим важливою складовою частиною психологічної системи творчого тренінгу КАРУС є розв'язування творчих завдань у спеціально створюваних ускладнених умовах завдяки реалізації спеціальних методів, як-от: 1) метод раптових заборон, коли досліджуваному забороняється використо-



увати в розв'язуванні завдання «улюблені» структури та функції на деяких етапах роботи над ним; 2) метод часових обмежень – для тренування позитивного суб'єктивного реагування на вплив чинника часу, його дефіциту під час вирішення завдання; 3) метод інформаційної перенасиченості, коли до формулювання умови завдання вводиться завідомо зайва інформація; 4) метод інформаційної недостатності, коли умова завдання подається з дефіцитом прогностично необхідної інформації; 5) метод нових варіантів, коли вимагається продукування нових варіантів розв'язування завдання завдяки орієнтації на багатовекторність творчої мисленневої діяльності; 6) метод швидкісного ескізування, коли пропонується (за можливості) зображати у формі графічних символів усе те, що уявляється досліджуваному у процесі вирішення завдання; 7) метод ситуаційної драматизації, коли у процес розв'язування експериментального завдання вводяться різноманітні непередбачувані вимоги; 8) метод абсурду, коли запропоноване експериментальне завдання є завідомо невиконане (наприклад, розроблення конструкції вічного двигуна тощо), однак конструйований пристрій може бути реалізований в іншому застосуванні, аніж у даному завданні. Використання цих стимулюючих і розвивальних методів сприяє ефективному функціонуванню творчого мислення під час розв'язування актуальних завдань у різного роду ускладнених умовах.

Коротко розглянемо реалізацію варіанту системи КАРУС під назвою «КАРУС у формі полілогу». Адже відомо, що навчання групового вирішення творчих завдань є дуже важливим і водночас дуже нелегким.

У процесі реалізації даного методичного засобу маємо на увазі необхідність досягнення двох важливих методичних цілей: так би мовити, проведення учасників тренінгу через усі етапи творчого процесу (адже це і є основна психологічна передумова навчання творчості) і «загартування» їхнього творчого мислення за необхідності його функціонування в умовах екстриму.

Як тренувальне завдання можна запропонувати учасникам вирішити таке: «Що треба зробити, щоб наша група стала дружною?» (якщо учасники тренінгу не знайомі один з одним) або «Що треба зробити, щоб наша група стала ще дружнішою?» (якщо маємо справу із класом, педколективом, об'єднанням за інтересами тощо).

Учасники мають відповідати на це запитання по колу. Забороняється повторювати ідеї, висловлені попередніми учасниками, дозволяється розвивати їх чи структурувати в порядку важливості або послідовності реалізації. Після вербалізації своєї ідеї кожен учасник занотує

на аркуші ідеї, висловлені наступним. Нотатки передаються керівнику, який у процесі проведення цього тренувального кола структурує пропозиції за послідовністю їх реалізації, що в лаконічному варіанті зображується на дошці.

Таким чином вибудовується проблемне поле. Учасники вибирають із числа сформульованих проблем ту, яка має бути вирішена насамперед. Наступне коло обговорення проводиться за тими ж принципами послідовності та заборони. Кількість необхідних кіл обговорень визначається можливостями учасників групи: їхнім творчим потенціалом, когнітивною витривалістю, віком. Адже, окрім усього, кожному учаснику тренінгу доводиться водночас ще й виконувати функції: генератора ідей, критика, резонатора та реалізатора.

Цікаво, що в такому тренінгу з ентузіазмом беруть участь і учні молодшого шкільного віку. За принципом, реалізованим у даному тренінгу, проводяться творчі уроки, педради, засідання методоб'єднань учителів, батьківські збори тощо.

Беручи участь у даному тренінгу, його учасники коло за колом усе глибше поринають у вир творчого процесу. Так, сформулювавши актуальні завдання, що стоять перед групою, вони обирають найголовніше стартове завдання, зіткнувшись із необхідністю продукування оригінальних ідей на етапі розроблення задуму розв'язування творчого завдання, вони з радістю реалізують запропоновані їм стратегії комбінування, аналогізування та реконструювання.

У процесі такої творчої роботи формуються та розвиваються психологічна готовність до вирішення творчих завдань, згуртованість групи, творче колективне мислення, найголовніше – учасники відчують радість творчої співпраці.

**Висновки.** Дивергентне мислення не варто вважати власне творчим мисленням, оскільки у процесі дивергентного (варіативного) мислення здійснюється структурно-функціональний аналіз інформації, прогностично необхідної для вирішення актуального завдання, що є базовою умовою для побудови шуканих конструкцій.

У процесі творчого мислення образи-орієнтири створюються в результаті вивчення людиною структурних і функціональних властивостей актуальних об'єктів. Елементи конструювання можуть стати аналогами-орієнтирами: 1) без впливу комбінаторних перетворень; 2) образ-орієнтир віднаходиться на якомусь етапі трансформації актуальних конструктивних елементів – у результаті реалізації прийому конструювання, коли об'єкти набувають нових структурних і функціональних характеристик, що дозволяє тому, хто розв'язує завдання, розуміти стартову інформацію

в новій системі координат, знаходити віддалені аналоги, які і стають образами-орієнтирами у процесі вирішення актуального творчого завдання.

Перспективи дослідження – передбачається вивчення розвивального та коригувального потенціалу системи КАРУС.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Стратегії творчої діяльності: школа В.О. Моляко / за заг. ред. В.О. Моляко. Київ : Освіта України, 2008. 702 с.
2. Функціонування творчого мислення в інформаційно-віртуальному просторі суб'єкта : монографія / В.О. Моляко та ін. ; за ред. В.О. Моляко. Київ, 2021. 165 с.
3. Campbell D.T. Blind variation and selective retention in creative thought as in other knowledge processes. *Psychological Review*. 1960. № 67. P. 380–400.
4. Csikszentmihalyi M. Creativity. Flow and the psychology of discovery and invention. New York : Harper Perennial, 1997.
5. Dorfman L. A metaindividual model of creativity. New directions in aesthetics, creativity, and the arts / Eds. P. Locher et al. New York : Baywood Publishing Co, 2005. P. 105–122.
6. Eysenck H.G. Genius: The natural history of creativity. Cambridge : Cambridge University Press, 1995.
7. Personality and ability predictors of the Consequences" Test of divergent thinking in a large non-stu-

dent sample / A. Furnham et al. *Personality and Individual Differences*. 2009. № 46. P. 536–540.

8. Martindale C. The clockwork muse: The predictability of artistic styles. New York : Basic Books, 1990.

9. Martindale C. Creativity, attention, and cognitive disinhibition. *La psicologia delle arti oggi* / Ed. R. Tomasoni. Milano : Angeli, 2002. P. 89–99.

10. Martindale C. Creativity, primordial cognition, and personality. *Personality and Individual Differences*. 2007. № 43. P. 1777–1785.

11. Mednick S.A. The associative basis of the creative process. *Psychological Review*. 1962. № 69. P. 220–232.

12. Rothenberg A. Janusian process. *Encyclopedia of creativity* / Eds. M.A. Runko, S.R. Pritzker. San Diego : Academic Press, 1999. № 2. P. 103–108.

13. Assessing creativity with divergent thinking tasks: Exploring the reliability and validity of new subjective scoring methods / P.J. Silvia et al. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. 2008. № 2 (2). P. 68–85.

14. Simonton D.K. Creativity and discovery as blind variation: Campbell's (1960) BVSR model after the half-century mark. *Review of General Psychology*. 2011. № 15 (2). P. 158–174.

15. Staw B.M. An evolutionary approach to creativity and innovation. *Innovation and creativity at work: Psychological and organizational strategies* / Eds. M.A. West, G.L. Farr. New York : Wiley, 1990. P. 287–308.

16. A factor-analytic study of creative-thinking abilities / R.C. Wilson et al. *Psychometrika*. 1954. № 19. P. 297–311.

## ПРОЯВИ ЕСТЕТИЧНОЇ ЧУТЛИВОСТІ ЯК ІНТЕГРАЛЬНОЇ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ

### THE MANIFESTATIONS OF AESTHETIC SENSITIVITY AS AN INTEGRAL ATTRIBUTE OF PERSONALITY

У статті здійснено огляд вихідних положень, покладених в основу запропонованого теоретичного аналізу. За основу ми взяли положення Ф.М. Подшивайлова про амбівалентне співвідношення понять «індивід» і «людина», коли індивід розглядається як стан, що потребує постійного надходження ресурсу ззовні. Зовнішнім проявом індивіда є індивідність, внутрішнім – поліцентричність. Людина ж розглядається як стан, коли використовується лише власний ресурс. Зовнішнім проявом людини є особистість, внутрішнім – індивідуальність. Отже, поняття «особистість» (як зовнішній, соціальний прояв людини) й «індивідність» (як зовнішній, соціальний прояв індивіда) розглядаються нами в їх амбівалентному співвідношенні. Естетичну чутливість було визначено інтегральним показником особистості. Розглянуто шкалу «Психодіагностичний тест» для оцінки естетичної чутливості особистості. Із застосуванням аксіоматичного підходу визначено основні прояви естетичної чутливості як інтегральної властивості особистості. Встановлено, що основними поняттями, пов'язаними з «естетичною чутливістю», є «краса», «гармонія», «художність», «мистецтво», «творчість», «сприйняття», «катарсис». Розглянуто визначення цих понять. Як інтегральна властивість особистості естетична чутливість передбачає здатність людини помічати тонкощі, нюанси, деталі у сприйманому; помічати гарне, красиве, гармонійне в навколишньому світі й у собі, а також гостро відчувати прояви негармонійного, негарного, дисгармонійного; спрямованість на гармонізацію взаємодії з навколишнім світом; здатність до чуттєво-образного подолання суперечностей засобами сприймання та творчості за законами краси та гармонії; делікатність у стосунках з оточенням і у проявах власних почуттів; здатність переживання катарсису, тобто звільнення від обтяжливих переживань і думок, що приводить до внутрішнього очищення.

**Ключові слова:** естетична чутливість, особистість, краса, гармонія, художність,

мистецтво, творчість, сприйняття, катарсис.

The article provides an overview of the initial provisions that form the basis of the proposed theoretical analysis. Basing on F.M. Podshivaylov's statement about the ambivalent relationship between the concepts of "individual" and "human", when the individual is considered as a state that requires a constant supply of resources from the outside. The external manifestation of an individual is individuality, the internal manifestation is polycentricity. Human is considered as a state where only his own resource is used. The external manifestation of a human is personality, the internal one is individuality. Therefore, we consider the concepts of "personality" (as an external, social manifestation of a human) and "individuality" (as an external, social manifestation of an individual) in their ambivalent relationship. Aesthetic sensitivity was defined as an integral indicator of personality. The PDT scale for assessing the aesthetic sensitivity of personality is considered. With the application of the axiomatic approach, the main manifestations of aesthetic sensitivity as an integral attribute of the personality are determined. It was found that the main concepts related to "aesthetic sensitivity" are "beauty", "harmony", "artistry", "art", "creativity", "perception", "catharsis". The definition of these concepts is considered. It is defined, that as an integral attribute of personality, aesthetic sensitivity involves the ability of a person to notice subtleties, nuances, details in what is perceived; to notice the good, the beautiful, the harmonious in the surrounding world and in oneself, as well as acutely feel the manifestations of the ugly, disharmonious; focus on harmonizing interaction with the surrounding world; the ability to sensuously and figuratively resolve contradictions by means of perception and creativity according to the laws of beauty and harmony; delicacy in relations with the environment and in the manifestations of one's own feelings; the ability to experience catharsis, that is, liberation from burdensome experiences and thoughts, which leads to internal cleansing.

**Key words:** aesthetic sensitivity, personality, beauty, harmony, artistry, art, creativity, perception, catharsis.

УДК 159.93

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.8>

**Шепельова М.В.**

к.психол.н.,

в.о. завідувача лабораторії

психології творчості

Інститут психології імені Г.С. Костюка

Національної академії педагогічних наук України

наук України

**Вступ.** У часи, коли утилітарні цінності виходять на перший план, затьмарюючи собою духовні, суто людські, особливої уваги потребують ті властивості, що забезпечують гармонійний розвиток і цілісність особистості, виступають орієнтирами у вирішенні складних життєвих завдань.

У наших попередніх публікаціях [8; 12 та інші] естетичну чутливість було визначено інтегральним показником особистості. Нагадаємо, що у своєму дослідженні [8; 12 та інші] ми взяли за основу положення Ф.М. Подшивайлова [5, с. 267] про амбівалентне співвідношення понять «індивід» і «людина», коли індивід

розглядається як стан, що потребує постійного надходження ресурсу ззовні. Зовнішнім проявом індивіда є індивідність, внутрішнім – поліцентричність. Людина ж розглядається як стан, коли використовується лише власний ресурс. Зовнішнім проявом людини є особистість, внутрішнім – індивідуальність.

Отже, поняття «особистість» (як зовнішній, соціальний прояв людини) й «індивідність» (як зовнішній, соціальний прояв індивіда) розглядаються нами в їх амбівалентному співвідношенні.

Також ми спирались на аксіоматичні положення понятійного числення про те, що: будь-

яке поняття має форму та зміст; будь-яке поняття, яке має форму та зміст, завжди має статичний і динамічний (циклічний) прояви; будь-яке поняття зазвичай має не більше чотирьох типів; будь-яке поняття зазвичай має не більше дев'яти системоутворювальних параметрів [5; 7].

Теоретичний аналіз виділених психологічних показників на основі вищезазначених концептуальних положень стосовно наукових досліджень складних психологічних і соціальних явищ дав можливість визначити властивості особистості як соціального прояву людини та властивості індивідності як соціального прояву індивіда [12].

Властивостями особистості визначено: 1) соціальну контактність; 2) допитливість; 3) емпатійність; 4) творчодопитливість; 5) естетичну чутливість (як совісну соціальну контактність); 6) сензитивну емпатійність; 7) творчість; 8) сензитивність; 9) совісність [12].

Властивостями індивідності названо: 1) психотизм; 2) психічну невірноваженість; 3) розгальмованість; 4) схильність до домінування (як емоційну нечутливість психічної невірноваженості); 5) депресію (як невротичний психотизм); 6) схильність до ризику (як асоціальну розгальмованість); 7) емоційну нечутливість; 8) асоціальність; 9) невротизм. Інтегральним показником особистості визначено естетичну чутливість, а інтегральним показником індивідності – депресію [12].

**Методика дослідження.** Для визначення рівня естетичної чутливості як інтегральної властивості особистості ми застосовували шкалу «Естетична чутливість» багатофакторного особистісного опитувальника В.М. Мельникова та Л.Т. Ямпольського «Психодіагностичний тест» (далі – ПДТ). Далі наведемо запитання, які належать до цієї шкали [4].

### ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ ЕСТЕТИЧНОЇ ЧУТЛИВОСТІ

*Інструкція.* Дайте відповідь так або ні на запропоновані питання, поставивши «+», якщо відповідь «так», чи «-», якщо відповідь «ні», у відповідну колонку бланка.

№	Питання	Відповідь
1.	Я більш охоче придбаю книгу про особливості державного управління, ніж книгу з мистецтва.	
2.	Мене завжди цікавила техніка, наприклад автомобілі, літаки, гелікоптери, мотоцикли тощо.	
3.	У газеті мене більше зацікавить стаття із заголовком «Сучасні проблеми культури й мистецтва», ніж із заголовком «Покращення виробництва і торгівлі».	

### Продовження

4.	Як на мене, цікавіше бути інженером, ніж філософом.	
5.	Думаю, що я більш чутливий(-а) до прекрасного, ніж більшість людей.	
6.	Я значно більше зацікавлений(-а) у ділових і матеріальних успіхах, ніж у пошуку духовних і художніх цінностей.	
7.	Я віддаю перевагу історичним романам над науковими повідомленнями з екології.	
8.	Я люблю поезію.	
9.	Мені б сподобалося бути квіткарем.	
10.	Мені більше подобається їжа з екзотичних продуктів, а не звичні страви.	
11.	Якби я був(-ла) журналістом, мені б сподобалося писати про театр.	
12.	Мене завжди дуже мало приваблювали ігри з ляльками.	
13.	По телевізору я охочіше подивлюся передачу про нові винаходи, ніж концерт.	
14.	Я буваю упертим(-ою) просто із принципу, а не тому, що це для мене важливо.	
15.	Я хотів(-ла) б бути співаком(-чкою).	

За кожний збіг відповіді із ключем нараховується 1 бал. Підрахунок балів здійснюється за таким ключем: відповіді «+» на питання 3, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 14, 15; відповіді «-» на питання 1, 2, 4, 6, 12, 13 [4].

Розглянемо характеристику осіб з високим, середнім і низьким рівнем естетичної вразливості, подану авторами психодіагностичного тесту ПДТ В.М. Мельниковим та Л.Т. Ямпольським. В осіб з високим рівнем естетичної чутливості судження про життя мають безпосередньо-чуттєвий характер, вони наділені багатою уявою, фантазією, схильні захоплюватися, легко приходять у захват. У життєвих учинках, симпатіях і прихильності покладаються на почуття та враження, не вірять у логіку та розрахунок, не звертають уваги на поточні та повсякденні справи й обов'язки. У поведінці їм не вистачає почуття відповідальності, реалізму, уміння відрізнити вигадку від дійсності. Їхньому мисленню не вистачає планомірності, порядку та зв'язності, судженням – зрілості та здорового глузду, а сприйняттю життя – твердості та глибини [цит. за 12].

Для осіб із середнім рівнем естетичної чутливості характерні критичність мислення, настороженість у ставленні до авторитетів і нестандартних ситуацій. Вони в міру чутливі та витончені, мають гарний художній смак. У житті однаково керуються як логікою та розумом, так і емоціями [цит. за 12].

Низький рівень естетичної чутливості властивий особам врівноваженим, зрілим, розважливим, таким, що добре орієнтуються в життєво важливих речах, тверезо оцінюють обставини та людей. Їм властивий розсудливий, абстрактний тип мислення, пам'яті та сприймання. До всіх життєвих подій вони підходять із логічним мірилом. Шукають раціональних пояснень і практичної вигоди. У їхніх судженнях переважають словесно-мисленнєві оцінки, у разі зіткнення з незнайомими обставинами вони спираються на абстрактні міркування та причинно-наслідкові зв'язки. Безпосереднє сприйняття виражене слабо, тому в неочікуваних ситуаціях їм може не вистачити уяви та винахідливості [цит. за 12].

Без применшення цінності психодіагностичного тесту як інструменту дослідження зауважимо також, що запропонована його авторами характеристика не належною мірою відображає сутність естетичної чутливості як такої. Це ж стосується і запитань ПДТ, які належать до шкали «Естетична чутливість», тому що більшість питань опитувальника зводять естетичну чутливість до схильності цікавитися мистецтвом, що суттєво звужує її розуміння.

Тому **мета публікації** – із застосуванням аксіоматичного підходу [6; 9–11;] визначити основні прояви естетичної чутливості як інтегральної властивості особистості.

**Виклад основного матеріалу.** У процесі побудови моделі системи за допомогою аксіоматичного підходу обирають невелику кількість положень, що містять систему без доведень, які є аксіомами системи. Решта положень можуть міститися в системі тоді, коли вони походять з аксіоми системи. Поняття, що містяться в системі без визначення, називаються вихідними поняттями, а решта понять системи мають бути виведені через вихідні або раніше визначені поняття. Несуперечливість є однією з важливих умов побудови аксіоматичної моделі, оскільки суперечлива система позбавлена будь-якої пізнавальної значущості [6].

Для початку розглянемо визначення поняття **«чутливий»**:

1. Який добре відчуває що-небудь (про органи чуттів); який відзначається особливою гостротою; здатний реагувати на найменші рухи, коливатися від чого-небудь тощо; який здригається, ворушиться час від часу, тремтить.

2. Який піддається впливу природних, фізичних, хімічних чинників, здатний швидко відчувати що-небудь, реагувати на що-небудь, сприйнятливий до чогось.

3. Здатний швидко реагувати на життєві події, факти, явища тощо; здатний тонко відчувати, розуміти навколишнє; з розвиненими художніми смаками, з добрим чуттям; здатний легко збуджуватися, хворобливо реагувати на все, вразливий.

4. Сповнений уважного, чулого, доброзичливого ставлення до людей; чуйний; який свідчить про уважність, доброзичливість, чуйне ставлення до кого-небудь; сповнений теплих почуттів; чулий; надмірно розчулений; сентиментальний; який свідчить про розчуленість, сентиментальність.

5. Здатний швидко відображати, фіксувати зовнішні впливи, зміни, прояви (про прилади, матеріали тощо) [15].

Далі наведемо визначення понять «естетика» й «естетичний». Зазначимо, що найбільше вони вживаються в мистецтвознавстві, філософії, а також психології художньої творчості.

Уважається, що в науковий ужиток термін «естетика» увів німецький філософ А.Е. Баумгартен у своєму трактаті «Aesthetica» (1758 р.), який позначав ним здатності людини до пізнавальної активності, що керується насамперед відчуттям прекрасного.

У тлумачному словнику української мови естетика визначається як: 1. Наука про мистецтво, про форми прекрасного в художній творчості, у природі та суспільстві; система поглядів на мистецтво, якої дотримується хто-небудь. 2. Краса, художність чого-небудь.

**Естетичний:** 1. Прикметник до естетика. 2. Пов'язаний із створенням, відтворенням і сприйняттям прекрасного в мистецтві та житті; викликаний прекрасним у житті чи мистецтві [16, с. 672–673].

У філософській антропології естетика визначається як область філософського знання, що досліджує чуттєві прояви буття людини, передусім у контексті категорій «краса» та «прекрасне», які найбільш повно виражаються в мистецтві. Тому естетику часто називають наукою про сутності та форми творчості за законами краси та гармонії [18, с. 270].

Категорії етичного й естетичного розглядаються в їх співвідношенні та визначаються як «основоположні категорії етики й естетики, які виражають гармонію людського буття та дозволяють усвідомити його дисгармонію. <...> естетичне – це зовнішньо згармонізоване екзистенційне, етичне – це екзистенційне, згармонізоване внутрішньо. Інакше кажучи, естетичне є екзистенційне, згармонізоване на рівні смаку, почуттів і вражень, етичне – екзистенційне на рівні моральних принципів і вчинків. Водночас категорії *етичного й естетичного* не лише виражають стан внутрішнього світу особистості, але й характеризують відносини між особистостями, які формуються за законами зовнішньої та внутрішньої краси» [18, с. 309–310].

Порівняльний аналіз категорій етичного й естетичного з категорією «художнє» дозволяє авторам зробити висновок, що художнє – це єдність етичного й естетичного у творі мистецтва [18, с. 310].

«Художність – міра естетичної цінності твору мистецтва, ступінь його краси. <...> Джерелом художності є дійсність в її естетичній своєрідності, правдиво відображена у змісті твору. <...> Художність також передбачає органічну відповідність змісту твору, його формі <...> Таким чином, критерій художності передбачає як відповідність специфічного змісту мистецтва дійсності, так і його форми змісту. <...> Органічне злиття змісту і форми є необхідною умовою естетичної насолоди від твору мистецтва. Однак єдність змісту та форми художнього твору означає не абсолютну тотожність, а лише певний ступінь взаємної відповідності» [цит. за 3].

«Краса – категорія, що виражає сприймання та створення людиною гармонії власного буття та навколишнього світу. Краса включає в себе такі якості людини та навколишнього світу, як довершеність, виразність, завершеність» [2, с. 98].

«Гармонія – фундаментальна категорія естетики й етики, що означає узгодженість і співмірність частин цілого, єдність різноманітного» [2, с. 39].

Творчість визначається як: «1. Діяльність людини, спрямована на створення духовних і матеріальних цінностей; діяльність, пройнята елементами нового, удосконалення, збагачення, розвитку. 2. Те, що створено внаслідок такої діяльності, сукупність створеного кимось. 3. Здатність творити (у 1 знач.), бути творцем (у 1 знач.)» [14, с. 54].

«Творчість – усвідомлене подолання суперечностей, які стали на шляху розвитку людини та її світу» [2, с. 160].

Мистецтво визначається як: «1. Творче відображення дійсності в художніх образах, творча художня діяльність; галузь творчої художньої діяльності. 2. Досконале вміння в якійсь справі, галузі; майстерність» [17, с. 704]. «Мистецтво – форма культури, у якій відбувається чуттєво-образне подолання суперечностей людського життя та створюється особливе художнє буття» [2, с. 87].

Отже, засобами мистецтва відбувається художнє подолання суперечностей – «чуттєво-образне подолання суперечностей життя у сфері мистецтва, основа онтологічності мистецтва» [2, с. 238], що, безумовно, характеризує мистецтво як творчу діяльність.

Художнє подолання суперечностей здійснюється в комунікативній системі «автор – твір – глядач». Критерієм і основоположною категорією художнього подолання суперечностей є етичне очищення глядача, катарсис [2, с. 238]. Виокремлюється кілька форм художнього подолання суперечностей: катарсично-трагічне (трагічний катарсис); катарсично-комічне (комічний катарсис); катарсично-прекрасне (гармонійний катарсис) [2, с. 238–239].

«Катарсис (грец. *katharsis* – очищення) – поняття, ужите Аристотелем на позначення очищення душі від поганого після сильних переживань. <...> Катарсис – емоційне потрясіння, яке відчуває людина під впливом творів мистецтва і здатне привести до того, що вона звільняється від обтяжливих переживань і думок, що приводить до внутрішнього очищення» [1, с. 141].

Отже, основними поняттями, пов'язаними з «естетичною чутливістю», є «краса», «гармонія», «художність», «мистецтво», «творчість», «сприйняття», «катарсис».

Із застосуванням аксіоматичного підходу нами виокремлені основні **прояви естетичної чутливості** як інтегральної властивості особистості.

Отже, **естетична чутливість** передбачає:

1. Здатність помічати тонкощі, нюанси, деталі у сприйманому.
2. Здатність помічати гарне, красиве, гармонійне в навколишньому світі й у собі.
3. Здатність гостро відчувати прояви некрасивого, негарного, дисгармонійного.
4. Спрямованість на гармонізацію взаємодії з навколишнім світом.
5. Здатність до чуттєво-образного подолання суперечностей засобами сприймання та творчості за законами краси та гармонії.
6. Делікатність у стосунках з оточенням і у проявах власних почуттів.
7. Здатність переживання катарсису, тобто звільнення від обтяжливих переживань і думок, що приводить до внутрішнього очищення.

**Висновки.** Отже, як інтегральна властивість особистості естетична чутливість передбачає здатність людини помічати тонкощі, нюанси, деталі у сприйманому; помічати гарне, красиве, гармонійне в навколишньому світі й у собі, а також гостро відчувати прояви некрасивого, негарного, дисгармонійного; спрямованість на гармонізацію взаємодії з навколишнім світом; здатність до чуттєво-образного подолання суперечностей засобами сприймання та творчості за законами краси та гармонії; делікатність у стосунках з оточенням і у проявах власних почуттів; здатність переживання катарсису, тобто звільнення від обтяжливих переживань і думок, що приводить до внутрішнього очищення.

Перспективною є розроблення на основі виокремлених показників методики для оцінки естетичної чутливості особистості.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Тлумачний словник психологічних термінів / В.Й. Бродовська та ін. Київ : Професіонал, 2007. 512 с.
2. Етика і естетика. *Словник ключових термінів* / Н.В. Хамітов та ін. Київ : КНТ, 2009. 336 с.
3. Кокарева М.В. Психологічне значення естетичних характеристик творів живопису. *Актуальні про-*

*блеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України. Житомир : Вид-во ЖДУ імені І. Франка, 2010. Т. 12 : Психологія творчості. Вип. 10. Ч. 2. С. 134–141.

4. Павлюк М.М., Шепельова М.В. Сучасні психологічні технології надання психологічної допомоги сім'ям постраждалих у подоланні складних життєвих обставин : практичний посібник. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2020. 90 с.

5. Подшивайлов Ф.М. Пошук синергетичних ефектів взаємодії системоутворювальних параметрів академічної обдарованості. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України. Київ : Фенікс, 2019. Т. XII : Психологія творчості. Вип. 26. С. 262–276.

6. Подшивайлов Ф.М. Теоретико-методологічні засади визначення поняття мотиваційної сфери особистості. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2015. № 10 (41). С. 19–23.

7. Роль математичного методу в дослідженні фізіологопсихологічної реальності / Ф.М. Подшивайлов та ін. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2018. № 2 (69). С. 17–22.

8. Психологічна характеристика типів студентів за співвідношенням інтегральних властивостей особистості та індивідності / Ф.М. Подшивайлов та ін. *Психологічний часопис*. 2020. Т. 6. № 7 (39). С. 61–84.

9. Подшивайлова Л.І. Аксиоматичний підхід як засіб подолання понятійної невизначеності у психології. *Науковий вісник Миколаївського державного*

*університету імені В.О. Сухомлинського* : збірник наукових праць. Серія «Психологічні науки». Т. 2. Вип. 5. Миколаїв : МДУ імені В.О. Сухомлинського, 2010. С. 229–233.

10. Подшивайлова Л.І. Типологія особистісно-колективістського самовизначення студентів в умовах навчального процесу : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 1993. 16 с.

11. Подшивайлова Л.І., Гончаренко М.О. Методологічні переваги використання аксіоматичного підходу в психологічних дослідженнях особистості. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Педагогіка. Психологія* : збірник наукових праць. Київ : Київськ. ун-т імені Бориса Грінченка, 2010. № 2 (14). С. 76–81.

12. Подшивайлова Л.І., Шепельова М.В. Особистість студента як індикатор освітнього середовища сучасної України. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України. Київ : Фенікс, 2020. Т. XII : Психологія творчості. Вип. 27. С. 220–236.

13. Психологічний словник / за ред. В.І. Войтка. Київ : Вища школа, 1982. 216 с.

14. Словник української мови : в 11 томах. Т. 10. 1979. С. 54.

15. Словник української мови : в 11 т. Т. 11. 1980. С. 388.

16. Словник української мови : у 20 т. Т. 4. Київ : Наукова думка, 2013. 1010 с.

17. Словник української мови : у 20 т. Т. 8. Київ : Наукова думка, 2017. 994 с.

18. Філософська антропологія : словник / Н.В. Хамітов та ін. Київ : ЦУЛ, 2020. 472 с.

## СЕКЦІЯ 5 ВІКОВА ТА ПЕДАГОГІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

### ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ, ЯКІ ПРАЦЮЮТЬ ІЗ ЮНАЦТВОМ

### EMOTIONAL BURNOUT OF COUNSELING PSYCHOLOGISTS WORKING WITH YOUNG PEOPLE

*У статті обґрунтовано, що психологічне консультування – це професійна діяльність фахівця-консультанта, метою якої є психологічна допомога клієнтам у вирішенні проблем, що пов'язані з сімейною, професійною, міжособистісною та іншими сферами життєдіяльності людини.*

*Визначено відмінні риси специфіки психолого-консультаційної допомоги особам юнацького віку, а саме: збільшення кількості звернень до психолога, у тому числі з ініціативи молодих людей; розширення переліку причин звернення; зростання рівня активності молоді.*

*Показано, що особливість роботи психологів-консультантів полягає в тому, що особи юнацького віку потребують особливого підходу до пояснення ситуацій та явищ, які їм не відомі через відсутність життєвого досвіду.*

*Аргументовано, що ефективність роботи психолога залежить від того, наскільки у психологічній допомозі, яка надається, враховується віковий психологічний розвиток та індивідуальні особливості особистості.*

*Зроблено висновок про те, що професійне вигорання психологів-консультантів для осіб юнацького віку відбиває негативні емоції, які є результатом тривалих міжособистісних взаємодій. Емоційне вигорання є результатом психоемоційного виснаження у процесі виконання професійних обов'язків.*

*Перспективним напрямом подальшого розгляду цієї теми є вдосконалення наявних та розробка нових ефективних методик супервізії для психологів-консультантів, які працюють з особами юнацького віку.*

**Ключові слова:** психологічне консультування, психолог-консультант, особи юнацького віку, консультування осіб юнацького

*віку, вигорання емоційне та професійне психологів-консультантів.*

*The article substantiates that psychological counseling is a professional activity of a specialist-consultant, the purpose of which is psychological assistance to clients in solving problems related to family, professional, interpersonal and other spheres of a person's life.*

*Distinctive features of the specifics of psychological and counseling assistance for youth are identified: an increase in the number of appeals to a psychologist, including at the initiative of young people; expansion of the list of reasons for appeal; increasing the level of youth activity.*

*It is shown that the peculiarity of the work of consulting psychologists is that young people need a special approach to explaining situations and phenomena that are unknown to them due to lack of life experience.*

*It is argued that the effectiveness of a psychologist's work depends on the extent to which the psychological help provided takes into account age-related psychological development and its individual characteristics.*

*It was concluded that the professional burnout of adolescent psychologists reflects negative emotions that are the result of long-term interpersonal interactions. Emotional burnout is the result of psycho-emotional exhaustion in the process of performing professional duties.*

*A promising direction for further consideration of this topic is the improvement of existing and the development of new effective methods of supervision for psychologists-consultants who work with youth.*

**Key words:** psychological counseling, psychologist-consultant, persons of adolescent age, counseling of persons of adolescent age, emotional and professional burnout of psychologist-consultants.

УДК 159.88(075.8)

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.9>

**Астремська І.В.**

к.психол.н.,

доцент кафедри психології

Чорноморський національний

університет імені Петра Могили

**Вступ.** Актуальність теми статті зумовлена тим, що свідомість сучасного юнацтва формується в умовах реформування політичного, економічного та культурного життя суспільства. Це є причиною того, що все частіше особи юнацького віку потребують психологічної допомоги для вирішення проблем, що виникають у процесі розуміння себе, становлення власних життєвих принципів, світогляду, участі у професійній діяльності, міжособистісної комунікації тощо. Кожен юнак ставить собі питання про те, хто він, чого він хоче і що може.

Для юнацького віку характерна зміна рис внутрішнього світу та самосвідомості, пере-

будова психічних процесів та властивостей особистості, зміна емоційно-вольового ладу життя. Розвивається самоосвіта, самопізнання, суть якого полягає в установці щодо себе, відкритті свого «Я», уявленні про свою індивідуальність, свої якості та самооцінку, самоповагу. Беручи на себе весь комплекс соціальних ролей дорослої людини, юнак стає незалежним і здатним брати на себе соціальні зобов'язання.

З огляду на це консультанти, які працюють у сфері психології юнацтва, мають на меті допомогти молодим людям розвинути позитивне ставлення до себе, саморефлексію, вибрати



професію, орієнтуватися в моральному просторі. Ефективна та професійна робота психологічного консультанта сприяє виникненню між ним та клієнтом довірчих відносин, які необхідні для вирішення наявних проблем клієнта. Довіра будується на доброзичливості, рівноправності у спілкуванні, витримці, терпінні, тактовності з боку психолога.

**Мета статті** – дослідити специфіку професійної діяльності психолога-консультанта осіб юнацького віку. **Завдання статті** такі: проаналізувати сутність поняття «психологічне консультування» та особливості психолого-консультативної роботи з особами юнацького віку; дослідити сутність специфіки консультативної допомоги особам юнацького віку; виявити причини професійного вигорання психологів-консультантів, які працюють з особами юнацького віку.

**Виклад основного матеріалу.** Аналіз наукової літератури, присвяченої питанням психологічного консультування, показує, що серед вчених немає єдності щодо сутності поняття «консультація». Дане поняття походить від латинського слова “consultare”, що в перекладі означає «радитися, дбати». Поняття «психологія», як відомо, походить від грецьких слів “psyche” – «душа» і “logos” – «наука». Психологія – це наука про психіку, психічну діяльність, психічні процеси людини. Таким чином, дослівно психологічне консультування означає піклування про психічний стан людини, особи.

На нашу думку, більш точно суть психологічного консультування відображена у визначенні Ч. Буркса та Б. Стефіра, які вважають так: «Консультування – це професійне ставлення кваліфікованого консультанта до клієнта, яке зазвичай представляється як «особа – особа», хоча іноді в ньому беруть участь більше двох осіб. Мета консультування – допомогти клієнтам зрозуміти те, що відбувається в їхньому життєвому просторі, та досягти поставленої мети на основі усвідомленого вибору при вирішенні проблем емоційного та міжособистісного характеру» [5, р. 12].

Вважається, що одним із перших, хто надав найважливішого значення довірливості стосунків лікаря з пацієнтом, був Гіппократ. Важко науково підтвердити цей факт, як і той, що саме Гіппократ є автором знаменитої лікарської клятви, яка була опублікована у 1848 р. у Женеві. Шамани, жерці, чаклуни, філософи, лікарі, священики, як відомо, надавали психологічну допомогу давнім людям. Консультантами вважатимуться у сучасному психологічному сенсі і Сократ, і Платон, і Аристотель, і Конфуцій та багато інших. Оскільки психологія як окрема наука виокремилася з філософії, не дивно, що принципи, сформульовані давніми філософами, стали основоположними для сучасної консультативної психології.

Зигмунд Фрейд створив методіку психологічного консультування з урахуванням психоаналізу. У 1942 р. вийшла знаменита книга американського психолога Карла Роджерса «Консультування та психотерапія», в якій він доводив, що проблеми з комунікацією та інтракцією не є ознакою психічного нездоров'я.

У зарубіжній психологічній науці щодо визначення цілей психологічного консультування сформувався деяка єдність. Дослідників об'єднало розуміння того, що результатом консультування має стати: зміна поведінки клієнта, завдяки якій він житиме краще; вдосконалення навичок адаптації у складних життєвих ситуаціях; розвиток можливості прийняття важливих рішень; вищий рівень комунікабельності; менша схильність до впливу з боку оточення та контроль власних реакцій [6, р. 25].

У вітчизняній психологічній науці психологічне консультування трактується як вид психологічної допомоги людям, які її потребують. Психологічна допомога особам юнацького віку досліджується у межах віково-психологічного підходу до консультування.

Так, наприклад, як вважає І. Цимбалюк, автор посібника «Психологічне консультування та корекція», «основна мета психологічного консультування – це надання психологічної допомоги, тобто розмова із психологом повинна допомогти людині у вирішенні її проблем і налагодженні міжособистісних стосунків з оточуючими. Але відповіді однозначно на питання про те, у чому саме і як ця психологічна допомога повинна надаватися, не так просто [4, с. 17].

На думку укладачів одного з навчальних посібників, «особливості роботи психолога значною мірою залежать від характеру проблем клієнта» [2, с. 5].

Аналіз наукової літератури показує, що основну увагу психологічного консультування спрямовано на такі сфери, як: психічний та духовний розвиток дитини; екзистенційні та особистісні проблеми підлітка; шлюб та сім'я; проблематика психічного та особистісного здоров'я; психологічна допомога помираючому та психотерапія непоправного лиха; проблеми похилого віку; місця ув'язнення, лікарні, казарми, студентські містечка; психологічна допомога та підтримка в кризових ситуаціях; шкільне консультування; професійне консультування; психологічна допомога, що стосується кроскультурних проблем; управлінське консультування (консультування в організаціях).

Водночас напрям, який стосувався б безпосередньо проблем юнацтва, відсутній. Але ж психолого-консультативна допомога особам юнацького віку має власну специфіку, у зв'язку з чим вважається, що технології психологічного консультування дорослих не можуть застосовуватися для психологічної

допомоги особі юнацького віку. Така допомога ґрунтується на обліку особливостей розвитку, пов'язаних з віковими можливостями. На нашу думку, застосування технологій для психологічного консультування дорослих все ж таки можливе за умови їх адаптації до юнацького віку та обліку психологічної проблеми. Однак є принципи психологічного консультування, які є важливими для всіх сфер психологічної допомоги.

Вчені, що спеціалізуються на віковій психології, пропонують варіанти визначення юнацького віку. Одні дослідники вважають вік 16–17 років періодом ранньої юності, а юністю вік від 17 до 20–23 років. Інші науковці називають юнацьким період між підлітковістю та дорослістю – від 15–16 до 21–25 років. На нашу думку, такі періодизації юнацького віку неоднозначні, оскільки вони не враховують особистісні особливості конкретної людини.

Специфіка консультаційної допомоги особам юнацького віку включає такі риси. Підвищується рівень потреби молодих людей у психологічній допомозі, що пояснюється, з одного боку, тим, що вони хочуть краще зрозуміти себе, а з іншого боку, зазнають впливу реклами. Також консультацію із психологом молодим людям можуть радити батьки. Хоча за спостереженнями фахівців, у тих випадках, коли ініціаторами візиту молодшої людини до психолога виступають батьки, виникають труднощі у побудові довірчих відносин із фахівцем.

Ще одна особливість полягає у тому, що запити молодих людей до психологів стають дедалі різноманітнішими. Вони стосуються практично усіх сфер їхнього життя. Одним із найпоширеніших запитів є криза юнацького віку, яку переживають багато молодих людей. Як пишуть Л. Цибух та І. Окул, ця криза «здебільшого відбувається у період між 20 та 21 роками. Складність дослідження цього періоду полягає в тому, що психічні явища зазнають впливу двох різних систем – внутрішньої та зовнішньої, що відсилає нас до різниці між нормативною та ненормативною кризами» [3, с. 69].

Погодимось з точкою зору О. Євдокімової, яка у своїх роботах послідовно доводить, що консультативна робота з особами юнацького віку є самостійним напрямом професійної діяльності психолога [1]. Мета такої роботи – сприяння процесу психічного розвитку молодшої людини з урахуванням її юнацького віку.

Як відомо, ефективність психологічного консультування вимірюється ступенем задоволення запитів клієнта. Щоб задовольнити запити осіб юнацького віку, консультант повинен виявити чинники, які негативно впливають на психофізіологічний розвиток осіб юнацького віку. Найважливішим чинником є незавершений процес розвитку. Молода людина може

бути незадоволеною своєю зовнішністю, емоційнолабільною, надмірно тривожною тощо.

Психологи, які працюють з юнаками, повинні враховувати особливості юнацького віку, зокрема те, що молода людина починає усвідомлювати себе як цілісну особистість, у неї з'являються життєві плани, моральні орієнтири щодо оцінки дійсності тощо. Юнаки та дівчата замислюються над проблемами добра і зла, справедливості та несправедливості, порядності та непорядності. Крім цих моральних проблем, у юнацькому віці формуються такі погляди: соціально-політичні, економічні, культурні, релігійні тощо. Формується індивідуальний стиль мислення, що розвивається під впливом типу нервової системи, темпераменту, соціальних умов, у яких виховувався юнак.

У юнацькому віці однією з важливих сторін життя стає набуття досвіду спілкування з дорослими та однолітками. Труднощі у спілкуванні виникають тому, що молоді люди охоче діляться своїми емоціями з оточуючими, проте самі поки що стосовно інших не є достатньо емпатичними.

Комунікація з однолітками є для юнака інструментом для отримання інформації, яку в сім'ї йому отримати не вдалося. Крім цього, однолітки соціалізують молодшу людину, завдяки чому вона набуває цінних навичок соціальної взаємодії. Юнак ідентифікує себе із спільністю, що надає йому впевненості та стійкості в процесі дорослішання. Психолог-консультант повинен володіти технологіями діагностики та аналізу життєвої ситуації та стосунків молодшої людини, на основі чого сприяти вирішенню її психологічних проблем.

Отже, завдання консультативної допомоги, що вирішуються психологом-консультантом у роботі з юнаками, пов'язані з тим, що постійна рефлексивна робота над проблемами як зовнішніми, так і внутрішніми, без яких не обходиться життя будь-якої людини, захищає її від депресії, незадоволеності, дозволяє соціально і особистісно самоствердитися у професійній діяльності.

Особа юнацького віку є досить складним у психологічному сенсі контингентом, тому що для них характерні такі емоціональні проблеми, як високий рівень тривожності, схильність до депресивного стану тощо. Крім того, психологу-консультанту доводиться працювати з особами, які проявляють агресивно-насилені поведінку, наприклад садизм, зазіхання на безпеку людей тощо. З огляду на це робота з особами юнацького віку є одним із факторів емоційного та професійного вигорання психолога-консультанта.

Специфіка професійної діяльності психологів-консультантів, які працюють з особами юнацького віку, полягає в тому, що вони несуть

особливу етичну та юридичну відповідальність за результати своєї роботи. Якщо у процесі психологічного консультування дорослих відповідальність за те, що з ним відбувається, бере на себе клієнт, то з клієнтами юнацького віку не все так зрозуміло, тому не дивно, що досить часто таким фахівцям доводиться відчувати нервову перенапругу.

Питання емоційного та професійного вигорання психологів-консультантів стало предметом пильної уваги фахівців у період розквіту організації системи соціальних служб у США у другій половині ХХ століття. Вони звернули увагу на проблеми, з якими стикаються люди, чий професійним обов'язком є надання психологічної та соціальної допомоги. Їм доводиться переживати всі складнощі життєвих ситуацій, у яких опиняються їхні клієнти, співчувати їм та виявляти емпатію. Проблема емоційного та професійного вигорання продовжує залишатися у центрі уваги сучасної психологічної науки. Вона стала предметом дослідження таких напрямів, як психологія стресових станів та психологія професійної діяльності.

У науковій літературі є безліч визначень поняття «емоційне вигорання», проте такого визначення, яке б об'єднало більшість фахівців, поки що немає. З огляду на це запропонуємо власне розуміння цього феномену, який, на нашу думку, відображає негативні емоції, що виникають внаслідок тривалих міжособистісних взаємодій. Можна сказати, що емоційне вигорання є наслідком психоемоційного виснаження у процесі виконання професійних обов'язків.

Нині у психології описано велику кількість факторів, що призводять до виникнення професійної деформації та емоційного вигорання особистості спеціалістів, які допомагають людям. Так, наприклад, Л. Тінг, Я.М. Якобсон, С. Сандерс та М. Каннігем, Д.Е. Макграт, аналізуючи особливості діяльності працівників у сфері психічного здоров'я, виокремили зовнішні та внутрішні фактори, які провокують професійне вигорання. Серед зовнішніх факторів визначаються такі:

- 1) хронічність напруженої психоемоційної діяльності;
- 2) нестабілізована організаційна робота (нечітке планування та організування своєї праці, неструктурована та нечітка інформація);
- 3) підвищена відповідальність під час виконання обов'язків професії (режим постійного контролювання як зовнішнього, так і внутрішнього, особливо у вихователів, педагогів);
- 4) несприятливість психологічної атмосфери у професійній діяльності (постійні конфлікти як по вертикалі так і по горизонталі);
- 5) нелегкий контингент в психологічному плані.

Внутрішні фактори, які зумовлюють емоційне вигорання:

1) схильність до емоційної ригідності (менш реактивні та сприйнятливі та більш емоційно стримані люди схильні до вигорання);

2) інтенсивна інтеграція (сприймання та пережиття) ситуацій професійної діяльності (підвищена відповідальність стає результатом виникнення емоційного вигорання);

3) моральні дефекти та дезорієнтація особистості, невміння розрізнити добро та зло, благо та шкоду тощо [7; 8; 9].

Психологам-консультантам, можливо, частіше, ніж іншим фахівцям професій, що допомагають, доводиться стикатися зі складними життєвими ситуаціями, в яких виявляються їх підопічні, тому професійна діяльність спеціаліста, який допомагає юнакам, характеризується енергетичними затратами на регулювання власних емоційних станів, емоційною насиченістю та емпатичним слуханням.

Отже, професійна діяльність спеціалістів, які здійснюють допомогу, потребує розвитку і посилення певних характеристик особистості. Проте надмірний розвиток даних характеристик супроводжується видозмінами в структурі особистості спеціаліста, що впливає на нього як негативно, так і руйнівно. Впливають певною мірою на особистість спеціаліста, який допомагає юнакам, і високі емоційне навантаження, і стресогенність праці.

До професійного вигорання схильні не лише фахівці, які тільки починають свій професійний шлях, але й психологи-консультанти з великим стажем роботи в галузі психологічного здоров'я.

Для профілактики та корекції деструктивних моделей поведінки психологів-консультантів з'явилися наукові роботи, присвячені системі психологічного захисту особистості психолога-консультанта. Система психологічного захисту є набором регуляторних механізмів, завданням яких є мінімізація рівня впливу негативних явищ на особистість психолога. Ідеться про негативні явища, з якими психологу-консультанту доводиться зіштовхуватися у процесі своєї професійної діяльності. Це конфлікти, внутрішні та зовнішні стани тривожності, дискомфорту та ін. Психологічний захист допомагає психологу адаптуватися до складних умов своєї роботи.

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

Обґрунтовано, що психологічне консультування – це професійна діяльність фахівця-консультанта, метою якої є психологічна допомога клієнтам у вирішенні проблем, що пов'язані з сімейною, професійною, міжособистісною та іншими сферами життєдіяльності людини.

Визначено відмінні риси специфіки психолого-консультаційної допомоги особам юнацького віку, а саме: збільшення кількості звернень до психолога, у тому числі з ініціативи молодих людей; розширення переліку

причин звернення; зростання рівня активності молоді.

Особливість роботи психологів-консультантів полягає в тому, що особи юнацького віку потребують особливого підходу до пояснення ситуацій та явищ, які їм не відомі через відсутність життєвого досвіду.

Ефективність роботи психолога залежить від того, наскільки у психологічній допомозі, яка надається, враховується віковий психологічний розвиток та індивідуальні особливості людини. Це означає, що психологи-консультанти, які працюють з юнацтвом, зазнають подвійного навантаження: вони не тільки надають послуги психологічного консультування, а й беруть на себе відповідальність за аналіз та інтерпретацію нової для молодих людей інформації та прийняття рішень.

Психологічна допомога молоді є однією зі спеціалізацій практичної психології. Саме тому психологи-консультанти, які працюють з особами юнацького віку, потребують відповідної супервізії для фахівців у галузі психології юнацтва.

Наштовхуючись на негативні переживання, психологи-консультанти постійно знаходяться поряд з ними і безперервно перебувають у зоні ризику для особистої емоційної стійкості, що потребує розвитку внутрішнього контролю, резервів самовладання, навичок емоційної саморегуляції. Ці фактори провокують професійне вигорання психологів-консультантів, які працюють із юнаками. Як і будь-які фахівці, які допомагають професійно, вони відчувають стрес на роботі, емоційну напругу через інтенсивне спілкування з клієнтами.

Зроблено висновок про те, що професійне вигорання психологів-консультантів осіб юнацького віку відбиває негативні емоції, які є результатом тривалих міжособистісних взає-

модій. Емоційне вигорання є результатом психоемоційного виснаження у процесі виконання професійних обов'язків.

Перспективним напрямом подальшого розгляду цієї теми, на нашу думку, є вдосконалення наявних та розробка нових ефективних методик супервізії для психологів-консультантів, які працюють з особами юнацького віку.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Євдокімова О.О. Соціально-психологічні особливості студентського віку і їх урахування в системі психологічного супроводу. *Наука і освіта* : науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України. 2009. № 1–2. С. 52–57.
2. Основи психологічного консультування (лекційний курс) : навчально-методичний посібник / уклад. Б.А. Якимчук, І.П. Якимчук. Умань : ПП «Жовтий О.О.», 2013. 204 с.
3. Цибух Л., Окул І. Особливості протікання кризи юнацького віку. *Science and Education*. 2018, Issue 9–10. С. 68–72.
4. Цимбалюк І.М. Психологічне консультування та корекція. Модульно-рейтинговий курс : навчальний посібник. Київ : ВД «Професіонал», 2005. 656 с.
5. Burks H.M., Steffire B. *Theories of Counseling*, 3rd Ed. N.Y. : McGraw-Hill, 1979. 652 p.
6. George R.L., Cristiani T.S. *Counseling: Theory and Practice*, 3rd Ed., Englewood Cliffs. N. Y. : Prentice-Hall, 1990. 288 p.
7. McGrath, J.E. A conceptual formulation for research on stress. *Social and psychological factors in stress*. 1970. № 10. P. 2–10.
8. Cunnigham M. Impact of trauma work on social work clinicians Empirical findings. *Social work*. 2003. № 48 (4). P. 451–459.
9. Ting L., Jacobson J.M., Sanders S. Current levels of perceived stress among mental health social workers who work with suicidal. *Social Work*. 2011. № 56 (4). P. 327–336.

## «ПРОСТА МОВА» ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ РЕСУРС ІНКЛЮЗІЇ “PLAIN LANGUAGE” AS A SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL RESOURCE OF INCLUSION

Актуалізація новітніх форм трансляції інформації зрозумілою та доступною мовою є важливим завданням у сучасному світі з метою включення широких верств населення у потік соціального життя. Простота і зрозумілість мови, візуалізація даних, адаптація до різних культур і груп населення, використання сучасних технологій вимагає доступності інформації для людей із урахуванням культурної різноманітності та особливостей цільової аудиторії.

У статті проаналізовано інформаційну ексклюзію у двох вимірах – соціальному та психологічному. Соціальний вимір інформаційної ексклюзії відображає сукупність проблем та нерівностей, пов'язаних із доступом до інформації, засобів комунікації та новітніх технологій у суспільстві. Це поняття підкреслює те, як деякі групи або особи можуть бути позбавлені можливості повнофункціональної участі в інформаційному просторі через різноманітні соціальні, економічні та культурні чинники.

Психологічний вимір інформаційної ексклюзії вказує на ментальні аспекти, які можуть виникнути внаслідок недостатнього доступу до інформації, обмеженого використання засобів комунікації або низької медійної грамотності, й охоплює вплив на емоції, психологічний стан, свідомість та особливості сприйняття індивідів, які можуть бути викликані відчуттям виключеності або недостатньою інформованістю.

Також у статті здійснено SWOT-аналіз впровадження «простої мови» засобами підготовки фахівців у закладах вищої освіти, імплементації європейського досвіду в освітній процес і практик дієвого застосування в реалії вітчизняної дійсності.

**Ключові слова:** інклюзія, ексклюзія, « проста мова », безбар'єрність, SWOT-аналіз, заклад вищої освіти.

Updating the latest forms of information transmission in an understandable and accessible language is an important task in the modern world in order to include broad sections of the population in the flow of social life. Simplicity and comprehensibility of language, visualization of data, adaptation to different cultures and population groups, use of modern technologies require accessibility of information to people, taking into account cultural diversity and characteristics of the target audience.

The article analyzes informational exclusion in two dimensions: social and psychological. The social dimension of informational exclusion reflects a set of problems and inequalities related to access to information, means of communication and the latest technologies in society. This concept emphasizes how some groups or individuals can be excluded from the possibility of full participation in the information space due to various social, economic and cultural factors. The psychological dimension of informational exclusion refers to the psychological aspects that can arise from insufficient access to information, limited use of communication tools or low media literacy and covers the impact on emotions, psychological state, consciousness and perception of individuals that may be caused by feeling excluded or insufficiently informed.

The article also carries out a SWOT analysis of the implementation of plain language by means of training specialists in institutions of higher education, the implementation of European experience in the educational process and the practical application of it in the reality of the domestic reality.

**Key words:** inclusion, exclusion, plain language, barrier-free, SWOT analysis, higher education institution.

УДК 316.77

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.10>

**Гірняк А.Н.**

д.психол.н.,  
професор кафедри психології  
та соціальної роботи  
Західноукраїнський національний  
університет

**Біскуп В.С.**

к.соціол.н.,  
доцент кафедри психології  
та соціальної роботи  
Західноукраїнський національний  
університет

**Постановка проблеми.** У сучасному світі гостро стоїть питання залучення різних за соціальним статусом груп населення до продуктивної взаємодії із суспільними інституціями, повнофункціональної інтеграції в політичні, економічні, соціальні, культурні процеси. Натомість спостерігається тенденція до маргіналізації незахищених громадян українського суспільства, обмеження їх доступу до необхідної інформації зрозумілою мовою щодо надання якісних соціальних послуг, захисту прав і законних інтересів.

Бар'єрами й контекстуальними обставинами соціальної ексклюзії є економічні кризи, політична нестабільність, культурні злами, пропагування хибних стереотипів, стигматизація й ярликування деяких соціальних груп як менш вартісних чи нездатних бути повносправними членами соціуму. Запобігання соціальної ексклюзії вимагає розуміння й врахування цих бар'єрів та обставин, а також прийняття полі-

тик і заходів, які спрямовані на забезпечення рівних прав і можливостей для всіх членів суспільства. Важливо працювати над зниженням дискримінації, просуванням толерантності, рівності та інклюзії, щоб створити більш справедливу й рівноправну суспільну дійсність для всіх людей. Отже, постає питання актуалізації новітніх форм трансляції інформації зрозумілою мовою, артикуляції необхідних для щоденного життя медійних, правових, освітніх даних для широких верств населення.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Опрацювання сучасних тенденцій у сфері доступності до інформаційних джерел, розробку теоретичних і практичних кроків подолання соціальної ексклюзії знаходимо у працях як вітчизняних, так і закордонних вчених. С. Джелівер емоційно зазначає, що потік технічної мови на кшталт «модифікатори ефектів», «моделювання прихованого класового зростання», «граничні структурні моделі»,

«відповідність показників схильності», «схеми корелятивного контролю» запаморочують голову [1]. Пальма першості у концептуалізації використання «простої мови» як підходу до комунікації, який полягає в униканні складних, технічних або важких для розуміння слів і структур мови, належить німецьким вченим С. Гансен-Ширра та К. Масс. Українські дослідниці А. Баровська, І. Коваль у своїх наукових працях зосереджують увагу на використанні «зрозумілої мови» у нормативно-правових актах.

Ми також цілком погоджуємося із тезою В.П. Зінченка, що культура будь-яке своє досягнення перетворює у знаки, а те, що не стало знаком, не може бути комуніковано і ніколи не стане фактом культури. Отже, наші знакові системи мають провідну роль у соціальній конструкції реальності. Наголошуючи те, що реальність не може бути відмежованою від знакових систем, у котрих вона сприймається, конструктивісти тлумачать її як продукт соціальних визначень, а текстуальні репрезентації як «точки боротьби» різних реальностей.

**Мета статті** полягає у теоретичному обґрунтуванні технології «простої мови» як дієвого соціально-психологічного ресурсу адаптації змістових блоків до особливостей оволодіння інформацією ексклюзивними групами населення.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Значна кількість людей перебуває на межі залучення в активну взаємодію із соціальним оточенням й усувається від участі в системі економічної, політичної, культурної, побутової комунікації. Це відбувається внаслідок недостатніх можливостей суб'єктів комунікації чітко сприймати, розуміти, інтерпретувати правила самих знакових систем (*суб'єктивна складність*), а також через ускладнення та перенасичення інформаційних повідомлень (*об'єктивна складність*).

Біпроблемність *доступності* інформаційних повідомлень виявляється у прямо пропорційній залежності між *об'єктивною складністю змісту і його суб'єктивною трудністю*. Остання визначається рівнем розвитку особистості, тобто залежить від двох взаємозв'язаних компонентів – віку та індивідуально-типологічних особливостей. Життєвий досвід залежить від рівня ментального і навчального досвіду людини, а також від сукупності сформованих на даний момент знань, умінь, норм і цінностей. Загалом *суб'єктивна складність* залежить від таких чинників: знання особою предметної сфери (споріднених контекстів); широкої загальнокультурної підготовки (далеких контекстів); навичок встановлення і компонування смислових зв'язків (уміння тлумачити). Водночас *об'єктивна складність* змісту зумовлюється чотирма взаємозалежними чинниками: а) характером змістової частини (обсяг,

абстрактність, образність, логічність тощо); б) її структурою; в) інтенсивністю подачі; г) методикою/технологією презентування. Зазначені чинники організовані за принципом взаємодоповнення. У такий спосіб збалансований характер змістової частини може компенсувати вади подачі/презентування і навпаки [2, с. 86].

Окрім перелічених перепон інтеграції у суспільні процеси, варто виокремити й інформаційну ексклюзію, проявами якої є відсутність доступу до отримання знань, вмінь, навичок у різноманітних соціальних ситуаціях, ускладнення доступу до їх використання, нечіткість чи двозначність тлумачень юридичних, правових норм. Отже, інформаційну ексклюзію можна інтерпретувати у двох вимірах – соціальному та психологічному.

У соціальному вимірі простежуються розбіжності у розумінні контексту, який вкладається представниками того чи іншого соціального інституту у зміст інформації, яку необхідно донести до кінцевого споживача, особливо, якщо мовиться про осіб, які мають певні труднощі у її засвоєнні чи правильному інтерпретуванні. Соціальний вимір інформаційної ексклюзії означає, що деякі соціальні групи чи окремі люди знаходяться в нерівних умовах щодо доступу до інформації та можливостей використання інформаційних ресурсів. Це може зумовлюватися економічними обмеженнями, технологічними бар'єрами, мовними перешкодами або дискримінацією. Соціальна інформаційна ексклюзія потенційно спричинює збільшення нерівності в суспільстві, обмеження можливостей розвитку та участі в громадському житті.

У психологічному вимірі зосереджується увага на втраті здатності особистості правильно декодувати та ідентифікувати зміст інформації з огляду на особистісні та психологічні характеристики. Викривлення сприйняття інформації зумовлене розбіжностями у мовній підготовці, досвідом користування інформаційними ресурсами, здатністю до пошуку необхідних джерел загальної чи спеціалізованої спрямованості. Психологічний вимір інформаційної ексклюзії відображає стан свідомості та навичок особистості, які обмежують її здатність до ефективного сприйняття, розуміння та використання інформації. Це може включати недостатність медіаграмотності, критичного мислення, здатності аналізувати та перевіряти джерела інформації. Це впливає на сприйняття світу, рівень самооцінки та активність у прийнятті життєво важливих рішень.

Отже, постає питання про трансформацію способів і форм трансляції наукової чи повсякденно-побутової інформації для широких верств населення, зокрема осіб з особливими потребами. Щоб осмислити і побудувати

цілісну картину світобачення та мати змогу діяти відповідно до неї, людина має одержати, перетворити, проаналізувати й упорядкувати безліч даних, сформулювати власну позицію та певну систему цінностей за відповідними ustalеними методологічними підходами та принципами. Це дає нагоду орієнтуватися в особистій інформаційній сфері, змінному професійному середовищі, а також загалом навколишньому інформаційному просторі, свідомо формуючи його та впливаючи на соціально-політичну, економічну, екологічну та інформаційну структури всього суспільства [3, с. 10].

На думку фахівців, існує особистісний і суспільний рівень сформованості інформаційної культури. Інформаційна культура особи розуміється як сукупність інформаційного світогляду і системи знань та вмінь, що забезпечують цілеспрямовану самостійну діяльність з оптимального задоволення індивідуальних інформаційних потреб через використання як традиційних, так і нових інформаційних технологій. Натомість інформаційна культура суспільства розглядається як здатність суспільства швидко сприймати та використовувати для забезпечення своєї життєдіяльності нові знання, технології, технічні засоби та інформаційні ресурси [4, с. 58].

Отже, актуалізується питання включення різних груп населення в інформаційний простір, розробки механізмів і технологій інтеграції найбільш вразливих верств населення до безбар'єрного отримання інформації, зокрема й у форматі технологічної доступності, інституалізованому форматі. Українські науковці запевняють, що інклюзія неможлива як індивідуальний процес, вона потребує такої міжсуб'єктної взаємодії, яка визначається сутністю спільної справи, а не заданими правилами гри. Щоб людська індивідуальність набула визнання як особистість, вона повинна бути включеною у змістовне спілкування і взаємодію з іншими особистостями» [5, с. 60].

З огляду на сучасні виклики постає питання про застосування таких технологій у практиці психологів і фахівців із соціальної роботи, які покликані максимально повно й ефективно залучати широкі верстви населення до отримання необхідної інформації у щоденних практиках на засадах доступності, зрозумілості повідомлень, чутливості до кінцевих споживачів інформації.

Одні з розробників концепції доступної мови С. Хансен-Ширра та К. Масс визначають, що це форма мови з підвищеною зрозумілістю, яка використовується в рамках доступного спілкування й відіграє значну роль у створенні комунікативної участі в інклюзивному суспільстві [6, с. 17].

Принагідно вкажемо на дискусійність використання деяких термінів, зокрема «доступна

мова», «зрозуміла мова». У межах нашого дослідження ми не будемо аналізувати лінгвістичні суперечки термінологічних нюансів, а зосередимо увагу на цінностях залучення осіб, які потребують необхідної інформації.

За іншим означенням, спілкування відбувається простою мовою, якщо люди, які є аудиторією для цього спілкування, можуть швидко й легко [7, с. 12] виконати такі дії:

- знайти те, що їм потрібно;
- зрозуміти інформацію, яку вони знайшли;
- діяти належним чином відповідно до цього розуміння.

Для реалізації технології простої мови важливо розуміти, що потрібно читачеві, врахувати його знання та минулий досвід, котрі інколи не відповідають знанням і досвіду автора чи клієнта, для якого автор готує і презентує інформацію.

Впровадження й застосування «простої мови», окрім лінгвістичних чи мовленнєвих концентрів, вимагає врахування також технічних, освітніх та юридичних аспектів. Для успішного впровадження «простої мови» потрібні відповідні технічні засоби та інфраструктура, такі як спеціальні програмні бібліотеки, інтерфейси, інструменти для перекладу складних текстів на просту мову, а також алгоритми, що допомагають конструювати зрозумілі для широкої аудиторії повідомлення. В освітньому аспекті впровадження «простої мови» постають питання навчання та підготовки персоналу, який буде створювати тексти в такому форматі. Лінгвістичні та комунікативні навички стають ключовими для створення доступних і зрозумілих повідомлень. Водночас деякі особливості спеціалізованих текстів (наприклад, юридична документація), потребують специфічної мови для точності та уникнення непорозумінь. Отже, важливо враховувати, де можна використовувати просту мову, а де це може спричинити недоречне спрощення чи спотворення вивіреної інформації.

Варто зазначити, що в українському правовому полі звертається увага на необхідність унормування доступності інформації засобами легкої мови. Так, у схваленій Кабінетом Міністрів України Національній стратегії із створення безбар'єрного простору в Україні на період до 2030 року виокремлено напрям «Інформаційна безбар'єрність», де вказано, що люди незалежно від їх функціональних порушень чи комунікативних можливостей мають доступ до інформації в різних форматах та з використанням технологій, зокрема шрифту Брайля, великошрифтового друку, аудіодискрипції (тифлокоментування), перекладу жестовою мовою, субтитрування, формату, придатного для зчитування програмами екранного доступу, формату простої мови, легкого читання, засобів альтернативної кому-

нікації. Що стосується запровадження та популяризації форматів «простої мови» та легкого читання, то завданнями визначено законодавче врегулювання застосування форматів «простої мови» та легкого читання й унормування викладення нормативних документів у форматі простої мови [8].

Як слушно зауважують українські науковці, концепція «зрозуміла мова» є умовою реалізації комунікації «влада – громадськість», оскільки результатом нечіткості, незрозумілості комунікування органів влади стає щонайменше розгубленість, щонайбільше – безправ'я [9, с. 53].

Отже, актуалізуються питання інтенсифікації впровадження найкращих практик застосування технологій зрозумілої мови в публічний та приватний простір за участі усіх громадян суспільства, зокрема й осіб з особливими потребами. Вважаємо це однією з проактивних технологій задля уникнення непередбачуваних негативних ефектів у житті незахищених верств населення. Це зумовлено щонайменше двома обставинами – стрімким поширенням ідейних, технологічних, наукових інновацій, які змінюють соціальні взаємодії, і виникненням соціальних проблем, а також потенційними ризиками, з якими все частіше зіштовхується людство в розвитку, а звичні реактивні

стратегії не завжди дають бажаний результат [10, с. 24].

Вагому роль у цьому аспекті відіграють заклади вищої освіти як центри наукових досліджень та ініціатори застосування практично орієнтованих заходів для усіх зацікавлених стейкхолдерів. З метою аналізу сильних і слабких сторін впровадження технологій «простої мови» нами був розроблений відповідний інструментарій оцінки життєздатності вказаної технології (див. табл. 1).

**Висновки.** Поняття «проста мова» не варто ототожнювати з примітивізацією змісту інформації чи смисловими спрощеннями. Мовиться про передачу контексту, сенсу, задуму автора інформації у форматі максимальної доступності й зрозумілості, усвідомлення її важливості й корисності, здатність скористатися нею у потрібному місці та часі. «Проста мова» може покращити ефективність комунікації, зробити інформацію зрозумілішою для більшої аудиторії, посилити її корисність та важливість, допомогти зменшити бар'єри між людьми, які говорять різними мовами або мають різні рівні освіти. Водночас впровадження технології «простої мови» у різні сфери та сегменти суспільного життя (економічні, політичні, культурні, освітні тощо) з метою посилення інтеграційних процесів вимагає теоретич-

Таблиця 1

**SWOT-аналіз внутрішніх і зовнішніх чинників впровадження технологій «простої мови»**

<b>Сильні сторони (внутрішнє середовище)</b>	<b>Слабкі сторони (внутрішнє середовище)</b>
1. Конкурентний підхід до надання якісних освітніх послуг з урахуванням європейського досвіду шляхом створення інформаційної онлайн-платформи на базі психологічної служби ЗВО. 2. Високий рівень фахових і соціально-психологічних компетентностей науково-педагогічних працівників ЗВО, ефективна комунікація та співпраця між ЗВО та кінцевими користувачами інформації. 3. Інформаційна та комунікаційна підтримка здобувачів вищої освіти, проведення короткострокових стажувань ("Job shadow days") під керівництвом ментора для набуття практичного досвіду в реалізації технології «простої мови».	1. Недостатня поінформованість, готовність та зацікавленість здобувачів, науково-педагогічних працівників в опануванні технологій «простої мови». 2. Ризики нескоординованої співпраці у тріаді впровадження технологій «простої мови» «ЗВО – влада – кінцеві споживачі». 3. Невисокий рівень відповідності матеріальної бази ЗВО вимогам європейського рівня та нестача фінансових ресурсів.
<b>Можливості (зовнішнє середовище)</b>	<b>Загрози (зовнішнє середовище)</b>
1. Наявність відкритого європейського простору та доступність освітнього контенту для узагальнення кращих практик впровадження простої мови, можливість відвідування європейських університетів для визначення напрямів імплементації європейського досвіду в українських ЗВО. 2. Наявний запит суспільства в імплементації європейського досвіду навчання й впровадження цінностей безбар'єрної комунікації. 3. Дотримання концептуальних засад «навчання впродовж життя», залучення широких верств населення до активної участі у соціальному житті засобами «простої мови».	1. Недосконалість правового регулювання та надмірна бюрократизація запровадження «простої мови», тривала імплементація нормативно-правових актів. 2. Відсутність фінансової підтримки з боку держави у системі розвитку безбар'єрної комунікації. 3. Диференційовані соціальні виклики, на які ЗВО не мають можливості оперативно реагувати, що знижує якість освітніх послуг. 4. Пасивність органів влади у впровадженні механізмів реалізації «простої мови» та невисока зацікавленість у вкладанні коштів для підготовки фахівців з вказаного напрямку.



ного узагальнення та практичної апробації із врахуванням особливостей національного контексту, специфіки об'єктів, на які вона спрямована, відповідного навчання фахівців, залучених до підготовки інформаційних повідомлень.

Предметом подальших наукових розвідок може стати психолого-педагогічна технологія безпосередньої розробки текстових блоків для різновікових цільових груп, а також методологічне обґрунтування об'єктивних критеріїв і шкали оцінювання спроектованих інформаційних продуктів.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Gilliver S. Plain language and readability. *Medical Writing*. 2015. № 24 (1). P. 1–2.
2. Гірняк А.Н. Психологічне обґрунтування змісту і структури модульно-розвивального підручника для середньої загальноосвітньої школи : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Тернопіль. 2007. 289 с.
3. Коваль М, Литвин А. Інформаційне суспільство та професійна освіта. *Естетика і етика педагогічної дії* : збірник наукових праць Інституту педагогічної освіти і освіти дорослих імені Івана Зязюна НАПН України, Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка. 2021. Вип. 23. С. 9–27.
4. Новицька Н.Б. Щодо визначення сутності поняття «інформаційна культура». *Соціологія права*. 2017. № 1–2 (20–21). С. 54–59.
5. Кравченко А., Ліпін М. Варіації інклюзії та ексклюзії в альтернативах економіки, політики і освіти. *Актуальні проблеми філософії та соціології*. 2022. № 36. С. 55–62.
6. Silvia Hansen-Schirra S., Christiane Maass C. *Easy Language Research: Text and User Perspectives*. Frank & Timme. Berlin, 2020. 287 p.
7. Stephens C. *Plain Language in Plain English*. Plain Language Wizardry. 2010. 208 p.
8. Про схвалення Національної стратегії із створення безбар'єрного простору в Україні на період до 2030 року : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 14 квітня 2021 р. № 366-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/366-2021-%D1%80#Text>.
9. Баровська А.В., Коваль І.О. «Зрозуміла мова» / Plain language як умова реалізації комунікації «влада – громадськість» та побудови наративів. *Стратегічні пріоритети. Серія «Політика»*. 2016. № 4. С. 49–54.
10. Біскуп В.С., Надвинична Т.Л. Проактивна стратегія запобігання соціальним проблемам. *Габітус*. 2020. Вип. 16. С. 22–27.

## ОСНОВНІ НАПРЯМИ РОЗВИТКУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ПЕДАГОГІВ

### THE MAIN DIRECTIONS OF DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGICAL COMPETENCE OF TEACHERS

Стаття презентує основні напрями розвитку психологічної компетентності педагога. Розкрито значення психологічної компетентності педагога як однієї з важливих психологічних компетентностей. Встановлено, що психологічна компетентність – це специфічний тип компетентності, що відображає здатність педагога ефективно взаємодіяти з учнями внаслідок сприймання і розуміння мотивів їх поведінки, емоційних станів, потреб та вікових особливостей розвитку. Пропонується авторське бачення ключових складників психологічної компетентності педагогів, зокрема: знань основ психології та їх застосування у навчальному процесі; вмінь ефективно спілкуватися з учнями, розуміти їх потреби та проблеми; навичок розвитку емоційного інтелекту та соціальної компетентності учнів; здатності виявляти емпатію та використовувати позитивні методи впливу на поведінку учнів; конфліктологічної компетентності, яка передбачає здатність педагога управляти конфліктами в освітньому середовищі; володіння техніками управління стресом та психосоціальної підтримки учнів в умовах військового стану. Відповідно до вищезазначених складових частин психологічної компетентності педагога визначено основні змістовні модулі програми підвищення кваліфікації на етапі післядипломної освіти. Серед змістовних модулів програми виділено такі: психологічні засади організації навчального процесу в закладах освіти; спілкування з учнями (техніки активного слухання та виявлення емпатії); розвиток емоційного інтелекту та соціальної компетентності учнів; психолого-педагогічні аспекти управління конфліктами в освітньому середовищі; техніки контролю стресу та методи психосоціальної підтримки учнів в умовах військового стану. Навчання за цією програмою передбачає перехід від теоретичних знань до їх практичного застосування.

**Ключові слова:** психологічна компетентність, професійна компетентність, емоційний інтелект, конфліктологічна компетент-

ність, програма підвищення кваліфікації, вікові особливості розвитку.

The article presents the main directions of development of the psychological competence of the teacher. The significance of the psychological competence of a teacher as one of the most important psychological competences has been revealed. Defined, the psychological competence is a specific type of competency, that represents ability of teacher effectively cooperate with pupils as a result of perception and understanding of reasons of their behavior, emotional states, needs and age features of development. The author's vision of the key components of the psychological competence of teachers is promoted, such as: knowledge of the bases of psychology and their application in an educational process; ability effectively interact with pupils, understand their needs and problems; skills of development of emotional intelligence and social competence of students; demonstrate empathy and use positive methods influence on the behavior of the pupils; conflictological competence, as a teacher's ability to manage conflicts in the educational environment; master of stress management techniques and psychosocial support of pupils in the conditionals of military state. According to above-named components of the psychological competence of the teacher, the main modules of the qualification advancement program at the stage of postgraduate education were assigned. Such modules as basic modules of the program have been highlighted: psychological base of the organization of the educational process; communication with pupils: active listening techniques and empathy manifestation; development of emotional intelligence and social competence of students; psychological and pedagogical aspects of managing conflicts in the educational environment; stress control techniques and methods of psychosocial support of students in the conditionals of military state. Training in this program involves the transition from theoretical knowledge to their practical application.

**Key words:** psychological competence, professional competence, emotional intelligence, conflictological competence, professional development program, age features of development.

УДК 159.9-057.4

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.11>

**Дметерко Н.В.**

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

**Аматьєва О.П.**

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

**Постановка проблеми.** У сучасному світі, де освіта відіграє важливу роль у розвитку суспільства, перед педагогами постають складні виклики і вимоги. Вони повинні бути не тільки фахівцями своєї предметної сфери, але й уміти ефективно взаємодіяти зі своїми учнями та створювати сприятливу навчальну атмосферу. Можливість останнього значною мірою залежить від рівня розвитку у педагога психологічної компетентності.

Психологічну компетентність визначають як «здатність визначати і враховувати в освітньому процесі вікові та інші індивідуальні особливості учнів; здатність використо-

вувати стратегії роботи з учнями, які сприяють розвитку їхньої позитивної самооцінки, я-ідентичності; здатність формувати мотивацію учнів та організувати їх пізнавальну діяльність; здатність формувати спільноту учнів, у якій кожен відчуває себе її частиною» [6]. Психологічна компетентність реалізується при виконанні майже всіх трудових функцій педагога, зокрема при встановленні партнерської взаємодії з учасниками освітнього процесу. З огляду на це однією із актуальних проблем психологічної науки і практики є визначення змістового наповнення програми підвищення кваліфікації педагогіч-

них працівників задля розвитку їх психологічної компетентності.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Теоретичний огляд наукових джерел засвідчує увагу науковців до проблеми розвитку психологічної компетентності педагога [1–4; 7]. Психологічну компетентність розглядають як одну із важливих складових частин професійної компетентності педагога. Остання є базовою характеристикою діяльності спеціаліста. Вона включає як змістовий (знання), так і процесуальний (уміння) компоненти і має головні суттєві ознаки, а саме мобільність знань, гнучкість методів професійної діяльності і критичність мислення [3]. Вказується на існування зв'язку психологічної компетентності з професійним та життєвим успіхом особистості [1–4]. Розвиток психологічної компетентності у педагогів має важливе значення для покращення якості навчального процесу та формування гармонійного розвитку учнів.

Низка досліджень науковців (О.І. Бондарчук, Н.І. Мачинська, Т.О. Саврасова-В'юн та ін.) присвячена визначенню психологічної компетентності педагога та її структурних компонентів [4; 3; 7].

Так, Т.О. Саврасова-В'юн у структурі професійно-психологічної компетентності майбутніх педагогів виділяє такі компоненти: мотиваційно-ціннісний (комплекс усвідомлених мотивів, від яких залежить вибір дій щодо вдосконалення психологічних умінь і навичок); емоційно-оцінний (комплекс ставлень до використання психологічних знань, умінь, навичок у професійній діяльності); діяльнісно-вольовий (сукупність умінь і навичок щодо застосовування психологічних знань у професійній діяльності); професійно-особистісний (комплекс професійних і особистісних якостей, властивостей, здібностей, що сприяють ефективній професійній діяльності); когнітивно-орієнтаційний (сукупність психологічних знань і способів застосування цих знань у професійній діяльності) [7].

Відповідно до визначення Т.О. Саврасової-В'юн професійно-психологічна компетентність майбутніх педагогів – це інтегративна якість особистості майбутніх педагогів, яка містить сукупність психологічних знань, умінь, навичок, ціннісних орієнтацій, мотивів, емоційних, вольових процесів, спрямована на ефективне здійснення професійної діяльності та самовдосконалення [7].

На думку О.А. Бакаленко, психологічна компетентність полягає в здатності особистості до самопізнання, самоконтролю, до ефективного спілкування і взаємодії з іншими людьми, саморозвитку та самореалізації. Психологічна компетентність дозволяє людині розуміти себе та інших, ефективно адаптуватися до життя у сучасному соціумі, мати гармонійні стосунки

з оточенням, успішно реалізовувати свій особистісний потенціал, відчувати високий рівень психологічного благополуччя та бути задоволеною життям. Серед основних навичок психологічної компетентності автор виділяє такі: навички самопізнання, навички самоконтролю, навички ефективного спілкування, навички спільної діяльності та співробітництва, навички саморозвитку та самореалізації [1].

Теоретичний огляд наукових джерел засвідчує, що психологічна компетентність педагога є комплексним поняттям, що містить певні складові компоненти, кожен з яких є важливим для виконання професійних завдань. Уявлення щодо складових психологічної компетентності педагога набуває важливого значення у контексті розробки змістового наповнення програми підвищення кваліфікації педагогічних працівників на етапі післядипломної освіти, що передбачає набуття нових та вдосконалення раніше набутих компетентностей на основі попередньої здобутої освіти та практичного досвіду.

Попри низку досліджень, які презентують структуру психологічної компетентності педагога, подальшого вивчення потребує проблема організації роботи та методів з її розвитку, що буде сприяти підвищенню ефективності комунікації педагогічних працівників з учнями та батьками.

**Метою статті** є визначення основних напрямів розвитку психологічної компетентності педагогічних працівників у процесі підвищення кваліфікації на етапі післядипломної освіти.

**Виклад основного матеріалу.** Психологічна компетентність педагогів означає їх здатність розуміти та ефективно реагувати на психологічні потреби учнів, використовувати психологічні знання для підтримки психологічного та соціального благополуччя дітей.

Психологічна компетентність – це специфічний тип компетентності, що відображає здатність педагога ефективно взаємодіяти з учнями внаслідок сприймання і розуміння мотивів їх поведінки, емоційних станів, потреб та вікових особливостей розвитку. Вона передбачає знання психології розвитку, навички міжособистісної взаємодії, емоційної регуляції та саморегуляції.

На основі узагальнення та доповнення представлених у наукових джерелах складових частин психологічної компетентності педагога нами були визначені напрями розвитку психологічної компетентності педагога у процесі підвищення кваліфікації чи стажування. Ці напрями презентовані у вигляді змістовних модулів програми навчання.

Однією з ключових складових частин психологічної компетентності педагога є знання психологічних теорій та концепцій. Педагог

повинен мати глибоке розуміння психологічних принципів, які лежать в основі навчання та виховання. Це передбачає знання вікових особливостей когнітивного та емоційного розвитку учнів, а також психологічних основ саморегуляції та мотивації, зокрема мотивації навчальної діяльності. Знання педагогічної та вікової психології допоможе вчителям підібрати відповідні методи та стратегії навчання, що враховують індивідуальні потреби та можливості учнів.

Вважаємо, що одним із напрямів розвитку психологічної компетентності є оновлення знань педагогів про вікові особливості учнів на різних етапах розвитку. Вчені зазначають, що сучасні діти значно відрізняються від своїх однолітків 30 років тому. Ці відмінності полягають у зміні мотивації, зокрема мотивації навчання, зниженні бажання йти до школи, складнощях з переключенням уваги та тощо. Ще однією психологічною особливістю сучасних школярів є так звана кліповість мислення, що полягає у тому, що вони погано сприймають одну картинку, з якою треба працювати тривалий час [5]. У зв'язку із цим постає необхідність знання вчителем психологічних особливостей розвитку сучасного школяра задля оптимізації форм та методів навчання.

Психологічна компетентність у педагогів також передбачає здатність розпізнавати психологічні потреби учнів, створювати підтримуючу та стимулюючу навчальну атмосферу, ефективно спілкуватися з ними, розвивати емоційну та соціальну компетентність, а також виявляти емпатію та застосовувати позитивні методи впливу на їх поведінку.

У світлі військових дій, які, на жаль, відбуваються наразі в Україні, важливим є володіння педагогом методами і техніками психосоціальної підтримки учнів, контролю за стресом тощо. Учителі повинні бути здатні виявляти та розпізнавати психологічні проблеми учнів, такі як стрес, тривога чи поведінкові складнощі, та вчасно реагувати на них.

Зазначимо, що професія педагога належить до системи професій «людина – людина». Це передбачає не лише вміння встановлювати і підтримувати контакти з людьми, розуміти їх, розбиратися в їх психологічних особливостях, а і усвідомлення того, що інші люди можуть мати власні інтереси, погляди, наміри, цінності. Це може породжувати протиріччя між людьми і призводити до виникнення конфліктів. Як показують результати досліджень, конфлікти в освітньому процесі є природними та неминучими. Об'єктивні причини виникнення конфліктів у закладах вищої освіти пов'язані з конфліктогенною природою самого освітнього процесу, рушійними силами якого є протиріччя. Це спричиняє неминучі конфлікти [2]. При цьому саме на педагога покладається

відповідальність за упередження або виникнення конфлікту, його динаміку, знаходження конструктивних способів поведінки у конфлікті та його розв'язання. У зв'язку із цим при визначенні змісту програми з розвитку психологічної компетентності педагогів вважаємо доцільним введення окремого модуля, присвяченого розвитку конфліктологічної компетентності педагога як невід'ємної складової частини психологічної компетентності. Конфліктологічну компетентність розглядають як «сукупність знань, умінь і навичок та наявність певних особистісних якостей, що дають змогу конструктивно вибудовувати спілкування та обирати гідні варіанти поведінки у конфліктних ситуаціях» [2, с. 104]. Конфліктологічна компетентність передбачає розуміння природи конфліктів (типи конфліктів, їх причини та етапи розвитку, володіння навичками медіації та вирішення конфліктів, вміння розпізнавати та розуміти емоції учнів і свої, керувати власними емоціями та виявляти емпатію).

Підсумовуючи вищесказане, зазначимо, що психологічна компетентність педагогів складається з різних компонентів. Ідеться про теоретичні знання з психології, практичні вміння та навички їх застосування та особистісні якості (емпатія, рефлексія, стресостійкість та ін.). Пропонуємо власне бачення ключових складників психологічної компетентності педагогів.

1. Знання основ психології (загальної психології, вікової психології, педагогічної психології та ін.) та їх застосування у навчальному процесі. Педагог повинен мати знання основних теорій розвитку та навчання учнів, розуміти вікові особливості когнітивного, емоційного та соціального розвитку учнів. Ці знання допоможуть педагогу розуміти потреби та індивідуальні особливості учнів різного віку і обирати відповідні методи та стратегії навчання.

2. Вміння ефективно спілкуватися з учнями, розуміти їх потреби та проблеми. Педагог повинен володіти навичками активного слухання, виявлення емпатії та встановлення ефективного контакту з учнями. Це допомагає педагогу побачити світ очима учня, а також підтримати учнів у складних ситуаціях.

3. Навички розвитку емоційного інтелекту та соціальної компетентності учнів. Педагог повинен бути здатним сприяти розвитку емоційного інтелекту учнів, тобто їх здатності розпізнавати, розуміти та ефективно керувати власними емоціями, а також виявляти емпатію та співпереживання до емоцій інших людей. Крім того, педагог повинен розвивати соціальну компетентність учнів, навчаючи їх співпраці, комунікації, взаємодії з оточуючими та вирішенню конфліктів.

4. Здатність виявляти емпатію та використовувати позитивні методи впливу на поведінку учнів. Педагог повинен мати вміння

сприяти позитивній зміні поведінки учнів через емпатію, підтримку та використання позитивних методів впливу. Він повинен бути здатним створювати мотивацію для навчання, заохочувати до співпраці.

5. Конфліктологічна компетентність, яка передбачає здатність педагога управляти конфліктами в освітньому середовищі, тобто прогнозувати, попереджувати виникнення, знаходити конструктивні способи розв'язання та сприяти позитивним міжособистісним взаємодіям учнів.

6. Володіння техніками управління стресом та психосоціальної підтримки учнів в умовах військового стану.

Ці складові частини психологічної компетентності взаємозв'язані і доповнюють одна одну, створюючи підґрунтя для професійного успіху фахівця та психологічного благополуччя учнів. Вважаємо, що розвиток цих компонентів психологічної компетентності є ключовим завданням програм підвищення кваліфікації для педагогів, які мають на меті забезпечити якісну освіту та оптимальні умови для розвитку кожного учня.

Відповідно до вищезазначених складників психологічної компетентності педагогів нами визначено основні змістові модулі для включення їх до програми підвищення кваліфікації педагогів.

Змістові модулі з розвитку психологічної компетентності педагогів:

Модуль 1. Психологічні засади організації навчального процесу в закладах освіти

Основною метою цього модулю є оновлення знань педагогів про вікові особливості особистісного та пізнавального розвитку сучасного школяра (молодшого школяра, підлітка і юнака) для урахування при організації навчального процесу; психологічні основи мотивації та взаємодії, зокрема мотивації навчання.

Модуль 2. Спілкування з учнями: техніки активного слухання та виявлення емпатії

Метою цього модуля є підвищення розуміння педагогами важливості ефективного спілкування для взаємодії та навчання; ознайомлення з видами бар'єрів спілкування; ознайомлення з техніками активного слухання та їх практичним застосуванням; розвиток емпатії та співпереживання, вміння виявляти емпатію, створювати сприятливу атмосферу для ефектivelyї взаємодії з учнями.

Модуль 3. Розвиток емоційного інтелекту та соціальної компетентності учнів

Вивчення цього модуля передбачає ознайомлення з ключовими аспектами емоційного інтелекту як-от: здатність розуміти свої емоції, їх походження і вплив на власні дії та взаємодію з оточуючими; здатність керувати власними емоціями, включаючи здатність керувати стресом, реагувати на стресові ситуації

і знаходити конструктивні шляхи вирішення проблем; здатність розпізнавати емоції інших людей, розуміти, що вони відчувають, та адекватно реагувати на їх емоційний стан.

Модуль 4. Конфліктологічна компетентність педагога: психолого-педагогічні аспекти управління конфліктами в освітньому середовищі

Вивчення цього модулю передбачає ознайомлення педагогів з природою конфліктів та етапами його розвитку; опрацювання навичок медіації, що передбачає сприяння сторонам конфлікту у досягненні взаємовигідних рішень. Важливою складовою частиною цих навичок є вміння слухати, враховувати інтереси протилежної сторони, готовність йти на компроміси та спільні рішення. Педагог повинен володіти ефективними комунікативними стратегіями, які сприяють зменшенню конфліктів та покращенню взаєморозуміння, навичками використання ненасильницького способу спілкування та виявлення толерантності.

Навчання за цим модулем передбачає не лише опанування теоретичних знань про природу і динаміку конфлікту, а і різноманітні практичні вправи, тренінги та ситуативні задачі, які спрямовані на практичне застосування набутих знань та навичок. Інтеграція цих елементів у програму підвищення кваліфікації педагогів буде створювати сприятливе середовище для подальшого формування позитивного клімату в закладі освіти.

Модуль 5. Техніки контролю стресу та методи психосоціальної підтримки учнів в умовах військового стану

Навчання за цим модулем передбачає ознайомлення педагогів з особливостями психоемоційного стану людини в екстремальних ситуаціях, зокрема під час дії військового стану. Особлива увага надається техніками психосоціальної підтримки учнів різних вікових груп.

Зазначимо, що компетентність – це здатність застосовувати знання, вміння, навички під час виконання певних завдань і досягати результатів у конкретній сфері діяльності. У зв'язку з цим серед форм та методів роботи передбачено тренінги, практичні вправи, розв'язання ситуаційних задач та інші форми професійного розвитку, які допомагають вчителям не лише оновлювати свої знання та вміння в галузі психології, а і відпрацьовувати навички ефективної комунікації з учасниками освітнього процесу, упередження та конструктивного розв'язання конфліктів тощо. Передбачається побудувати модулі так, щоб створити плавний перехід від теоретичних знань до їх практичного застосування.

**Висновки з проведеного дослідження.** Підсумовуючи вищесказане, зазначимо, що розвиток психологічної компетентності у педа-

гогів є важливим аспектом підвищення якості навчання в закладі освіти. Основні напрями розвитку психологічної компетентності педагогів презентовані у вигляді модулів, які передбачають опанування як теоретичних знань, так і практичних умінь та навичок, необхідних для встановлення партнерської взаємодії з учасниками освітнього процесу та їх психологічної підтримки. Перспективи подальших досліджень бачимо у визначенні ефективності запропонованої програми з розвитку психологічної компетентності педагогів.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Бакаленко О.А. Психологічна компетентність як ключова компетентність сучасного фахівця. *Вісник Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна. Серія «Теорія культури і філософія науки»*. 2018. Випуск 58. С. 132–138.
2. Удосконалення конфліктологічної компетентності викладачів вищої школи в системі підвищення кваліфікації / Л.Г. Кайдалова, Н.В. Альохіна, Н.В. Шварп. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 5. «Педагогічні науки: реалії та перспективи»*. 2019. Випуск 68. С. 102–107.
3. Мачинська Н.І. Психологічна компетентність – необхідна складова професійної компетентності майбутнього фахівця. *Інженерні та освітні технології в електротехнічних і комп'ютерних системах*. 2013. № 1. URL: <http://eetecs.kdu.edu.ua>.
4. Науково-методичні засади формування психологічної компетентності керівників освітніх організацій у системі післядипломної педагогічної освіти : науково-методичний посібник / за ред. О.І. Бондарчук. Київ : Педагогічна думка, 2012. 144 с.
5. Нова українська школа: поради для вчителя / за ред. Н.М. Бібік. Київ : ТОВ «Видавничий дім «Плеяди», 2017. 206 с.
6. Професійний стандарт за професіями «Вчитель початкових класів закладу загальної середньої освіти», «Вчитель закладу загальної середньої освіти», «Вчитель з початкової освіти (з дипломом молодшого спеціаліста)». URL: [https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2020/12/Nakaz\\_2736.pdf](https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2020/12/Nakaz_2736.pdf).
7. Саврасова-В'юн Т.О. Зміст і структура професійно-психологічної компетентності майбутніх педагогів. *Освітологічний дискурс*. 2015. № 2 (10). С. 241–254.

## ТРАНСФОРМАЦІЇ ПРИХИЛЬНОСТІ ПІД ВПЛИВОМ ПСИХОТРАВМИ ATTACHMENT TRANSFORMATIONS UNDER THE PSYCHOTRAUMA INFLUENCE

У статті здійснено аналіз детермінуючої ролі психотравмуючих ситуацій на вибудову довірливих стосунків зі світом в цілому та близьким оточенням особистості. Основну увагу автори дослідження звертають на трансформації прихильності під впливом психотравми. Задля цього здійснюється екскурс в теорії психотравми від психоаналітичної традиції З. Фрейда до екзистенційної традиції В. Франкла. Акцентується увага на переході від «енергетичної» концепції психотравми до «інформаційної», де поняття «інформація» розуміється як когнітивні та емоційні переживання і елементи сприймання зовнішнього і / або внутрішнього характеру. Виникнення сильних негативних емоцій внаслідок травматичного досвіду пов'язане з актуалізацією конфлікту між старим і новим образом «Я». У концепції психічної травми Янофф-Булман аналізується необхідність зміни актуального образу себе та світу, щоб забезпечити власну дієздатність та безпеку. Особистість реалізує низку стратегій поведінки, які покликані віднайти спосіб подолання травматичного впливу та актуальну модель надійної прихильності. Висувається припущення, що в травматичних ситуаціях актуальна модель надійної прихильності зазнає змін і рухається до відновлення з урахуванням отриманого досвіду. Теорія прихильності, розроблена Дж. Боулбі та М. Ейнсворт дозволяє апелювати до розуміння захисної функції прихильності залежно від особливостей взаємодії між індивідом та його об'єктом прихильності. Вжитий термін «надійна» прихильність дозволяє описати впевненість індивіда будь-якого віку в підтримці базових потреб і напрацюванні ментальної робочої моделі, яка використовується для рефлексії, інтерпретації і спілкування та полегшує регуляцію близькості, вирішення конфліктів.

Опора на когнітивну концепцію Янофф-Булман, за якою базові переконання щодо себе та оточуючого світу можуть суттєво відрізнятися у людей, які пережили травматичну подію, і тих, які з такою подією не стикалися, збагачує розуміння успішного подолання та опанування психотравмуючого досвіду. Здійснене дослідження дозволяє засвідчити вплив психічної травми найбільше на базові переконання щодо позитивного Я-образу, доброзичливості навколишнього світу і відкритих відносин між Я і навколишнім світом.

**Ключові слова:** прихильність, надійна прихильність, робочі моделі прихильності, психотравма, базові переконання, позитивний Я-образ, образ світу.

The article analyzes the determining role of psychotraumatic situations in building trusting relationships with the world as a whole and the individual's close environment. The study authors focus on the attachment transformations under the psychotrauma influence. For this purpose, an overview of the psychotrauma theory from the psychoanalytic tradition of S. Freud to the existential tradition of V. Frankl has been provided. Attention is drawn to the transition from the "energetic" concept of psychotrauma to the "informational" one, where the concept of "information" is understood as both cognitive and emotional experiences and elements of external and internal perception. The emergence of strong negative emotions through a traumatic experience is associated with the actualization of the conflict between the old and new images of the "I". In the concept of mental trauma, Janoff-Bulman analyzes the need to change the actual image of oneself and the world to ensure one's own capacity for action and safety. The personality implements a number of behavioral strategies designed to find a way to overcome the traumatic impact and restore the current model of reliable attachment. The study suggests that in traumatic situations, the contemporary model of reliable attachment transforms and moves towards recovery, considering the experience gained. The attachment theory developed by J. Bowlby and M. Ainsworth allows us to appeal to the understanding of the protective function of attachment, depending on the characteristics of the interaction between the individual and his attachment object. The term "reliable" attachment describes the confidence of an individual of any age in supporting basic needs and developing a mental working model that is used for reflection, interpretation and communication and facilitates the regulation of closeness and conflict resolution. Relying on the Janoff-Bulman cognitive concept, according to which fundamental beliefs about oneself and the surrounding world can be significantly different in people who have experienced a traumatic event and those who have not experienced such an event, enriches the understanding of successfully overcoming and mastering a psychotraumatic experience. The research allows us to testify the significant impact of mental trauma on core beliefs about a positive self-image, benevolence of the surrounding world and open relations between the self and the surrounding world.

**Key words:** attachment, reliable attachment, working models of attachment, psychotrauma, basic beliefs, positive self-image, image of the world.

УДК 159.92

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.12>

**Заболотна Н.М.**

старший викладач кафедри психології  
Ужгородський національний університет

**Ісаєвич С.І.**

старший викладач кафедри психології  
Ужгородський національний університет

**Омелянська В.І.**

старший викладач кафедри психології  
Ужгородський національний університет

**Постановка проблеми.** Карантинний режим та ізоляція, швидкий темп життя, невідповідність бажаного і реального, проблеми з близькими і рідними людьми – усе це може призводити до травм різноманітної природи. До психотравмуючих ситуацій належать ті, що стосуються загрози життю людини, честі, гідності, ситуацій навмисної омани, шахрайства,

що позначається на втраті довіри до людей та світу в цілому, на розвитку кризових станів.

У нашому повсякденному житті все частіше зустрічається термін «психічна травма», оскільки це явище торкнулось всіх українців у сьогоднішніх реаліях війни. З. Фрейдом була запропонована енергетична концепція психічної травми, у рамках якої розглядалась

психічна травма як вплив стимулу надмірної потужності, що проникає через стимульний бар'єр. На сьогодні «енергетичне» розуміння травми все частіше замінюється на «інформаційне», де під поняттям «інформація» розуміємо як когнітивні, так і емоційні переживання й елементи сприймання зовнішнього і / або внутрішнього характеру [5]. З цієї точки зору інформаційне переважання занурює людину в стан постійного стресу доти, доки інформація не буде нею опрацьована. Виникнення сильних негативних емоцій внаслідок травматичного досвіду пов'язане з актуалізацією конфлікту між стрим і новим образами «Я». Щоб позбутися від цих емоцій, людина намагається витіснити з пам'яті будь-які нагадування про травму та її можливі чи реальні наслідки, внаслідок чого травматичний матеріал виявляється недостатньо опрацьованим.

На думку представників юнгіанської школи, поняття «травма» використовується для опису будь-якого переживання, яке викликає нестерпні психічні страждання. У рамках цього підходу психотравма розглядається з точки зору внутрішніх трансформацій, тобто як наслідок після травми. Щоб прийняти і усвідомити явище та його наслідки, особистість проходить крізь емоційні, внутрішні переживання, які юнгіанці називають стражданнями (сумнів, гнів, страх, тривога тощо). Працюючи в цій парадигмі, Д. Калшед робить такий висновок: психічна травма може бути викликана не тільки зовнішніми чинниками, але й здатністю трансформувати зовнішні обставини у внутрішню систему самознищення. Як він вважає, якщо травма не усвідомлюється та не приймається, то людина ніби карає сама себе за її наслідки. Це може призвести до саморуйнівної поведінки, захоплення екстремальними видами спорту, пошуку забуття в алкоголі чи наркотиках, інших способів «м'якого» суїциду.

В. Франкл (засновник логотерапії та екзистенційного аналізу) вважав, що травма є одним з чинників втрати людиною життєвих сенсів, подолання ж травми є результатом осмислення подій і пошуку нових життєвих сенсів. Виходом з травми є формування сенсів, здатних стати провідними у структурі особистості і забезпечити опору в подальшому розвитку.

За когнітивною концепцією Яноф-Булман, для орієнтації у зовнішньому світі людина використовує внутрішні базові переконання. Такі базові переконання, як доброзичливість навколишнього світу, його справедливість, цінність і значущість власного «Я», стають основою для формування власного досвіду. Здорове почуття безпеки людини базується на трьох категоріях базових переконань, що лежать в основі нашого суб'єктивного світу. По-перше, це віра в те, що в світі більше добра,

ніж зла. Це стосується як оточуючого світу загалом, так і ставлення до людей. По-друге, це переконання, що світ наповнений смислом, тобто людям притаманно вірити, що події не випадкові, а відбуваються контрольовано і підкоряються справедливості. По-третє, переконання в цінності власного «Я», яке має такі аспекти: «Я хороша людина» (самоцінність), «Я поведжусь правильно» (контроль) та оцінка власної вдачі. Базові переконання зазнають глибоких змін під впливом перенесених дитячих психологічних травм і травматичних подій, внаслідок яких звичні уявлення про життя та моделі поведінки руйнуються. Негативний досвід викликає довготривалі та важкі психологічні проблеми. Почуття безпорадності та втрати контролю над власним життям зберігається протягом тривалого часу. Таким чином, базові переконання щодо себе та оточуючого світу можуть суттєво відрізнятись у людей, які пережили травматичну подію, і тих, які з такою подією не стикалися.

Становлення цих базових переконань відбувається в ранньому дитинстві завдяки взаємодії і спілкуванню з близькими людьми [6]. Перші враження дитини про світ і про себе формуються на довербальному рівні.

З опорою на теорію об'єктних відносин Яноф-Булман стверджує, що найважливішим явищем у становленні базових переконань є реакція дорослого на плач дитини. У віці близько семи місяців дитина починає структурувати власний досвід, створюючи глибинні переконання про доброзичливість, справедливість навколишнього світу, а також про власне «Я», яке гідне любові і турботи. Базові переконання забезпечують дитину почуттям захищеності і довіри до світу, а в подальшому відчуттям власної невразливості.

Вплив психічної травми найбільше стосується базових переконань щодо позитивного Я-образу, доброзичливості навколишнього світу і справедливих відносин між «Я» і навколишнім світом. Впевненість у власній захищеності та невразливості виявляється ілюзією, внаслідок чого особистість занурюється в стан дезінтеграції.

У випадку успішного подолання травми базові переконання значимо відрізняються від дотравматичних. Їх відновлення відбувається тільки до того рівня, на якому людина звільняється від ілюзії невразливості. Сприймання світу відбувається у формі, максимально наближеній до реальної настільки, наскільки це можливо для того, щоб по-новому оцінити навколишній світ і власне життя.

**Виклад основного матеріалу.** Звертаючись до концепції психічної травми Яноф-Булман, можемо припустити, що в результаті травматизації людини її актуальні образи світу і самої себе виявляються частково або ціл-



ком порушені. Саме ці образи становлять підґрунтя для душевної рівноваги і душевної гармонії. Переживаючи травмуючу подію, людина стикається з тим, що об'єкти прихильності стають недоступними або їх реакції не збігаються з її очікуваннями. Відчуваючи безпомічність і незахищеність, індивід потрапляє в когнітивний дисонанс щодо уявлення про власну дієздатність та безпеку. Результатом протистояння з ситуацією, яка суперечить актуальному образу світу індивіда, стають такі стратегії поведінки: перша – переглянути власну модель світу, щоб забезпечити гнучке пристосування до життєвих обставин, які змінилися; друга – ригідно рухатись відповідно до початкової моделі, яка призвела до дезадаптивної поведінки; ще один варіант – руйнування початкової моделі в ситуації, коли відсутня будь-яка її заміна, що призводить до дезорганізованої, хаотичної поведінки індивіда.

Оскільки кожна людина має не одну, а декілька внутрішніх моделей, можна передбачити, що в психотравмуючих обставинах людина радше звертається до наявних патернів поведінки більш примітивного, точніше більш раннього, образу світу, ніж вдається до термінового перегляду, зміни і трансформації існуючого. Можемо передбачити, що в момент переживання травми індивід спробує застосувати всі доступні йому внутрішні образи і способи зовнішньої поведінки. Збоку це виглядатиме як хаотична і дезорганізована поведінка, в той час як насправді це є пошукова активність з метою вибору найбільш адекватного способу впоратися з ситуацією. Однак незалежно від того, який саме спосіб подолання був обраний індивідом у момент переживання травми, його уявлення про себе і зовнішній світ потребуватимуть перегляду після завершення психотравмуючого впливу.

Можливе припущення, що в травматичних обставинах першочергово піддається запереченню актуальна модель надійної прихильності, відповідно до якої індивід сприймає себе як значущого і компетентного, а своїх близьких як емоційно доступних і таких, що надають підтримку. Це означає, що саме ця модель має бути відновлена з урахуванням отриманого досвіду. Таким чином, якщо у людини виникають симптоми посттравматичного розладу, то їй не вдалось відновити цю модель.

Дослідженню прихильності людини на різних етапах розвитку останніми десятиліттями надається значна увага у теоретичній і практичній психології, зокрема віковій і дитячій (Дж. Боулбі, 2003; М. Мейн, Дж. Соломон, 1990). Згідно з дослідженнями протягом першого року життя формується модель прихильності як система емоційних і поведінкових реакцій дитини у взаємодії з матір'ю, підґрунтям якої є узагальнений досвід взаємин з матір'ю [2].

При цьому дослідження виявили значущу кореляцію між характеристиками материнської чутливості та глибиною прихильності дитини (Дж. Боулбі та М. Ейнсворт, 1978, 1985). Чимало досліджень присвячено вивченню відносин прихильності, у яких відображена специфіка особливостей прихильності у дітей різних культур, у різних країнах, а також гендерні особливості цих відносин (С. Хазан і Ф. Шейвер, 1987).

Теорія прихильності була сформульована Дж. Боулбі в 1960-х рр. Центральною проблемою його теорії є переживання дітьми таких подій в своєму житті, як сепарація і втрата близьких людей. Згідно з його теорією центральну роль у розвитку особистості відіграє потреба в близьких емоційних відносинах, яка є суто людською. Ця потреба, притаманна вже новонародженому, становить базову умову людського виживання і зберігається протягом усього життя [4].

Перші дослідження в межах теорії прихильності проводились у контексті дитячо-батьківських відносин. Дж. Боулбі та М. Ейнсворт розробили теорію прихильності, де прихильність розглядається як тісний, індивідуально спрямований емоційний зв'язок між дитиною і її матір'ю. Прихильність дитини до матері, формується в період немовляти, відіграє активну роль та значення протягом усього життя людини. Прихильність має величезний вплив на міжособистісні відносини та всі пізнавальні процеси [2].

У період немовляти та в дитинстві прихильність дитини до батьків забезпечує турботу і дах над головою. Отже, завдання батьків – дати цю турботу своїй дитині. Відносини прихильності, за Боулбі, регулюються мотиваційною системою поведінки, яка розвивається в дитинстві та об'єднує людину з іншими приматами. Доки індивід відчуває себе комфортно та об'єкт прихильності забезпечує надійний захист, індивід спроможний розвивати дослідницьку поведінку, ігрову діяльність або інші види соціальної активності. У ситуації переляку індивід шукає порятунку та впевненості в об'єкта прихильності, відмовляється від дослідницької поведінки. Особливо це стосується маленької дитини. Зазначимо, що прихильність особливо помітна в умовах реальної чи уявної загрози. Пошук захисту в об'єкта прихильності має забезпечити більшу вірогідність виживання потомства.

«Тепер ми вже розуміємо, що не тільки маленькі діти, а і люди будь-якого віку почувають себе найбільш щасливими і можуть максимально проявляти свої таланти, коли вони впевнені, що позад них є той, кому вони довіряють і хто за найменших труднощів неодмінно надасть допомогу. Той, кому довіряють, забезпечує надійний захист і можливість діяти» [3, с. 359].

Те, яким чином прихильність може виконувати свою захисну функцію, залежить від особливостей взаємодії між індивідом і його об'єктом прихильності. По завершенню періоду немовляти відносини прихильності починають керуватися ментальними робочими моделями, які дитина конструює на основі власного досвіду спілкування з основними постатями свого оточення в середині першого року життя, використовуючи свою поведінку прихильності і реакції значущого дорослого. Ці «внутрішні робочі моделі» [3] індивід використовує для регуляції, інтерпретації та передбачення поведінки, думок та почуттів значущої іншої людини і себе самого.

За умови адекватного перегляду відповідно до змін оточення і власного розвитку робочі моделі забезпечують рефлексію і спілкування з приводу минулих і майбутніх ситуацій та відносин прихильності, полегшуючи формування загального плану регуляції близькості та вирішення конфліктів. Індивід, який може поклатися на відгук, підтримку і захист з боку свого об'єкту прихильності, спроможний вільно надавати свою увагу іншим справам, а саме дослідницькій діяльності та/або взаємодії з іншими.

Обов'язковим елементом внутрішньої робочої моделі є її просторово-часова структура причинно-наслідкових зв'язків між діями, подіями, об'єктами, цілями і репрезентаціями. Отже, внутрішня модель описує взаємовідносини між різними сферами оточення.

Саме терміном «надійність» у межах теорії прихильності можемо описати впевненість індивіда будь-якого віку – немовляти, дитини, дорослого – в тому, що постать того, хто захищає і підтримує, буде досяжною і доступною. При цьому Боулбі наголошував, що почуття надійності у дитини порушується, якщо робочі моделі самої дитини або її батьків не узгоджуються з її фізичним, соціальним і когнітивним розвитком.

Якщо робоча модель залишається емоційно стабільною, то дитина, яка протягом певного періоду опиралась на модель надійної прихильності, може демонструвати й інші патерни поведінки прихильності. Можуть відбуватися афективні зміни її робочої моделі, наприклад, внаслідок того, що підтримуюча і емпатійна постать одного з батьків опиняється в стані стресу або депресії через різкі зміни в житті (втрата роботи тощо). Можливо і протилежне. Якщо умови життя когось із батьків покращуються і батько чи мати відгукується більш чутливо на потреби дитини, то дитина може переглянути свою модель прихильності. Насправді індивід застосовує не одну, а декілька моделей поведінки прихильності, які актуалізуються під впливом різноманітних зовнішніх і внутрішніх обставин.

Модель прихильності вміщує стабільні положення щодо ролі батьків і дитини (тобто обох партнерів) у взаємодії. Боулбі і Мейн вважають, що в умовах стресу та суперечливої інформації необхідна спеціальна стратегія переробки цієї інформації. Така стратегія має забезпечувати психологічний захист у межах робочої моделі індивіда. Це може бути уникнення значущого іншого в ситуації стресу, коливання між двома протилежними позиціями (наприклад, «дитина хороша, батьки погані» та «дитина погана, батьки хороші»), прийняття позиції одного з батьків і заперечення при цьому власних переживань тощо [3].

На думку Дж. Боулбі, діти схильні до захисного витіснення інформації в двох випадках: 1) коли поведінка прихильності дитини активована, однак вона не зустрічає свого задоволення з боку об'єкту прихильності (батьків), а навпаки, ними карається або висміюється; 2) коли дитина дізнається дещо про батьків, чого батьки не хочуть, щоб вона знала, і можуть покарати її, якщо вона вважатиме це правдою. Приміром, якщо один з батьків скоїв суїцид або суїцидальну спробу, дитину при цьому тримають осторонь цього факту, не зважаючи на те, що їй дещо відомо. Отже, дитині нічого іншого не лишається, як заперечити свій досвід та приєднатись до сімейного «міфу», який їй нав'язують дорослі.

Оскільки ранні прихильності, очевидно, впливають на формування стосунків у дорослості, виникає дослідницький інтерес до уявлень дорослих про свої прихильності. Більшість досліджень дорослої прихильності базується на думці про те, що існує паралель між індивідуальними відмінностями моделей і репрезентацій прихильності у дорослих і дітей.

Дж. Боулбі припускав, що моделі прихильності у дорослих можуть змінюватися під впливом нових стосунків і розвитку нових мисленневих операцій (формальних). Загалом більшість дослідників вважає, що в основі системи моделей і репрезентацій прихильності лежать ранні взаємини з батьками, відносини з однолітками в підлітковому віці (першочергово романтичні) та актуальні відносини прихильності в дорослому віці.

С. Хазан і Ф. Шейвер застосували основні положення теорії прихильності щодо дорослих, що перебувають у романтичних стосунках. Вони виявили, що взаємодія між партнерами в романтичних стосунках певною мірою подібна до відносин між дітьми та значимим дорослим [7].

Бертоломью та Хоровітц [5] виокремили два елементи у внутрішній робочій моделі, а саме: образ інших (уявлення про об'єкт прихильності) та образ себе як такого, що викликає інтерес у інших людей. Відповідно, було виявлено 4 типи прихильності:

- надійний тип (позитивний образ себе і позитивний образ інших);
- тривожний (негативний образ себе і позитивний образ іншого);
- тривожно-унікаючий (негативний образ себе і негативний образ інших);
- унікаючо-відкидаючий (позитивний образ себе і негативний образ інших).

**Висновки.** Для орієнтації у зовнішньому світі людина використовує внутрішні базові переконання. Базові переконання щодо себе та оточуючого світу можуть суттєво відрізнятися у людей, які пережили травматичну подію, і тих, які з такою подією не стикалися. Становлення цих базових переконань відбувається в ранньому дитинстві завдяки взаємодії і спілкуванню з близькими людьми. Вплив психічної травми найбільше стосується базових переконань щодо позитивного Я-образу, доброзичливості навколишнього світу і справедливих відносин між «Я» і навколишнім світом.

Прихильність дитини до матері, формуючись у період немовляти, відіграє активну роль та має важливе значення протягом усього життя людини. Прихильність сильно впливає на міжособистісні відносини та всі пізнавальні процеси.

Внутрішні робочі моделі індивід використовує для регуляції, інтерпретації та передбачення поведінки, думок та почуттів значущої іншої людини і себе самого.

За умови адекватного перегляду відповідно до змін оточення і власного розвитку робочі моделі забезпечують рефлексію і спілкування з приводу минулих і майбутніх ситуацій та відносин прихильності, полегшуючи формування загального плану регуляції близькості та вирішення конфліктів.

Дж. Боулбі припускав, що моделі прихильності у дорослих можуть змінюватися під впливом нових стосунків і розвитку нових мисленевих операцій (формальних).

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Чачко С.Л. Психічна травма та етнічна ідентичність особистості. URL: [https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2011/1\\_2011/24.pdf](https://scienceandeducation.pdpu.edu.ua/doc/2011/1_2011/24.pdf).
2. Ainsworth M.D.S., Bowlby J. An ethological approach to personality development. *American Psychologist*. 1991. № 46. P. 333–341.
3. Bowlby J. Attachment and loss. 2. Separation. Anxiety and anger. N.Y. : Basic Books, 1973.
4. Bowlby J. Attachment and loss: Vol. 3. Loss: Sadness and depression. N.Y. : Basic Books, 1980.
5. Horowitz M.J. Stress response syndromes. Northvale, NJ. : Aronson, 1986. 241 p.
6. Janoff-Bulman R. Rebuilding shattered assumptions after traumatic life events: coping processes and outcomes. N.Y. : Oxford University Press, 1998. 305 p.
7. Hazan C., Shaver P. Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*. 1987.

## METHODOLOGICAL AND ORGANIZATIONAL ASPECTS OF COOPERATION BETWEEN UKRAINE AND THE EU IN THE FIELD OF PSYCHOLOGICAL RESEARCH

### МЕТОДОЛОГІЧНІ ТА ОРГАНІЗАЦІЙНІ АСПЕКТИ СПІВПРАЦІ МІЖ УКРАЇНОЮ ТА ЄС У СФЕРІ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

*The article presents the main methodological and organizational components that determine the current requirements for scientific research and the structures within which the integration of scientific knowledge of the EU member states is implemented. Throughout the development of the EU, fragmentation of the European Science and Technology System has been identified as a major problem, and attempts have been made to create a broader, unified approach to European science policy that connects National, European and intergovernmental levels. Entry into the EU scientific space is associated with the fulfillment of many conditions and active participation of researchers in the work of joint knowledge exchange platforms, permanent and calendar seminars. The FAIR principles (Search, Accessibility, Compatibility, Multiplicity) are outlined, which emphasize the ability of computing systems to find, access, interact, and reuse data without human intervention (or with minimal human intervention), because people are increasingly relying on computational support to work with data as a result of increasing volume, complexity, and execution speed. and creating data. These principles, in fact, can be considered as an extension of the general scientific methodology, so they also apply to psychological disciplines. Integration of psychological research in Ukraine (and related practices) into ERA and other European structures is not only an organizational challenge, but also provides for solving a number of methodological problems. Due to the need to combine the research resources of scientific schools in Ukraine and the EU countries, it is important to develop methodological tools for integrating psychological knowledge in order to overcome the negative aspects of its fragmentation. Even now, our psychologists can adhere to the FAIR principles in their research, which will significantly increase the degree of integration of Ukrainian psychological science into the EU scientific space. The established specialized research platforms, FAIR principles and other components of the European Scientific Space can become effective tools for solving problems of integrating psychological knowledge at the global level.*

**Key words:** European Research Area (ERA), integration of scientific knowledge, EU member states, fragmentation, knowledge exchange platforms, FAIR principles, general scientific methodology, psychological disciplines, research resources, scientific schools, open science.

*У статті представлено основні методологічні та організаційні складники, що визнача-*

*ють сучасні вимоги до наукових досліджень, та структури, в межах яких здійснюється інтеграція наукових знань країн-членів ЄС. Упродовж існування й розвитку ЄС фрагментація європейської науково-технічної системи була визначена як головна проблема. Були вжиті спроби створити ширший, інтегрований підхід до європейської наукової політики, який поєднує національний, європейський та міжурядовий рівні. Вхідження до наукового простору ЄС пов'язане з виконанням багатьох умов та активною участю дослідників у роботі спільних платформ обміну знаннями, постійних та календарних семінарів. Викладено принципи FAIR (пошук, доступність, сумісність, множинність), які підкреслюють здатність цифрових систем знаходити, отримувати доступ, взаємодіяти та повторно використовувати дані без втручання людини (або з мінімальним втручанням людини), адже люди все більше покладаються на цифрову підтримку роботи з отриманими даними внаслідок збільшення їх обсягу, складності та швидкості створення. Принципи FAIR можна розглядати як розширення загальнонаукової методології, тому вони поширюються і на психологічні дисципліни. Інтеграція психологічних досліджень (і суміжних практик) в Україні до ERA та інших європейських структур є не лише організаційним викликом, але й передбачає розв'язання низки методологічних проблем. У зв'язку з необхідністю об'єднання дослідницьких ресурсів наукових шкіл України та країн ЄС актуальним є розроблення методологічного інструментарію інтеграції психологічного знання з метою подолання негативних аспектів його фрагментарності. Уже зараз наші психологи можуть дотримуватись у своїх дослідженнях принципів FAIR, що значно підвищить ступінь інтегрованості української психологічної науки в науковий простір ЄС. Створені спеціалізовані дослідницькі платформи, принципи FAIR та інші складники європейського наукового простору можуть стати ефективними інструментами для розв'язання проблем інтеграції психологічних знань на глобальному рівні. **Ключові слова:** Європейський дослідницький простір (ERA), інтеграція наукових знань, країни-члени ЄС, фрагментація, платформи обміну знаннями, принципи FAIR, загальнонаукова методологія, психологічні дисципліни, дослідницькі ресурси, наукові школи, відкрита наука.*

UDC 159.9  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.13>

#### Zavhorodnia O.V.

Doctor of Psychology,  
Leading Researcher at the Laboratory of Methodology and Theory of Psychology G.S. Kostiuk Institute of Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine

#### Medintsev V.A.

Candidate of Psychological Sciences,  
Researcher at the Laboratory of Methodology and Theory of Psychology G.S. Kostiuk Institute of Psychology of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine

**Formulation of the problem.** Ukraine's integration into the European research area is part of the implementation of the Association Agreement between Ukraine and the European Union (in accordance with articles 375–376 of the Agreement on Cooperation between Ukraine and the EU in the field of science and technology). Global

scientific trends stimulated new forms of international scientific cooperation, strengthening the interdisciplinary interaction of sciences and scientifically based practices in order to solve global problems, and developing the idea of a self-sufficient pan-European innovation ecosystem. In the implementation of this idea, a central place

is given to the European research area. ERA also plays an important role in moving the EU towards its strategic goals: a smart specialization strategy, a missionary innovation policy, and a partnership for regional innovation. Given the strategic plans and objectives of the EU, it is important to take advantage of opportunities to expand cooperation between Ukraine and the EU in the field of research and innovation in the context of martial law and post-war reconstruction. The growing presence of Ukraine in the ERA will contribute to its post-war innovative growth and the development of science in the long term.

**Analysis of recent research and publications.** The Association Agreement between Ukraine and the European Union, in particular, is aimed at the creation and implementation of international scientific programs, developments and innovations, promotion of the free movement of researchers, knowledge and technologies, support for reforming and reorganization of the science management system and scientific institutions, as well as participation in research and innovative programs of the EU [6]. The process of integrating Ukrainian science into ERA, the roadmap of which was approved back in 2018 by the Board of the Ministry of Education and Science [12] and updated in 2021, is taking place in particular in the following areas: optimal transnational cooperation and competition, gender equality in research, optimal exchange and transfer of scientific knowledge, and national cooperation. When developing this document, the experience of Austria and Estonia on integration into ERA was widely used [2]. The main goal of European integration is the formation of central organizational structures and basic methodological principles for conducting scientific research. Fragmentation of the European Science and Technology System was identified as a major problem, and attempts were made to create a broader, unified approach to European science policy, connecting National, European and intergovernmental levels. European Research Area (ERA). ERA was established in 2000 in the context of the Lisbon Strategy. In 2009, the ERA was explicitly recognized in article 179 (1) of the Treaty on the Functioning of the European Union, which elevated the achievement of the ERA to the level of a European Union goal. The European Research Area (ERA) is a single, limitless market for research and innovation that promotes the free movement of researchers, scientific knowledge and innovation and increases the competitiveness of European industry. ERA helps countries be more effective by working together, closely aligning their research policies and programs. The free flow of researchers and knowledge contributes to better cross-border cooperation, critical mass creation, and competition across the continent. The dissemination of cutting-edge research and innovation plays a

key role in modernizing the European research and innovation system so that it can contribute to the transition to digital technologies and climate change, as well as meet other relevant challenges. ERA helps countries be more effective together by strictly aligning their research policies and programs. The free circulation of researchers and knowledge allows (according to [14]): improve cross-border cooperation, build up a critical mass of research and technology, encourage continent-wide competition. The European Research Area (ERA) aims to create a single EU market for research, innovation and technology. First launched in 2000, ERA has helped stimulate research and innovation in the EU by encouraging the free movement of researchers and knowledge, as well as coordinating national research policies and programs of EU countries.

In November 2018, the ERA modernization process began, focused on the gradual transition of the EU to “green” and digital technologies. The following goals of the updated ERA were identified: investing in research and development for a green and digital future, improving access to infrastructure and facilities for researchers, maintaining mobility, skills and career opportunities for researchers, promoting gender equality and diversity, and promoting open scientific practice. On October 8, 2022, the government of Ukraine adopted the order “On approval of the National Open Science Plan”. The document is an important step towards the integration of Ukrainian science into ERA. The implementation of the document ensures the implementation of agreements between Ukraine, on the one hand, and the European Union, on the other. Ukraine has joined the EU countries that have an approved plan for implementing the Open Science principles. Further implementation of the National Open Science Plan is aimed at creating regulatory and legal prerequisites for the formation of the state policy of open science; providing interested parties with open access to devices, tools and other means of obtaining scientific results; ensuring the processing of scientific data taking into account the principles of FAIR; accelerating the movement of scientific information, providing access to up-to-date scientific information discrimination; ensuring greater transparency of the scientific and educational space [7].

**The purpose** of the article is to outline methodological and organizational aspects of European scientific integration in the context of opportunities for expanding cooperation between Ukraine and the EU in the field of psychological science and innovation of their practices.

**Presentation of the main research material.** The integration of Ukraine into ERA opens up additional opportunities for the development of the national research system through communication between Ukrainian scientists and research-

ers from EU countries, simplification of access to publications, open scientific data and knowledge, introduction of state support for innovation and new procedures for knowledge transfer, protection and effective use of intellectual property. It is important to use the "window of opportunity" to expand cooperation between Ukraine and the EU in the field of research and innovation. Ukraine's European integration aspirations, granting our state the status of a candidate for the EU, and the need for EU assistance in post-war reconstruction actualize the tasks of accelerating integration into the ERA. For Ukraine, integration into ERA is a tool for deepening cooperation with the EU scientific community and adapting to the standards and norms of the European Union in the field of science and innovation. The State ensures the integration of the National Research Space into the ERA in accordance with the Law of Ukraine "On Scientific and Technical Activities".

The national system of scientific and innovative activity cannot be effective without developed international cooperation, which contributes to the country's innovative development and strengthening its scientific and innovative potential. The already acquired experience of participating in European programs (for example, the successful cooperation of the Silesian University of Technology "Silesian Polytechnic in Gliwice" and the Institute of Industrial Economics of the National Academy of Sciences of Ukraine) clarifies and expands the areas of scientific and innovative cooperation between Ukraine and the EU. The implementation of these directions will contribute to improving the national policy in the field of science development, creating a joint research infrastructure, and implementing international projects [4].

The tasks of updating and improving the roadmap for the integration of the scientific and innovative system of Ukraine into the ERA are being faced. Implementation of the roadmap provides for: harmonization of science and innovation policies in accordance with EU standards and norms; increased access to EU research and innovation programs; development of research infrastructures in Ukraine and their integration into EU infrastructures; creation of favorable conditions for international and intersectoral mobility of scientists; application of an integrated gender approach in the field of science and innovation; application of the -innovation infrastructure taking into account the best European practices; internationalization of research and innovation outside the EU [7].

One of the key pillars of the new ERA is the "Research and Development Pact in Europe". Within the framework of this agreement, the EU member states commit to adhere to common principles and values, focus on common priority areas of activity, implement reforms and simplified policies for coordinating processes and

monitoring in the field of research activities. ERA is a common platform for EU member states and associated countries, designed to form a consolidated policy in the field of research and innovation and ensure the free movement of researchers and knowledge. The concept of ERA consists of six priorities jointly defined by the European Commission, around which each ERA country forms its road map: improving the efficiency of national research systems; jointly solving problems caused by global challenges; a free labor market for researchers; gender equality; Open science and Open innovation; and developing international cooperation.

As part of the ERA activation process, the European Commission published the "New ERA for Research and Innovation" message on September 30, 2020. The report announced four goals [13]: to prioritize investment and reforms in research and innovation to support the transition to digital and green technologies and the recovery of Europe, to improve access to outstanding research and innovation for researchers across the EU, to transform the results into the economy to ensure market demand for research results and competitive development. leading Europe in technology, make progress in the free flow of knowledge, research and technology through closer cooperation with EU countries. According to the organizers, New ERA will: prioritize investment and reforms in the field of research and innovation; increase market coverage; strengthen the mobility of researchers and the free exchange of knowledge and technology; improve access to innovation.

The European Union faces huge social, environmental and economic challenges, but thanks to the joint efforts of the Commission and EU countries, significant progress has been made over the past year. The new ERA management allows for closer collaboration through the creation of a dedicated expert group. In this ERA forum, the Commission and EU countries jointly develop and coordinate the implementation of ERA actions, prepare future updates to the political agenda, and ensure the participation of associated countries, relevant non-EU countries, and stakeholders. A new monitoring system will be created by mid-2022. This includes a scoreboard and dashboard, a policy platform, regular policy dialogues, and reports. The new ERA policy program identifies priority sectors for joint action, investment and reform preferences, and introduces simplified coordination and monitoring. 20 specific actions of the ERA for the period 2022-2024, designed to contribute to the priority sectors identified in the research and innovation pact, have been compiled.: 1) activate open science, including through the European Open Science Cloud (EOSC); 2) propose an EU legislative framework in the field of copyright and research

data; 3) reform the system for evaluating research, researchers and institutions; 4) promote attractive research careers, talent circulation and mobility; 5) promote gender equality in the field of research and innovation. equality and openness; 6) protect academic freedom in Europe; 7) update EU guidelines to enhance the value of knowledge; 8) Strengthen research infrastructure; 9) promote international cooperation; 10) make EU research and innovation missions and partnerships key players in the ERA; 11) ERA for green Transformation; 12 a) accelerate the transition of Europe's key industrial ecosystems to green and digital technologies; 13) expand the capacity of higher education institutions; 14) bring science closer to citizens; 15) create an ecosystem; 16) improve access to innovation across the EU; 17) increase the strategic capacity of public research institutions; 18) support the development of new technologies, development of EU national processes to implement ERA; 19) establish an ERA monitoring system; 20) support research and innovation, investment and reform.

The most complete regulatory framework for the research and innovation program 2021-2027 is the "Horizon Europe Horizon Europe Implementation Program" (Specific Program implementing Horizon Europe) [13].

The Knowledge Exchange Platform (KEP) is a collaborative mechanism that has been in place since 2015 and allows for a strategic and operational dialogue with European regions and cities in the field of research and innovation. KEP brings together academics, politicians and citizens to discuss the challenges facing society and work towards rebuilding and moving towards green and digital technologies.

The new Knowledge Sharing Platform Work Plan (KEP 2.0) was adopted by the European Committee of the Regions on 25 November 2020, and it is fully aligned and contributes to achieving the new priorities of the European Research Area. Its aim is to reduce and eliminate existing and gaps in research, innovation and education in EU regions and cities, namely: effective mobilization, consultation and dialogue of European regions and cities on issues related to research and innovation; effective knowledge exchange between the services of the European Commission, the European Committee of the Regions and its members. The knowledge exchange platform hosts strategic seminars and other events. The strategic seminars aim to bring the main concepts and messages of the European Research Area closer to citizens and expand its reach. There are two seminars per year with 100-150 participants organized in Brussels. Demonstration of ongoing research and innovation projects funded by the EU related to the topic of strategic seminars. Organized by KEP partners in Brussels or locally. A policy dialogue is held at least once a year to

assess strategic cooperation between the Committee of the Regions and the European Commission's Directorate-General for Research and Innovation.

In 2016, the FAIR principles (Findability, Accessibility, Interoperability, Reuse) on the management and rational use of scientific data, recommendations for improving the search capabilities, accessibility, interoperability and reuse of digital assets were proposed [9]. FAIR principles are interpreted as follows. Searchability: 1. Metadata and data are assigned a permanent, globally unique identifier. 2. Data is described with extended metadata. 3. Metadata includes an identifier of the data they describe. 4. (Goal)Data is registered or indexed in a searchable resource. Accessibility: 1. (Purpose)Data is extracted from its identifier using a standardized communication protocol. 2 The protocol is open and free and universal. 3. The protocol allows for authentication and authorization procedures where necessary. 4. Metadata is available even if it is no longer available. Compatibility: 1. (Goal) Data uses a formal, accessible, common and widely used language to represent knowledge. 2. (Goal) data uses dictionaries that comply with FAIR principles. 3. (Goal) data includes qualified references to other (goal) data. Multiplicity: 1. The goal (data) is described in detail with many accurate and relevant attributes. 2. (Purpose) The data is released with a clear and accessible license to use the data. 3. (Goal) the data is linked to its detailed origin. 4. (Purpose) The data complies with community standards related to the subject area.

The Principles emphasize the ability of computing systems (i.e., the ability of these systems to find, access, interact, and reuse data without human intervention or with minimal human intervention), as people increasingly rely on computational support to work with data as a result of the increasing volume, complexity, and speed of data execution and creation. These principles, in fact, can be considered as an extension of the general scientific methodology, so they also apply to psychological disciplines. Good data management and efficient use is not an end in itself, but a precondition that supports knowledge discovery and innovation. Modern science demands that data be available for long-term search, interaction, and reuse, and these goals are rapidly becoming the expectations of researchers and publishers. This data, generated in a remote community, will gradually achieve the most important goals of fairness [15]. Open Science is a movement aimed at making scientific research (including publications, data, physical samples, and software) accessible to all segments of society, both amateurs and professionals. Open science is transparent and accessible knowledge that is shared and developed through collaborative networks. The movement includes practices such

as publishing open research, implementing open access campaigns, encouraging scientists to practice open scientific research, and increasing dissemination and participation in science; and simplifies the publication, description, and sale of scientific knowledge. The use of this term varies considerably across disciplines. "Open research" is sometimes used in relation to the inclusion of the experience of the arts, humanities, and social sciences in research, as well as in the context of various roles of researchers who can act as teachers, practitioners, and communicators. Open Science is guided by six principles: open methodology; open source code; open data; open access; open review; and open educational resources. Arguments for using open science usually focus on the value of increasing research transparency. Publishing research reports and data in the public domain allows for a thorough peer review. Open science will make science more reproducible and transparent.

Due to the need to combine the research resources of scientific schools in Ukraine and the EU countries, it is important to develop methodological tools for integrating psychological knowledge in order to overcome the negative aspects of its fragmentation. Even now, without waiting for additional instructions, our psychologists can adhere to the FAIR principles in their research, which will significantly increase the degree of integration of Ukrainian psychological science into the EU scientific space. We can also contribute to the development of the theory and methodology of European integration by popularizing and criticizing the research conducted at our institute. In particular, the research carried out under the guidance of G.O. Ball aimed at improving communication technologies in the scientific process and integrating psychological knowledge [1; 3; 5; 8].

Reproducibility in the field of psychological science is increasingly being questioned. This problem has been described as a "reproducibility crisis". In particular, more than half of researchers in the field of psychology were unable to reproduce their own research [12]. Open Science approaches are proposed as one of the ways to increase the reproducibility of work, as well as to prevent data manipulation. Openness enhances the impact of science through the use of digital resources, the promotion of complex issues, innovation and social benefits by supporting and strengthening research activities. The problem of theoretical and methodological integration in psychology is becoming more acute, and its solution requires broad and effective cooperation of scientists from all over the world. Integration can help you overcome a major replication failure crisis. Researchers' response to this reproducibility crisis is the open science and integration of psychological knowledge movements, and both areas can increase

the predictive value of psychological theories and help overcome the crisis.

**Conclusions.** Consequently, in the continuation and development of the EU, one of the directions of integration of European states is the formation of central organizational structures and basic methodological principles for conducting scientific research. Fragmentation of the European Science and Technology System was identified as a major problem, and attempts were made to create a broader, unified approach to European science policy, connecting National, European and intergovernmental levels. Over the years of functioning of the common scientific space, an organizational, legal and methodological basis for cooperation between researchers of the participating countries has been developed. Entry into this scientific space is associated with the fulfillment of many conditions and active participation of researchers in the work of joint knowledge exchange platforms, permanent and calendar seminars. Integration of psychological research in Ukraine and related practices in ERA and other European structures is not only an organizational challenge, but also provides for solving a number of methodological problems.

#### BIBLIOGRAPHY:

1. Балл Г.О., Медінцев В.О. Методологічні питання вдосконалювання наукової комунікації з використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2011. № 2 (22). URL: <https://doi.org/10.33407/itlt.v22i2.457>.
2. Бородіна О.А. Освітньо-науковий простір як фактор модернізації економіки України. *Вісник Сумського національного аграрного університету. Серія «Економіка і менеджмент»*. 2021. № 1 (87). С. 10–14
3. Завгородня О.В. Розробка концепції різнорівневої інтеграції психологічного знання. *Психологічний часопис*. Том 6. 2020. № 4. С. 238–247.
4. Залознова Ю.С., Солдак М.О. Міжнародний високотехнологічний кластер як складова сучасної концепції європейської інтеграції до науково-освітнього та інноваційного простору. *Вісник економічної науки України*. 2021. № 2 (41). С. 113–126.
5. Інтегративно-особистісний підхід у психологічній науці та практиці : монографія / Г.О. Балл, Н.А. Бастун, О.В. Губенко ; за ред. Г.О. Балла. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 312 с.
6. Калюжна Т.Г., Самко А.М. Модернізація післядипломної освіти України на шляху до євроінтеграції. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 5 «Педагогічні науки: реалії та перспективи»*. 2022. С. 110–117.
7. Нові програми, Відкрита наука, розвиток дослідницьких інфраструктур: плани МОН у науковій євроінтеграції на 2022 рік. URL: <https://lpnu.ua/news/novi-prohramy-vidkryta-nauka-rozvytok-doslidnytskykh-infrastruktur-planu-mon-u-naukovii>.
8. Медінцев В.О. Проблеми інтеграції психологічного знання, напрямки та ареали її реалізації.



Теоретичні дослідження у психології. Том V. 2018. С. 91–111.

9. Україна приєдналася до країн ЄС, які мають затверджений план реалізації принципів Open Science. 2022. URL: <https://www.kmu.gov.ua/en/news/ukrainapryiednalas-do-krain-ies-shcho-maiut-zatverdzhenyiplan-realizatsii-pryntsypiv-vidkrytoi-nauky>.

10. Шишкіна М.П., Пінчук О.П. Відкрита наука в умовах інтеграції освіти України до європейського дослідницького простору. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2023. № 5 (1). С. 1–7. URL: <https://doi.org/10.37472/v.naes.2023.5124>.

11. Щодо інтеграції України до Європейського Союзу у сферах освіти і науки. 05.05 2023. URL: [https://www.rada.gov.ua/news/news\\_kom/236180.html](https://www.rada.gov.ua/news/news_kom/236180.html).

12. Baker M. Is there a reproducibility crisis? *Nature*. 2016. № 533. P. 452–454.

13. Council Decision (EU) 2021/764 of 10 May 2021 establishing the Specific Programme implementing Horizon Europe – the Framework Programme for Research and Innovation, and repealing Decision 2013/743/EU (OJ L 167I, 12.5.2021. P. 1–80.

14. European Commission, Directorate-General for Research and Innovation, The new European Research Area, Publications Office of the European Union, 2021. URL: <https://data.europa.eu/doi/10.2777/2736>.

15. The FAIR Guiding Principles for scientific data management and stewardship / M. Wilkinson, M. Dumontier, I. Aalbersberg. *Sci Data* 3, 160018. 2016. URL: <https://doi.org/10.1038/sdata.2016.18>.

## КОМУНІКАТИВНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ АДАПТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ

### COMMUNICATIVE COMPETENCE AS A FACTOR IN THE DEVELOPMENT OF ADAPTIVE BEHAVIOR OF FIRST YEAR STUDENTS

У статті висвітлено теоретико-емпіричне дослідження комунікативної компетентності як чинника розвитку адаптивної поведінки студентів-першокурсників до освітнього процесу у ЗВО. Проаналізовано наукові підходи до вивчення понять «комунікативна компетентність», «адаптація», «адаптивна поведінка» особистості. З'ясовано, що комунікативна компетентність дає можливість особистості керувати власним спілкуванням і контактами, розуміти інших і бути зрозумілим; це певний комунікативний досвід, що підвищення комунікативної компетентності тісно пов'язане з розвитком особистісно-професійної зрілості особистості та її адаптивними процесами, її формування відбувається безпосередньо під час взаємин людей і їх спілкування, що проявляється у вигляді досвіду спілкування. Зазначено, що адаптація є соціально-психічним процесом, що передбачає безпосередню активність особистості, прояв її здібностей і різних психологічних характеристик. Адаптивна поведінка – ефективність, із якою особистість пристосовується до природних і соціальних вимог суспільства; як самоперетворювальна поведінка; як змінена поведінка особистості щодо змін у соціальному середовищі; як прояви психологічного захисту у вигляді стратегій.

Проведене емпіричне дослідження допомогло вивчити комунікативні здібності студентів-першокурсників; їхній особистісний адаптивний потенціал і панівну адаптивну поведінку під час спілкування. Виявлено, що більшість здобувачів виявили недостатньо розвинену здатність до комунікативних здібностей; особистісний адаптивний потенціал студентів-першокурсників знаходиться на середньому та низькому рівні; виявлено домінування адаптивної поведінки під час спілкування у вигляді стратегії «Миролюбство». Зафіксовано наявність позитивного кореляційного зв'язку між комунікативними здібностями як складником комунікативної компетентності студентів-першокурсників і їхнім адаптивним потенціалом, що свідчить про те, що комунікативна компетентність є чинником розвитку адаптивної поведінки студентів-першокурсників.

**Ключові слова:** комунікативна компетентність, адаптація, студенти-першокурсники,

адаптивна поведінка, стратегії в спілкуванні.

The article highlights the theoretical-empirical study of communicative competence as a factor in the development of adaptive behavior of first-year students to the educational process in higher education institutions. Scientific approaches to the study of the concepts of "communicative competence", "adaptation", "adaptive behavior" of an individual are analyzed. It was found that communicative competence enables an individual to manage his own communication and contacts, to understand others and to be understood; it is a certain communicative experience that the improvement of communicative competence is closely related to the development of the personal and professional maturity of an individual and its adaptive processes, its formation takes place directly during people's relationships and their communication, which is manifested in the form of communication experience. It is noted that adaptation is a socio-psychological process that involves the direct activity of the individual, the manifestation of his abilities and various psychological characteristics. Adaptive behavior is the efficiency with which a person adapts to the natural and social demands of society; as self-transformative behavior; as an individual's behavior regarding changes in the social environment; as manifestations of psychological protection in the form of strategies.

The conducted empirical research helped to study the communicative competence of first-year students; their personal adaptive potential and dominant adaptive behavior during communication. It was found that the vast majority of applicants showed an insufficiently developed ability to communicate; the personal adaptive potential of first-year students is at an average and low level; the dominance of adaptive behavior during communication in the form of the «Peaceful» strategy was revealed. The presence of a positive correlation between communicative tendencies as a component of the communicative competence of first-year students and their adaptive potential was recorded, which indicates that communicative competence is a factor in the development of adaptive behavior of first-year students.

**Key words:** communicative competence, adaptation, first-year students, adaptive behavior, communication strategies.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.14>

**Заушнікова М.Ю.**

к.психол.н.,

доцент кафедри психології,  
педагогіки та соціології

Державний податковий університет

**Тонкопей Ю.Л.**

к.н. з фіз. вих. та спорту,

доцент кафедри громадського здоров'я  
та медико-біологічних основ фізичної  
культури

Сумський державний педагогічний  
університет імені А.С. Макаренка

**Постановка проблеми.** Сучасне життя з великим обсягом інформації і стресорів (тривала пандемія, військовий стан у державі) вимагає від особистості багато емоційних ресурсів, швидких змін, оволодіння багатьма навичками, які необхідні для швидкого процесу адаптації та розвитку адаптивної поведінки. Більшість видів діяльності людини безпосередньо пов'язані зі спілкуванням і постійними контактами, де важливу роль відіграє успішне й безконфліктне спілкування. Здобувач вищої

освіти проходить різні етапи особистісного розвитку та професійного становлення, але, найперше з чим він стикається, це адаптація до навчання у ЗВО, яка супроводжується адаптацією до нових умов життя, до дистанційної системи навчання й нового освітнього процесу, до побудови нової системи спілкування в соціальному просторі, адаптацією до нової ролі, до майбутньої професійної належності, де в подальшому виникають різні види поведінки. На тривалість адаптаційних проце-

сів студентів-першокурсників впливає багато факторів, зокрема зовнішні умови й індивідуально-психологічні особливості особистості. Часто звичне життя здобувача змінюється докорінно та може негативно впливати на його емоційний стан, оскільки розпочинають змінюватися звичні стереотипи й утворюватися нові, і все це вимагає багато як фізичних, так і психологічних зусиль і водночас розвинутої комунікативної компетентності [3]. Під комунікативною компетентністю розуміють здатність особистості встановлювати й підтримувати необхідні контакти з іншими [1; 2; 3]. І.М. Бевзюк, Л.В. Долинська, Ю.М. Жуков, Л.А. Петровська, П.В. Растяніков вважають, що комунікативна компетентність – це система певних внутрішніх ресурсів, які є підґрунтям для створення успішних комунікативних актів під час взаємодії; а також здатність і готовність особистості встановлювати й підтримувати необхідні комунікативні контакти [2; 3; 5]. Під внутрішніми ресурсами розуміють когнітивні та комунікативні можливості особистості, уміння планувати, прогнозувати й регулювати власні комунікативні дії. До компетентності включають знання й уміння, що забезпечують успішність комунікативного процесу [3]. Комунікативна компетентність – «це спілкування, що формується в діяльності особистості; це суб'єктивне ставлення до дійсності, до себе, до інших людей, особистісне новоутворення, що забезпечує можливість адекватного відображення психічних станів та особистісного складу іншої людини, адекватного оцінювання вчинків і прогнозування на їх основі особливостей поведінки іншої людини» [5, с. 32]. Комунікативна компетентність дає можливість особистості керувати власним спілкуванням і контактами, розуміти інших і бути зрозумілим; це певний комунікативний досвід. Вона формується безпосередньо під час взаємин людей і їх спілкування, так особистість отримує важливий досвід спілкування, проте це не єдиний шлях отримання такого досвіду – через літературу, кіно, театр, перегляд телепередач, зустрічей із однолітками і друзями, вебінари, семінари та тренінги [7; 8]. Підвищення комунікативної компетентності тісно пов'язане з розвитком особистісно-професійної зрілості особистості та її адаптивними процесами [5].

**Аналіз останніх публікацій.** Адаптація є соціально-психічним процесом, що передбачає безпосередню активність особистості, прояв її здібностей і різних психологічних характеристик. А.Г. Маклаков, С.В. Чермянін (2014) під адаптацією розуміли безперервний процес активного пристосування особистості до швидкоплинних умов соціального середовища, життєдіяльності та професійної діяльності. На їхню думку, ефективність адаптації особистості значно залежить від уміння особи-

стістю адекватно сприймати себе та свої соціальні взаємини; усвідомлювати власні потреби й можливості їх задоволення; розуміє мотиви власної поведінки.

У звичних умовах людина вирішує типові, повторювані завдання, нові умови життя виходять за ці межі й актуалізують адаптивні здібності, які приводять в рівновагу особистість і середовище. Усе це вимагає послідовності адаптивних дій і певного часу. У новій ситуації образ дії та образ середовища дії об'єднуються в єдиний структурний елемент – орієнтовну основу дії, на основі якої відбувається керування дією [6; 7]. Взаємозв'язок між орієнтовною основою дії суб'єкта й навколишньою ситуацією створює єдине поле, що виконує ту саму функцію, що й «життєвий простір», але навколишні предмети оцінюються вже не за валентністю, а за ступенем суттєвості внеску в успішність досягнення мети. Орієнтація на суспільне значення ситуації, мета, намічені дії забезпечують вихід за межі конкретної ситуації та перетворюються на творчий елемент її вирішення. Отже, у процесі адаптації проявляється психічна активність, що визначає швидкість і динамічність пристосування особистості в трансформованій діяльності.

У межах життєвої стратегії адаптаційний процес являє собою два процеси: суб'єктивно значущі взаємини з іншими, предметний світ і способи реалізації цих взаємин. Відповідно, адаптивна поведінка – ефективність, з якою особистість пристосовується до природних і соціальних вимог суспільства, яка проявляється її самостійністю й соціальною відповідальністю, а стратегія адаптивної поведінки – це специфічний функціональний, психічний і морально-мотиваційний стан особистості, що виявляється у виборі способу протистояння або пристосування до умов життєдіяльності та спілкування, що постійно змінюються.

3. Фройд виділив два типи адаптивної поведінки особистості: 1) самоперетворювальна поведінка; 2) перетворювальна поведінка щодо змін у соціальному середовищі. В.В. Бойко характеризував адаптивну поведінку особистості як прояви психологічного захисту у вигляді стратегій: уникнення, миролюбності (партнерства, співробітництва), агресивні прояви. Загалом усі стратегії поведінки побудовані з урахуванням двох психологічних аспектів: поведінка спрямована на вирішення проблем і поведінка спрямована за зміни власних установок щодо проблем.

**Метою дослідження** є теоретико-емпіричне вивчення особливостей комунікативної компетентності як чинника розвитку адаптивної поведінки студентів-першокурсників.

**Організація та методи дослідження.** Для досягнення мети використано *теоретичні*

методи (аналіз, порівняння й систематизація психологічних джерел), *емпіричні методи* (тестування, психолого-педагогічний експеримент) і *математичні методи* (коефіцієнт кореляції Спірмена).

Для вивчення особливостей комунікативної компетентності й адаптивної поведінки студентів-першокурсників використано низку взаємодоповнюючих психодіагностичних методик.

Під час дослідження розвиненості комунікативних здібностей використано психодіагностичну методику діагностики комунікативних та організаторських здібностей «КОЗ» (автори В.В. Синявський, Б.А. Федоришин). Методика «КОЗ» включає 40 запитань, вона дає змогу продіагностувати комунікативні здібності за п'ятьма рівнями розвитку. Досліджуваному необхідно відповісти «Так» і поставити «Плюс» у бланку або «Ні» – «Мінус». Після обробки результатів отримуємо індекси, що відповідають комунікативним здібностям, далі підраховують суми відповідно по шкал, а в результаті рівень розвитку комунікативних здібностей характеризується за допомогою оцінок за п'ятибальною шкалою – від низького рівня до дуже високого.

Для дослідження адаптаційних можливостей студентів-першокурсників використано багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ) (автори А.Г. Маклаков, С.В. Чермянін). Ця методика дає змогу вивчити адаптаційні можливості студентів-першокурсників на основі оцінювання психофізіологічних і соціально-психологічних характеристик. Автори методики під адаптацією розуміли безперервний процес пристосування особистості до умов соціального середовища і професійної діяльності, що постійно змінюються. Успіх адаптації залежить від того, наскільки людина адекватно сприймає себе і свої взаємини й наскільки усвідомлює мотиви своєї поведінки. Неправильні уявлення про себе призводять до ускладнень адаптації, що супроводжуються підвищеною конфліктністю, порушенням взаємин, зниженням працездатності й погіршенням стану здоров'я. Методика має 165 запитань і 4 шкали: 1) шкала «Достовірність» (є незалежною та виявляє характеристики особистості й акцентуації характеру); 2) шкала «Деадаптаційні порушення» (виявляє деадаптаційні прояви, реакції та стани особистості); 3) шкала, що вимірює рівні «Поведінкова регуляція», «Комунікативний потенціал» і «Моральна нормативність»; 4) шкала, що вимірює рівень «Особистісний адаптаційний потенціал».

Для дослідження домінуючої адаптивної поведінки студентів-першокурсників було використано методику «Виявлення домінуючої стратегії психологічного захисту в спілкуванні»

(автор В.В. Бойко). Досліджуваному пропонується 24 запитання з 4 варіантами відповіді, з яких необхідно обрати одну притаманну саме йому поведінку. Бали обробляються методом підрахунку суми балів за кожним із трьох запропонованих варіантів: «Мироловність»; «Уникнення» й «Агресія». Чим більше сума балів за варіантом, тим яскравіший прояв цієї стратегії. Якщо суми балів приблизно однакові по всіх трьох варіантах, то такі студенти використовують усі види стратегій залежно від ситуації спілкування.

Опитування проведено на базі Державного податкового університету, міста-герой Ірпінь, Київської області. У дослідженні взяли участь 42 студенти-першокурсники різних спеціальностей.

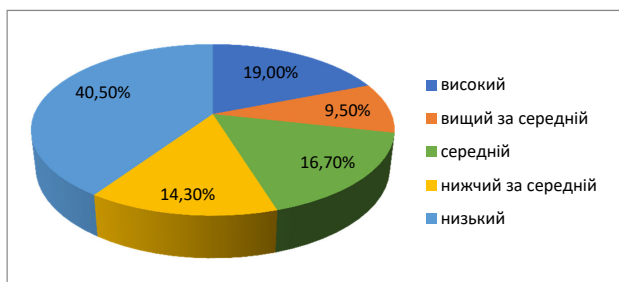
**Виклад основного матеріалу дослідження.** Під комунікативною компетентністю ми розуміємо систему психологічних знань про себе й інших, комунікативні здібності, уміння, навички в спілкуванні, стратегії поведінки в різних ситуаціях, що дає змогу будувати комунікацію відповідно до цілей та умов комунікативної взаємодії, при цьому комунікативні схильності є важливим складником і водночас підґрунтям для розвитку вмінь і здібностей, що забезпечують успіх у різних видах діяльності, де безпосередньо задіяне спілкування й розвивається особистісно-професійна зрілість [2].

Ми вивчили рівень розвитку комунікативних здібностей за допомогою методики діагностики комунікативних та організаторських здібностей «КОЗ» (автори В.В. Синявський, Б.А. Федоришин). Аналіз результатів показав, що низький і нижчий за середній рівні розвитку комунікативних здібностей виявили 54,8% студентів. Такі студентам малоініціативні, їм складно встановлювати контакт, є бар'єри у спілкуванні та публічному виступі перед групою, їм складно виступати з включеною камерою, вони небагатослівні, намагаються не брати на себе відповідальність.

Середній рівень розвитку комунікативних здібностей виявили 16,7% досліджуваних. У 28,5% досліджуваних виявлено дуже високий і високий рівні розвитку комунікативних здібностей, вони є ініціаторами спілкування, легко починають бесіду та знаходять тему для розмови, відповідно, швидко знайомляться завдяки розвиненим комунікативним здібностям і можуть легше адаптуватися до нових умов.

Узагальнення результатів дослідження засвідчило, що більшість усіх досліджуваних виявила недостатньо розвинені комунікативні здібності (див. рис. 1).

Надалі для вивчення адаптивних можливостей студентів-першокурсників використано багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (МЛО-АМ) (автори А.Г. Макла-



**Рис. 1. Рівні комунікативних здібностей студентів-першокурсників**

ков, С.В. Чермянін). У дослідженні найбільш цікавими є результати 3 та 4 шкал, які дають змогу продіагностувати поведінкову регуляцію (ПР), комунікативний потенціал (КП) особистості, моральну нормативність (МН) та особистісний адаптивний потенціал (ОАП) здобувачів.

Кількісні показники за третьою шкалою «Поведінкова регуляція» розподілилися так: 38,1% студентів виявили високий рівень поведінкової регуляції; 54,7% – середній рівень поведінкової регуляції; 7,2% – низький рівень поведінкової регуляції. У таких студентів є певна тривожність, схильність до нервово-психічних проявів, наявна неадекватна самооцінка та своєрідне розуміння дійсності.

За шкалою «Комунікативний потенціал особистості» показники розподілилися так: 30,9% студентів перебувають на низькому рівні, у них є проблеми щодо встановлення контактів з іншими людьми, можуть проявляти ворожість стосовно співрозмовників, що підвищує ймовірність виникнення конфліктів. Оптимістичними є дані середнього (45,3%) і високого рівнів (23,8%) комунікативного потенціалу особистості. Для таких студентів характерні середній і високий рівні комунікативних здібностей відповідно, вони легко встановлюють контакти з навколишніми, переважно неконфліктні.

За шкалою «Моральна нормативність» установлено, що 16,6% студентів зараховано до низького рівня. Такі студенти-першокурсники демонструють низьку соціалізацію, неправильно оцінюють свою соціальну роль і вагу в студентському колективі, схильні порушувати навчальні правила й дисципліну. Здобувачів із середнім рівнем виявлено 59,6%, із високим рівнем – 23,8% досліджуваних.

На нашу думку, вони вміють адекватно оцінювати власне місце та роль у студентській групі, при цьому розуміються на загальноприйнятих правилах у ЗВО, не порушують норми комунікації та поведінки.

Узагальнення отриманих даних за четвертою шкалою, що вимірює особистісний адаптивний потенціал, дало можливість емпірично визначити три рівні розвитку адаптивного потенціалу здобувачів (див. рис. 2).



**Рис. 2. Рівні розвитку адаптивного потенціалу студентів-першокурсників**

Як бачимо на рис. 2, адаптивний потенціал студентів-першокурсників загалом досить низький, лише 11,9% досліджуваних належать до студентів із високим адаптивним потенціалом. Такі студенти зможуть досить швидко змінювати поведінку, пристосовуватися до швидкоплинних умов сьогодення й навчання у ЗВО, вони досить комунікабельні та відкриті до нових знайомств і взаємин завдяки високій нервово-психічній стійкості й неконфліктній поведінці. 69,0% виявили середній рівень адаптивного потенціалу, такі студенти переймаються власною адаптацією, тривожні, що може проявлятися соматично та психічно у вигляді неухважності, апатії чи надмірної збудливості й уважності, порушення сну, режиму та харчування. 19,1% студентів зараховано до групи з низьким адаптивним потенціалом, що характеризується проявом негативних рис характеру, акцентуацій характеру та деякими ознаками нервово-психічних зривів або прикордонних станів на фоні стресових умов. Вони мають низьку нервово-психічну стійкість, конфліктні, можуть допускати асоціальні вчинки, негативні вербальні вислови як захисні реакції, неохочі до підтримання контактів і спілкування в студентській групі.

З метою встановлення кореляційних зв'язків між показниками комунікативних здібностей студентів-першокурсників і показниками їхнього адаптивного потенціалу використано коефіцієнт кореляції Спірмена:  $r=0,194$  при  $p \leq 0,01$ , кореляція статистично значуща, зафіксовано позитивний зв'язок між вищезазначеними феноменами.

Для дослідження домінуючої адаптивної поведінки під час спілкування студентів-першокурсників використано методу «Виявлення домінуючої стратегії психологічного захисту в спілкуванні» (автор В.В. Бойко) (див. рис. 3). Поеднання стратегій в індивідуальній поведінці визначає стиль адаптації особистості.

Як бачимо на рис. 3, у 21,4% досліджуваних домінує стратегія психологічного захисту



**Рис. 3. Домінуючі стратегії психологічного захисту студентів-першокурсників під час спілкування**

«Уникнення». За використання такої стратегії студенти значно економлять і розумові, й емоційні ресурси, намагаються не вступати в конфліктні взаємодії або з мінімальними втратами виходити з них. Цей тип реагування побудований на рисах характеру уживатися з усіма та завищеними вимогами до власного «Я» й вольовими зусиллями. У 19,1% студентів домінує стратегія «Агресія», таким студентам властиво діяти під час спілкування на основі інстинктів агресії, що є характерним і для тварин у стані небезпеки. Такі студенти легко збудливі, агресія може проявлятися грубо та м'яко. Водночас така стратегія не є негативною в широкому сенсі, така поведінка захищає людину від небажаних контактів, їх надмірної кількості під час навчання, удома, у взаєминах зі сторонніми й дуже близькими людьми. Агресія може збільшуватися під дією суб'єктивних оцінок ситуації. Такої самої думки дотримується В.В. Бойко. Він вважає, що агресивна поведінка особистості сприяє зниженню стресового впливу, протидіє дезадаптивним проявам у когнітивних, емоційних, поведінкових процесах. Проте часте використання такої стратегії особистістю під час спілкування свідчить про неадекватне реагування на умови, у яких вона опинилася, про підвищену тривожність і напруження, що є наслідком недостатньо розвинених складників комунікативної компетентності, зокрема комунікативних здібностей.

Загалом більше ніж половина здобувачів (59,5%) схильна використовувати під час спілкування стратегію «Миролюбство». Такі студенти неконфліктні, демонструють готовність до партнерства та співробітництва, готові до компромісів під час комунікації у вигляді поступок і компромісів, іноді надмірна поступливість проявляється у вигляді поступки власними інтересами й позиціями задля збереження взаємин і власної гідності. Стратегія «Миролюбства» можна вважати найкращою з усіх

варіантів, яка може бути використана майже в усіх ситуаціях спілкування.

Висновки. Адаптація – це безперервний процес і результат пристосування особистості до змінених соціальних умов, водночас це спеціально створений психолого-педагогічний процес оволодіння здобувачами різним досвідом, розвиток різних навичок і здібностей, у результаті чого виникають нові стратегії поведінки, зокрема, і під час спілкування. Під час вибору поведінки особистість оцінює вагу докладених зусиль щодо перетворення себе чи середовища, оцінює власний адаптивний потенціал і приймає рішення або все відбувається стихійно. Якщо умови змінюються поступово й мало впливають на особистість, то й адаптація відбувається поступово та непомітно, але за рахунок використання ресурсів, захисних механізмів та інших несвідомих психічних і психофізіологічних регуляторів.

Проведене емпіричне дослідження допомогло вивчити складники комунікативної компетентності (комунікативні здібності) студентів-першокурсників; особистісний адаптивний потенціал і домінуючу адаптивну поведінку студентів-першокурсників під час спілкування. Аналіз результатів дослідження загалом показав, що більшість усіх досліджуваних виявила недостатньо розвинену здатність до комунікативних здібностей; особистісний адаптивний потенціал студентів-першокурсників загалом середній і низький; виявлено домінування адаптивної поведінки під час спілкування у вигляді стратегії «Миролюбство». Такі студенти неконфліктні, демонструють готовність до партнерства та співробітництва, готові до компромісів під час комунікації у вигляді поступок і компромісів, іноді надмірна поступливість проявляється у вигляді поступки власними інтересами й позиціями задля збереження взаємин і власної гідності. Тому для якісних взаємин у суспільстві певній соціальній групі, зокрема під час освітнього процесу в ЗВО здобувачам, необхідно володіти розвиненою комунікативною компетентністю, вольовими якостями й набувати нових типів поведінки [1].

Отже, результати емпіричного дослідження дають змогу говорити, що комунікативна компетентність є чинником, який позитивно впливає на адаптивність, оволодіння новими стратегіями адаптивної поведінки студентів-першокурсників під час навчання у ЗВО, і вказують на те, що необхідно проводити цілеспрямований їх розвиток із використанням активних методів соціально-психологічного навчання.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні взаємозв'язку інших складників комунікативної компетентності й адаптивної поведінки здобувачів, шляхів і засобів їх оптимізації.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Алексєєва А. Соціально-комунікативна компетентність як чинник професійної успішності особистості: гендерний аспект. *Психологічні перспективи*. 2020. Вип. 35. С. 8–23. URL: <http://psychoprospects.vnu.edu.ua/index.php/psychoprospects/article/view/591/514>.
2. Долинська Л.В., Заушнікова М.Ю. Особистісно-професійна зрілість як психологічна умова формування комунікативної компетентності майбутнього логопеда. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12 «Психологічні науки»* : зб. наук. праць / за наук. редакцією І.С. Булах. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2021. Вип. 15 (60). 125 с. С. 35–46.
3. Ємяшева М.Ю. Психологічний підхід до вивчення комунікативної компетентності. *Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»*. Київ : Гнозис, 2015. Додаток 2 до вип. 35. Том I (13) : Тематичний випуск «Міжнародні Челпанівські психолого-педагогічні читання». С. 157–162.
4. Заушнікова М.Ю. Комунікативна компетентність майбутнього логопеда: поняття, зміст та структура. *Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»*. Київ : Гнозис, 2016. Додаток 3 до вип. 36. Том II (18) : Тематичний випуск «Міжнародні Челпанівські психолого-педагогічні читання». С. 33–40.
5. Заушнікова М.Ю. Психологічні умови формування комунікативної компетентності майбутнього логопеда : дис. ... канд. психол. наук. Київ, 2021. 249 с.
6. Іщук Н.Ю., Лєсовий В.Ю. Проблеми адаптації студентів-першокурсників до навчання у ВНЗ. *Наукові записки. Серія «Проблеми методики фізико-математичної і технологічної освіти»*. Кіровоград, 2013. Т. 1. № 4 С. 39–43. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nz\\_pmfm\\_2013\\_4%281%29](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nz_pmfm_2013_4%281%29).
7. Лазуренко С.І., Білошицький С.В., Семенов А.М. Адаптація та адаптаційні можливості людини. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами*. 2014. № 11. С. 194–207. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/apnvlop\\_2014\\_11\\_17](http://nbuv.gov.ua/UJRN/apnvlop_2014_11_17).
8. Greene JO. Communication skill and competence. *Oxford Res Encyclop Comm*. 2016. URL: [doi.org/10.1093/acrefore/9780190228613.013.158](https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190228613.013.158).
9. Methodological Tools for Carrying Out Psychological Training / Т. Kryvonis, О. Artemova, К. Androsovyh, М. Zaushnikova, І. Agapova, V. Kutishenko. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*. № 14 (1), 2023. P. 59–74. URL: <https://doi.org/10.18662/brain/14.1/406>.

## РОЗВИТОК ВЕРБАЛЬНО-СЕНСОВОГО ПРАКСИСУ ЯК ОСНОВИ НАВИЧОК ЧИТАННЯ В ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ДИСЛЕКСІЄЮ

### DEVELOPMENT OF VERBAL-SENSUAL PRAXIS AS THE BASIS OF READING SKILLS IN PRIMARY SCHOOL-AGE CHILDREN WITH DYSLEXIA

Стаття присвячена проблемі формування у школярів навичок читання, що створюють міцний фундамент якості всього подальшого навчання. Сформована у школяра навичка читання містить два основні компоненти: техніку читання та розуміння тексту, які щільно взаємопов'язані один з одним, оскільки вдосконалення техніки читання полегшує розуміння прочитаного, а легкий для розуміння текст краще та точніше сприймається дитиною. Незважаючи на значущість цих компонентів, на перших етапах формування навички читання більше уваги приділяється не тільки техніці, але й розумінню тексту.

Доведено, що рівень сформованості вербально-сенсового праксису суттєво впливає на успішність навчання, ефективність засвоєння навчального матеріалу, тому цілеспрямоване формування вміння здійснювати семантичний аналіз інформації є спеціальним завданням шкільного навчання.

Учні з дислексією можуть не вкладалися в установлені шкільні нормативи читання, загалом, вміючи артикулювати написане, вони роблять це надзвичайно повільно, із численними помилками та часто без розуміння прочитаного, що створює підстави для формування дидактогенії, впливає на негативне ставлення не тільки до читання, але й до всього шкільного життя.

Для вивчення рівня розвитку вербально-сенсового праксису в молодших школярів із дислексією було застосовано метод виділення головної думки в невеликих за обсягом і завершених за змістом художніх текстах із дитячої хрестоматії для I–II класів. Виділені та змістово наповнені наступні рівні розвитку вербально-сенсового праксису: «Немає відповіді», «Ехолалія», «Заголовок», «Синкрет», «Фабула», «Початок диференціації сенсу», «Повна диференціація сенсу».

Виявлено закономірність вікового розвитку вербально-сенсового праксису, зокрема, учням I класу притаманні висловлювання, які містять переказ фабули творів. У II класі відбуваються позитивні зміни в розвитку системи вербально-сенсового праксису: в учнів помітно збільшується кількість висловлювань, які належать до рівня «Початок диференціації сенсу», і висловлювань, які містять головну думку художнього твору, тобто відповідають рівню «Повна диференціація сенсу». В учнів III класу ця тенденція не тільки зберігається, але й посилюється. У деяких із них спостерігається стрибок у розвитку процесу диференціації. Окрім того, експериментально підтверджено наявність щільного зв'язку рівня сформованості процесів вербально-сенсового праксису з успішністю шкільного навчання: середній бал шкільної успішності, що характеризує успішність навчальної діяльності дітей із тим чи іншим рівнем розвитку вербально-сенсового праксису, прогресивно збільшується в разі послідовного просування від нижчих рівнів до вищих.

**Ключові слова:** дислексія, особистість молодшого школяра, вербально-сенсовий праксис, порушення читання, труднощі шкільного навчання, нейропсихологічні методики.

The article is devoted to the problem of the formation of reading skills in schoolchildren, which creates a solid foundation for the quality of all further education. The reading skill formed by a schoolchild contains two main components: reading technique and understanding of the text, which are closely interconnected, since improving the reading technique makes it easier to understand what is read, and the easy-to-understand text is better and more accurately perceived by the child. Despite the importance of these components, in the first stages of the formation of reading skills, more attention is paid not only to the technique, but also to understanding the text.

It has been proven that the level of formation of verbal and semantic praxis has a significant impact on the success of learning, the effectiveness of assimilation of educational material, therefore the purposeful formation of the ability to carry out semantic analysis of information is a special task of school education.

Students with dyslexia may not adhere to the established school standards of reading, in general, being able to articulate what is written, they do it extremely slowly, with numerous errors and often without understanding what they read, which creates grounds for the formation of didactogenies, affects a negative attitude not only to reading, but and to the whole school life.

In order to study the level of development of verbal and semantic praxis in younger schoolchildren with dyslexia, the method of extracting the main idea in small in volume and complete in content artistic texts from children's textbooks for I–II grades were used. The following levels of development of verbal-sense praxis are highlighted and meaningfully filled: "No answer", "Echolalia", "Heading", "Syncret", "Fable", "Beginning of differentiation of meaning", "Complete differentiation of meaning".

The regularity of the age-related development of verbal and semantic praxis has been revealed, in particular, the students of the 1st grade have expressions that contain the retelling of the plot of the works. In the 2nd grade, there are positive changes in the development of the system of verbal and semantic praxis: the number of statements that belong to the level of "Beginning of differentiation of meaning" and statements that contain the main idea of an artistic work, i.e., correspond to the level of "Complete differentiation of meaning" is noticeably increasing among students. This tendency is not only preserved, but also intensified among students of the 3rd grade. In some of them, there is a jump in the development of the differentiation process. In addition, it was experimentally confirmed that there is a close connection between the level of formation of the processes of verbal and semantic praxis and the success of school education: the average score of school performance, which characterizes the success of educational activities of children with one or another level of development of verbal and semantic praxis, progressively increases with successive advancement from lower levels to higher levels.

**Key words:** dyslexia, personality of junior high school student, verbal and semantic praxis, reading disorder, difficulties in schooling, neuropsychological methods.

УДК 376-053.5:616.89-008.434.5 (045)  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.15>

**Соколова Г.Б.**

д.психол.н.,  
професор кафедри дефектології  
та фізичної реабілітації  
Південноукраїнський національний  
педагогічний університет  
імені К.Д. Ушинського

**Сшану А.В.**

здобувачка освітнього ступеня магістра  
за спеціальністю 016 «Спеціальна  
освіта»  
Південноукраїнський національний  
педагогічний університет  
імені К.Д. Ушинського



**Постановка проблеми.** Одне з найважливіших завдань початкової школи – формування в дітей навичок читання, що є важливим фундаментом усієї наступної освіти. Сформована навичка читання містить як мінімум два основні компоненти: а) техніку читання (правильне та швидке сприйняття й озвучування слів, засноване на зв'язку між їх зоровими образами, з одного боку, і акустичними та мовленнєво-моторними, з іншого); б) розуміння тексту (його змісту, сенсу).

Ці компоненти щільно взаємопов'язані та спираються один на одного: так, удосконалення техніки читання полегшує розуміння читаного, а легкий для розуміння текст краще та точніше сприймається. На перших етапах формування навички читання більше значення надається не тільки техніці, але й розумінню тексту.

Рівень сформованості вербально-сенсового праксису значно впливає на успішність навчання, на ефективність засвоєння молодшими школярами навчального матеріалу, тому цілеспрямоване формування вміння учнів здійснювати семантичний аналіз інформації, що сприймається, має виступати як спеціальне, засноване на знанні фундаментальних закономірностей і вікових особливостей розвитку процесів вербально-сенсового праксису, завдання шкільного навчання.

Зазвичай формування цієї навички в молодших школярів із типовим розвитком не затягується, а учні з дислексією можуть не вкладатися в установлені шкільні нормативи читання. Загалом, уміючи артикулювати написане, вони роблять це надзвичайно повільно, із численними помилками та часто без розуміння прочитаного.

Дуже часто вчителі та батьки фіксують увагу дитини на її невдачах, низьких оцінках, що призводить до формування дидактогеній, шкільних неврозів, впливає на негативне ставлення не тільки до читання, але й до всього шкільного життя загалом, до постійного очікування власних помилок.

Тобто проблема з логопедичної та педагогічної переходить у площину психологічну. Психологічна допомога має бути спрямована як на зняття психологічних бар'єрів, зумовлених невдачами в читанні, так і на формування навички читання принципово новим дидактичним шляхом.

**Мета статті** – теоретично обґрунтувати й емпірично довести необхідність цілеспрямованого формування вміння учнів молодшого шкільного віку з дислексією здійснювати семантичний аналіз тексту.

**Завдання дослідження:**

1. Вивчити закономірності розвитку в молодших школярів із дислексією процесів вербально-сенсового праксису, що вивча-

ються за характером висловлювань учнів про головну думку закінчених за змістом художніх текстів; у виділенні та психологічному описі послідовних етапів розуміння смислового змісту художніх творів.

2. Дослідити зв'язок між ступенем розвитку вищих рівнів системи вербально-сенсового праксису, пов'язаних із розумінням головної думки текстів, і ефективністю виконання молодшими школярами з дислексією різних за ступенем складності семантичних диференціювань.

**Об'єктом дослідження** є особистість дитини молодшого шкільного віку.

**Предмет дослідження** – розвиток вербально-сенсового праксису як основи навичок читання в дітей молодшого шкільного віку з дислексією.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Незважаючи на те, що проблема дислексії особливо актуалізується саме з початком навчання, оскільки процес читання виконує важливу навчально-розвивальну функцію, багато науковців уважають, що цей процес необхідно починати раніше. Так, Л. Журова рекомендує активізувати в дошкільному віці ознайомлення дітей зі звуковим аналізом слів, використовувати ефективний методичний прийом інтонування, що надалі, у молодшому шкільному віці, суттєво полегшить опанування техніки читання вголос [1].

Доцільність такого раннього підходу до формування праксисів, що забезпечують навички читання, підтверджується дослідженнями низки сучасних вітчизняних науковців. Зокрема, О. Начинова емпірично підтвердила, що значна кількість дітей молодшого шкільного віку, які навчаються у 3-му класі, мають несформовані вміння читання та потребують корекційно-логопедичного втручання [3], а К. Мірошніченко, досліджуючи цю проблему в парадигмі компетентнісного підходу, підкреслювала, що в основі розвитку усного та писемного мовлення дітей молодшого шкільного віку з когнітивними порушеннями має бути формування читацької компетентності із застосуванням дидактичних ігор і вправ на мобільних пристроях [2].

Оскільки у процес навчання молодших школярів із дислексією мають бути залучені всі учасники освітнього процесу, Л. Яценюк наголошує на необхідності підвищення фахової, особливо інклюзивної компетентності вчителів початкових класів щодо специфіки навчання молодших школярів із дислексією, особливостях оцінювання за наявних розладів писемного мовлення, порушеннях процесу читання [6].

Наш власний досвід роботи з дітьми молодшого шкільного віку з дислексією доводить, що основна корекційна робота має спиратися на сучасні авторські методики нейропсихологіч-

ної діагностики, які формують у дитини зацікавленість процесом читання, знімають у неї напруження та тривожність, пов'язані із труднощами в читанні; сприяють швидкому розрізненню слів і літер, схожих за написанням; активізують чіткі око-рухові операції, розвивають стійкість уваги, зорової та слухової пам'яті на слова тощо. Окрім того, такі методики сприяють нейропсихологічному тренуванню вторинної зони потиличного відділу кори мозку лівої півкулі, яка відповідає за здійснення функції читання [4].

Вербальний матеріал, з яким дитина має справу в навчальній діяльності, різноманітний за характером і складністю, що вимагає різного ступеня складності вербально-сенсового праксису. Тому від початку шкільного навчання найбільш інтенсивно його елементи починають складатися як системна багаторівнева структура, у якій можуть бути виділені рівні, що перебувають вище та нижче.

Завданням вищих рівнів є сенсовий аналіз відносно складного тексту: виділення в ньому окремих смислових елементів, виділення в тексті головного, суттєвого. Завдання нижчих рівнів полягає у здійсненні найбільш простих, але базових, когнітивних операцій, пов'язаних із семантичною обробкою фонем, літер, слів.

У дослідженні взяли участь учні I класу (20 осіб), учні II класу (20 осіб) і учні III класу (20 осіб).

З метою вивчення рівня розвитку вербально-сенсового праксису в молодших школярів із дислексією нами був використаний метод виділення головної думки в невеликих за обсягом і завершених за змістом художніх текстах із дитячої хрестоматії для I–II класів [5].

Оскільки головна думка художніх текстів зазвичай є сукупністю внутрішніх, глибоких, прихованих від поверхового сприйняття систем зв'язків у цьому творі, то для їх виявлення, тобто розуміння головної думки, необхідне уявне проникнення в цю внутрішню систему зв'язків, для чого необхідно диференціювати першорядні, провідні зв'язки та відносини від другорядних і узагальнити їх. У цьому процесі вирішальну роль відіграє ступінь розвитку вербально-сенсового праксису дитини з дислексією.

Літературний матеріал, який ми пропонували дітям, складався із закінчених за змістом двох творів у прозі (К. Єгорушкіна «Цятки і плямки», Т. Стус «Смугастик») і двох віршованих (О. Кротюк «Різдвяні гостинці», О. Луцкевської «Пелікан»), які пропонуються для вивчення на уроках читання в I–II класах [5]. Вибір саме цих творів зумовлювався тим, що основні смислові відносини в них впливають безпосередньо з їхнього змісту та фабули, тобто є деякий підтекст, що і становить справжній зміст цього твору. Для виявлення цього підтексту дитині потрібно відійти від кон-

кретної ситуації, зрозуміти переносний зміст слів, узагальнити виділені суттєвих смислові зв'язки.

Процедура дослідження відбувалася наступним чином. Дітям зачитувалися по черзі два віршовані твори, потім – два прозові. Перед читанням учням ставилося питання: «Що хотів сказати автор цим твором, яка його головна, основна думка?». Після одноразового прослуховування кожного тексту учні I класу усно в індивідуальному порядку, а учні II та III класів письмово відповідали на поставлене запитання.

У процесі аналізу отриманих даних було розроблено спосіб стандартизованої обробки дитячих висловлювань. Виявлено, що за своїм характером висловлювання молодших школярів усіх класів навчання можуть бути розділені на окремі типи, кожен із яких відповідає специфічному рівню вербально-сенсового праксису, який склався в дитини.

Нами виділені такі рівні розвитку вербально-сенсового праксису:

1. «Немає відповіді» – дитина не може дати жодної відповіді. На поставлені питання відповідає: «Не пам'ятаю», «Забув», «Не знаю».

2. «Ехолодія» – замість відповіді на поставлене запитання учень просто повторює рядок вірша (частіше початковий або кінцевий) або відтворює окремі речення.

3. «Заголовок» – сюди ми відносимо висловлювання двох типів: а) коли учень як головну думку відтворює заголовок твору; б) коли заголовок твору тією чи іншою мірою інтерпретується.

4. «Синкрет» – як головна думка наводиться або неправильно зрозуміла окрема фраза, або досить розгорнутий, але неправильний переказ твору із привнесенням власного змісту. Окрім того, до синкрету ми відносили висловлювання дітей про особисті враження про твір, про емоційне ставлення до персонажів.

5. «Фабула» – учень більш-менш повно викладає зміст даного твору.

6. «Початок диференціації сенсу» – характеризується коротким переказом або всього тексту, або деякої його частини, після чого йде заключна, узагальнювальна фраза, що містить висловлювання про головну думку.

7. «Повна диференціація сенсу» – головна думка твору формулюється правильно та відносно узагальнено, інколи вже безпосередньо пов'язується з конкретним змістом тексту.

Отже, як показали отримані нами дані, виділення головної думки текстів – це складний процес розвитку пізнання дитиною сенсу художнього твору, який у своєму становленні проходить послідовну низку стадій, які характеризують різні ієрархічно впорядковані рівні розвитку процесів вербально-сенсового праксису. Розгляд якісної своєрідності кожного

рівня з погляду їх взаємозв'язку у виділенні головної думки твору приводить до висновку, що психологічний механізм розвитку процесу виділення головної думки підпорядковується дії універсального закону системної диференціації, згідно з яким розвиток будь-яких систем іде від стану злитості, глобальності на основі поступового та багаторазового розчленування до станів усе більш складних, високоорганізованих та ієрархічно впорядкованих [2].

Важливо відмітити, що послідовні рівні розвитку вербально-сенсового аналізу тексту, які характеризують просування думки молодшого школяра від нерозуміння тексту взагалі до ясного й узагальненого формулювання його головної думки, супроводжуються дедалі чіткішим, тонким і диференційованим поділом істотних і другорядних смислових зв'язків і відносин у художніх текстах.

Водночас у дитини головна думка про зміст твору поступово проявляється спочатку з невиразних, поверхневих вражень про твір. Так, молодший школяр із дислексією, у якого розвиток вербально-сенсового праксису перебуває на дуже низькому рівні, що відповідає стадіям «Немає відповіді» й «Ехолалія», демонструє цілковите нерозуміння змісту. Наступний рівень розвитку вербально-сенсового праксису, хоча теж досить низький, який можна назвати початком розуміння фабули (рівні «Заголовок» і «Синкрет»), дозволяє або пов'язати заголовок художнього твору з деякими поверхневими зв'язками та відносинами в його змісті, або вичленувати лише окремі моменти та включити їх у деяку наявну в дитини або створювану нею і не пов'язану з конкретним змістом тексту схему цілого [6].

Перехід до вищого рівня розуміння головної думки характеризується відтворенням молодшими школярами основної фабули творів у заданих зв'язках і стосунках без привнесення власного змісту чи інтерпретації. Але головна думка тексту для молодшого школяра на цьому рівні нібито розчинена в його фактичному змісті, психологічно злита з ним, когнітивно невіддільна від фабули, і рівень розвитку процесів вербально-сенсового праксису не дозволяє учню вичленувати головне, виокремити другорядні зв'язки та відносини, за зовнішнім фактичним змістом побачити більш глибинні, смислові.

Рівень «Початок диференціації сенсу» характеризує такий розвиток вербально-сенсового праксису, що дозволяє сформулювати головну думку художнього твору. Але оскільки в молодшого школяра процес диференціації ще не закінчився, головна думка ще не відокремилася цілком від фабули, то для її виділення дитині необхідно відштовхуватися від змісту, для чого вона і здійснює короткий переказ тексту.

Нарешті, вищий рівень розвитку вербально-сенсового праксису (стадія «Повна диференціація сенсу») забезпечує можливість повного та чіткого когнітивного відділення внутрішнього, смислового шару від змістовної оболонки, яка приховує головну думку твору, у короткій і узагальненій формі.

Кількісна обробка отриманих результатів здійснювалась нами за двома показниками:

1) за кількістю висловлювань (у %) у кожному класі, які відповідають обраному рівню виділення головної думки;

2) за сумою балів, набраною кожним школярем за виконання всіх завдань.

Для цього кожному типу висловлювань залежно від рівня відображення в них головної думки художнього твору було надано бал від 1 до 8, у зв'язку із чим максимальна сума балів дорівнювала 32, а мінімальна – 4 бали.

Результати експерименту представлені в таблиці 1. Вони доводять, що, судячи з характеру висловлювань учнів про головну думку запропонованих їм художніх текстів, рівень розвитку вербально-сенсового праксису у школярів, які навчаються в одному класі, суттєво відрізняється, тобто в кожній віковій групі трапляються учні, які відносно чітко сформулювали головну думку творів, проте значна частина учнів не змогла цього зробити.

Розгляд отриманих даних дозволяє виявити закономірність вікового розвитку вербально-сенсового праксису. Незважаючи на досить значний розкид індивідуальних показників рівня розвитку вербально-сенсового праксису всередині тієї самої вибірки молодших школярів, можна назвати характерні для кожного вікового періоду якісні особливості розвитку системи вербального аналізу художнього твору. Для учнів I класу характерними є висловлювання, які містять переказ фабули творів (25,6%), лише 2,5% висловлювань школярів цього віку містять вказівки на головну думку.

Результати, отримані учнями II класу, свідчать про позитивні зміни в розвитку системи вербально-сенсового праксису: у них помітно збільшується кількість висловлювань, які належать до рівня «Початок диференціації сенсу», і висловлювань, які містять головну думку художнього твору, тобто відповідають рівню «Повна диференціація сенсу».

В учнів III класу ця тенденція не тільки зберігається, але й посилюється. У них спостерігається стрибок у розвитку процесу диференціації: якщо в I класі загальна кількість висловлювань, що свідчать про досить високий рівень розвитку вербально-сенсового праксису (рівні «Початок диференціації сенсу» та «Повна диференціація сенсу»), становить 12,3%, у II класі – 18,7%, а у III класі вже дорівнює 39,5%.

**Представленість різних типів висловлювань про головний сенс художніх творів у молодших школярів (в %)**

Бал	Рівні	Класи навчання					
		I клас		II клас		III клас	
		%	Успішність (сер. бал)	%	Успішність (сер. бал)	%	Успішність (сер. бал)
1	«Немає відповіді»	12,0	2,96	12,5	2,87	3,4	3,55
2	«Ехолалія»	16,4	3,17	4,7	3,25	11,2	3,58
	«Заголовок»						
3	без інтерпретації з інтерпретацією	0,1	–	5,2	3,5	1,7	3,61
4		15,8	3,4	22,9	3,55	16,2	3,77
5	«Синкрет»	17,1	3,42	15,6	3,15	10,8	3,81
6	«Фабула»	25,6	3,55	20,3	3,96	17,2	3,98
7	«Початок диференціації сенсу»	9,8	3,81	13,0	3,55	23,3	3,97
8	«Повна диференціації сенсу»	2,5	4,5	5,7	3,87	16,2	4,07

У результаті порівняння кількості висловлювань, що відповідають стадіям «Початок диференціації сенсу» та «Повна диференціація сенсу» у III та I класах, можна констатувати, що кількість цих висловлювань зростає до III класу.

Окрім того, у нашому дослідженні експериментально підтверджено наявність щільного зв'язку рівня сформованості процесів вербально-сенсового праксису з успішністю шкільного навчання. Як ми бачимо з таблиці 1, середній бал шкільної успішності, що характеризує успішність навчальної діяльності дітей із тим чи тим рівнем розвитку вербально-сенсового праксису, прогресивно збільшується з послідовним просуванням від нижчих рівнів до вищих.

**Висновки та перспективи подальшого дослідження.** Формування у школярів навичок читання є одним із важливих завдань початкової школи, оскільки створює міцний фундамент якості всього подальшого навчання. Сформована у школяра навичка читання містить два основні компоненти: техніку читання та розуміння тексту, які щільно взаємопов'язані один з одним, оскільки вдосконалення техніки читання полегшує розуміння прочитаного, а легкий для розуміння текст краще та точніше сприймається дитиною. Незважаючи на значущість цих компонентів, на перших етапах формування навички читання більше уваги приділяється не тільки техніці, але й розумінню тексту.

Отже, рівень сформованості вербально-сенсового праксису суттєво впливає на успішність навчання, ефективність засвоєння навчального матеріалу, тому цілеспрямоване формування вміння здійснювати семантичний аналіз інформації є спеціальним завданням шкільного навчання.

Учні з дислексією можуть не вкладатися в установлені шкільні нормативи читання, загалом, уміючи артикулювати написане, вони роблять це надзвичайно повільно, із численними

помилками та часто без розуміння прочитаного, що створює підстави для формування дидактогеній, впливає на негативне ставлення не тільки до читання, але й до всього шкільного життя.

В українській логопедії проблема дислексії молодших школярів є надзвичайно актуальною та розкриває необхідність починати роботу із заохочення дитини до читання вже в дошкільному віці, знайомити її зі звуковим аналізом слів, застосовувати методичний прийом інтонування, у молодшому шкільному віці формувати читацьку компетентність, упроваджувати інноваційні авторські методики, а також обов'язково підвищувати фахову компетентність учителів початкових класів щодо специфіки навчання молодших школярів із дислексією.

З метою вивчення рівня розвитку вербально-сенсового праксису в молодших школярів із дислексією було застосовано метод виділення головної думки в невеликих за обсягом і завершених за змістом художніх текстах із дитячої хрестоматії для I–II класів. Виділені та змістовно наповнені такі рівні розвитку вербально-сенсового праксису: «Немає відповіді», «Ехолалія», «Заголовок», «Синкрет», «Фабула», «Початок диференціації сенсу», «Повна диференціації сенсу».

Виявлено закономірність вікового розвитку вербально-сенсового праксису, зокрема, учням I класу притаманні висловлювання, які містять переказ фабули творів (25,6%). У II класі відбуваються позитивні зміни в розвитку системи вербально-сенсового праксису: в учнів помітно збільшується кількість висловлювань, які належать до рівня «Початок диференціації сенсу», і висловлювань, які містять головну думку художнього твору, тобто відповідають рівню «Повна диференціація сенсу».

В учнів III класу ця тенденція не тільки зберігається, але й посилюється. У деяких із них

спостерігається стрибок у розвитку процесу диференціації.

Окрім того, експериментально підтверджено наявність щільного зв'язку рівня сформованості процесів вербально-сенсового праксису з успішністю шкільного навчання: середній бал шкільної успішності, що характеризує успішність навчальної діяльності дітей із тим чи іншим рівнем розвитку вербально-сенсового праксису, прогресивно збільшується з послідовним просуванням від нижчих рівнів до вищих.

Перспективи подальших наукових розвідок полягають у впровадженні спеціально розробленого методичного комплексу з формування навичок читання в молодших школярів із дислексією.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Журова Л. Навчання грамоті в дитячому саду та значення для розвитку дитини. *Виховання та нав-*

*чання старших дошкільників у дитячому садку.* Київ, 1971. С. 272–274.

2. Мірошниченко К. Корекція дислексії в дітей молодшого шкільного віку із затримкою психічного розвитку. Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2021. 73 с.

3. Начинова О., Траченко О. Діагностика дислексії у дітей молодшого шкільного віку. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського* : збірник наукових праць. Одеса : ПНПУ імені К.Д. Ушинського, 2019. С. 58–63.

4. Соколова Г.Б. Нейропсихологічні засади та методичні прийоми корекції дислексії в молодшому шкільному віці. *Габітус.* 2022. № 33. С. 154–158.

5. Хрестоматія сучасної української дитячої літератури для читання в 1, 2 класах / уклад. Т. Стус. Львів : «Видавництво Старого Лева», 2016. 160 с.

6. Яценюк Л. Корекція дислексії у дітей молодшого шкільного віку. *Імідж сучасного педагога.* 2023. № 4 (211). С. 101–105.

## ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ПІДЛІТКІВ

## PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF INTERNALLY DISPLACED ADOLESCENTS

У роботі висвітлюється проблема збереження та підвищення психологічного благополуччя українських підлітків в умовах війни України з Російською Федерацією.

Унаслідок здійсненого емпіричного дослідження за участю 94 внутрішньо переміщених підлітків і 92 підлітків, які не змінювали місця проживання, доведено неоднозначний вплив внутрішньої міграції підлітків на їхнє психологічне благополуччя.

Установлено, що в підлітків, які здійснили вимушений переїзд у межах України, рівень суб'єктивного благополуччя є нижчим, аніж у підлітків, що не змінювали місця проживання. Водночас внутрішньо переміщені підлітки засвідчили меншу невдоволеність собою і розчарування в житті, порівняно з досліджуваними – місцевими мешканцями.

Зафіксовано, що підлітки, які не змінювали місця проживання, мають вищі середньостатистичні показники резильєнтності, аніж група внутрішньо переміщених підлітків. Це підтверджено й більшою кількістю носіїв високого рівня резильєнтності у вибірці підлітків – місцевих мешканців. Водночас кількісно домінує група носіїв середнього рівня резильєнтності внутрішньо переміщених підлітків.

Виявлено, що середньостатистичні показники тривоги та депресії у внутрішньо переміщених підлітків є вищими порівняно з показниками досліджуваних, які не змінювали місця проживання. Зафіксовано більшу кількість підлітків, які не мають ознак тривожного чи депресивного розладу, серед тих, хто вимушено змінив місце проживання.

Отже, дослідження підтвердило різновекторний вплив вимушеного переміщення підлітків в межах України на їхнє психологічне благополуччя. Незативними наслідками є погіршення емоційного стану, зниження рівня резильєнтності в багатьох підлітків. За умов надання психологічної підтримки вимушено переміщені підлітки мають значний адаптивний потенціал і ресурси для відновлення суб'єктивного благополуччя.

**Ключові слова:** підліток, внутрішньо переміщена особа, тривога, депресія, психологічне благополуччя, резильєнтність.

The problem of preserving and improving the psychological well-being of Ukrainian adolescents in the conditions of Ukraine's war with the Russian Federation is revealed in the article.

As a result of an empirical study conducted with the participation of 94 internally displaced adolescents and 92 adolescents who didn't change their place of residence, the ambiguous impact of internal displacement of adolescents on their psychological well-being was proven. It was established that the level of subjective well-being of adolescents who were forced to move within the borders of Ukraine is lower than that of adolescents who did not change their place of residence. At the same time, internally displaced adolescents testified to less self-satisfaction and disappointment in life, compared to the studied local residents. It was recorded that adolescents who did not change their place of residence have higher average statistical indicators of resilience than the group of internally displaced adolescents. This is also confirmed by the greater number of carriers of a high level of resilience in the sample of adolescents who didn't change their place of residence. At the same time, the group of medium-level resilience carriers of internally displaced adolescents dominates quantitatively, rather than local residents. It was found that the average statistical indicators of anxiety and depression in internally displaced adolescents are higher compared to the indicators of subjects who did not change their place of residence. At the same time, a larger of adolescents who do not have signs of anxiety or depressive disorder was recorded among those who were forced to change their place of residence. Thus, the study confirmed the multi-vector influence of forced displacement of adolescents with in Ukraine on their psychological well-being. The negative consequences are a deterioration of the emotional condition, a decrease in the level of resilience in many adolescents. At the same time, under the conditions of providing psychological support, forcibly displaced adolescents have significant adaptive potential and resources for restoring subjective well-being.

**Key words:** adolescents, internally displaced person, anxiety, depression, psychological well-being, resilience.

УДК 159.9.072.43

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.16>

**Столярчук О.А.**

д.психол.н.,  
професор кафедри психології  
особистості та соціальних практик  
Київський університет  
імені Бориса Грінченка

**Жорова С.С.**

магістрантка 2 курсу за спеціальністю  
053 «Психологія»  
освітньої програми 053.00.05  
«Екстремальна та кризова психологія»  
Київський університет  
імені Бориса Грінченка

**Актуальність дослідження.** Війна України з Російською Федерацією (далі – РФ) стала потужним викликом для життєстійкості й особистісного благополуччя всіх українців. Їхня якість життя значно погіршилася у зв'язку з постійними загрозами та порушенням безпеки життєдіяльності. Війна спровокувала масову хвилю вимушеного переміщення українців, зокрема й у межах країни. Переїзд на нове місце в екстремальних обставинах потребує ґрунтовної адаптації особистості.

Вікова група підлітків потрапляє у групу ризику виникнення порушень психічного функ-

ціонування та зниження якості життя, оскільки до типових суперечностей становлення їхньої особистості додаються складні життєві обставини. Своєчасне вивчення психологічного благополуччя підлітків, які змушені були змінити місце проживання в межах України, дозволить здійснити якісний психологічний супровід їхньої життєдіяльності та запобігти проблемам соціально-психологічної дезадаптації.

**Метою статті** є аналіз результатів дослідження психологічного благополуччя підлітків, що вимушено змінили місце проживання в межах України.

**Виклад основного матеріалу.** Проблема впливу вимушеного переміщення внаслідок війни дітей і підлітків на їхню життєдіяльність і психологічне благополуччя вже потрапляла у фокус уваги як вітчизняних, так і закордонних учених. Науковцями І. Бронштейном і П. Монтомері (I. Bronstein, P. Montgomery, 2011 р.) під час узагальнення низки наукових досліджень доведено, що вимушений переїзд дітей і підлітків через війну провокує проблемні аспекти їхнього фізичного та психічного розвитку [4].

Учені Л.Л. ван ден Гейвел і С. Сідат (L.L. van den Heuvel і S. Seedat, 2013 р.) зафіксували, що перебування дітей і підлітків у зоні військових дій провокує в них потужний і тривалий стресовий стан, який, охоплюючи ментальну та вітальну сфери, негативно впливає на актуальні та перспективні вектори їхнього онтогенетичного розвитку [8].

Вітчизняні дослідники О. Беляєва, Г. Даниленко, Е. Завеля, М. Ісакова, Л. Страшок (2022 р.) установили, що підлітки – внутрішньо переміщені особи удвічі частіше визнавали погіршення власного фізичного здоров'я та психоемоційного стану порівняно з підлітками – місцевими мешканцями. У результаті анкетування було виявлено, що всі опитані підлітки найчастіше переживали такі емоційні стани, як віра, сподівання, що все буде добре; злість на події, що відбуваються, або на конкретних людей; страх за життя рідних і страх за домівку, житло, майно родини. Установлено, що по медичну допомогу підлітки – внутрішньо переміщені особи зверталися в 1,5 рази частіше, ніж їхні однолітки, що не змінювали місця проживання [1, с. 11].

Група вчених (О. Лобанчук, Н. Пророк, О. Сергеєнкова, М. Сичинська, С. Хрипко, 2022 р.) охопила опитуванням 519 українських підлітків і виявила, що вплив війни на їхню психіку є неоднозначним. Зокрема встановлено, що внутрішні та зовнішні виклики для підлітків унаслідок повномасштабної російської агресії провокують у них переживання втоми, почуття безсилля, тривоги, злості. Водночас вищезгаданими дослідниками зафіксовано підвищення резильєнтності опитаних підлітків, яке проявляється у зміцненні їхніх професійно орієнтованих і патріотичних мотивів навчання, самореалізації потреби в самовираженні через соціальні мережі, готовності й активності наближати перемогу України у війні з РФ [7, с. 618].

Отже, можна сказати, що навіть під час війни, за умов перебування підлітків у відносно безпечному середовищі в межах України, життєві випробування загартовують їхню стресостійкість. За влучним формулюванням учених Н. Ханлоу і Р. Рея (N. Khanlou, R. Wray, 2014 р.), резильєнтність постає значущим сприятливим підґрунтям для збереження психологічного

благополуччя підлітків і водночас є захисним механізмом від непередбачуваних загроз благополуччю протягом усього подальшого життя [5, с. 64].

Різновекторність змін резильєнтності вітчизняних підлітків підтверджується результатами дослідження, здійсненого у 2023 р. О. Столярчук. За даними опитування, яке охопило підлітків, що перебували як в Україні, так і за її межами, 4% респондентів засвідчили відсутність стресових переживань і, як наслідок, збереження попереднього рівня резильєнтності. Однак важливо, що ці підлітки на час опитування перебували за кордоном. Серед вибірки тих підлітків, які залишились в Україні, 42% визнали, що їхня резильєнтність має нестабільний характер, оскільки «<...> іноді проявляється сила духу, але відчувається і тривога, страх». Ще 16,7% респондентів переживали безсилля та потребували психологічної підтримки. Натомість 35,5% підлітків засвідчили зростання власної резильєнтності, наголосивши, що необхідність протистояти стресу зробила їх сильнішими [3, с. 118].

Означені вище дослідження не виокремлюють специфіку психічного стану та якості життя підлітків, що зіткнулись із вимушеним переїздом під час війни. Отже, для вивчення рівня психологічного благополуччя підлітків, що змушені були змінити місце проживання в межах України, та динаміки їхньої резильєнтності як чинника цього благополуччя нами було здійснене емпіричне дослідження. Воно було реалізоване у квітні поточного 2023 р. за допомогою письмового опитування засобами Google-форми за участю 192 українських підлітків.

Для встановлення більш повної діагностичної картини в опитуванні з'ясувалось місце проживання респондентів: 1) до початку повномасштабного вторгнення РФ в Україну та 2) на час опитування. Це дало змогу сформулювати дві групи досліджуваних із подальшим порівнянням їхніх діагностичних даних:

- першу вибірку становили підлітки із Северодонецька, Сум, Маріуполя, які через війну були вимушені покинути свої домівки, тобто це внутрішньо переміщені підлітки (далі – ВПО), їхня кількість становила 94 особи;

- друга вибірка поєднувала підлітків із Дніпра та Києва, які не змінювали місця свого проживання та з початку війни нікуди не переміщувалися – місцеві мешканці (далі – ММ), їх налічувалось 98 осіб.

Для дослідження психологічного благополуччя підлітків було застосовано такі діагностичні методики: методику «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя» (далі – «КОСБ-3») О. Савченко, О. Калюк [2], коротку шкалу резильєнтності (BRS – Brief Resilience Scale), шпитальну шкалу тривоги і депресії «HADS». Для оброблення діагнос-

тичних даних застосовано методи кількісного аналізу (середніх знань і відсоткових співвідношень) і якісного аналізу.

Спочатку у фокус наших вимірів потрапила центральна категорія дослідження – психологічне благополуччя підлітків. Для його діагностики було застосовано методику «КОСБ-3», яка дала можливість визначити за трьома шкалами парціальні прояви суб'єктивного благополуччя, а також виявити загальний рівень задоволеності життям двох вибірок (табл. 1).

Кількісний аналіз і порівняння діагностичних даних обох вибірок показав, що середньостатистичні показники внутрішньо переміщених підлітків є нижчими за всіма шкалами методики.

Таблиця 1  
**Результати тестування за шкалами методики «КОСБ-3»**

Шкали	ВПО (n = 94)		ММ (n = 98)	
	Показники (у балах)	Рівень	Показники (у балах)	Рівень
Задоволеність власним життям	23,27	середній	25,58	середній
Невдоволеність собою та розчарування в житті	16,45	низький	17,42	середній
Задоволеність відносинами з іншими	24,92	середній	27,90	середній
Загальний рівень задоволеності життям	31,74	середній	36,063	середній

У результаті проведеного якісного аналізу можна побачити, що показники задоволеності життям молодших підлітків обох вибірок перебувають на середньому рівні, але в досліджуваних, які нікуди не переміщувалися, показники загального рівня задоволеності життям вище (36,06 балів), ніж у внутрішньо переміщених підлітків (31,74 балів). Це вказує на суб'єктивне позначення більш високої якості життя підлітками, що не змінювали місця проживання, і свідчить про вищий рівень суб'єктивного благополуччя у підлітків, що входять у вибірку місцевих мешканців, аніж у внутрішньо переміщених підлітків. Водночас зауважимо, що внутрішньо переміщені підлітки засвідчили меншу невдоволеність собою та розчарування в житті. Показники цієї шкали в них перебувають на низькому рівні, тоді як у підлітків – місцевих мешканців статистика невдоволеності собою та розчарування в житті досягнула середнього рівня.

Поширеність таких несприятливих емоційних симптомів, як тривога та депресивні

ознаки, є маркером зниження рівня психологічного благополуччя особистості. Тому ми також вивчали ці емоційні прояви за допомогою шпитальної шкали тривоги і депресії «HADS». Обрахунок діагностичних даних за шкалою тривоги дозволив зафіксувати, що її середньостатистичний рівень у внутрішньо переміщених підлітків становить 7,5 балів, а у досліджуваних, які не змінювали місця проживання, її показник досягнув 6,9 балів. Водночас серед внутрішньо переміщених підлітків зафіксовано більшу кількість осіб (38,3%), які не мають ознак надмірної тривоги. Але в цій же вибірці підлітки частіше, порівняно з респондентами, які не змінювали місця проживання, демонструють передумови до її виникнення або ж наявність тривожного розладу (табл. 2).

Таблиця 2  
**Розподіл підлітків за рівнями тривоги (методика «HADS»)**

Рівень прояву розладу	Показники тривоги			
	ВПО (n = 94)		ММ (n = 98)	
	кількість осіб	%	кількість осіб	%
Відсутність	36	38,3	32	32,7
Передумови	47	50,0	59	60,2
Наявність	11	11,7	7	7,1

Якісний аналіз відповідей підлітків показав, що напруженість і непосидючість частіше виявляють підлітки, що не переїжджали, неспокійні ж думки та панічні реакції більше дошкуляють внутрішньо переміщеним підліткам.

Кількісним аналізом даних встановлено, що середньостатистичний рівень депресії внутрішньо переміщених підлітків становить 6,4 балів, а в підлітків, що не змінювали місця проживання, її показник досягнув 6,7 балів. Ці дані прямо корелюють зі статистикою розподілу представників обох вибірок за рівнями вираженості депресії (табл. 3).

Таблиця 3  
**Розподіл підлітків за рівнями депресії (методика «HADS»)**

Рівень прояву розладу	Показники депресії			
	ВПО (n = 94)		ММ (n = 98)	
	кількість осіб	%	кількість осіб	у%
Відсутність	41	43,6	38	38,8
Передумови	45	47,9	54	55,1
Наявність	8	8,5	6	6,1



У результаті проведеного якісного аналізу відповідей досліджуваних виявлено, що показники задоволеності та сприймання життя з гумором є вищими у представників групи підлітків – місцевих мешканців. Більш бадьорими та здатними отримати задоволення від справ почувають себе внутрішньо переміщені підлітки, але вони визнають у себе уповільнення темпів виконання дій. Досить високими балами позначені у представників обох вибірок відповіді на питання «Я не стежу за своєю зовнішністю», що суперечить поширеній схильності підлітків цікавитись своїм виглядом. Відповідно, окремі ознаки тривожності та депресії властиві представникам обох вибірок підлітків.

Також локальним аспектом нашого дослідження постало вивчення рівня резильєнтності як чинника та показника психологічного благополуччя підлітків. На підставі опрацювання відповідей за методикою вираховано рівні резильєнтності підлітків обох груп.

Установлено, що середньостатистичний рівень резильєнтності внутрішньо переміщених підлітків становить 3,2 бали, а в підлітків, що не змінювали місця проживання, цей показник досягнув 3,6 балів. Отже, друга вибірка підлітків має дещо більше ресурсів стресостійкості, аніж група внутрішньо переміщених підлітків. Також ці дані підтверджено статистикою розподілу представників обох вибірок за рівнями резильєнтності (табл. 4).

Таблиця 4

**Розподіл підлітків за рівнями резильєнтності (методика BRS)**

Рівень	Показники резильєнтності			
	ВПО (n = 94)		ММ (n = 98)	
	кількість осіб	%	кількість осіб	%
високий	17	18,1	24	24,5
середній	53	56,4	48	49,0
низький	24	25,5	26	26,5

Викладені результати застосування експрес-тесту вказують на те, що переважна частина респондентів обох вибірок характеризується середнім рівнем розвитку резильєнтності, а саме: у внутрішньо переміщених підлітків – 56,0% носіїв, у підлітків, що не змінювали місця проживання, – 49,0% носіїв. Це вказує на те, що більшість проблем долається підлітками обох вибірок без серйозних наслідків для їхнього психологічного здоров'я.

Низький рівень резильєнтності мають 26% внутрішньо переміщених підлітків і 26,6% підлітків, які не змінювали місця проживання, що становить майже чверть вибірок. Представники цих вибірок переживають порушення

життєвої рівноваги, що може стати предиктором розвитку несприятливих психічних станів. Привертає увагу те, що високу здатність протистояти стресам і життєвим негараздам мають лише 17% внутрішньо переміщених підлітків на тлі 24,4% підлітків, які не змінювали місця проживання. Це говорить про те, що для внутрішньо переміщених підлітків характерним є дещо обмежений ресурс життєстійкості, пов'язаний із переживанням ними складних життєвих обставин.

**Висновки.** Отже, теоретичних аналіз наукових джерел і дослідницьких розвідок засвідчив актуальність проблеми збереження та підвищення психологічного благополуччя українських підлітків в умовах війни України з РФ.

У результаті здійсненого емпіричного дослідження за участю 94 внутрішньо переміщених підлітків і 92 підлітків, які не змінювали місця проживання, доведено неоднозначний вплив внутрішнього переміщення підлітків на їхнє психологічне благополуччя. Установлено, що в підлітків, які здійснили вимушений переїзд в межах України, рівень суб'єктивного благополуччя є нижчим, аніж у підлітків, що не змінювали місця проживання. Водночас внутрішньо переміщені підлітки засвідчили меншу невдоволеність собою та розчарування в житті, порівняно з досліджуваними – місцевими мешканцями.

Зафіксовано, що підлітки, які не змінювали місця проживання, мають вищі середньостатистичні показники резильєнтності, аніж група внутрішньо переміщених підлітків. Це підтверджено й більшою кількістю носіїв високого рівня резильєнтності у вибірці підлітків – місцевих мешканців. Водночас кількісно домінує група носіїв середнього рівня резильєнтності внутрішньо переміщених підлітків, порівняно з місцевими мешканцями цієї вікової групи.

Виявлено, що середньостатистичні показники тривоги та депресії у внутрішньо переміщених підлітків є вищими порівняно з показниками досліджуваних, які не змінювали місця проживання. Зафіксовано більшу кількість підлітків, які не мають ознак тривожного чи депресивного розладу, серед тих, хто вимушено змінив місце проживання.

Отже, дослідження підтвердило різновекторний вплив вимушеного переміщення підлітків в межах України на їхнє психологічне благополуччя. Негативними наслідками є погіршення емоційного стану, зниження рівня резильєнтності в багатьох підлітків. За умов надання психологічної підтримки вимушено переміщені підлітки мають значний адаптивний потенціал і ресурси для відновлення суб'єктивного благополуччя.

**Перспективи подальших досліджень** убацьмаємо в розробленні й апробації дієвих засо-

бів підвищення психологічного благополуччя підлітків, які належать до категорії внутрішньо переміщених осіб, а також вивченні ролі soft skills у підвищенні якості життя підлітків, які вимушено змінили місце свого проживання.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Медико-соціальні аспекти стану здоров'я підлітків – внутрішньо переміщених осіб / Г. Даниленко та ін. *Охорона здоров'я дітей та підлітків*. 2022. № 2. С. 8–12.
2. Савченко О., Калюк О. Методика діагностики когнітивних аспектів суб'єктивного благополуччя особистості. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. № 1 (25). С. 89–101.
3. Столярчук О. Навчання та психоемоційний стан українських підлітків в умовах війни в Україні. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія «Психологія». № 1. С. 115–120.
4. Bronstein I., Montgomery P. Psychological Distress in Refugee Children: A Systematic Review. *Clinical Child and Family Psychology Review*. 2011. Vol. 14 (1). P. 44–56.
5. Khanlou N., Wray R. A whole community approach toward child and youth resilience promotion : A review of resilience literature. *International Journal of Mental Health and Addiction*. 2014. № 12 (1). P. 64–79.
6. The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back / B.W. Smith et al. *International journal of behavioral medicine*. 2008. № 15 (3). P. 194–200.
7. Real and Virtual Space of Life Activities of Ukrainian Adolescents in War Conditions / O. Stoliarchuk et al. *IJCSNS International Journal of Computer Science and Network Security*. 2022. № 22 (6). P. 611–619.
8. van den Heuvel L.L., Seedat S. Screening and diagnostic considerations in childhood post-traumatic stress disorder. *Neuropsychiatry*. 2013. Vol. 3 (5). P. 497–511.

## ОСОБЛИВОСТІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ, ЯКІ ВИХОВУВАЛИСЯ В ПОВНИХ І НЕПОВНИХ СІМ'ЯХ

### FEATURES OF STUDENTS' STRESS RESISTANCE, WHO WERE RAISED IN COMPLETE AND INCOMPLETE FAMILIES

Стаття присвячена теоретичному та практичному аналізу вивчення проблеми особливостей стресостійкості студентської молоді, представники якої виховувалися в повних і неповних сім'ях. Надається характеристика поняттю стресостійкості як науково-психологічному феномену. Аналізуються суттєві ознаки психологічного стресу студентської молоді. Обґрунтовуються особливості психологічної відновлюваності та стресостійкості студентів закладів вищої освіти. Розкривається психологія особистості в повних і неповних сім'ях. Наголошується, що стресостійкість розглядається як індивідуальна здатність організму зберігати нормальну працездатність; необхідний ступінь адаптації до впливу екстремальних факторів середовища та професійної діяльності; здатність до соціальної адаптації, збереження значущих міжособистісних зв'язків, забезпечення успішної самореалізації, досягнення життєвих цілей, збереження працездатності та здоров'я; стан фізичного, емоційного та психічного виснаження, спричиненого тривалим перебуванням в емоційно напружених і значимих ситуаціях. Аналізуються методичні засади дослідження стресостійкості студентів, які виховувалися в повних і неповних сім'ях, де даний психодіагностичний комплекс методик усебічно діагностує особливості стресостійкості студентів. Проаналізовано організацію емпіричного дослідження та результати психодіагностики стресостійкості студентів, які виховувалися в повних і неповних сім'ях: визначення рівня стресу серед студентів, самооцінки їхніх психічних станів, показників особистісної стресостійкості студентської молоді, оцінки нервово-психічної напруги й особливостей соціально-психологічної адаптації студентів, що виховувалися в повних і неповних сім'ях.

**Ключові слова:** стресостійкість, повна сім'я, неповна сім'я, студентська молодь, психологічний стрес, психологічна відновлюваність, самооцінка психічних станів, нервово-психічна напруга, соціально-психологічна адаптація.

Article is devoted to the theoretical and practical analysis of the problem of studying the characteristics of stress resistance of student youth, whose representatives were brought up in single-parent and single-parent families. The concept of stress resistance as a scientific and psychological phenomenon is characterized. Essential signs of psychological stress among student youth are analyzed. The peculiarities of psychological recovery and stress resistance of students of higher education institutions are substantiated. The psychology of the individual in complete and incomplete families is revealed. It is emphasized that stress resistance is considered as the individual ability of the body to maintain normal performance; the necessary degree of adaptation to the influence of extreme factors of the environment and professional activity; the ability to social adapt, maintain meaningful interpersonal relationships, ensure successful self-realization, achieve life goals, maintain work capacity and health; a state of physical, emotional and mental exhaustion caused by prolonged stay in emotionally stressful and significant situations. Methodological principles of studying stress resistance of students raised in full- and single-parent families are analyzed, where this psychodiagnostic set of methods comprehensively diagnoses the features of students' stress resistance. The organization of an empirical study and the results of psychodiagnosis of stress resistance of students who were brought up in full- and single-parent families were analyzed: determination of the level of stress among students, self-assessment of their mental states, indicators of personal stress resistance of student youth, assessment of neuro-psychological stress and features of social-psychological adaptation of students, who were brought up in complete and incomplete families.

**Key words:** stress resistance, complete family, incomplete family, student youth, psychological stress, psychological recovery, self-assessment of mental states, neuropsychological stress, socio-psychological adaptation.

УДК 159.944.4-057.875:316.362.3  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.17>

**Яновська Т.А.**

к.психол.н.,  
доцент кафедри психології  
Полтавський національний педагогічний  
університет імені В.Г. Короленка

Студентство є віковим періодом, коли відбувається адаптація до нової соціальної ролі, нових умов навчальної праці, нових вимог, що пред'являються до самоорганізації студентів, роботи особистості над собою, що ґрунтується на новій високого ступеня відповідальності. Для студентського віку характерна наявність стрес-факторів, як-от ситуації екзаменів, періоди соціальної адаптації, необхідність особистісного самовизначення в майбутньому професійному середовищі, що поєднується з періодом влаштування особистого життя. Отже, стресостійкість студента стає ключем до ефективної навчальної діяльності, його успішної адаптації в усіх сферах,

починаючи від адаптації до навчання в закладі вищої освіти, закінчуючи професійною підготовкою у процесі навчально-виробничої практики й остаточному професійному становленні молодого фахівця.

Найважливішим інститутом соціалізації молодого покоління є батьківська сім'я, у якій формуються основи характеру людини, її ставлення до праці, моральних і культурних цінностей. Від того, яка за структурою сім'я, залежать і виховання, і успішна соціалізація дитини. Психологи неодноразово порушують питання про складнощі неповної сім'ї, але її повнота ще не гарантує виховних успіхів. Діти в повних і неповних сім'ях розвиваються за

однаковими біологічними та психологічними закономірностями, ними поширюються ті самі норми виховання. Загальновизнана різниця в тому, що з одного боку більш сприятливі умови розвитку, ніж із другого, що є відносним. Чи приведе життя особистості лише з матір'ю або лише з батьком до позитивного чи негативного результату, залежить від цілої низки чинників. Обсяг напрацювань у рамках досліджуваної теми є достатнім, а вивчення проблеми особливостей стресостійкості студентської молоді було в полі наукового зору в українських і зарубіжних дослідників.

У сучасній психологічній літературі В. Корольчук розглядає стресостійкість як структурно-функціональну, динамічну, інтегративну властивість особистості, як результат процесу зіткнення індивіда зі стресогенним чинником, що уміщує процес саморегуляції, когнітивну репрезентацію, об'єктивну характеристику ситуації та вимоги до особистості [3, с. 175]. Л. Наугольник вважає стресостійкість мірою піддатливості людини стресу, підґрунтям її успішної соціальної взаємодії, якій властиві емоційна стабільність, низький рівень тривожності, високий рівень саморегуляції, психологічна готовність до стресу [4, с. 126]. Г. Дубчак підкреслює, що стресостійкість є також інтегративною властивістю особистості, що характеризується такою взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних і мотиваційних компонентів психічної діяльності людини, які забезпечують оптимальне успішне досягнення мети діяльності у складній емотивній обстановці [2, с. 76]. С. Бужинська наголошує, що стресостійкість забезпечує індивіду можливість витримувати значні розумові, фізичні, вольові й емоційні навантаження, зберігати водночас ефективність функціонування [1, с. 57].

Сучасні вітчизняні та зарубіжні дослідники (М. Білова, І. Волженцева, Т. Генералова, І. Каськов, В. Корольчук, М. Кононова, С. Скляр, Р. Лазарус, Д. Брайт, Дж. Грінберг) [6, с. 28–64] звертають особливу увагу на виявлення детермінант стійкості до психічного стресу, її проявів у навчальній діяльності, а також ролі у професійному становленні молодого фахівця. У багатьох сучасних дослідженнях виявлено види сімейних відносин, які по-різному впливають на розвиток особистості (В. Злагодух, В. Поліщук, Н. Погорільська, Л. Помиткіна, Н. Хімченко). Безпосередню увагу приділено неповній сім'ї у працях В. Белової, М. Кузнецова, К. Маннапової, Л. Помиткіної, Л. Пугач, К. Фоменко [5, с. 135–172].

Після проведення аналізу психолого-педагогічних досліджень підкреслимо, що проблема формування стресостійкості у студентів під час навчання у ЗВО є не досить розкритою та потребує більш детального розгляду.

Нерозкритими залишаються питання стосовно ролі повної та неповної сім'ї в розвитку стресостійкості студентської молоді, що готуються стати майбутніми фахівцями в обраній галузі.

**Мета дослідження** – теоретично вивчити ознаки емоційного стресу у студентів закладів вищої освіти й емпірично дослідити відмінності стресостійкості студентів, які виховувалися в повних і неповних сім'ях.

Емпіричним вивченням особливостей стресостійкості студентів із повних і неповних сімей було охоплено 95 осіб: 40 осіб – студенти з повних сімей (I-а вибірка); 45 осіб – студенти, які виховувалися в неповних сім'ях (II-а вибірка).

У процесі застосування методики «Тест на визначення рівня стресу» (за В. Щербатих) [7, с. 67] констатували, що студенти, які виховувалися в повних і неповних сім'ях, відчувають виражене напруження інтелектуальних, поведінкових, емоційних і фізіологічних систем організму, що виникає у відповідь на стресовий чинник, який не вдалося компенсувати. Так, інтелектуальні ознаки стресу притаманні представникам обох вибірок: I-а вибірка – 42,5%, II-а – 65,4%. Це може проявлятися в переживанні негативних думок, труднощах зосередження, погіршенні показників пам'яті, постійному та безплідному обертанні думок навколо однієї проблеми, підвищеному відволіканні, труднощах ухвалення рішень, тривалих коливаннях у виборі, пасивності, бажанні перекласти відповідальність на когось іншого, імпульсивності мислення, поспішних і необґрунтованих рішеннях.

Показники поведінкових ознак стресу також виражені в обох групах, але у II-й вибірці він домінує (54,8; 28,1%). Це свідчить про наявність у студентів із неповних сімей частіших випадків втрат апетиту або переїдання; значне зростання помилок під час виконання звичних дій; більш швидку уповільнену мову; спостереження тремтіння голосу; збільшення конфліктних ситуацій на роботі або в сім'ї; хронічну нестачу часу; зменшення часу, що приділяється на спілкування із близькими та друзями; наявність елементів антисоціальної, конфліктної поведінки; низьку продуктивність діяльності; більш інтенсивне куріння та вживання алкоголю.

За показниками емоційних симптомів вищий результат спостерігається у II-й вибірці (48,3; 23,9%), що вказує на наявність у її представників частого занепокоєння та підвищеної тривожності, підозрливості, відчуття постійної туги, депресії, підвищеної дратівливості та нападів гніву, зменшення почуття впевненості в собі та задоволеності життям, почуття відчуженості та самотності, частішу втрату інтересу до життя, зниження самооцінки, появу почуття провини або невдоволення собою або своєю роботою.

Показник фізіологічних ознак стресу також вищий за результатом для II-ї вибірки (47,2; 18,7%). Студенти з неповних сімей можуть частіше спостерігати в себе болі в різних частинах тіла невизначеного характеру, головні болі, підвищення або зниження артеріального тиску, прискорений або неритмічний пульс, порушення процесів травлення, порушення свободи дихання, відчуття напруги в м'язах та підвищену стомлюваність, тремтіння в руках, судоми, появу алергії, зниження імунітету.

Звернемо увагу на те, що всі показники вищеназваних ознак стресу домінують у представників студентської молоді, що виховувалися в неповних сім'ях, і це пов'язано, на даному етапі їхнього розвитку, з високим психолого-фізичним навантаженням на студентів, які водночас тривожаться за результати своєї діяльності. Загалом же рівень стресу серед студентів із повних сімей означає, що людина відчуває помірний стрес, який може бути компенсований за допомогою раціонального використання часу, періодичного відпочинку та знаходження оптимального виходу із ситуації, що склалася. Рівень стресу серед студентів із неповних сімей вказує на досить виражене напруження емоційних і фізіологічних систем організму, що з'явилося у відповідь на сильний стресорний фактор, який не вдалося компенсувати.

У дослідженні, за допомогою опитувальника нервово-психічної напруги (за Т. Немчиним) [7, с. 98], отримувалася додаткова інформація про можливий рівень стресових переживань студентів, які виховуються в повних і неповних сім'ях. Серед учасників дослідження встановлено такі результати: студенти з повних сімей мають переважно помірний рівень нервово-психічної напруги (53%), що свідчить про притаманність їм енергійності, володіння високою ефективністю та продуктивністю психічної діяльності, позитивно забарвленого емоційного тла, піднесеного настрою, активності в досягненні власних цілей. Натомість у 42,2% студентів із неповних сімей зафіксовано слабкий рівень нервово-психічної напруги. Це говорить про те, що здебільшого вони не відчувають зрушень у психічній діяльності, яка функціонує у складних ситуаціях без помітного дискомфорту у психічно-фізично-соматичному стані; є більш інертними, практично не «включаються» в екстремальну ситуацію ні мотивами до досягнення мети, ні мотивами до діяльності. Надмірний рівень нервово-психічної напруги встановлено у 37,8% студентів, які виховувалися в неповних сім'ях, тоді як серед студентів із повних сімей цей показник становить 20%. Тобто більшій частині представників другої вибірки та деякій частині студентів першої вибірки властиві ознаки надмірної нервово-психічної напруги, а саме: наявні відчуття

фізичного дискомфорту, які поєднуються з негативним емоційним фоном і зниженням настрою, відчуттям тривоги і неспокою після екстремальної ситуації, а також мають місце розлади психічної діяльності, зокрема уваги, продуктивності пам'яті та логічного мислення у складних ситуаціях, зниження працездатності та зневіра.

З метою дослідження поширених неадаптивних емоційних станів студентів, як-от тривога, фрустрація, агресія, та відповідних їм властивостей особистості – тривожності, фрустрованості, агресивності та ригідності, був обраний тест Г. Айзенка «Самооцінка психічних станів» [7, с. 154].

З'ясовано, що рівень агресивності у студентів із неповних сімей вищий, ніж у студентів, які виховувалися в повних сім'ях. Так, студенти другої діагностичної вибірки мають переважно середній рівень агресивності (60%), однак частка з високим рівнем становить 15,6%. На противагу цим результатам, у студентів, які виховувалися в повних сім'ях, домінує низький рівень (57,5%), а високий рівень становить 10%. Кількість цих же студентів із середнім рівнем – 32,5%. Отже, сімейна ситуація все ж формує поведінку молоді до особистості та позначається на її емоційному стані, зокрема детермінує виникнення агресивної поведінки. Агресія (вербальна чи фізична) може бути способом реагування студентів на зовнішню загрозу, спробою самозахисту в емоційно напружених ситуаціях.

Помітну відмінність спостерігаємо й у показниках тривожності. Студенти, які виховувалися в неповних сім'ях, мають дещо вищі показники рівнів тривожності. Так, серед респондентів другої вибірки з високим рівнем виявлено 33,3% осіб, із середнім – 44,5%, тобто таких опитаних нерідко охоплює відчай, вони потребують емоційної розрядки, заспокоєння. Серед студентів, які виховувалися в повних сім'ях, показники високого рівня тривожності значно нижчі – 20%, а домінує середній рівень – 50%. Низький рівень даної групи опитаних виявлено у 30%.

Рівень фрустрації доповнює отримані показники агресивності, вони теж є вищими у студентів із неповних сімей: високий рівень виявлено у 31,1% осіб, середній – у 40%, низький мають 28,9%. У першій вибірці, серед студентів із повних сімей, домінує низький рівень фрустрації – 55%. Показники ригідності практично не відрізняються в обох вибірках, переважаючи переважно на середньому рівні (відповідно 45 та 51,1%). Це свідчить про те, що студенти з повних і неповних сімей можуть не досить гнучко реагувати на зміни навколишнього середовища, відчувати труднощі в нових умовах, розгубленість і беззахисність, унаслідок чого виникає підвищена вразливість.

Деяким досліджуваним складно працювати з новими людьми, погляди яких відрізняються від їхніх, що зумовлює імпульсивність поведінки та спалахи негативних емоцій.

Отже, студенти з повних сімей у стресових ситуаціях більш схильні проявляти тривожність і ригідність. Студенти з неповних сімей долають стресові переживання за допомогою агресивності та ригідності, хоча в порівнянні з першою групою респондентів у них усі показники за методикою виявилися вищими, тож їхній психологічний стан можна частіше класифікувати як негативний стан нервово-психічної напруги. Це може виявлятися в разі обмеження часу на виконання якогось завдання, їх суб'єктивної складності, у ситуації емоційної чи інтелектуальної напруги під час роботи, у разі занадто високої мотивації та не реалізації задуманого.

З метою дослідження стресостійкості студентів і визначення схильності їх до стресу обрано методику «Тест на визначення стресостійкості особистості» (за В. Семіченко) [7, с. 201]. За результатами методики виявлено три рівні стійкості студентів до стресу для кожної з вибірок і деякі відмінності між ними. Серед студентів із повних сімей із високим рівнем стресостійкості виявлено 45% осіб, із середнім рівнем – 35%, з низьким – 20%. Отже, ця категорія досліджуваних досить свідомо щодо реальності подій і ситуацій, які відбуваються в їхньому житті, вони здатні поводитися з урахуванням знань про себе, формувати чіткі враження про те, що відбувається навкруги. Вони досить добре відчують свій внутрішній стан та інших людей, а тому мають низьку схильність до стресу. У студентів із неповних сімей домінує середній рівень стресостійкості – 44,4% осіб, низький рівень виявлено у 31,1%, а високою стійкістю до стресу володіють 24,5%. Отже, більшість студентів першої вибірки адекватно адаптуються до умов навчання, професійної діяльності та спілкування, уміють регулювати свої самовідчуття, мають належний рівень самоконтролю та самооцінки, що допомагає їм нормалізувати свій психічний стан у разі сильних потрясінь, тобто схильність до стресу не є критичною. Таким чином, студенти, які виховувалися в повних сім'ях, мають вищу стресостійкість і здатні швидше адаптуватися до мінливих умов сьогодення. Студенти першої групи є більш згуртованими в колективі, оскільки звикли до тісної комунікації й інтеракцій. Студенти з неповних сімей здебільшого тримаються осторонь від інших, хоча й не уникають спілкування, прагнуть виділитися, але не досить упевнені в собі.

Дослідження соціально-психологічної адаптації та пов'язаних із цим якостей студентів, які виховувалися у повних і неповних сім'ях, проводилося за допомогою опитувальника К. Роджерса та Р. Даймонда [1, с. 224]. Рівень

соціально-психологічної адаптації студентів із повних сімей вищий, що свідчить про важливість складу сім'ї для психологічного розвитку особистості, зокрема легкості адаптації та соціалізації. З метою формування більш повного уявлення про досліджуване явище також з'ясували середні показники адаптивності у студентів, які виховувалися в повних і неповних сім'ях: найбільш вираженою якістю в респондентів двох вибірок встановлено «самоприйняття» – 67,5% і «емоційну комфортність» – 71,3%, що говорить про домінування у досліджуваних внутрішнього спокою та гармонії із собою. На середньому рівні перебувають такі якості, як «прийняття інших», «адаптація», «інтегральність» (61,3; 65; 65%), а інтегральний показник «прагнення до домінування» виявився на низькому рівні (51,3%). Отже, дослідження соціально-психологічної адаптивності показало, що вищий рівень адаптації мають студенти, які виховувалися в повних сім'ях. Наступним етапом обробки даних за методикою К. Роджерса та Р. Даймонда [7, с. 24–26] стало встановлення статистично значущої достовірності за t-критерієм Стьюдента між двома вибірками студентів за вказаними вище шкалами: адаптація ( $t = 3,15$ ;  $p \geq 0,01$ ); самоприйняття ( $t = 1,25$ ;  $p \geq 0,05$ ); прийняття інших ( $t = 1,06$ ;  $p \geq 0,05$ ); емоційна комфортність ( $t = 3,2$ ;  $p \geq 0,01$ ); інтегральність ( $t = 1,2$ ;  $p \geq 0,05$ ); прагнення до домінування ( $t = 1,04$ ;  $p \geq 0,05$ ). З отриманих даних можна зробити висновок, що в показниках «адаптація» й «емоційна комфортність» результативні значення можна вважати достовірними, що означає наявність студентів із повних сімей, яким притаманні адаптивні здібності й емоційна комфортність на середньому та високому рівні.

Емпіричне вивчення стресостійкості досліджуваних показало, що серед студентів із повних сімей зафіксовано більшу кількість осіб із високим і середнім рівнем стресостійкості, тобто з переважно низькою схильністю до стресу, що говорить про їхнє досить свідоме ставлення до реальності життєвих подій і ситуацій, здатність добре відчувати свій внутрішній стан та інших людей. В опитуваних студентів із неповних сімей домінує середній і низький рівень стресостійкості, що свідчить про некритичну схильність до стресу в перших та значний ризик дезадаптації у стресових ситуаціях в останніх. Отже, студенти, які виховувалися в повних сім'ях, мають значно вищі показники стресостійкості, володіють вищою психологічною опірністю до життєвих стресових ситуацій чи потрясінь, швидше здатні адаптуватися до мінливих умов сьогодення.

Вивчення особливостей соціально-психологічної адаптації студентів, які виховувалися в повних і неповних сім'ях, за такими інтегральними показниками, як адаптація,

самоприйняття, емоційна комфортність, сприйняття інших, інтегральність і прагнення до домінування, вказує на наявність відмінностей між обома вибірками, а саме: загальний вищий рівень соціально-психологічної адаптації в досліджуваних із повних сімей. Цей факт доводить важливість складу сім'ї для психологічного розвитку особистості, зокрема легкості адаптації та соціалізації.

У процесі дослідження емпірично встановлено, що студенти, які виховувалися в повних сім'ях, більш схильні у стресових ситуаціях проявляти тривожність і ригідність. Студенти з неповних сімей долають стресові переживання за допомогою агресивності та ригідності.

Перспектива подальших досліджень полягає у встановленні взаємозв'язку між рівнем стресостійкості й особливостей обрання копінг-стратегій подолання стресу студентами, які виховувалися в повних і неповних сім'ях.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Бужинська С. Стресостійкість студентів як складник успішності навчання у ЗВО. *Габітус*. 2021. № 23. С. 55–59.
2. Дубчак Г. Особливості проявів стресових станів сучасних студентів закладів вищої та професійної освіти. *Psychology of Personality*. 2019. Т. 10. № 1. С. 74–80.
3. Корольчук В. Психологічні детермінанти стійкості особистості до дії стресогенних факторів. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2013. Вип. 14. Ч. I. С. 153–192.
4. Наугольник Л. Психологія стресу : підручник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.
5. Поліщук В. Психологія сім'ї : підручник. Суми : Університетська книга, 2021. 248 с.
6. Афанасенко Л. Психологія стресостійкості студентської молоді. Київ : Видавничий центр НУБіП України, 2018. 198 с.
7. Чала Ю. Психодіагностика : навчальний посібник. Харків : НТУ «ХПІ», 2018. 246 с.

АНАЛІЗ ЕМОЦІЙНИХ ПОРУШЕНЬ ІЗ ПОЗИЦІЇ ТЕОРІЇ ПРИВ'ЯЗАНОСТІ  
ANALYSIS OF EMOTIONAL DISORDERS FROM THE PERSPECTIVE  
OF ATTACHMENT THEORY

У статті здійснено аналіз теорії прив'язаності, котра об'єднує біологічні концепти та соціальні взаємовідносини, ментальну модель особистості та її систему, виокремлено основні потреби та страхи людини. Обґрунтовано та визначено, що надійна прив'язаність зреалізовує найменший показник повноцінного функціонування особистості, тоді як відсутність безпеки фактуалізує у неї психічні розлади. Окрім того, надійна прив'язаність є своєрідним захисним механізмом людини впродовж усього її життя, а емоційне співналаштування є базовою стратегією виживання і процвітання особистості. Зазначено, що безпечний зв'язок – це найкращий орієнтир на шляху до безпеки, здоров'я та добробуту людини, а небезпечна прив'язаність підвищує імовірність депресії та тривожності. Отже, особи з надійним типом прив'язаності здатні пропрацювати неприємні переживання без почуття страху втрати контролю над собою, а відповідні емоції вони адаптивно використовують у досягненні власних цілей та задоволенні потреб. Водночас відсутність безпеки істотно підвищує ризик дезадаптації особистості та спричинює виникнення почуттів самотності, відстороненості та безпорадності. Зокрема, тривожний і тривожно-унікаючий типи прив'язаності мають прямий зв'язок із депресією та різними формами стресових і тривожних розладів, включно з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), obsесивно-компульсивним розладом (ОКР) і генералізованим тривожним розладом (ГТР).

Резюмовано, що теорія прив'язаності глибоко обґрунтовує процес виявлення та впорядкування емоцій, їхню диференціацію та осмислення нових емоційних переживань, які сприяють формуванню конструктивної залежності (емоційний баланс і гнучкість) від інших людей, фактуалізуючи розвиток особистості, а також ефективно творення її життєдіяльності та віднайдіння сенсу життя.

**Ключові слова:** емоції, теорія прив'язаності, надійний тип прив'язаності, тривожний тип прив'язаності, унікаючий тип прив'язаності, тривожно-амбівалентний тип прив'язаності, емоційні порушення, депресія, тривожні розлади.

*The article analyzes the theory of attachment, which combines biological concepts and social relationships, the mental model of the individual and the system, highlighting the basic needs and fears of a person. It has been substantiated and determined that secure attachment realizes the lowest indicator of the person's full functioning, while the lack of security actualizes mental disorders. In addition, secure attachment is a kind of defense mechanism for a person throughout his or her life, and emotional attunement is a basic strategy for the survival and prosperity of a person. It is noted that secure attachment is the best guide to human safety, health, and well-being, and insecure attachment increases the likelihood of depression and anxiety. Therefore, people with secure attachment are able to work through unpleasant experiences without fear of losing control, and use the corresponding emotions adaptively to achieve their own goals and meet their needs. At the same time, insecurity significantly increases the risk of personality maladjustment and leads to feelings of loneliness, detachment, and helplessness. In particular, anxious and anxiety-avoidant types of attachment are directly related to depression and various forms of stress and anxiety disorders, including post-traumatic stress disorder (PTSD), obsessive-compulsive disorder (OCD), and generalized anxiety disorder (GAD).*

*It is summarized that the theory of attachment deeply substantiates the process of identifying and organizing emotions, their differentiation and comprehension of new emotional experiences that contribute to the formation of constructive dependence (emotional balance and flexibility) on other people, actualizing the development of the individual, and thus the effective creation of his or her life and finding the meaning of life.*

**Key words:** emotions, attachment theory, secure type of attachment, anxious type of attachment, avoidant type of attachment, anxious-ambivalent type of attachment, emotional disorders, depression, anxiety disorders.

УДК 159.942:159.99  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.18>

**Бамбурак-Кречківська Н.М.**

к.психол.н.,  
доцент кафедри практичної психології  
Комунальний заклад Львівської  
обласної ради «Львівський обласний  
інститут післядипломної педагогічної  
освіти»

**Бригадир М.Б.**

к.психол.н.,  
доцент кафедри психології  
та соціальної роботи  
Західноукраїнський національний  
університет

**Актуальність теми дослідження.** Неможливо уявити наше життя без емоцій, які сприяють різноманіттю переживань впродовж усієї життєдіяльності людини, адже вони не є ірраціональною реакцією або просто почуттями, які супроводжують думки, мислення особи. Імовірно, це система високого рівня, котра складається із усвідомлення вроджених потреб, цілей та сприйняття зворотного зв'язку від

оточення, а також прогнозування можливих наслідків відповідних вчинків особистості. Низка дослідників вважає, що без емоцій індивідуум не зміг би ухвалювати рішення, володіти інтуїцією, відчувати радість, захоплення, здивування, лють, відчай, тривогу тощо [3; 4; 7]. Інші науковці вважають, що емоції є основою для самосвідомості особистості, котра витрачає чималу частину свого життя на те,



щоб викликати позитивні почуття, але водночас уникає тих емоцій, які задіюють негативні відчуття. Отже, емоції не статичні, а залежать від первинного стану людини та можуть посилюватися, не маючи безпосереднього зв'язку з конкретною життєвою ситуацією.

Нові концепції та підходи до розуміння емоцій допомагають працювати з ними більш ефективно [9; 11]. Зокрема, дослідниця Л. Барретт окреслює відмінності між тим, як різні люди переживають, сприймають і розуміють емоції, називаючи даний процес диференціацією емоційного досвіду (гранулярністю) [11] та обґрунтовуючи її так: особи, які висловлюють емоції з високою точністю в стресових ситуаціях, менш схильні до негативних стратегій саморегуляції (агресії, самоушкодження або надмірного вживання алкоголю, наркотичних речовин). Вони також демонструють меншу реакцію нейронів у ситуаціях відкидання. Зазвичай такі емоційні порушення, як тривожність і депресія, в таких людей мають менш виражений характер, позаяк пригнічення, уникнення емоцій або ж зациклення на них пов'язані з цілою низкою психологічних розладів, зокрема з тривожними та депресивними станами. У більш адаптивних стратегіях, а саме прийнятті емоцій (незалежно від ситуацій та подій) та їхньої переоцінки, такого зв'язку не спостерігається [2]. За таких обставин в осіб з діагностованим великим депресивним розладом і соціальною тривожністю набагато менше здатностей диференціювати емоції. Невміння керувати ними постійно ускладнює, негативно трансформує взаємодію з іншими людьми, заактуалізовуючи відчуття неконтрольованості власних почувань, спричинюючи розвиток емоційних порушень (апатичних, тривожних, депресивних станів тощо).

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Сучасні науковці в галузі соціальної психології, психології здоров'я, нейробіології та клінічної психології підкреслюють, що центральним аспектом дослідження є людина як соціальний вид, для якого життєво необхідні взаємостосунки та взаємозв'язки. Упродовж усього життя потреба у спілкуванні з іншими людьми формує нервову систему людини, зумовлює її реакцію на стрес, організовує повсякденне емоційне життя і визначає ситуації міжособистісної взаємодії, що детермінує прямий зв'язок емоційного почування особистості з системою прив'язаності. На сьогодні теорію прив'язаності можна вважати основою уніфікованого підходу у психології особистості та психотерапії [3; 4], яка дає змогу сформулювати єдиний підхід до широкого спектру психологічних розладів та емоційних порушень. Так, емоції є частиною біологічної, вродженої та зорієнтованої на виживання системи прив'язаності, котра організовує внутрішній світ особи-

стості та вибудовує взаємовідносини з іншими людьми. За таких обставин теорія прив'язаності надає емоціям основне місце в зміні особистості, а саме вміння керувати емоціями та створювати власний емоційний баланс. Зокрема, у рамках цієї теорії людина досліджується не тільки як соціальна істота, але також і як *Homo vinculum* – «людина, яка прив'язується» [4]. Теорія прив'язаності вивчає розвиток особистості, здатність її до адаптації та чинники, які блокують або підживлюють цю здібність. Дане вчення зацентровує увагу на взаємовідносинах із людьми, які заслуговують на довіру, як на екологічній ніші, в якій розвивалися мозок, нервова система та основні поведінкові патерни людини, адже ключовим аспектом ментального здоров'я і благополуччя вважається можливість впоратися зі страхами та уміння підвищити особистісну стабільність, а отже, й життєстійкість. Розглянемо основні принципи теорії прив'язаності.

1. Фізична та емоційна близькість посідає перше місце в ієрархії цілей та потреб людини від її народження і до самої смерті. Найгостріше особистість усвідомлює її в ситуаціях ризику, болю, загрози або невизначеності, тому утворюється взаємозв'язок з іншими, бо система прив'язаності необхідна для відчуття комфорту.

2. Емоційний баланс сприяє розвитку цілісного, позитивного і впевненого самовідчуття та здатності перетворювати внутрішній досвід на єдину цілісну систему. Саме так створюється міцний зв'язок, який формує позитивні моделі джерел підтримки від близьких людей.

3. Безпечний зв'язок з іншими людьми (ефективна залежність) – єдиний ресурс, джерело сили та спокою. Водночас заперечення потреби в прив'язаності та псевдосамодостатність послаблюють людину.

4. Емоційна та фізична розлука з суб'єктами прив'язаності травмує людину, розвиває загострене почуття не тільки вразливості та відчуття небезпеки, а й безпорадності.

5. Безпечний зв'язок визначає ключові взаємодії в близьких взаємостосунках і те, як люди перекодовують патерни поведінки в ментальні моделі або типові реакції. Відчуття загальної надійності зв'язку – це не стала риса характеру, а змінюється за появи нових переживань, які дають змогу переглянути когнітивні робочі моделі прив'язаності (очікування, що провокують автоматичні упередження, епізодичні спогади, переконання та установки, а також імпліцитні уявлення про те, як поводитися у взаємовідносинах) та пов'язані з ними стратегії управління емоціями [6].

6. Безпечна прив'язаність сприяє комфортному сприйняттю іншої особи та своєї потреби в ній. Основна стратегія в цьому випадку – визнання потреби в прив'язаності та відповід-

ній взаємодії, спрямованій на встановлення або підтримку контакту з об'єктом прив'язаності. Така ефективна стратегія заактуалізовує алгоритм боротьби зі стресом та готовність до труднощів упродовж усього життя [5].

7. Вторинні моделі та стратегії активізуються із втратою почуття безпеки і можуть набувати форми надмірної обережності, гіперактивності або тривоги у взаємодії з іншими людьми, форми стримування емоцій прив'язаності або уникнення, відкидання та патологічної пасивності. Однією з таких моделей є тривожно-амбівалентний тип прив'язаності, який характеризується надмірною чутливістю до будь-яких вербальних та невербальних дій від значимих осіб та стрімкою відповіддю-атакою (скорочення дистанції, отримання підтримки, повернення уваги). Наступна модель – уникнення – це своєрідна втеча, щоб мінімізувати фрустрацію і стрес шляхом дистанціювання від значимих інших, які видаються небезпечними, байдужими, тому потреба в прив'язаності зводиться до мінімуму, а основою життєдіяльності особистості стає нав'язлива впевненість (довіряти можна лише собі), яка обмежує можливість обирати та здатність конструктивно взаємодіяти з іншими людьми. Окрім того, вчені виокремлюють третій тип прив'язаності – дезорганізований (у дітей) або тривожно-унікаючий (у дорослих), який спричинює особливо високий рівень стресу у взаємовідносинах [4]. Особа потрапляє в парадоксальну ситуацію, коли партнер одночасно є джерелом страху та способом від нього захиститися.

Систематичні дослідження практично завжди взаємопов'язують безпечну прив'язаність із загальним благополуччям та позитивними показниками психічного здоров'я особистості [4; 10], основними характеристиками якого є стресостійкість, впевненість та самоповага, самоаналіз, оптимізм, висока самооцінка, толерантність, почуття приналежності та здатність розкриватися й самостверджуватися, стійкість при невизначених подіях та травматичних ситуаціях, уміння керувати складними емоціями, рефлексувати тощо [2]. Отже, у міжособистісних відносинах маніфестується емпатія, чуйність, співпереживання, толерантність, схильність до альтруїзму. Окрім того, емоційно стійкі особистості краще усвідомлюють потреби в турботі інших, приділяючи їм більше уваги та ресурсів. І навпаки, люди з тривожним типом прив'язаності надто зайняті власним стресом або пропонують турботу, яка не відповідає потребам іншої людини. Ті, хто уникає, ігнорують власні потреби та потреби інших людей, висловлюють менше емпатії та майже не надають підтримки.

У своїх дослідженнях К. Роджерс і Дж. Боулбі вважали, що людям властиве вроджене прагнення до зцілення, а образ психічного здоров'я,

який окреслює наука про прив'язаність, узгоджується з «екзистенціальним способом життя» [4]. Основними характеристиками повноцінної особистості, за К. Роджерсом, є організмична довіра (уміння дослухатися до внутрішніх відчуттів і керуватися ними в життєдіяльності), емпірична свобода (здатність активно обирати різні напрямки дій та нести відповідальність за цей вибір) і креативність (гнучкість і відкритість до прийняття нового та розвитку), які виникають з надійного і безпечного зв'язку з іншими людьми.

Значна кількість досліджень підтверджує те, що відсутність довірливих взаємовідносин обмежує і бентежить людину. Наприклад, свідоме відчуженість особистості (спостерігається в осіб з комплексом меншовартості) перешкоджає прояву креативності під час розв'язання проблем навіть у тих ситуаціях, які сприяють позитивним емоціям та спокійному вивченню даної події [8]. Індивіди зі схильністю до уникнення ігнорують сигнали про можливість безпечного свідомого контролю, а тривожні особи реагують на позитивні передумови обмежено, не довіряючи сигналам про те, що небезпека відсутня. Схильні до уникнення особи більше спрямовані на взаємодію з собою, ніж на виконання завдань, тому їм надто складно визнавати помилки і переглядати свої рішення або плани. Ірраціональні переконання і страх бути відкинутими, що спостерігаються у схильних до тривожності людей, також перешкоджають повністю сконцентруватися на виконанні завдань [1]. Ці свідчення суперечать усталеним уявленням про те, що достатньо сприймати людину як єдине ціле, відокремлюючи її від соціальних взаємозв'язків, щоб проникнути в її свідомість, проаналізувати і впливати на неї.

Слабке почуття прив'язаності асоціюється з порушеннями в питаннях ментального здоров'я загалом і розвитком депресії та тривожного розладу особистості зокрема. Принцип мультифінальності (коли одного й того ж результату можна досягти різними способами) свідчить про те, що в людини з відповідним типом прив'язаності та певним континуумом у царині тривожності чи уникання розвинуться одні симптоми, тоді як в іншій за ідентичних умов спостерігатимуться протилежні. На розвиток порушень впливають приховані фактори ризику (віддаленість від батьків), явні фактори ризику (методи управління емоціями), проміжні фактори (характер актуальних взаємовідносин і постійний стрес) [1; 4]. Послідовники теорії прив'язаності вважають, що прив'язаність унікаючого типу спричинена зовнішніми чинниками (зловживання психоактивними речовинами, антисоціальний розлад), а також що існує явний взаємозв'язок між тривожною та страхом через невпевненість в близь-

ких взаємовідносинах і внутрішні порушення (депресію, тривожний розлад і посттравматичний розлад) [4]. Дж. Боулбі припускав, що клінічні стани оптимально розглядати як варіант порушення здорової реакції на ситуацію [3]. Занурення в себе і відмова від дій можуть бути функціональним відгуком у нестерпній або небезпечній ситуації, коли людина почувається вкрай вразливою. Автор також пояснює, що люди, які перебувають у депресії, зазвичай описують свій стан за допомогою таких прикметників: самотній, непотрібний, безпорадний. Втрата, невдача і самокритика деморалізують та створюють підґрунтя для депресії. Байдуже, що слугує передумовою, але взаємовідносини вибудовуються паралельно до моделі депресії, запропонованої К. Хамменом: інтрапсихічний відгук і міжособистісна дисфункція підживлюють, підтримують та посилюють одне одного [7]. Схильність до депресії, зумовлена особистісним досвідом, стресом, негативним сприйняттям себе та інших, формує дезадаптивну міжособистісну взаємодію, що руйнує взаємовідносини та посилює депресивний стан. Подібна ситуація характерна і для тривожності, але тривожний розлад не призводить до втрати позитивних емоцій, як депресія, а натомість спостерігається збудження та підвищена чутливість до небезпеки [2]. Тривога попереджає людину про можливу небезпеку і запускає захисні механізми. За таких обставин вона може бути надзвичайно корисною та збільшити продуктивність життєдіяльності особистості, але якщо сигналізація постійно працює на повну потужність, тривога підживлює сама себе і запускає процес руйнування, перетворюючись на проблему. Існує чотири базові елементи дисфункціональної тривоги [3; 4], а саме:

1) сильні негативні емоції, що часто виникають, відсутність чіткого механізму прийняття таких емоцій;

2) постійна необ'єктивність під час опрацювання інформації, нетерпимість у ставленні до невизначеності та подвійності ситуації (також характерно і для депресії);

3) уникнення під час взаємодії з емоціями, пригнічення негативних почувань (їх розглядають як неконтрольовані та нестерпні) застосування зворотний ефект, а саме загострення або підживлення негативних емоцій та фізіологічного тону. Уникнення називають криптонітом усіх психічних розладів, оскільки воно перешкоджає коригувальному досвіду та парадоксальним чином загострює чутливість особистості до того, чого вона прагне уникнути. При генералізованому тривожному розладі занепокоєння або нестримні пориви можуть розглядатися як способи уникнення тривоги та депресивних симптомів, які підтримують постійне уникнення взаємодії [1; 2];

4) узагальнення всіх негативних реакцій під поняттям страху – «страх страху» (особливо яскраво виражений при панічних розладах). На його інтенсивність, тривалість і наслідки впливає інтерпретація негативного досвіду. Схильність до тривожності, зреалізована в загостреному відчутті та перебільшенні загрози або небезпеки, розвиває депресію та тривожні розлади [4].

Таким чином, важливе значення має сприйняття досвіду. Стрижневою характеристикою є не просто частота негативних емоцій, а те, як людина долає тривожність або погані настрої, адже те, яким чином особистість сприймає негативні почування та реагує на них, призводить до їхнього загострення і збереження в умовах тривожних розладів і депресії. Негативне сприйняття та опрацювання неприємних емоцій породжує замкнене коло, яке створює умови для подальших страждань. У таких різних тривожних та емоційних розладів є багато спільних рис. Ці схожі аспекти, зокрема питання, пов'язані з регулюванням емоцій, і чинники, що впливають на процес взаємодії, спільні для обох станів та описані Д. Барлоу в уніфікованому протоколі, що стосується емоційних розладів. Дана модель детально відображає загальну структуру тривожності та депресії [1] та демонструє, як їх можна об'єднати в одну загальну категорію – негативний емоційний розлад. Науковець, як і низка вчених, котрі досліджували прив'язаність, обґрунтовує те, що загострене відчуття невизначеності та відсутності контролю може бути пов'язане з функціонуванням мозку, який раніше вже опрацьовував несприятливий досвід або використовував набутий прийом, який демонструється в різних випадках і спричинює різні види тривожності та перепади настрою [2]. Подібні проблеми розглядаються як менш небезпечні варіації серйознішого синдрому – негативного емоційного розладу, загальний опис якого збігається з лаконічною точкою зору у теорії прив'язаності.

Отже, система прив'язаності допомагає зрозуміти теоретичну модель розвитку особистості та принципи формування міжособистісних взаємовідносин, де ставиться акцент на почуттях та емоційному досвіді, які в свою чергу стають джерелом змін. Емоційний баланс і гнучкість – це елементи конструктивної залежності, а почуття особистості – найпотужніший стимул і рушійна сила процесу змін. Унікальний імпульс, який утворюється внаслідок апеляції до емоцій, а також незабутнє враження від скоригованого емоційного досвіду стає джерелом мотивації до активної життєдіяльності особистості. Інтеграція внутрішнього самовідчуття і міжособистісних контактів завжди формує систему міжособистісних стосунків. Дуже важливо усвідомити причинно-на-

слідковий зв'язок як замкнутий і започаткований на певних моделях процес. Довгострокові зміни завжди пов'язані з інтрапсихічним станом і міжособистісним спілкуванням, тобто моделі вчинково-поведінкових патернів особистості впливають на уявлення людини про себе та зреалізують відповідні реакції та дії. Фокус на ключових моментах екзистенціальної реальності є можливістю розв'язувати ключові життєві завдання, а саме: як впоратися із небезпеками, які виникають впродовж життя, включно з емоційною ізоляцією, фізичною й емоційною вразливістю, неминучістю втрат і суїцидальними думками, а також питаннями, що пов'язані із самореалізацією та пошуком сенсу життя. Отже, у рамках теорії прив'язаності обґрунтовується те, що соціальні зв'язки сприяють розв'язанню труднощів, які виникають, тому ізоляція для людини – це справжня екзистенціальна травма.

**Висновки та перспективи подальших розвідок.** Теорія прив'язаності є обґрунтованою системою розвитку особистості, пріоритетом якої є уміння керувати емоціями та творення безпечного взаємозв'язку з іншими. Даний підхід об'єднує біологічні концепти та соціальні взаємовідносини, ментальну модель особистості та її систему. Виокремлюються основні потреби та страхи людини. Надійна прив'язаність зреалізовує найменший показник повноцінного функціонування особистості, тоді як відсутність безпеки заaktuалізує психічні розлади особистості. Надійна прив'язаність є своєрідним захисним механізмом людини упродовж усього її життя, а емоційне співналаштування є базовою стратегією виживання і процвітання особистості. Безпечний зв'язок – це найкращий орієнтир на шляху до безпеки, здоров'я та добробуту людини. Небезпечна прив'язаність підвищує імовірність виникнення депресії та тривожності. Конкретні прояви цього процесу персональні. Люди з надійним типом прив'язаності здатні пропрацьовувати неприємні переживання без почуття страху втрати контролю над собою, а відповідні емоції вони адаптивно використовують у досягненні власних цілей та задоволенні потреб. Водночас відсутність безпеки істотно підвищує ризик дезадаптації. Зокрема, тривожний і тривожно-уникаючий типи прив'язаності мають прямий зв'язок із депресією та різними формами стресових і тривожних розладів, включно з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), obsесивно-компульсивним розладом (ОКР) і генералізованим тривожним розладом (ГТР). У низці досліджень обґрунтовується вчення про те, що для тривожного типу

прив'язаності характерні депресивні переживання з почуттям втрати, самотності, відкинутості та безпорадності, підвищений рівень критичності до себе, перфекціонізм, компульсивна самостійність та порушення поведінки.

Таким чином, теорія прив'язаності глибинно обґрунтовує процес виявлення та впорядкування емоцій, їхню диференціацію та осмислення нових емоційних переживань (конструктивне управління емоціями), які сприяють формуванню конструктивної залежності від інших людей, заaktuалізовуючи розвиток особистості, а також ефективно творення її життєдіяльності та віднайдення сенсу життя.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Unified protocol for transdiagnostic treatment of emotional disorders / D.H. Barlow, T. Farchione, C. Fairholme, K. Ellard, C. Boisseau, Allen L. New York : Oxford University Press. 2011. 27 p.
2. The nature, diagnosis and treatment of neuroticism: Back to the future / D.H. Barlow, C.J. Sauer-Zavala, J. Bullis, K. Ellard. *Clinical Psychological Science*. 2014. Vol. 2. P. 344–365.
3. Bowlby J. Attachment across the lifespan. New York : Routledge. 1991. P. 293–297.
4. Bretherton I. The origins of attachment theory: John Bowlby And Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*. 1992. Vol. 28. P. 759–775.
5. Changes in relationship specific romantic attachment in emotionally focused couple therapy / M. Burgess Moser, S.M. Johnson, G. Tasca, S. Wiebe. *Journal of Marital and Family Therapy*. 2015. Vol. 42. P. 231–245.
6. Attachment-based family therapy: a review of empirical support / G. Diamond, J. Russon, S. Levy. *Family Process*. 2016. Vol. 55. P. 595–610.
7. Hammen C. The social context of risk for depression. In K. Craig & K. Dobson (Eds.). *Anxiety and depression in adults and children*. Los Angeles : SAGE. 1995. P. 82–96.
8. The role of family context in the development of emotion regulation / A. Morris, L. Steinberg, J. Silk. *Social Development*. 2007. Vol. 16. P. 361–388.
9. Young M., Riggs S., Kaminski P. Role of marital adjustment in associations between romantic attachment and coparenting. *Family Relations*. 2017. Vol. 66. P. 331–345.
10. Shaver. Parents self-reported attachment styles: A review of the link with parenting behaviors, emotions and cognitions / J.D. Jones, J. Cassidy, P.R. *Personality and Social Psychological Review*. 2015. Vol. 19. P. 44–76.
11. Unpacking emotion differentiation: Transforming unpleasant experience by perceiving distinctions in negativity / T.B. Kashdan, L. Feldman Barrett, P.E. McKnight. *Current Directions in Psychological Science*. 2015. Vol. 24. P. 10–19.

## ОСОБЛИВОСТІ РІВНЯ АДЕКВАТНОСТІ САМОСВІДОМОСТІ В ПІДЛІТКІВ У ДІАПАЗОНІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НОРМИ – АКЦЕНТУАЦІЇ

### FEATURE OF SELF-AWARENESS LEVEL IN ADOLESCENTS WITHIN THE RANGE OF PSYCHOLOGICAL NORM AND ACCENTUATION

Стаття присвячена аналізу результатів застосування методів психокорекції до підлітків, які відносяться до конституційно-психотипологічної особистісної мінливості. Ми використали два ключових підходи – особистісно орієнтовану психотерапію та транзактний аналіз – з метою вивчення їх впливу на особистісну динаміку підлітків. Перша частина статті присвячена аналізу особливостей самовідносин та змінених образів «Я» у підлітків з конституційно-психотипологічною мінливістю. Дослідження показало, що використання специфічних когнітивних стратегій захисту сприяє формуванню адаптивних особистісних позицій, які сприяють підтримці позитивної самооцінки та збереженню цінності «Я».

У другій частині статті розглядаються результати застосування особистісно орієнтованої психотерапії та транзактного аналізу. Проаналізовано чотири етапи психотерапевтичного процесу, спрямовані на вдосконалення самосвідомості підлітка, переходу між різними особистісними станами, адаптації до міжособистісних відносин та перетворення сценаріїв життя. Виявлено, що ці підходи дозволяють змінювати структуру самовідносин та сприяють виробленню позитивних життєвих позицій у підлітків.

У третій частині статті обговорюється позитивний вплив відновлення адекватної самосвідомості на сімейні відносини. Зазначається, що підлітки з більш адекватною самосвідомістю стають стабілізаторами сімейної динаміки, їхні здатності розуміти та співпереживати переживання батьків важливі для сімейної гармонії, особливо в умовах, коли батьки перебували у стресових ситуаціях.

У завершальній частині статті підкреслюється значущість адекватної самосвідомості як критерію успішності психотерапевтичних втручань. У висновках наголошується на перспективах використання особистісно орієнтованої психотерапії та транзактного аналізу у практиці педагогів, психологів та вихователів, що сприятиме ефективному розвитку підлітків та підтримці сімейного благополуччя.

**Ключові слова:** підлітки, психокорекція, особистісно орієнтована психотерапія, транзактний аналіз, самосвідомість.

Our study is dedicated to the analysis of psychocorrection methods' outcomes applied to adolescents with constitutional-psychotypological variability. We employed two primary approaches: person-centered psychotherapy and transactional analysis, aiming to explore their impact on adolescents' personal dynamics. The first section of the article scrutinizes peculiarities of self-relations and altered self-concepts in adolescents with constitutional-psychotypological variability. The research demonstrates that the use of specific cognitive defense strategies contributes to the formation of adaptive personal positions, fostering positive self-esteem and preserving self-worth.

The second part of the article examines the results of employing person-centered psychotherapy and transactional analysis. Four stages of the psychotherapeutic process are analyzed, aimed at enhancing adolescents' self-awareness, transitioning between different personal states, adapting to interpersonal relationships, and transforming life scripts. These approaches enable restructuring of self-relations and promote the development of positive life orientations in adolescents.

The third section of the article discusses the positive influence of restoring adequate self-awareness on family relationships. Adolescents with more balanced self-awareness become stabilizers of family dynamics, as their ability to understand and empathize with parents' experiences proves vital for family harmony, especially during parental stress.

In the final part of the article, the significance of adequate self-awareness as a criterion for the success of psychotherapeutic interventions is underscored. The conclusions emphasize the prospects of implementing person-centered psychotherapy and transactional analysis in the practice of educators, psychologists, and caregivers, facilitating effective adolescent development and supporting family well-being.

**Key words:** adolescents, psychocorrection, person-centered psychotherapy, transactional analysis, self-awareness.

УДК 159.923.2  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.19>

**Большакова А.М.**

д.психол.н., професор,  
завідувач кафедри педагогіки,  
психології та філології  
Харківська державна академія культури

**Віденєєв І.О.**

к.психол.н., доцент,  
доцент кафедри педагогіки, психології  
та філології  
Харківська державна академія культури

**Вступ.** Використовуючи характеристики самосвідомості для об'єктивізації ефективності психотерапії, психокорекції, необхідно згадати феноменологію духу Гегеля, який стверджував, що самосвідомість є єдиним способом існування людини. Філософський аспект аналізу самосвідомості пов'язаний із виявленням її гносеологічної сутності, з'ясуванням її співвідношення з об'єктивним буттям особистості. З іншого боку, даний аспект передбачає визначення поняття «свідомість», яке сприймається як виділення суб'єктом себе як носія певної активної позиції стосовно

світу. Виділення себе, ставлення до себе, оцінка своїх можливостей, які є необхідним компонентом будь-якої свідомості, утворює різні форми цієї специфічної характеристики людини, що називається самосвідомістю.

З філософського погляду самосвідомість – це різноманітні форми і рівні самопізнання, самооцінка та самоконтроль. Самосвідомість передбачає зіставлення себе з прийнятим даною людиною ідеалом «Я», винесення деякої самооцінки і, як наслідок, виникнення почуття задоволення або незадоволення собою, що є основою життєвої позиції

особистості з точки зору теоретичних основ психотерапії.

Уявлення про самосвідомість як складну динамічну єдність знання та відносини інтелектуального та афективного поділяли та розвивали у вітчизняній та зарубіжній психології представники найрізноманітніших психологічних шкіл, серед яких – С.Д. Максименко, С.П. Бочарова, О.В. Землянська, Л.С. Виготський, О.М. Леонтьєв, С.Л. Рубінштейн, В.М. М'ясищев, Б.В. Зейгарник, О.О. Бодальов. Звернення до самосвідомості як аспекту свідомості дозволило Л.С. Виготському розглянути розвиток рефлексії в онтогенезі, тобто вивчити передумови появи у підлітковому віці самосвідомості як вищого етапу розвитку свідомості.

В умовах сучасного тривалого соціально-інформаційного стресування під час війни з росією у частини підлітків формується стійкий негативний психоемоційний стан, коли складається негативна когнітивна триада, яка перешкоджає повноцінному розвитку самосвідомості підлітка.

Негативна триада складається з трьох основних когнітивних патернів, що детермінують ідіосинкразичне ставлення підлітка до себе, власного майбутнього та свого поточного досвіду, до людей, що його оточують. Перший компонент триади залежно від структури особистісного психотипу може бути пов'язаний із негативним ставленням підлітка до власної персони (наприклад, шизоїдна, сенситивно-шизоїдна структура особистості). Другим компонентом когнітивної триади є схильність до негативної інтерпретації свого поточного досвіду взаємодії з мікро-, макро-соціумом (наприклад, істероїдна структура особистості). Третій компонент триади пов'язаний з негативним ставленням до свого майбутнього (наприклад, циклоїдна структура особистості та спад рівня гіпотимії, дистимічних переживань). Звертаючи погляд у майбутнє, підліток бачить там лише нескінченну низку тяжких випробувань та страждань. Таким чином, самосвідомість є найвищою властивістю особистості, що дозволяє погодитися з К. Ясперсом про правомірність та необхідність використання двох видів терапії. Насамперед, необхідна апеляція до буття особистості. Досягнення вищого рівня самопізнання може призвести до послаблення та зникнення патологічних механізмів, коли ці механізми детерміновані невідповідністю між внутрішнім ритмом психічного життя людини та її екзистенційними можливостями. Чим більше методи та техніки психотерапії звернені до цілісної особистості, а не адресовані до будь-якої однієї сторони психічної або нервової діяльності, тим вищою є результативність психотерапії, психокорекції.

У зв'язку з цим одними з найбільш актуальних та прийнятних психокорекційних методів для підлітків, які звернені до «цілісної особистості», можна вважати особистісно орієнтовану психотерапію та транзактний аналіз.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Мета дослідження – визначення рівня адекватності самосвідомості у підлітків з циклоїдною структурою психотипу для вирішення питання про можливість та необхідність застосування психокорекційних впливів по відношенню до особистості.

В емпіричному дослідженні брало участь 246 підлітків віком 13–16 років чоловічої та жіночої статі. У суцільній вибірці піддослідних виділено феноменологічний та експериментально-психологічний конституційний континуум у вигляді таких діапазонів, як психологічна норма-акцентуація, прикордонна аномальна особистість (ПАЛ), патологічна психічна конституція (психопатія), з наступним виділенням 54 підлітками особистісного психотипу. Визначення приналежності підлітків до діапазону норми та структури психотипу проводилося за результатами аналізу біографічного методу та патохарактерологічного діагностичного опитувальника (ПДО). Отже, використання методу ПДО з суб'єктивною шкалою, що адекватно характеризує самооцінку підлітка в різні моменти його життєдіяльності, дозволить, з одного боку, уточнити рівень неадекватності в саморегуляції поведінки, відображаючи вираженість або схильність до аномальної девіантної поведінки і, з іншого, об'єктивізувати ефективність психологічних чи педагогічних впливів на особистість підлітка і відзначити, якщо вона матиме місце, диференційованість у регуляції поведінки.

Основною методикою об'єктивізації психотипологічної мінливості підлітків виступив спеціально розроблений психолого-діагностичний комплекс, зокрема методика визначення рівня невротизації та психопатизації – УНП (Є.В. Бажин, І.Б. Ласко), клінічний опитувальник оцінки невротичного стану (К.К. Яхін, Д.М. Менделевич), шкала тривоги Тейлора, особистісний опитувальник Айзенка, патохарактерологічний діагностичний опитувальник А.Є. Лічко.

Спеціалізована психологічна допомога включала порівняльне застосування методів та технік транзактного аналізу та особистісно орієнтованої терапії. Результати порівняльного психологічного дослідження всіх піддослідних зазнали суцільної математичної обробки з використанням критерію Х-квадрат (К. Браунлі). Ми керувалися нульовою гіпотезою, що жодних відмінностей між піддослідними порівнюваних груп не існує. Крім того, для математичної обробки ми використали дискримінантний аналіз.

Предмет дослідження – особливості само-свідомості у підлітків з циклоїдною структурою психотипу.

Порівняльний експериментально-психологічний метод обстеження з подальшою обробкою отриманих результатів за допомогою непараметричної математичної статистики у вигляді дискримінантного аналізу групи підлітків з циклоїдною структурою особистості психологічного діапазону норми-акцентуації дозволив виділити групу 1 з адекватним рівнем самосвідомості – 24 підлітка із недостатньо адекватним рівнем самосвідомості.

Результатом психолого-математичного аналізу стала лінійна дискримінантна функція, що дозволяє виділяти із загальної кількості підлітків, що належать до циклоїдного психотипу конституційно-континуального діапазону норми-акцентуації, підгрупи з адекватним і недостатньо адекватним рівнями розвитку самосвідомості. Лінійна дискримінантна функція як диференційно-діагностична шкала виглядає так:

$$Y = -3,143X + 7,738X_2 + 8,445X_3 + 35,295X_4 + 30,731X_5 - 2,543X_6 - 0,510X_7 - 2,669X_8 - 2,667X_9 + 38,210X_{10} - 92,506X_{11} + 4,429X_{15} - 21,609X_{16} - 34,739X_{17} + 4,976X_{18},$$

де  $X$  є конкретним арифметичним значенням відповідного психологічного показника. Якщо після підстановки арифметичних показників у дискримінантну функцію сумарне значення буде більшим від дискримінантного індексу  $R$ , то результати даного обстежуваного слід віднести до представників групи 1, тобто до підлітків-акцентуантів з адекватним рівнем самосвідомості.

Якщо значення  $Y$  буде менше  $R$ , то результати ми віднесемо відповідно до обстежених групи 2 – підлітків-акцентуантів з повністю адекватним рівнем самосвідомості. Не можна оминути те, що відсоток помилкової діагностики дорівнює нулю. Це підтверджує високу достовірність результатів та адекватність вибору психологічних та особистісних опитувальників для обстеження.

Результати дискримінантного аналізу дозволили виділити особливе взаємопоєднання психологічних маркерів з їхньою питомою вагою, що відображає внесок у диференціацію, характерних для проведення диференціальної психологічної діагностики та виділення підлітків з адекватним рівнем самосвідомості (група 1): схильність до емансипації – 17,5%, до делінквентності – 75%, помірно виражений показник рівня особистісно конституційної тривоги – 28,4%. Підлітки з циклоїдною структурою психотипу, але адекватним рівнем самосвідомості відрізняються лише тенденцією до емансипації, психологічною схильністю до алкоголізації, делінквентності, що відображає напруженість конституційних пси-

хотипологічних механізмів особистісної компенсації і поведінкової адаптації під контролем інших. Подібне поєднання психологічних маркерів відображає можливість підлітків гідно та розумно для свого віку виявити ознаки емансипації, психологічної схильності до делінквентності, позначити для однолітків перспективи своїх психологічних можливостей, зовні не особливо відрізняючись від них. При цьому зберігається повний контроль самосвідомості над своїми переживаннями та стереотипом поведінки.

З іншого боку дискримінантної площини в тривимірному просторі розташовуються психологічні результати підлітків з неповністю адекватним рівнем самосвідомості, коли виявляється інше поєднання маркерів, що беруть участь у диференціації: індекс  $B$  – мінімальна мозкова недостатність (-13%), шкали астенії (-19%), істерії (-185%), невротичної депресії (-64%), тривоги (-43%), показники рівня невротизації (-28,1%), рівня психопатизації (-26%), екстраінтроверсії (-11,3%), невротичної тривожності (-129,3%). Узагальнюючи та аналізуючи результати психологічної диференціальної діагностики рівня самосвідомості у підлітків, можна стверджувати, що найбільш різноманітні поєднання психологічних диференціальних показників властиві циклоїдним акцентуантам з неадекватним рівнем самосвідомості, які зумовлені вродженими ознаками органічної недостатності мозку, стійкими астеничними та істеричними, дистимічними та тривожними особистісними переживаннями, що досягають фрагментарної невротизації особистості, що епізодично посилюється. Остання обставина поєднується з ознаками дезадаптивної поведінки – вираженістю психопатизації, невротизації, невротичної тривожності, тобто наростаючою аномальною особистісною та поведінковою мінливістю, що відповідає межі переходу діапазону психологічної норми – акцентуації в діапазоні прикордонної аномальної особистості [2, с. 26].

Таким чином, з різних сторін дискримінантної площини розташовуються результати обстеження підлітків із циклоїдною структурою особистісного психотипу, коли у підлітків з неповністю адекватним рівнем самосвідомості під впливом деструктивних соціальних факторів виявляється слабкість конституційних механізмів психологічного захисту. У цих умовах на межі «зриву» знаходяться механізми особистісної компенсації та поведінкової адаптації, підтверджуючи отримані результати диференційно-діагностичної психолого-математичної шкали. Результати цього психологічного дослідження, з одного боку, показують індивідуальність та варіабельність особливостей самосвідомості в межах однієї субпопуляції підлітків, а з іншого, – виявляють їх гру-

пову специфічність з ознаками тенденції до аномальної конституційно-психотипологічної особистісної мінливості у бік діапазону прикордонної аномальної особистості.

Вивчення порушень самосвідомості розкриває перспективи комплексного психолого-психотерапевтичного впливу на особистість, визначаючи вектор психокорекційної та психотерапевтичної спрямованості на механізми конституційної психотипологічної компенсації та адаптації, а також час початку психокорекції. Крім цього, з'являється можливість оптимізувати методи психологічної корекції та психотерапії для відновлення адекватного рівня самосвідомості, саморегуляції та самоконтролю поведінки, що буде критерієм гармонізації особистості підлітків.

Можна стверджувати, що підгрупа підлітків із недостатньо адекватним рівнем самосвідомості є тією реальною групою ризику, яка під впливом соціально стресових та інформаційних факторів середовища життєдіяльності демонструє неадекватність вищих особистісних властивостей, зокрема самосвідомості, емпатичності, духовності. Саме ця група підлітків та їхнє найближче сімейне оточення потребує методів спеціальної психологічної допомоги, захисту. Можна стверджувати за результатами дослідження, що самосвідомість, самооцінка, самоконтроль як вищі властивості особистості є основою особистісної та поведінкової мінливості, зокрема в діапазоні психологічної норми-акцентуації.

Застосування методів психокорекції до підлітків другої групи у вигляді особистісно орієнтованої психотерапії (підгрупа 2А – 16 підлітків) та тразактного аналізу (підгрупа 2Б – 14 підлітків) показало цілком певні перспективи. Було виявлено відповідність змінених образів «Я» і структури самовідносин, які формуються та стабілізуються за допомогою низки специфічних когнітивних стратегій захисту [1, с. 144].

Суть особистісно орієнтованої психотерапії полягає у психологічній корекції особистості шляхом вивчення закономірностей формування внутрішніх життєвих позицій та вироблення навичок переходу з однієї позиції в іншу, формування функціонування без упереджень, вивчення закономірностей структури міжособистісних відносин, навчання навичкам виходу з конфліктних та маніпулятивних ситуацій, формування творчої життєвої позиції, навчання прогнозуванню ситуацій. Це дозволяє м'яко, послідовно, «пошарово» опрацювати психологічні проблеми людини, зберігаючи та посилюючи її позитивну оцінку себе, інших людей, обставин, ситуацій.

Сутність даної стратегії психотерапії та транзактного аналізу полягає у проведенні 4-х етапів терапії. У першому занятті всіх етапів кожен член групи позначав мету і завдання, що

він ставив собі, відвідуючи сеанси психотерапії, визначав те, що він вміє, чого хоче навчитися. На останньому сеансі підбивався підсумок. Учасники викладали письмово та усно свої отримані зміни як суб'єктивні, так і об'єктивні, які обговорювалися членами групи, підбивався підсумок про досягнення поставленої мети та визначення цілей на майбутнє. Наприкінці кожного сеансу давалося практичне завдання додому на тиждень після застосування отриманої на занятті навички поза групою. Наприкінці етапу давалося завдання на весь період із закріплення отриманих навичок за весь етап. Кожен сеанс протягом 15–20 хв розпочинався та закінчувався опитуванням кожного учасника групи, спрямованим на виявлення стану «тут і тепер», виявлення результатів завдання додому.

Психотерапія проводиться у 4 етапи: на першому етапі – субособистісному – здійснюється підвищення самосвідомості пацієнта шляхом проведення тренінгів та вироблення навичок сприйняття без упереджень, емпатії – невербальної, вербальної, емоційної, позитивного мислення та ставлення до себе та інших людей, усвідомлення своїх поведінкових функціональних Его-станів, розпізнавання Его-станів в інших людей, деконтамінації Его-станів; на другому етапі – особистісному – здійснюється формування навичок функціонування особистості без упереджень шляхом проведення психотерапії: для усвідомлення закономірностей функціонування Его-станів, стереотипу функціонування своєї особи та інших, закономірностей функціонування між людьми на рівні особистості, закономірностей розвитку конфлікту та шляхів виходу з нього, функціонування особистості залежно від внутрішньої життєвої позиції; на вироблення навичок переходу з одного функціонального стану особистості до іншого; формування: навичок переходу з однієї життєвої позиції в іншу, конструктивного особистісного функціонування. На третьому етапі – міжособистісному – здійснюється формування у пацієнта навичок творчої рольової поведінки шляхом програвання психологічних ігор, прийнятих у транзактному аналізі, маніпулятивних ситуацій своїх та інших людей, навчання в тренінгах розпізнаванню маніпулятивних і чесних відносин, усвідомлення власних мотивів та інших людей, вироблення навичок виходу з психологічної гри, формування навичок протекторальної міжособистісної взаємодії, набуття навичок прогнозування ситуації. На четвертому етапі – сценарному – здійснювалося формування творчої життєвої позиції, зміна плану життя пацієнта шляхом програвання казок, усвідомлення у тренінгах своєї сценарної ролі, а також ролей інших людей, структури свого сценарного плану та інших людей, закономірності роз-



виту сценарного плану, формування у тренінгах навичок виходу зі сценарного плану, побудови життєвих цілей та способів їх досягнення.

**Висновки з проведеного дослідження.**

Отримані результати мають конкретне практичне значення для застосування в реальній психодіагностичній та психокорекційній практиці шкільних психологів, вчителів, вихователів, демонструючи вектор спрямованості для адекватного психологічного консультування та визначення тактики та стратегії психологічної, психотерапевтичної допомоги підліткам з тенденцією до конституційно-психотипологічної особистісної мінливості норми-акцентуації. Сімейні відносини, що змінюються на позитивні за рахунок підвищення рівня адекватності самосвідомості в процесі транзактного аналізу, є незаперечною цінністю для будь-якої сім'ї, але особливо це важливо для сімей військовослужбовців, батьки у яких є або були учасниками бойових дій часто з формуванням посттравматичних стресових розладів. Адекватний рівень самосвідомості підлітка змінює ставлення не лише до себе, а й до переживань, поведінки батьків, які обоє перебувають у стресовому стані. У разі підвищення адекватності самосвідомості у підлітка він стає стабілізатором внутрішньосімейних відносин, усвідомлюючи, розуміючи переживання батьків,

найчастіше намагаючись трансформувати їх на конструктивну основу.

Таким чином, даний метод дозволяє не тільки виявити індивідуальні психологічні особистісні позиції та установки, але й перебувати неадекватні особистісні відносини, а також викликати особливі емоційні зміни щодо особистості до самої себе, свого «Я» і до найближчого мікросоціального оточення.

Самосвідомість як найвища властивість особистості може бути критерієм успішності чи неуспішності проведення психотерапевтичних, психокорекційних заходів спеціальної психологічної допомоги підліткам. Визначення більш адекватного рівня самосвідомості чи менш адекватного відбиває особистісну мінливість, зокрема у діапазоні психологічної норми-акцентуації.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Афанасьєва Н.Є. Особливості взаємозв'язку самооцінки та психологічних захистів у здобувачів вищої освіти. *Габітус*. 2022. Вип. 39. С. 140–144.
2. Віденєєв І.О., Большакова А.М. Особливості психосоматичної симптоматики студентів-психологів як передумова професійної деформації. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. Том 33(72). 2022. № 5. С. 26–32.

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ СЕРЕД ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІДРОЗДІЛУ В ЗОНІ БОЙОВИХ ДІЙ

### PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE MANIFESTATION OF DEVIANT BEHAVIOR AMONG SERVICEMEN OF THE UNIT IN THE COMBAT ZONE

Стаття присвячена дослідженню психологічних особливостей прояву девіантної поведінки серед військовослужбовців підрозділу в зоні бойових дій. Девіантність розглядаємо як недостатність соціальної солідарності, яка порушує гармонійні стосунки між соціальними ролями, які об'єднують та інтегрують людей у спільноту, до якої вони належать. Девіантність залежить від наявних у групі правил і цінностей, ступеня толерантності та соціального контролю. Найкращим прикладом з цієї точки зору є військова група.

Визначено девіантну поведінку військовослужбовців як таку, що відхиляється від соціальних норм військової служби, характеризується наявністю у поведінці девіації. Рішення проблеми вивчення девіантного поведінки військовослужбовців у сучасному товаристві вимагає комплексного залучення теоретичних знань. У теоретико-емпіричних дослідженнях сучасних українських та зарубіжних психологів розкрито актуальний стан досліджуваної проблеми, де означено, що відхилення поведінки військовослужбовця зумовлюють такі фактори: соціальні та психологічні, матеріальні та духовні, інформаційні й організаційні, які можуть впливати на особистість, визначати зміст, характер, спрямованість її поведінки. Причини девіантної поведінки військовослужбовців пояснюємо колишніми умовами життя, вихованням, навчанням до призову на військову службу. У процесі проходження служби військовослужбовцями та їх захисту від скоєння протиправних вчинків слід приділити увагу формуванню позитивно спрямованої мотивації. Визначено, що важливим є корегування та за можливості зменшення акцентуованих рис характеру, спрямування їх до продуктивного, позитивного русла діяльності. Після аналізу показників нами виявлено безпосередній зв'язок між індивідуально-психологічними властивостями військовослужбовців і проявами девіантної поведінки, що виражається в агресії.

**Ключові слова:** девіантна поведінка, девіації, військовослужбовці, відхилення від соціальних норм.

The article is devoted to the study of the psychological features of the manifestation of deviant behavior among servicemen of the unit in the combat zone. We consider deviance as a lack of social solidarity that disrupts the harmonious relationship between social roles that unite and integrate people into the community to which they belong. Deviance depends on the rules and values existing in the group, the degree of tolerance and social control. The best example from this point of view is a military group. The deviant behavior of military personnel is defined as deviating from the social norms of military service, characterized by the presence of deviations in the behavior. The solution to the problem of studying the deviant behavior of military personnel in modern society requires the comprehensive involvement of theoretical knowledge. In the theoretical and empirical studies of modern Ukrainian and foreign psychologists, the current state of the researched problem is revealed, where it is determined that deviations in the behavior of a serviceman are caused by various factors: social and psychological, material and spiritual, informational and organizational, which can influence the personality, determine the content, character, direction of her behavior. The reasons for the deviant behavior of servicemen are explained by the former living conditions, education, and training prior to military service. In the process of serving military personnel and protecting them from committing illegal acts, attention should be paid to the formation of positively directed motivation. It was determined that it is important to correct and, if possible, reduce accentuated character traits, directing them to a productive, positive direction of activity. After analyzing the indicators, we found a direct connection between the individual and psychological properties of servicemen and manifestations of deviant behavior expressed in aggression.

**Key words:** deviant behavior, deviations, military personnel, deviation from social norms.

УДК 159.937:94:246.3:159.91  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.20>

**Гачак-Величко Л.А.**

к.ю.н., доцент,  
доцент кафедри поведінкових наук  
та військового лідерства  
Національна академія сухопутних  
військ імені гетьмана Петра  
Сагайдачного

**Гузенко І.М.**

старший викладач кафедри  
поведінкових наук та військового  
лідерства  
Національна академія сухопутних  
військ імені гетьмана Петра  
Сагайдачного

Проблема девіантної поведінки становить чималий інтерес у різних наукових сферах. У будь-якому суспільстві девіантна поведінка охоплює широкий спектр типів від так званої ексцентричної поведінки, що визначається незвичайними жестами, особливим одягом і розладом поведінки, до дисфункціональної, або зміненої, поведінки, що відноситься до сфери правопорушень, до субкультур і контркультур. Явище девіантності, яке розглядають з точки зору військової специфіки, має низку специфічних рис.

Військова інституція є групою людей зі своїми традиціями, специфічними культурними нормами, з певним соціальним статусом, особливостями, але з суворістю та поз-

бавленнями, з якими нелегко зіштовхнутися та їх подолати. В цілому процес адаптації до нових умов у підрозділі зумовлений психологічними та соціально-психологічними особливостями – темпераментом, характером, уміннями та нахилами, соціально-психологічним кліматом у військових колективах, лідерством, характером і змістом командування.

Від сімейного середовища до середовища в школі, а потім на роботі чи військової службі людина проходить кілька послідовних кроків перебудови. Вона повинна відмовитися від певних звичок, установок, цінностей та інтересів, щоб постійно набувати нових, прийнятих і поважаних з боку соціальної групи. Доведено, що адаптація до військового сере-

довища є ще легшою, оскільки є більш стійкою мотивація. Хоча військове середовище є абсолютно новим для тих, хто вступає на службу, воно буде сприйматися по-різному залежно від часу, проведеного людиною в суспільстві, від того, чи була вона відокремлена від сім'ї чи ні, від роботи, чи залежна людина від батьків тощо.

Зокрема, слід вказати, що процес інтеграції є дуже складним та відбувається на кількох різних рівнях – на біологічному, фізіологічному, психічному. Ідеться про адаптацію до певного режиму роботи та життя шляхом набуття нових навичок, умінь і здібностей відповідно до вимог нового способу життя, а також розвиток нових навичок і переконань.

Більшість людей проходить цей період свого життя, досягаючи результатів у підготовці до бою та досягаючи дисциплінованої поведінки, сприятливої для їх інтеграції у військове середовище. Дані соціальних опитувань та документального аналізу свідчать про те, що у частини призовників та мобілізованих з'являється девіантна поведінка, розлади поведінки або дезадаптивні реакції на військову обстановку – тривожність у частині.

Військове життя не позбавлене девіантних моральних вчинків, навіть якщо воно протікає специфічно щодо іншої суспільної діяльності. Військова діяльність в цілому не може регулюватися законами, наказами та директивами.

Девіантна поведінка проявляється у тому, що людина не дотримується соціальних норм, обирає інший варіант поведінки у тій або іншій ситуації, що спонукає порушення процесу взаємодії «особистість – особистість» і «суспільство – особистість». Основу відхилення у поведінці переважно становить конфлікт інтересів, цінностей, розбіжність потреб, що передбачає деформацію засобів їх задоволення, помилку і недоліки виховання, життєві невдачі й прорахунки. Досліджувана поведінка виникає через незнання суб'єктом норм моралі і законів (соціалізаційні проблеми) та поєднується із хорошим знанням моральних норм й законів, втім розуміння того, що така поведінка є протиправною, не зупиняє індивіда, що став на шлях саме такого способу самоствердження (особистісні проблеми) [5, с. 62].

Важливим питанням у процесі вивчення девіантної поведінки військовослужбовців є з'ясування її детермінованості. Психологи (Н. Абдюкова, А. Кіясь, Н. Максимова та ін.) відзначають біологічні, соціально-психологічні, педагогічні, соціальні чинники утворення девіантної поведінки, однак у своїх дослідженнях вони акцентують на соціально-психологічних чинниках. Ми також зупиняємось на соціально-психологічних факторах девіантної поведінки військовослужбовців, адже це питання практично є значущим для розробки психоко-

рекційної програми і введення військовослужбовців до нормального існування в суспільстві з виконанням ними значущих для них соціальних ролей.

Детермінацію Н. Максимова [7] означає як сукупність факторів, що провокують, посилюють або підтримують девіантну поведінку. Загальними факторами, які зумовлюють поведінкові девіації, експерти вважають дефекти правової і моральної свідомості, викривлення змісту особистісних потреб, негативні риси характеру, порушення емоційно-вольової сфери тощо. Стимулюючими факторами девіантної поведінки є поєднання неправильного розвитку у виховному контексті і формування особистості у несприятливих ситуаціях, що каналізують відхилення поведінки, у які потрапляє комбатант [1, с. 12–15].

Дослідниця В. Мушкевич визначає групи факторів, які детермінують девіантну поведінку особистості:

- зовнішні умови фізичного середовища;
- зовнішні соціальні умови;
- внутрішні спадково-біологічні та конституційні передумови;
- внутрішньоособистісні причини та механізми девіантної поведінки [8].

До зовнішніх фізичних умов девіантної поведінки належать кліматичний, геофізичний, екологічний фактори тощо. Зокрема, такі явища, як шум, геомагнітні коливання, можуть стати неспецифічними причинами небажаної поведінки [2, с. 81]. Умови зовнішнього середовища можуть знижувати вірогідність девіацій. Важливим фактором, що впливає на поведінку особистості, є зовнішні соціальні умови, куди відносимо:

а) суспільні процеси (соціально-економічну ситуацію, державну політику, традиції, моду, ЗМІ тощо);

б) характеристики соціальних груп, куди включена особистість (расову приналежність, етнічні установки, субкультуру, соціальний статус, приналежність до навчально-професійної групи, референтну групу);

в) мікросоціальне середовище (рівень та стиль життя сім'ї, психологічний клімат у сім'ї, особистості батьків, взаємовідносини в сім'ї, сімейне виховання, друзі тощо) [8, с. 26–27].

Існують підходи, що акцентують на психологічних факторах, та соціальні концепції, котрі пояснюють девіантну поведінку виключно соціальними детермінантами. У дослідженнях соціологів кінця XIX – початку XX ст. М. Вебера, Є. Дюркгейма, Ж. Кетле, Л. Леві-Брюля був виявлений тісний зв'язок відхиленої поведінки із соціальними умовами існування людей [4, с. 19].

Соціологічні теорії виокремлюють соціальні фактори поведінкових відхилень та пояснюють девіантну поведінку у контексті суспільних

процесів та норм, що виробляє суспільство. Відповідно до них поведінкові девіації існують у підпорядкуванні соціальним закономірностям, залежать від часу, структури суспільства і характеру суспільних відносин. Соціальні девіації можна прогнозувати, на основі чого відбувається розробка превентивних заходів та керування ними. Найбільш відомі представники цього напрямку – це М. Вебер, Е. Дюркгейм, А. Кете, О. Конт та ін. [7, с. 76].

Причини девіантної поведінки військовослужбовців можемо пояснити колишніми умовами життя, вихованням, навчанням до призову на військову службу. Зазвичай попередня девіантна поведінка найбільш яскраво проявляється на перших етапах військової служби за адаптаційного періоду [3, с. 20]. У сучасних дослідженнях, що присвячені девіантній поведінці, зазначається, що під час адаптації призовників до військової служби проявляються різні складнощі, серед яких:

- проблеми звикання до умов армійської служби (театральна поведінка, сльозливість, бажання викликати співчуття, мала активність, інфантильність та ін.);

- виникнення нестатутних відносин (пригніченість, нічне безсоння, бажання відлучатися із частини на господарські роботи, навчання та ін.);

- особистісні проблеми (стурбованість, незосередженість, відстороненість та ін.) [5, с. 62].

Схильність до девіацій у комбатантів зазвичай пояснюється бажанням відсторонення від служби, неприйняттям статутного життя, розумінням безвихідності ситуації перебування у зоні бойових дій та неможливості конструктивно розібратися в своїх проблемах [6, с. 8].

Отже, девіантній поведінці військовослужбовця притаманні специфічні ознаки:

1) така поведінка є внутрішнім планом дій із усвідомленою метою діяльності;

2) застосування девіантних форм поведінки навмисно спрямовується на очікуваний результат;

3) девіантна поведінка є стійкою за будь-яких ситуацій [9, с. 120].

Таким чином, девіантна поведінка військовослужбовців є інтегративною єдністю мотивів, потреб, особистісних якостей, свідомим відхиленням від норм діяльності. Відповідно до цього можемо визначити девіантну поведінку військовослужбовців як таку, що відхиляється від соціальних норм військової служби, характеризується наявністю у поведінці однієї чи кількох девіацій. Така поведінка призводить до особистісної деградації і проявляється у симбіозі мотиваційно-потребових, особистісно-сміслових та нормативно-діяльнісних характеристик [10, с. 73].

Для досягнення мети нами проведено аналіз науково-педагогічних джерел, застосовано методи порівняння, узагальнення, систематизації, опитування, статистичні методи якісної та кількісної обробки одержаних даних. Для визначення типу акцентуації особистості було використано методика «Акцентуація» (Тест-опитувальник Шмішека), а також опитувальник «Діагностика стану агресії» А. Басса, А. Даркі задля вивчення схильності особистості до агресивної поведінки.

У дослідженні брали участь 20 військовослужбовців контрактної служби, що безпосередньо є учасниками бойових дій на території України.

Реалізація емпіричного дослідження здійснювалася згідно з метою статті. Оцінка показників проявів агресивної поведінки і акцентуації характеру надала можливість для встановлення таких результатів: 40% військовослужбовців мають гіпертимний тип, 15% – застрягаючий, 5% – емотивний тип, по 20% мають збудливий і демонстративний тип акцентуації характеру. Результати продемонстровано на рис. 1.

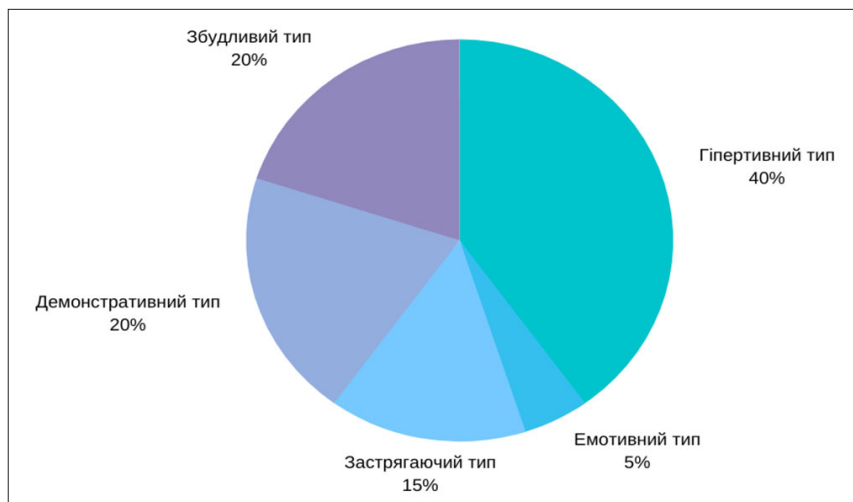


Рис. 1. Результати Тесту-опитувальника Шмішека акцентуації характеру

За результатами проведеної методики А. Басса – А. Даркі нами виявлено індекси ворожості та індекси агресивності, що представлені у табл. 1.

Отже, нами виявлено, що індекс ворожості в гіпертимного типу становить 86% – високий рівень і 14% – середній рівень, тоді як індекс агресивності 64% – високий рівень і середній рівень 36%. Зазначені показники проявів агресивної поведінки серед військовослужбовців демонструють те, що вони прагнуть командувати, мають завищену самооцінку, вони веселі, легковажні, поверхневі. Для таких комбатантів характерними є вибухи гніву, роздратування, вони є схильними до аморальних вчинків, підвищеної дратівливості, легковажно виконують свої обов'язки, важко переносять тверду дисципліну, монотонність, самотність.

Для емотивного типу характерними є емоційність, чутливість, тривожність, балакучість, боязкість, глибокі реакції у сфері тонких почуттів. Найбільш високо виражені риси – гуманність, емпатія. Такі військовослужбовці рідко вступають у конфлікти, для них властиве загострене почуття обов'язку, ретельність.

Застрягаючий тип акцентуації характеру переважає всього у 15% від всіх військовослужбовців, що брали участь в дослідженні. Для них притаманними є небалакучість, сторожкість та недовіра до людей, підозрілість, мстивість. Головною рисою є схильність до афектів (правдолюбство, ревності, вразливість, підоз-

рілість), вони інертні під час прояву афектів, мислення, моторики. Для даного типу людей характерною є зарозумілість, вони часто вступають ініціаторами конфліктів. У зв'язку з цим спостерігаємо індекс ворожості та індекс агресивності 68% (середній рівень) та 32% (низький рівень).

Для демонстративного типу переважними є такі риси, як егоцентризм, завищена самооцінка, систематична провокація конфліктів, внутрішнє неусвідомлення своєї брехні. Індекси ворожості й агресивності складають 50% на середньому рівні і 50% на низькому рівні (прояви агресії перебувають на середньому і низькому рівні).

Під час дослідження збудливий тип виявлено у 20% від всіх досліджуваних. Для них притаманною є недостатня керованість, слабкий контроль над потягами та спонуканнями, імпульсивність, інстинктивність, брутальність, похмурість, схильність до конфліктів, що проявляється в девіації. Підвищена імпульсивність або збудження можуть бути небезпечними для оточуючих, адже такі військовослужбовці обирають для спілкування найбільш слабких, що демонструють високі показники, – 74% індексу ворожості й індексу агресивності, де 26% (середній рівень) свідчить про те, що вони є дратівливими та запальними.

Аналіз одержаних даних посприяв виявленню наступної шкали проявів девіантної поведінки у військовослужбовців (табл. 2).

Таблиця 1

**Індекс ворожості та індекс агресивності залежно від індивідуально-психологічних особливостей військовослужбовців**

Типи акцентуації характеру	Індекс ворожості			Індекс агресивності		
	високий	середній	низький	високий	середній	низький
Гіпертимний	86%	14%	0%	64%	36%	0%
Емотивний	0%	100%	0%	0%	95%	5%
Застрягаючий	0%	68%	32%	0%	50%	50%
Демонстративний	0%	50%	0%	0%	100%	0%
Збудливий	74%	26%	0%	76%	24%	0%

Таблиця 2

**Показники проявів агресивної поведінки військовослужбовців у підрозділі**

Шкали	Акцентуації характеру				
	Гіпертимний	Емотивний	Застрягаючий	Демонстративний	Збудливий
Фізична агресія	високий	низький	низький	низький	високий
Непряма агресія	підвищений	середній	середній	середній	підвищений
Роздратування	підвищений	низький	підвищений	середній	підвищений
Негативізм	середній	середній	середній	підвищений	підвищений
Образа	середній	підвищений	середній	середній	середній
Підозрілість	підвищений	середній	підвищений	середній	підвищений
Вербальна агресія	підвищений	низький	підвищений	середній	середній
Почуття провини	підвищений	підвищений	середній	низький	низький

Отже, нами виявлено, що фізична агресія притаманна гіпертичному і збудливому типу характеру, тоді як для емотивного, застрягаючого та демонстративного типу характеру військовослужбовців фізична агресія непри- таманна. Непряма агресія та роздратування перебуває у межах підвищеного показника в гіпертичного і збудливого типу акцентуації характеру. Негативізм підвищеним є лише у демонстративного і збудливого типу, тоді як в інших типів він не є критичним. Підвищений рівень у шкалі «образа» притаманний лише для емотивного типу, в більшості військовослужбовців цей показник перебуває на середньому рівні, що свідчить про відсутність розчарування у ситуації перебування у зоні ведення бойових дій. Підозрілість серед комбатантів спостерігається на підвищеному і середньому рівнях та свідчить про те, що, перебуваючи постійно під впливом емоціогенних чинників, цей показник постає своєрідним наслідком. Показник «вербальна агресія» має підвищений рівень в гіпертичного і застрягаючого типу, на середньому рівні перебуває в демонстративного і збудливого типу, а майже не властивою вербальна агресія є для емотивного типу. Почуття провини чітко виражене в гіпертичного і емотивного типу, що є наслідком втрати своїх побратимів. У застрягаючого типу виявлено середній рівень почуття провини. В інших військовослужбовців цей показник перебуває на низькому рівні.

Таким чином, за результатами емпіричного дослідження нами встановлено, що найбільш вираженими прояви агресії і ворожості є у гіпертичного і збудливого типу. В інших типах ці показники коливаються у межах середнього і низького рівнів. Після аналізу показників нами виявлено безпосередній зв'язок між індивідуальними психологічними властивостями військовослужбовців і проявами девіантної поведінки, що виражається в агресії.

Рекомендовано такі психолого-педагогічні методи і пропозиції профілактики й боротьби із відхиленнями у поведінці військовослужбовців:

- соціально-педагогічна робота з сім'ями військовослужбовців;
- культурне дозвілля і формування здорового способу життя;
- групові та індивідуальні консультування;
- тренінгові заняття, арттерапія, лікування хіміопрепаратами;
- корекція агресивної поведінки;
- взаємодія сержантів із військовими капеланами стосовно виховання безпечної поведінки військовослужбовців.

Важливим є корегування та за можливості зменшення акцентуєваних рис характеру, спрямування їх до продуктивного, позитивного русла діяльності.

Таким чином, звернення до теоретичних аспектів та аналіз явища девіантності у військовій частині дозволили сформулювати адекватну картину їх складності. Девіантність можна розглядати як недостатність соціальної солідарності, яка порушує гармонійні стосунки між соціальними ролями, які об'єднують та інтегрують людей у спільноту, до якої вони належать. Девіантність залежить від наявних у групі правил і цінностей, від її згуртованості, ступеня толерантності та соціального контролю. Найкращим прикладом з цієї точки зору є військова група. Інтеграція людей у військове середовище означає адаптацію до певного режиму праці та життя шляхом розвитку навичок і вимог відповідно до нового способу життя, а також формування установок і переконань, характерних для нової соціальної ролі. Якщо відповідна інтеграція не виконується, існує ризик відхилень від встановленої поведінки, виникнення дезадаптивних реакцій у людей, які опинилися в такій ситуації. Боротьба з девіантністю постає пріоритетним завданням на загальновійськовому та загальнодержавному рівні.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Березовський Ю.Е. Роль агентів соціалізації в процесі особистісного розвитку. *Науковий вісник Вінницького обласного інституту післядипломної освіти педагогічних працівників*. 2013. № 3 (149). С. 12–15.
2. Психологічні особливості девіантної поведінки військовослужбовців / М.В. Дичко, Л.А. Гачак-Величко, О.В. Ролук. *Габітус*. 2022. № 33. С. 80–85.
3. Колесніченко О.С. Засади бойової психологічної травматизації військовослужбовців : монографія. Харків : ФОР «Бровін О.В.», 2018. 488 с.
4. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості : монографія. Київ : Ніка-Центр, 2007. 432 с.
5. Макаренко О.М. Поняття девіантної поведінки в соціальному та психологічному аспектах. *Наукові записки Національного університету «Києво-Могилянська академія»*. 2015. Т. 175. С. 61–64.
6. Макаревич О.П. Психологічна підготовка особистості до поведінки в складних ситуаціях : навчально-методичний посібник. Київ, 2000. 188 с.
7. Максимова Н.Ю. Основи психології девіантної поведінки. Київ : Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет», 2008. 439 с.
8. Мушкевич В. Психологічні чинники переживання стресу військовослужбовцями. *Психологічні перспективи*. 2019. Т. 34. С. 119–136.
9. Олійник Л. Технологічний підхід до формування рефлексивної компетентності як засіб профілактики девіантної поведінки майбутнього офіцера. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. № 70 (6). С. 118–124.
10. Профілактика відхиленої поведінки у військовослужбовців : навчально-методичний посібник / А.М. Романишин, Т.М. Мацевко, О.С. Капінус, І.М. Гузенко, А.Б. Неурова. Львів : НАСВ, 2017. 322 с.

## ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ ЯК ДЕТЕРМІНАНТА ВЕРБАЛЬНОЇ АГРЕСІЇ

### GENDER SPECIFICS OF SELF-ESTEEM AS A DETERMINANT OF VERBAL AGGRESSION

У статті розглядаються гендерні особливості самооцінки як детермінанта вербальної агресії. Основна увага в роботі приділяється поглибленню знань та уявлень про фундамент вербальної агресії, а також розкриттю сутності особливостей самооцінки та їх впливу на кожен гендер. Предметом дослідження є особливості впливу самооцінки на прояв вербальної агресії. Основні завдання дослідження – розглянути поняття «самооцінка» та її значення для особистості, провести аналіз поняття «вербальна агресія» та факторів, які впливають на її прояв, провести експериментальне дослідження гендерної відмінності самооцінки та вербальної агресії як її детермінанта. Методами нашого дослідження було обрано теоретичний аналіз проблеми, систематизацію наукових джерел, порівняння та узагальнення даних, спостереження та експеримент. У написанні статті були використані такі методики: «Опитувальник стану агресії» Баса – Дарки; «Експрес-діагностика рівня самооцінки особистості»; методика «Діагностика самооцінки» Дембо – Рубінштейна; методика «Агресивна поведінка» Є.П. Ільїна, П.А. Ковольова. Обробку та підрахунок даних було виконано за допомогою програми Microsoft Excel. Для емпіричної частини нашого дослідження було запрошено 60 респондентів юнацького віку та різної статі. Така вибірка була зроблена через те, що юнацький вік – це останній вік розширення кола спілкування. Оточення, що було в юності, не завжди зберігається в подальшому житті, але вміння встановлювати дружні зв'язки формується переважно в цей період. Враховуючи специфіку юнацького віку, слід звернути увагу на формування адекватної самооцінки та прояви вербальної агресії. Дослідження показало нам гендерну особливість прояву вербальної агресії за рахунок того, що юнаки з високим рівнем самооцінки більш схильні до прояву агресії. На відміну від протилежної статі, показники вербальної агресії у дівчат з низьким рівнем самооцінки виражаються частіше. Самооцінка є тим показником, який впливає на підвищену схильність проявляти або реагувати на вербальну агресію, що тягне за собою негативний вплив на ефективність життєдіяльності і спілкування, а також прояв емоційної нестійкості.

**Ключові слова:** вербальна агресія, юнацький вік, самооцінка, особливість, гендер, відмінність.

The article examines the gender characteristics of self-esteem as a determinant of verbal aggression. The main focus of the work is on deepening knowledge and ideas about the foundation of verbal aggression, as well as revealing the essence of self-esteem features and their impact on each gender. The subject of the study is the peculiarities of the influence of self-esteem on the manifestation of verbal aggression. The main task of the study was to consider the concept of self-esteem and its meaning for the individual, to conduct an analysis of the concept of "verbal aggression" and the factors that influence its manifestation, to conduct an experimental study of gender differences in self-esteem and verbal aggression as its determinant. Theoretical analysis of the problem, systematization of scientific sources, comparison and generalization of data, observation and experiment were chosen as the methods of our research. The following methods were used in the written articles: Questionnaire on the state of aggression of Basa-Darka; Express diagnostics of the level of self-esteem of the individual; Dembo-Rubinshtein method of self-assessment diagnosis; Methodology "Aggressive behaviour" E.P. Ilyin, P.A. Data collection, processing, and calculation were performed using Microsoft Excel. For the empirical part of our research, 60 respondents of young age and different genders were invited. Such a selection was made due to the fact that youth is the last age of expanding the circle of communication. The environment formed in youth is not always preserved in later life. But the ability to establish friendly relations is formed mainly during this period. Considering the specifics of youth, attention should be paid to the formation of adequate self-esteem and the manifestation of verbal aggression. So the study showed us the gender feature of the manifestation of verbal aggression, due to the fact that young men with a high level of self-esteem are more prone to the manifestation of aggression. Unlike the opposite sex, indicators of verbal aggression in girls are most often expressed with a low level of self-esteem. Self-esteem is the indicator that affects the increased tendency to show or react to verbal aggression, which entails a negative impact on the efficiency of life and communication, as well as the manifestation of emotional instability.

**Key words:** verbal aggression, youth, self-esteem, peculiarity, gender, difference.

УДК 159.9  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.21>

**Головська І.Г.**

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

**Почепцова Д.О.**

магістрантка  
Південноукраїнський національний  
педагогічний університет  
імені К.Д. Ушинського

Тема нашого дослідження полягає в тому, що у світі проблема людського спілкування, взаємодія між статтю, самосприйняттям і вербальною поведінкою має значення. Те, як люди спілкуються один з одним, сильно залежить від їхньої особистої ідентичності, соціальних норм і психологічних процесів, що лежать в основі спілкування. Вербальна агресія – комунікативне явище, що характеризується викорис-

танням ворожих або образливих виразів для приниження чи заподіяння шкоди іншим і свідчить про складну взаємодію психологічних, соціальних та культурних елементів у наших інтеракціях. Роль самооцінки як детермінанта вербальної агресії стала важливим предметом дослідження, оскільки вона перетинається як з індивідуальними психологічними процесами, так і з ширшими соціальними впли-

вами. Самоповага як ключовий компонент самооцінки людини відображає її сприйняття особистої цінності та значення. Конструкція самооцінки широко вивчалася щодо її впливу на різні аспекти людської поведінки, включаючи міжособистісні взаємодії. Взаємозв'язок між самооцінкою та вербальною агресією широко вивчався з розумінням того, що люди з різним рівнем самооцінки, ймовірно, демонструватимуть розбіжну вербальну поведінку. Однак питання гендерної динаміки в рамках цих відносин залишається актуальним. На те, як люди сприймають та виражають себе, особливо щодо вербальної агресії, глибоко впливає складна взаємодія гендерної ідентичності, соціальних норм та психологічних процесів.

Дослідженням гендеру займалася низка вчених, зокрема Є.П. Ільїн (соціальна природа гендеру), Ш. Берн (підпорядкування гендерним нормам), С. Бем (теорія гендерних схем). Дослідженню феномену агресії, агресивної поведінки людини у психології присвячено багато монографій, оглядових публікацій, дисертаційних робіт. Низка відомих українських науковців зробила вагомий внесок у дослідження сутності агресії (Н.В. Алікіна, В.І. Барко, А.Ф. Зелінський, Л.І. Казміренко, М.В. Костицький, С.Д. Максименко, В.С. Медведєв, О.М. Морозов, В.М. Синьов, О.В. Тімченко, С.І. Яковенко та ін.).

Американські психологи Д. Креч і Р. Кратчфілд характеризують агресію як будь-який вид поведінки, який завдає шкоди іншій людині. Психолог Л.Д. Столяренко [3] трактує агресію як одностороннє відображення дійсності, підживлене негативними емоціями, що призводить до спотворення, упередженості, неправильного розуміння дійсності, до неадекватної поведінки. Поряд з поняттям «агресія» використовується також поняття «агресивність», яку психолог С.Н. Єнікополов [3] визначає як особистісну властивість, набуту і закріплену в процесі розвитку особистості на основі соціального навчання, що полягає в агресивних реакціях на різні стимули. Л. Бендер під агресією розуміє сильну активність, прагнення до самоствердження, Х. Дельгадо вважає, що агресія – це акти ворожості, напади, руйнування, тобто дії, які завдають шкоди іншій людині або об'єкту. Агресивність людини – це поведінкова реакція, що характеризується проявом сили у спробі завдати шкоди індивіду або суспільству. Т. Вілсон трактує агресію як фізичну дію або загрозу такої дії з боку однієї особи, яка зменшує свободу чи генетичну пристосованість іншої особи [8]. Е. Фром визначає агресію ширше, тобто як пошкодження не тільки людини чи тварини, а й будь-якого неживого предмета. А. Бас говорить так: «Агресія – це будь-яка поведінка, яка загрожує або завдає шкоди іншим». Деякі автори зазна-

чають, що для того, щоб ті чи інші дії кваліфікувалися як агресія, вони повинні містити умисел образи чи саму образу, а не просто призводити до таких наслідків [9].

Також А. Бас виділив три основних параметри, що характеризують форми агресивної поведінки: фізична – вербальна агресія; активна – пасивна агресія; пряма – непряма агресія. Сукупність цих форм дала йому можливість виділити вісім типів агресивної поведінки, таких як:

- фізична агресія – застосування фізичної сили до іншої особи;
- непряма агресія – дії, спрямовані на іншу людину (плітки, злісні жарти), і спалахи люті, не спрямовані ні на кого (крик, тупотіння ніг, биття кулаками по столу, грюкання дверима тощо);
- вербальна агресія – вираження негативних почуттів через форму (крик, вереск, сварка) і зміст словесних відповідей (погрози, прокльони, лайка);
- схильність до роздратування – готовність до прояву негативних переживань за найменшого збудження (запальність, грубість);
- негативізм – опозиційна манера в поведінці, як правило, спрямована проти влади чи керівництва. Може перерости від пасивного опору до активної боротьби проти встановлених законів і звичаїв;
- озлобленість – заздрість і ненависть до оточуючих за реальні та вигадані дії;
- підозрілість – недовіра і обережність по відношенню до людей, засновані на переконанні, що інші мають намір заподіяти шкоду;
- почуття провини виражає можливе переконання суб'єкта в тому, що він погана людина, що він робить зло, а також докори сумління, які він відчуває [9].

Підсумовуючи вищесказане, можна стверджувати, що під агресією розуміють поведінку, спрямовану на заподіяння фізичної чи психологічної шкоди чи збитків або на знищення іншої людини чи групи людей. Під агресивністю розуміють відносно стійку рису особистості, яка проявляється в готовності до агресивної поведінки.

Поняття «вербальна агресія» займає важливе місце у сфері міжособистісного спілкування та психологічного дослідження. Вербальна агресія – важливе і широко досліджуване поняття у психологічній літературі, що стосується комунікативної поведінки, спрямованої на заподіяння шкоди, приниження або залякування іншої людини за допомогою усних або письмових слів. Це форма агресивної поведінки, в якій відсутня фізична сила, але яка може бути такою ж руйнівною за своїм психологічним та емоційним впливом. Ця концепція має вирішальне значення для розуміння міжособистісної динаміки вирішення конфліктів та ширшої галузі агресії та



спілкування. На відміну від конструктивної критики чи наполегливого спілкування, вербальна агресія спрямована на заподіяння емоційного стресу чи шкоди одержувачу часто з явним чи прихованим наміром встановити домінування чи контроль у взаємодії.

Самооцінка знаходить своє відображення у самоповазі. Це інтелектуально-рефлексивна дія: людина розглядає себе, свої вчинки і якості як об'єкт оцінки і водночас є носієм цих якостей, тобто активним суб'єктом [9].

Провідна роль у дослідженні проблем самосвідомості відводиться самооцінці: вона характеризується як ядро цього процесу, показник рівня розвитку особистості, особистісний аспект, органічно включений у процес самопізнання. Крім того, самооцінка входить у структуру самосвідомості. Наприклад, Р. Бернс під Я-концепцією розуміє сукупність ставлень до себе. Відповідно, він виділяє такі компоненти, як:

1) образ «Я» – уявлення індивіда про себе;

2) самооцінка – афективна оцінка цієї ідеї, яка може мати різну інтенсивність, оскільки специфічні особливості образу «Я» можуть викликати більш-менш сильні емоції, пов'язані з їх прийняттям або засудженням;

3) потенційна поведінкова реакція, тобто ті конкретні дії, які можуть бути викликані образом «Я» і самооцінкою.

С.Л. Рубінштейн зазначає, що самооцінка як суттєва складова частина цілісної самосвідомості особистості є необхідною умовою гармонійних стосунків людини як із собою, так і з іншими людьми, з якими вона вступає в спілкування та взаємодію [9].

Психологічні дослідження переконливо доводять, що характеристики самооцінки впливають як на емоційний стан, так і на ступінь задоволення роботою, навчанням, життям, стосунками з оточуючими. При цьому сама самооцінка також залежить від описаних вище факторів.

Психологи розглядають самооцінку з різних точок зору. Так, загальною самооцінкою вважається оцінка себе в цілому як хорошого чи поганого, а частковою (приватною) – оцінка досягнень у певних видах діяльності. Важливо, що приватні оцінки можуть розвиватися нерівномірно.

Крім того, психологи розрізняють актуальну (те, що вже досягнуто) і потенційну (те, на що здатний) самооцінку. Потенційну самооцінку часто називають рівнем прагнення.

Вона може бути правильною (адекватною), коли думка людини про себе збігається з тим, якою вона є насправді [9]. Людина правильно співвідносить свої здібності та уміння, досить критична до себе, прагне реально дивитися на свої невдачі та успіхи, намагається ставити перед собою досяжні цілі. При цьому до оцінки

досягнутого людина підходить не тільки своїми мірками, а й намагається передбачити, як на це відреагують інші люди.

У тих випадках, коли людина не оцінює себе об'єктивно, коли її думка про себе різко відрізняється від того, якою її вважають інші, найчастіше самооцінка буває неправильною (неадекватною), яка поділяється на завищену і занижену. При неадекватно заниженій самооцінці особистість оцінює себе нижче від своїх реальних можливостей. Зазвичай це призводить до невпевненості в собі, сором'язливості та несміливості, нездатності реалізувати свої здібності. Надмірно занижена самооцінка може свідчити про розвиток комплексу неповноцінності, про невпевненість у собі, відмову від ініціативи, байдужість, самозвинувачення і тривоги. Такі люди не ставлять перед собою складних цілей, обмежуються вирішенням повсякденних завдань, надто критичні до себе.

Самооцінка є результатом інтегративної роботи у сфері самопізнання, з одного боку, та у сфері емоційно-ціннісних самовідносин, з іншого. Самооцінка – конструкт мінливий, вона постійно змінюється, вдосконалюється. Самооцінка зумовлена поєднанням властивих людині самопізнання і світогляду, норм і цінностей. Саме самооцінка виконує функцію регуляції поведінки і діяльності, оскільки вона може співвідносити потреби і домагання людини з її можливостями [11].

Складний взаємозв'язок між самооцінкою та вербальною агресією дає можливість зрозуміти тонкощі міжособистісного спілкування, моделей спілкування та психологічної динаміки. Відповідно того, як люди орієнтуються у своєму соціальному середовищі, їхня самооцінка впливає на те, як вони сприймають себе по відношенню до інших і як вони вирішують висловлювати свої думки та емоції. Психологічні першоджерела припускають, що люди з різним рівнем самооцінки, ймовірно, будуть використовувати різні стратегії спілкування, зокрема вербальну агресію. Люди з високою самооцінкою часто демонструють моделі спілкування, що характеризуються наполегливістю, співчуттям та увагою до почуттів інших. Вищий рівень самооцінки пов'язаний з більшою емоційною стійкістю, що змушує людей обирати неагресивні стратегії спілкування у складних ситуаціях. Позитивне самосприйняття може бути захистом за необхідності використовувати вербальну агресію як затвердження домінування чи отримання визнання. Однак у разі неадекватно завищеної самооцінки індивіди, що мають такі показники, більш схильні до прояву вербальної агресії, оскільки самооцінка перебуває у конфлікті із зовнішньою оцінкою соціуму (оцінка вище і не відповідає самооцінці). У такому разі виявляються вищі показники агресії. З іншого

боку, люди з низькою самооцінкою можуть бути більш схильні до використання вербальної агресії як захисного механізму або стратегії для підвищення свого статусу, що сприймається, а також встановлення контролю. Вербальна агресія може служити щитом від подальшої емоційної шкоди, хоч і на мить, оскільки вона створює видимість впевненості та контролю [7].

Зв'язок між самооцінкою та вербальною агресією опосередкований різними психологічними механізмами. Емоційне регулювання відіграє ключову роль, оскільки людям з низькою самооцінкою може бути важко ефективно керувати негативними емоціями. Вербальна агресія може бути засобом вираження чи полегшення емоційного стресу, маскуючи глибшу невпевненість чи вразливість. Крім того, самосприйняття впливає на те, як люди інтерпретують агресивну взаємодію та реагують на неї. Люди з високою самооцінкою можуть з меншою ймовірністю інтерпретувати двозначне спілкування як агресивне, тоді як люди з низькою самооцінкою можуть бути схильні сприймати ворожість там, де її може не бути.

Зв'язок між самооцінкою та вербальною агресією додатково ускладнюється пом'якшувачими факторами, такими як стать і контекст. Гендерні відмінності у стилях спілкування та соціалізації сприяють різним моделям вербальної агресії. Чоловіки можуть вдаватися до більш прямої та конфронтаційної мови, щоб затвердити своє домінування, тоді як жінки можуть використовувати непряму, або реляційну, агресію, щоб захистити свою самооцінку. Контекст також визначає ступінь впливу самооцінки на вербальну агресію. Конкурентне чи загрозливе середовище може посилити зв'язок між низькою самооцінкою та вербальною агресією [4].

Отже, підсумовуючи теоретичний аналіз, слід сказати, що дослідження самооцінки як детермінанти вербальної агресії підкреслює складну взаємодію між окремими психологічними процесами та міжособистісною динамікою. Розуміння взаємозв'язку між самооцінкою та вербальною агресією має важливі наслідки для розвитку більш здорових моделей спілкування та полегшення вирішення конфліктів. Спрямовуючи втручання, які покращують емоційне регулювання, підвищують самооцінку та розвивають навички впевненого спілкування, можна знизити ймовірність участі в агресивних вербальних взаємодіях. Отже, для експериментальної частини ми взяли респондентів юнацького віку та різної статі, адже оточення особистостей цього вікового періоду, що було в юності, не завжди зберігається в подальшому житті, але вміння встановлювати дружні зв'язки формується переважно в цей період.

Для дослідження гендерних особливостей самооцінки як детермінанта вербальної агресії були використані чотири методики, дві з яких були спрямовані на дослідження рівня самооцінки: 1) «Експрес-діагностику рівня самооцінки особистості»; 2) методику «Діагностика самооцінки» Дембо – Рубінштейн. Інші дві методики були спрямовані на визначення прояву вербальної агресії 1) методику «Агресивна поведінка» Є.П. Ільїна, П.А. Ковальова; 2) «Опитувальник агресивності» Баса – Дарки [6].

Отже, за допомогою перелічених методик нами було визначено, що рівні самооцінки у гендерів різні. У дівчат домінує відсоток низького рівня самооцінки, а саме 50%, а у хлопців найбільший показник середнього рівня самооцінки – 50%. Що стосується вербальної агресії, то завдяки методиці «Агресивна поведінка» та «Опитувальнику агресивності» Баса – Дарки ми отримали показники високого рівня прояву вербальної агресії у 5 хлопців та у 10 дівчат. У відсотковому значенні з огляду на всю групу респондентів показник прояву вербальної агресії становив 57% у дівчат та 43% у хлопців. Це демонструє нам гендерну особливість прояву вербальної агресії за рахунок того, що юнаки з високим рівнем самооцінки більш схильні до прояву агресії. На відміну від протилежної статі, показники вербальної агресії у дівчат низьким рівнем самооцінки виражаються частіше. Загалом причиною цього є те, що дівчата використовують вербальну агресію задля захисної реакції та спроби відвернути увагу від власної невпевненості, на відміну від хлопців. Представники чоловічої статі зазвичай використовують вербальну агресію як спосіб влитися у групу однолітків та досягти визнання у ній, де цінується наполегливість та домінування. Ці показники як у дівчат, так і у хлопців підтверджують нашу гіпотезу стосовно гендерних особливостей самооцінки як детермінанта вербальної агресії. Для більш наукового способу підтвердження нами були використані параметричні методи математичної статистики, зокрема визначення коефіцієнту кореляції Пірсона. За допомогою кореляційного аналізу було виявлено:

1) прямий зв'язок між низькою самооцінкою дівчат та високим рівнем вербальної агресії ( $p = 0,994$ );

2) високу самооцінку хлопців та вербальну агресію ( $p = 0,997$ ).

Отже, згідно з отриманими даними можна зробити такий висновок: гендерні особливості самооцінки є тим показником, який впливає на підвищену схильність проявляти вербальну агресію або реагувати на неї, що тягне за собою вплив на ефективність життєдіяльності і спілкування, а також прояв емоційної нестійкості.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Бандура А., Уолтерс Р. Підліткова агресія. Вивчення впливу виховання та сімейних відносин. Київ, 2010. 512 с.
2. Ворона М.В. Гендерні стереотипи: сутність, функції, наслідки. *Статистика України*. 2010. № 4. С. 71–74.
3. Гапон Н.П. Поширеність агресії та її види. *Соціальна психологія* : навчальний посібник. Львів, 2008. С. 158–161.
4. Городнова Н.М. Гендерний розвиток особистості : методичний посібник. Київ : Шкільний світ, 2008. 128 с.
5. Марценюк Т. Гендерна рівність і недискримінація : посібник для експертів і експерток аналітичних центрів. Київ, 2014. 65 с.
6. Опитувальник Баса – Дарки для виявлення форм агресивних і ворожих реакцій. *Світ психології*. 2020.
7. Реан А.А. Профілактика агресії та асоціально-сті неповнолітніх. *Національний психологічний журнал*. 2018.
8. Смалько Ф.В., Ямницький В.М. Сучасні аспекти вивчення поведінкової та вербальної агресії : збірник наукових праць Рівненського державного гуманітарного університету. Випуск 3. 2014. С. 135–138.
9. Структура самооцінки та рівня домагань особистості і її урахування у виховному процесі. *Педагогіка та психологія* : збірник наукових праць. Харківського державного педагогічного університету. 2001. Вип. 19. Ч. 2. С. 66–70.
10. Buss A. *The psychology of aggression*. N.Y. : Academic Press, 1961.
11. Feachers of aggressive behavior in adolescent age / T. Shcherban, I. Bretsko, V. Varha. *Social Work and Education*. 2022. Vol. 9. No. 3. P. 422–433.

## ТЕХНОЛОГІЇ ВІРТУАЛЬНОЇ ТА ДОПОВНЕНОЇ РЕАЛЬНОСТІ У ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ ГЕОМЕТРІЇ: ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДОСЛІДНИЦЬКОГО НАВЧАННЯ УЧНІВ

### VIRTUAL AND AUGMENTED REALITY TECHNOLOGIES IN THE PROCESS OF TEACHING GEOMETRY: PSYCHOPHYSIOLOGICAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS' RESEARCH LEARNING

У дослідженні наводяться психофізіологічні аспекти використання технологій віртуальної та доповненої реальності дитини у процесі дослідницького навчання учнів геометрії, аналізуються відповідні фактори і показники впливу. Мета експериментального дослідження полягає в досягненні ґрунтовного розуміння феномену присутності дитини та психофізіологічного впливу комп'ютерної техніки у віртуальному середовищі на процес дослідницького навчання учнів геометрії. Для досягнення завдань дослідження використовуються експериментальні майданчики "Clever: School of Natural and Mathematical Sciences". Особлива увага приділяється виявленню ризиків, труднощів і небезпек у віртуальному середовищі з метою виокремлення важливих тенденцій для перспективного подальшого інтелектуального розвитку дітей з методично вмотивованим використанням компонентів комп'ютерно орієнтованої методичної системи дослідницького навчання (КОМСДН) у процесі навчання учнів геометрії. Розроблено класифікацію дослідницьких задач у рамках експериментального дослідження. Здійснено порівняльну характеристику із урахуванням особливостей використання AR/VR у процесі дослідницького навчання. Особлива увага приділяється експериментальному дослідженню впливу IVR на психофізіологічний стан і розвиток інтелекту дітей. У процесі дослідження особлива увага зверталася на сенсорну систему дитини, яка має здатність підлаштовуватися під оточуюче середовище. Досліджено існування кореляційних зв'язків між перевагами у ставленні дітей до використання IVR і рівнями інтелектуального розвитку дітей. Встановлено необхідність здійснення добору ІТ для підвищення мотивації і рівня інтелектуального розвитку дітей. Результати виявилися значущими на рівні достовірності  $p \leq 0,05$ . Отримані у процесі експериментального дослідження дані використовувалися для здійснення аналізу найбільш актуальних у процесі дослідницького навчання учнів на уроках геометрії VR/AR КОМСДН.

**Ключові слова:** дослідницьке навчання, AR, VR, іммерсивні технології, рівні інтелектуального розвитку, дослідницька задача, комп'ютерно орієнтована методична система

дослідницького навчання, інтелект, когнітивний розвиток, глибоке навчання, математичне моделювання.

The study presents psychophysiological aspects of the use of virtual and augmented reality technologies in the process of exploratory teaching of geometry to students, analyses the relevant factors and indicators of influence. The purpose of the experimental study is to achieve a thorough understanding of the phenomenon of the child's presence and the psychophysiological impact of computer technology in the virtual environment in the process of exploratory teaching of geometry to students. To achieve the research objectives, the experimental platforms "Clever: School of Natural and Mathematical Sciences". Special attention is paid to the identification of risks, difficulties and dangers in the virtual environment in order to highlight important trends for the prospective further intellectual development of children with methodologically motivated use of components of the computer-oriented methodological system of research training (COMSRL) in the process of teaching geometry to students. The classification of research tasks within the experimental study is developed, and accordingly a comparative characterisation is carried out, taking into account the peculiarities of the use of AR/VR in the process of research learning. Special attention is paid to the experimental study of the impact of IVR on the psychophysiological state and the development of children's intelligence. In the course of the study, special attention was paid to the behaviour of the child's sensory system, which has the ability to adapt to the environment. The existence of correlations between children's preferences in the use of IVR and their level of intellectual development was investigated. The necessity of choosing IT to increase the motivation and level of intellectual development of children, which leads to an increase in the effectiveness of research-based teaching of geometry, was established. The results were significant at the level of reliability  $p \leq 0,05$ . The data obtained in the course of the experimental study were used to analyse the most relevant issues in the process of research teaching of students in VR/AR COMSRL geometry lessons.

**Key words:** research teaching, AR, VR, immersive technologies, levels of intellectual development, research task, computer-oriented methodological system of research teaching, intelligence, cognitive development, deep learning, mathematical modelling.

УДК 373.5:5]:007  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.22>

#### Гриб'юк О.О.

к.пед.н., старший науковий співробітник, провідний науковий співробітник відділу технологій відкритого навчального середовища  
Інститут цифровізації освіти  
Національної академії педагогічних наук України,  
доцент кафедри комп'ютерних наук та інженерії програмного забезпечення  
Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая

**Вступ.** Підвищення значущості експериментальних методів у математичній науці, що відбулося під впливом розвитку комп'ютерної техніки, призвело до постановки задачі створення таких умов навчання математики, що сприятимуть вихованню в учнів якостей математика-експериментатора як доповнення до якостей математика-теоретика. Нижче

наведені найважливіші з таких особливостей: володіння знаннями про можливості та обмеженість експериментальних методів і засобів у математиці; здатність ставити і проводити математичні експерименти різних типів з використанням підручних і комп'ютерних засобів відповідно до їхньої ролі та місця у процесі навчального пізнання; здатність раціонально

поєднувати застосування експериментальних і теоретичних методів у процесі розв'язання навчально-дослідницьких завдань; здатність формулювати адекватні висновки на основі експериментальних даних з урахуванням обмеженості можливостей експериментального методу, а також відмінностей експериментів, які проводяться підручними та комп'ютерними засобами VR/AR [1; 2; 4].

Доцільність використання технологій віртуальної та доповненої реальності, відповідного інформаційно-психологічного впливу досліджується філософами, педагогами, психологами і соціологами. Здійснено класифікацію інформаційно-психологічних чинників і виокремлення механізму їх впливу на створення мас і окремого індивіда [2]. Актуальність досліджень щодо використання IVR у шкільній освіті беззаперечна. На підставі аналізу наукових публікацій щодо використання імерсивних технологій можна стверджувати про їх неоднозначний вплив на процеси розвитку мислення учнів, на результати навчання. У дослідженнях [3] наголошується на необхідності врахування питань етики, безпеки використання і захисту здоров'я дітей у процесі проектування IVR. У результаті педагогічного експерименту виявлено численні проблеми, такі як: конфіденційність; невміння/нездатність учнів концентрувати увагу; дорожня обладнання; побоювання щодо підміни ролі і місця «нового ґаджета» у контексті педагогічного дизайну навчально-виховного процесу; відсутність педагогічно виваженого і методично вмотивованого використання програмного забезпечення IVR. Дотепер не приводилося масштабних наукових досліджень щодо впливу занурення у віртуальну реальність на здоров'я людини. Невідомі короткотривалі і довготривалі наслідки впливу такого занурення.

Мета експериментального дослідження полягає в досягненні ґрунтовного розуміння феномену присутності дитини та психофізіологічного впливу комп'ютерної техніки у віртуальному середовищі в процесі дослідницького навчання учнів геометрії. Для досягнення завдань дослідження використовуються експериментальні майданчики “Clever: School of Natural and Mathematical Sciences” [4]. Особлива увага приділяється виявленню ризиків, труднощів і небезпек у віртуальному середовищі з метою виокремлення важливих тенденцій для перспективного подальшого інтелектуального розвитку дітей з методично вмотивованим використанням компонентів комп'ютерно орієнтованої методичної системи дослідницького навчання (КОМСДН) у процесі навчання учнів геометрії [5].

Виклад основного матеріалу. Досягнення цих освітніх результатів вимагає, по-перше, включення в практику математичної освіти

форм організації навчальних занять (або частини занять), які аналогічні формам, що використовуються під час вивчення дисциплін природничо-наукового блоку для формування якостей природодослідника (демонстраційні експерименти, самостійні лабораторні роботи, лабораторні практикуми, експериментальні дослідження учнів) [6]; по-друге, організації на таких заняттях навчально-дослідницької діяльності у стилі експериментальної математики, що забезпечує поступове формування в учнів перелічених вище якостей з використанням КОМСДН; по-третє, розв'язання питань добору змісту таких занять з урахуванням ролі експериментальних методів в історії розвитку математики та діяльності у сфері математики та її застосування сьогодні.

Опису наших поглядів на розв'язання цих найважливіших методичних завдань у контексті експериментальної математики і присвячено цю статтю.

Дидактична модель дослідницького навчання КОМСДН [2]. Під час побудови моделі спираємося на такі вихідні дані, які впливають із наведених нижче [7]:

1) дослідницьке навчання математики в закладах загальної середньої освіти – це виокремлення на всіх або окремих етапах дидактичного циклу в діяльність, схожу з діяльністю вчених у галузі експериментальної математики;

2) специфіка методології експериментальної математики полягає в доцільному використанні можливостей, що надаються експериментальним і теоретичним підходами із педагогічно виваженим і методично умотивованим використанням компонентів комп'ютерно орієнтованої методичної системи дослідницького навчання (КОМСДН);

3) у процесі проектування кожного дидактичного циклу вчитель щоразу ухвалює рішення щодо того, який підхід – репродуктивний чи дослідницький – і з яким ступенем повноти застосовувати на кожному з етапів з урахуванням принаймні трьох основних чинників: М-рівня базової математичної підготовки учнів (для позначення чинника обрано першу літеру слова “mathematics”); І-рівня сформованості в учнів якостей математика-експериментатора і математика-теоретика (для позначення чинника обрано першу букву слова “inquiry”); Т-ліміту навчального часу, що відведений для навчання.

**Метою** побудови дидактичної моделі є дослідження впливу поєднання поточних значень чинників  $M(t)$ ,  $I(t)$ ,  $T(t)$  на ухвалення вчителем рішення щодо ступеню відображення стилю експериментальної математики на окремих етапах дидактичного циклу дослідницького навчання математики. Під моделлю розуміють таку подумки уявлювану або мате-

ріально реалізовану систему, яка, відбиваючи або відтворюючи об'єкт дослідження, здатна заміщати його так, що її вивчення дає нам нову інформацію про об'єкт [8]. Пропоноване визначення містить у собі чотири властивості цього поняття: уявна або матеріальна система; замісник об'єкта дослідження; носій значущих властивостей об'єкта дослідження, відображених у вихідних відомостях про нього; засіб для отримання нових відомостей про об'єкт дослідження.

Дидактична модель у рамках експериментального дослідження [9] є замісником не одного, а двох об'єктів – дидактичного циклу навчання математики (А) і гносеологічного циклу експериментальної математики (В). Пропонована дидактична модель КОМСДН використовується з метою відображення не тільки основних властивостей пропонованих об'єктів, а й у міцних взаємозв'язках (С) з їхніми властивостями. Значення міцності взаємозв'язків між властивостями цих об'єктів не може бути зафіксоване в моделі однозначно, тому що воно залежить від поточних (змінних залежно від часу  $t$ ) значень набору принаймні трьох таких чинників:  $M(t)$  – рівня базової математичної підготовки учнів, досягнутого на момент часу  $t$ ;  $I(t)$  – рівня сформованості в них особливостей/якостей математика-експериментатора та математика-теоретика, досягнутого на момент часу  $t$ ;  $T(t)$  – наявного на цей момент ліміту часу на опрацювання навчального матеріалу [2].

Призначення цієї моделі також відрізняється від зазначеного, оскільки дидактична модель має передпроектний характер, тобто вона використовується в контексті інформаційного підґрунтя для проектування такого процесу дослідницького навчання математики з елементами експериментальної математики, що забезпечує формування в учнів стилю мислення математика-експериментатора, які перебувають у зоні найближчого розвитку в момент часу  $t$ . У межах експериментального дослідження [10] під дидактичною моделлю дослідницького навчання в стилі експериментальної математики ми розумітимемо інформаційну систему, що характеризує повноту реалізації на етапах дидактичного циклу дослідницького навчання математики гносеологічного циклу експериментальної математики. Було сформульовано дві гіпотези. 1. Показники обдарованості учнів, які проживають в різних соціокультурних середовищах, відрізняються, оскільки вони беруть участь в різних полісистемних процесах. Відповідно, належність учнів до систем різного порядку проявляється в психологічних рисах учнів. 2. Духовність учнів виявляється по-різному, тому ціннісний життєвий простір обдарованих учнів відрізнятиметься за структурою.

Можливість експериментального дослідження, як відомо, визначається рівнем математичної підготовки дослідника та рівнем оволодіння математичними основами дослідження [11]. У зв'язку з цим ідеться не про загальнокультурний рівень математичної підготовки учня, а про рівень його математичної підготовки, достатній для освоєння запланованого вчителем елемента предметного змісту у процесі дослідницького навчання. Обсяг наявних в учнів знань має бути таким, щоб забезпечити можливість створення чуттєвого образу об'єкта дослідження на основі вихідних даних, проектування, конструювання його дослідницької моделі, перетворення вихідних даних і чуттєвого образу. Такими міркуваннями визначається прийняття кваліметричної шкали оцінювання рівня математичної підготовки учня ( $M$ ) [12]. Значення 0 і 3 у цій шкалі є граничними, тому що  $M=0$ , що відповідає можливостям організації продуктивної діяльності не тільки теоретичного характеру, але й експериментального;  $M=3$ , що надає можливість вільного вибору або навіть поєднання стилів продуктивної діяльності в навчальному пізнанні.

Найважливішим чинником, що забезпечує можливість опанування змісту в дослідницькому навчанні, є також володіння методологічними основами дослідження. Ступінь самостійності учнів у проведенні навчальних досліджень, віднесених до стилю експериментальної математики, визначається рівнем розвитку в них відповідних методологічних знань про експериментальні методи, що використовуються у процесі дослідницького навчання математики. На підставі аналізу результатів експериментального дослідження [3; 13] можна зробити висновок, що розвиток методологічних знань супроводжується зміною форми їхнього існування (неявні особистісні знання учнів – неявні; потім частково виявлені міжособистісні знання – об'єктивізовані надособистісні знання), супроводжуваною двома процесами – їхньою раціоналізацією та генералізацією. Методологічні знання зароджуються в момент інсайту (осаяння) або передаються в процесі сприйняття зразків діяльності, що їх пропонує вчитель. Усвідомлення екстрапізнавальної значущості методологічного знання відбувається поступово під час нагромадження уявлення про інші ситуації успішного застосування нової ідеї. Об'єктивізація методологічного знання починається із зіткнення із ситуаціями його неефективності за умови реалізації спроби розкриття причин цієї неефективності. Об'єктивізація є необхідним підґрунтям для виникнення здатності до усвідомленої саморегуляції використання методологічних знань включно зі здатністю критичного оцінювання типового стилю, варіювання

та поєднання стилів дослідницького навчання [14; 23].

Віртуальна реальність (VR) – це 3D-комп'ютерне середовище, з використання якого можна здійснювати симуляцію реального світу, наближену до реального. Віртуальне середовище можна проектувати з використанням персонального комп'ютера, мобільного застосунку або дисплею HMD, який може бути представлений гарнітурою або окулярами.

Імерсивна віртуальна реальність (IVR) з використанням HMD – технологія для створення відчуття присутності (в т.ч. психологічної присутності) користувача у віртуальному просторі. З використанням різноманітних технологій IVR створюються різні рівні завантаження та відчуття присутності в штучному (імітованому) середовищі [15; 23]. Можливості варіативно змінюються від пасивного спостереження за віртуальним світом до таких, де користувач забезпечується обмеженою навігацією та взаємодією, а також до віртуального середовища, де користувач здійснює маніпуляції (переміщення), взаємодіючи, в результаті чого набувається індивідуальний досвід. Здійснення дослідницького навчання можливе за нижче наведених варіантів / способів [16]: 1) перший досвід із врахуванням соціально-конструктивістської концепції навчання шляхом емпіричного відкриття; 2) природна семантика у контексті пропедевтики вивчення символів і абстракцій (наприклад, здійснення маніпуляцій кутами, сторонами многокутників перед вивченням важливості дослідження кутів у математиці); 3) уточнення навчального матеріалу/знань у процесі перетворення абстрактних ідей у сформовані наукові положення/теорії (наприклад, «подорож із вірусом» у процесі мутації та поширення в популяції тощо); 4) розмір і масштабованість з метою зміни розмірів об'єктів/середовища з метою забезпечення взаємодії з мікро/макросвітом (наприклад, маніпуляції з атомами); 5) трансдукція (наприклад, моделювання шляхів міграції китів, морських свинок, вивчення яких дозволяє учням досліджувати шляхи різноманітних видів тощо); зміна перспективи в контексті використання IVR як «механізму/машини співчуття, співпереживання» задля ламання стереотипів [23].

Виробники обладнання IVR оприлюднили рекомендації щодо охорони праці і техніки безпеки з урахуванням вікових обмежень щодо використання імерсивних технологій [17]. Учитель перед використанням IVR в навчальному процесі повинен ознайомитися з рекомендаціями виробників. Необхідно обов'язково врахувати когнітивні, лінгвістичні, фізичні (перцептивні, рухові), емоційні (афективні), соціальні та моральні особливості в контексті розвитку

перед використанням IVR у процесі навчання, оскільки використання IVR може призвести до виникнення шкідливої реакції у дітей, які не в змозі когнітивно регулювати такий набутий досвід. Маленькі діти можуть набувати хибних переконань, підмінюючи поняття, що віртуальний світ і є реальним [18]. Неможливо передбачити процес виникнення у дитини кібернетичної хвороби (різновид захитування!), саме тому вчитель повинен навчати учнів виявленню симптомів з метою попередження шкідливого впливу віртуальної реальності з інтенсивним використанням IVR [23].

Конфіденційність учнів потрібно враховувати не лише під час ведення записів у системі IVR, але й для забезпечення даних задля уникнення накопичення біометричних даних виробниками обладнання і програмного забезпечення віртуальної реальності. Біометричні дані – це автоматизоване розпізнавання на накопичення даних про біологічні та поведінкові характеристики людей, що можуть піддаватися модифікації (наприклад, розпізнавання обличчя, відстежування руху очей, руху верхніх і нижніх кінцівок тощо). Інтеграція біометрії в імерсивні технології створюватиме проблеми щодо питань згоди й конфіденційного зберігання даних людини. У навчально-виховному процесі учнів необхідно враховувати наслідки використання імерсивних технологій для забезпечення конфіденційності учнів. Рекомендації для вчителів щодо використання IVR пропонуються в рамках експериментального дослідження [16; 22]. У процесі створення та поширення VR-контенту було враховано питання конфіденційності та культури (наприклад, розміщення зображення людей, локалізації, інформаційних повідомлень у рамках використання застосунків VR), питання інтелектуальної власності (проблема використання власником платформи VR-контенту, створеного учнями), проблему авторського права (чи порушуються користувачами/власниками авторські права) [23].

Доповнена реальність у процесі навчання геометрії [19; 22; 23]. З використанням доповненої реальності (AR) в режимі реального часу здійснюється накладання відомостей, згешерованих комп'ютером, і віртуальних об'єктів на фізичний об'єкт. Доповнена реальність створюється з використанням персональних комп'ютерів, проєкційних систем, мобільних засобів і дисплеїв (гарнітура, окуляри). Переваги використання доповненої реальності в процесі дослідницького навчання геометрії наведені нижче: перетворення контенту з текстового формату у візуальні та інтерактивні форми; можливість AR-моделювання шляхом віртуального переміщення у важко доступні для людини місця (наприклад, здійснення польових досліджень у віддалених місцях). Недо-

ліки використання AR наведено нижче: когнітивне перевантаження, відволікання учнів від основних аспектів дослідницького навчання. Рекомендації для учителів щодо безпечної та етичного використання доповненої реальності пропонуються у рамках експериментального дослідження (див. рис. 1) [20; 22; 23].

Дослідницькі (когнітивні) задачі на уроках геометрії ефективно та швидко розв'язуються з використанням сучасних комп'ютерних систем [2], а пізнавальні завдання дотепер залишаються недосяжними для комп'ютерів, проте людина легко з ними може впоратися [21].

Із урахуванням різноманітних досягнень у галузі машинного навчання момент створення універсального штучного інтелекту (AGI) відтерміновано у нескінченність, відповідно прослідковуються лише теоретичні можливості такої реалізації.

Моделі глибокого навчання представляються у вигляді чорного ящика. Приклади використання методів навчання DeepViz є винятковими ситуаціями.

Глибоке навчання потребує аналізу численних зразків, а відповідні набори даних не завжди доступні порівняно з біологічними системами навчання. Наприклад, дитині часто достатньо запропонувати один приклад для реалізації дослідницького навчання. У моделях глибокого навчання трапляються помилки

незрозумілого походження. Безперечно, вони з'являються у процесі зміни лише одного пікселю вхідного зображення. У моделях глибокого дослідницького навчання не передбачається використання знань про навколишній світ, у тому числі в процесі прийняття рішень не використовуються численні фактори та евристичні алгоритми. У моделях глибокого навчання передбачена кореляція між деякими входами  $x$  та виходами  $y$  не використовується з метою оцінювання причинно-наслідкових зв'язків. Здібності/здатності здійснення переходу від передбачення кореляції між змінними до виявлення причинно-наслідкових зв'язків між ними має виключне значення у процесі розвитку універсального штучного інтелекту (AGI). Перспективою подальшого дослідження є вирішення описаних вище проблем з виваженим використанням технології штучного інтелекту [2].

Особлива увага у процесі дослідження приділяється розробленню і уточненню компонентів комп'ютерно орієнтованих методичних систем дослідницького навчання із використанням комп'ютерного зору (наприклад, у процесі традиційного машинного навчання необхідно завчасно виокремити візуальні аспекти/ознаки на підставі узагальнення тривалого досвіду роботи в досліджуваній галузі). З використанням моделей глибокого навчання



Рис. 1. Комп'ютерне моделювання в контексті інших методів пізнання КОМСДН



здійснюється автоматичне виявлення ознак без особливих знань у відповідній галузі для їхнього впровадження. Відбувається повторення (імітація) [2] візуальних/художніх образів (ідеться про наявність генеративно-змагальних зв'язків з використанням моделей глибинного навчання, використання яких забезпечує створення реалістичнішого зображення порівняно з наявними методами/підходами. Цікавими є ігри в гейміфікацію (наприклад, можливості здійснення глибинного навчання із використанням алгоритму AlphaZero, в тому числі без використання БЗ). Перспективним є опрацювання природної мови (наприклад, у процесі традиційного машинного навчання з метою створення ефективного алгоритму потрібно враховувати багаторічний досвід у лінгвістиці, розуміти семантичні, синтаксичні особливості конкретної мови). Моделі глибинного навчання працюють ефективніше порівняно з традиційними підходами/методами, в тому числі з використанням моделей аналізуються і виявляються відповідні ознаки, не потребуючи відповідного лінгвістичного досвіду розробників.

З урахуванням того факту, що можливості здійснення класифікації візуальних образів є прикладом вузькоспеціалізованого штучного інтелекту (ANI), при цьому не спостерігається тенденція щодо сповільнення експоненційного зростання об'ємів цифрових даних,

з'являються надії щодо виникнення AGI. Безперечно, більшість даних, які створюються, низької якості, наприклад, розміщені у відкритих БЗ. Швидкість зростання виробничих потужностей окремих процесорів може сповільнюватися, однак масове розпаралелення матричних операцій у графічних процесорах і серед численних серверів буде продовжувати збільшувати необхідну обчислювальну потужність. У рамках експериментального дослідження [2] спостерігається стрімке зростання щодо удосконалення методів і алгоритмів для ефективного здійснення аналізу наборів даних з метою виявлення типових шаблонів з використанням глибинного навчання. Безперечно, завдяки наявності відповідної інфраструктури програмного забезпечення першого покоління (наприклад, операційні системи з відкритим вихідним кодом та мови програмування у поєднанні з бібліотеками, методами програмного забезпечення другого покоління, що поширюються з використанням arXiv, GitHub тощо) та з урахуванням низької вартості послуг хмарних обчислень (Amazon Web Services, Microsoft Azure, Google Cloud Platform) зростають можливості для здійснення експериментального дослідження з використанням великих наборів даних. Розглянемо доцільність та фактичність використання інформаційних ресурсів у процесі дослідницького навчання геометрії (див. таблиці 1–5).

Таблиця 1

**Структура доцільного та фактичного використання інформаційних ресурсів у процесі навчання математики**

Назва групи інформаційних ресурсів	Використання (у %)	
	доцільне	фактичне
Динамічні візуалізації	15,1	3,9
Статичні візуалізації	15,6	33,2
Програмне забезпечення навчального призначення	18	11,9
Навчальний матеріал	18,2	28,3
Програмне забезпечення для здійснення контролю	12	21
Комп'ютеризовані навчальні лабораторії	15,6	0
Інші	21,1	1,7

Таблиця 2

**Структура доцільного та фактичного використання інформаційних ресурсів у процесі навчання фізики**

Назва групи інформаційних ресурсів	Використання (у %)	
	доцільне	фактичне
Динамічні візуалізації	10,5	9,52
Статичні візуалізації	20,2	27,8
Програмне забезпечення навчального призначення	16,4	11,3
Навчальний матеріал	11,5	11
Комунікації та Інтернет	14	8,21
Програмне забезпечення для здійснення контролю	10	15,8
Інші	17,3	16,4

**Структура доцільного та фактичного використання інформаційних ресурсів у процесі навчання біології**

Назва групи інформаційних ресурсів	Використання (у %)	
	доцільне	фактичне
Динамічні візуалізації	12,4	0
Статичні візуалізації	21,1	29,7
Пошукові системи		10,6
Програмне забезпечення навчального призначення	10,3	0
Навчальний матеріал	16,3	21,2
Програмне забезпечення для здійснення контролю	9,52	11,9
Інтегровані програмні системи	12,7	14,6
Інші	17,7	1,35

Таблиця 4

**Структура доцільного та фактичного використання інформаційних ресурсів у процесі навчання хімії**

Назва групи інформаційних ресурсів	Використання (у %)	
	доцільне	фактичне
СКМ математичного моделювання	9,53	0
Статичні візуалізації	32,1	56,1
Програмне забезпечення навчального призначення	8,5	3,15
Навчальний матеріал	21,2	32
Програмне забезпечення для здійснення контролю	6,86	5
Пошукові системи	0	1,85
Комунікації та Інтернет	8,2	1,3
Інші	13,6	0,556

Таблиця 5

**Організація дослідницького навчання на прикладі математики з урахуванням рівнів інтелектуального розвитку учнів**

№ з/п	Варіант	Практична реалізація	Недоліки
1.	Приведення у відповідність компонентів процесу дослідницького навчання геометрії навчальним уподобанням учнів	Угрупування учнів з відповідними рівнями інтелектуального розвитку та використання в кожному з класів відповідних прийомів та засобів дослідницького навчання геометрії	Установлені нормативні співвідношення вчитель/учень не дозволяють вільно варіювати кількість та склад учнів у класах. Такий підхід не створює умов для інтелектуального розвитку
2.	Створення спеціального навчального середовища, де учні зможуть обирати індивідуальну траєкторію навчання геометрії відповідно до рівня інтелектуального розвитку учня	Робота учнів з адаптивними навчальними ресурсами	Вимагається використання спеціального програмного забезпечення. Вітчизняні розробки програмних засобів такого типу для навчання геометрії практично відсутні
3.	Ідентифікація групового середнього типу та вибір відповідних інформаційних ресурсів	Використання набору різних інформаційних ресурсів, що відповідають специфічним перевагам класу (групи учнів)	Неявно виражений дисконфорт для деяких учнів, який не перешкоджає дослідницькому навчанню геометрії

На основі аналізу наукової літератури вітчизняних та зарубіжних дослідників, власного досвіду застосування програмних продуктів навчального призначення, результатів експериментального дослідження сформульовано основні положення, що використовуються педагогами для вибору інформацій-

них ресурсів [2]. Інтеграція добору ресурсів з методами навчання предметів природничо-математичного циклу з урахуванням рівнів інтелектуального розвитку учнів у реальних умовах освітнього процесу відрізняє пропонуване дослідження від інших у цій галузі [22].

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Hrybiuk O. Psychophysiological aspects of the phenomenon of a child's presence in a virtual environment in the process of research learning: results of empirical research. *European potential for the development of pedagogical and psychological science: Collective monograph*. Riga, Latvia : Baltija Publishing, 2021. P. 147–187.
2. Гриб'юк О.О. Дослідницьке навчання учнів предметів природничо-математичного циклу з використанням комп'ютерно орієнтованих методичних систем : монографія. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019. 858 с.
3. Гриб'юк О.О. Дослідження розвитку інтелекту: особливості дослідницького навчання учнів з різними рівнями розвитку інтелекту в закладах загальної середньої освіти України та Польщі. Технології розвитку інтелекту. 2020. Том 4. № 3 (28). DOI: <http://doi.org/10.31108/3.2020.4.3.4>.
4. Гриб'юк О.О. Психофізіологічні підходи щодо проєктування комп'ютерно орієнтованих методичних систем дослідницького навчання учнів з педагогічно виваженим використанням імерсивних технологій. *Габітус*. 2022. Випуск 39. С. 95–103. DOI: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.39.17>.
5. Hrybiuk O. Problems of expert evaluation in terms of the use of variative models of a computer-oriented learning environment of mathematical and natural science disciplines in schools. *Zeszyty Naukowe Politechniki Poznańskiej. Seria: "Organizacja i Zarządzanie"*. Zeszyt. Nr 79. Poznań: Wydawnictwo Politechniki Poznańskiej (WPP), 2019. P. 101–119.
6. Hrybiuk O. Improvement of the Educational Process by the Creation of Centers for Intellectual Development and Scientific and Technical Creativity. *Advances in Manufacturing II. MANUFACTURING 2019. Lecture Notes in Mechanical Engineering / A. Hamrol, A. Kujawińska, M. Barraza* 2019. P. 370–382. Springer, Cham Online.
7. Hrybiuk O. Mathematical modeling as a means and method of problem solving in teaching subjects of branches of mathematics, biology and chemistry. *Proceedings of the First International conference on Eurasian scientific development. "East West" Association for Advanced Studies and Higher Education GmbH*. Vienna. 2014. P. 46–53.
8. Гриб'юк О.О. Рівнева модель дослідницького навчання учнів математики з використанням комп'ютерно орієнтованої методичної системи. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2020. Том 77. № 3. С. 39–65.
9. Гриб'юк О.О. Перспективи впровадження варіативних моделей комп'ютерно орієнтованого середовища навчання предметів природничо-математичного циклу у загальноосвітніх навчальних закладах України. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету. Серія «Педагогічна»*. 2016. С. 184–190.
10. Hrybiuk O. Experience in Implementing Computer-Oriented Methodological Systems of Natural Science and Mathematics Research Learning in Ukrainian Educational Institutions. *Innovations in Mechatronics Engineering. Lecture Notes in Mechanical Engineering / J. Machado, F. Soares*. 2022. P. 55–68. Springer, Cham Online.
11. Гриб'юк О.О. Імерсивні технології в освіті: особливості когнітивного розвитку дитини у віртуальному середовищі в процесі дослідницького навчання. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. Вінниця : ТОВ «Друк плюс», 2021. Вип. 62. С. 138–162. ISBN 978-966-2337-01-3.
12. Гриб'юк О.О. Педагогічне проєктування комп'ютерно орієнтованого середовища навчання дисциплін природничо-математичного циклу. *Наукові записки. Випуск 7. Серія «Проблеми методики фізико-математичної і технологічної освіти»*. Кіровоград : ПБВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2015. С. 38–50.
13. Hrybiuk O. Engineering in Educational Institutions: Standards for Arduino Robots as an Opportunity to Occupy an Important Niche in Educational Robotics in the Context of Manufacturing 4.0. *Proceedings of the 16th International Conference on ICT in Education, Research and Industrial Applications. Integration, Harmonization and Knowledge Transfer. Volume 27–32*, 2020. P. 770–785.
14. Hrybiuk O., Vedishcheva O. Experimental Teaching of Robotics in the Context of Manufacturing 4.0: Effective Use of Modules of the Model Program of Environmental Research Teaching in the Working Process of the Centers "Clever". *Innovations in Mechatronics Engineering II. icieng 2022. Lecture Notes in Mechanical Engineering*. Springer, Cham. 2022. DOI: [https://doi.org/10.1007/978-3-031-09385-2\\_20](https://doi.org/10.1007/978-3-031-09385-2_20).
15. Гриб'юк О.О. Дослідницьке навчання учнів з використанням імерсивних технологій у контексті їх впливу на інтелектуальний і психофізіологічний розвиток. *Перспективи та інновації науки. Серія «Педагогіка. Психологія. Медицина»*. 2021. № 5. С. 185–205. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-5\(5\)-185-204](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2021-5(5)-185-204).
16. Гриб'юк О.О. Імерсивні технології у процесі навчання предметів математичного циклу: становлення нової освітньої парадигми. *Педагогічні науки: теорія та практика*. Запоріжжя : Видавничий дім «Гельветика», 2021. № 4 (40). С. 35–45. DOI: <https://doi.org/10.26661/2786-5622-2021-4-05>.
17. Hrybiuk O. Improvement of the Educational Process by the Creation of Centers for Intellectual Development and Scientific and Technical Creativity. *Advances in Manufacturing II. MANUFACTURING 2019. Lecture Notes in Mechanical Engineering / A. Hamrol, A. Kujawińska, M. Barraza*. 2019. P. 370–382. Springer, Cham Online ISBN978-3-030-18789-7.
18. Гриб'юк О.О. Вплив інформаційно-комунікаційних технологій на психофізіологічний розвиток молодого покоління. *"Science", the European Association of pedagogues and psychologists. International scientific-practical conference of teachers and psychologists "Science of future": materials of proceedings of the International Scientific and Practical Congress. Prague (Czech Republic)*. Publishing Center of the European Association of pedagogues and psychologists "Science", Prague, Vol. 1, 2014. S. 190–207.
19. Hrybiuk O. Problems of expert evaluation in terms of the use of variative models of a computer-oriented learning environment of mathematical and natural science disciplines in schools, [w:] *Zeszyty*

*Naukowe Politechniki Poznańskiej. Seria "Organizacja i Zarządzanie", Zeszyt Nr 79, Poznań : Wydawnictwo Politechniki Poznańskiej (WPP), 2019. S. 101–119.*

20. Grybyuk O.O. Mathematical modeling as a means and method of problem solving in teaching subjects of branches of mathematics, biology and chemistry. *Proceedings of the First International conference on Eurasian scientific development. "East West" Association for Advanced Studies and Higher Education GmbH. Vienna, 2014. P. 46–53.*

21. Гриб'юк О.О. Когнітивна теорія комп'ютерно орієнтованої системи навчання природничо-математичних дисциплін та взаємозв'язки вербальної і візуальної компонент. *Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»*. Додаток 1 до Вип. 36, Том IV (64). 2015. С. 158–175.

22. Гриб'юк О.О. Педагогічне проєктування компонентів віртуальної і доповненої реальності КОМСДН у процесі дослідницького навчання учнів предметів природничо-математичного циклу у закладах загальної середньої освіти. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. Одеса : Видавничий дім «Гельветика», 2022. Вип. 83. С. 78–93. DOI: [HTTPS://DOI.ORG/10.32840/1992-5786.2022.83.13](https://doi.org/10.32840/1992-5786.2022.83.13).

23. Гриб'юк О.О. MR/VR/AR КОМСДН у процесі дослідницького навчання учнів предметів природничо-математичного циклу: специфіка педагогічного проєктування освітніх систем. *Цифрова трансформація освіти України в умовах воєнного стану : збірник матеріалів звітної наукової конференції Інституту цифровізації освіти НАПН України, м. Київ, 24 лютого 2023 р. Київ : ІЦО НАПН України, 2023. С. 102–114. DOI: 10.33407/lib.NAES.735053.*

## СТИЛІ ГУМОРУ ОСІБ ІЗ РІЗНИМИ ПРОФІЛЯМИ КОНСТЕЛЯЦІЇ РИС ТЕМНОЇ ТЕТРАДИ ТА СВІТЛОЇ ТРІАДИ

### HUMOR STYLES OF PERSONS WITH DIFFERENT PROFILES OF THE DARK TETRAD AND LIGHT TRIAD CONSTELLATION TRAITS

У статті здійснено теоретико-емпіричне дослідження зв'язку рис Темної Тетради та Світлої Тріади з проявами стилів гумору. Гумор – форма соціальної гри, яка дає змогу отримувати емоційне задоволення від несерйозних невідповідностей, гумор виконує низку важливих і «серйозних» психологічних функцій, які, імовірно, трансформувалися в еволюційному контексті. Гумор також є вищим захисним механізмом і механізмом регуляції емоцій, за допомогою якого особистість може протистояти складним ситуаціям, негативному афективному напруженню, регулювати «рівновагу» психічного здоров'я. На основі виявлених різних типів Темної Тетради та Світлої Тріади засвідчено важливість адекватного рівня нарцисизму в комплексі з проявами високого рівня гуманізму, що дасть змогу понизити рівень субклінічної психопатії. Порівнюючи всі три профілі, можна спостерігати спільні риси, зокрема вищі рівні нарцисизму й макіавеллізму в кожному та приблизно на одному й тому ж рівні залишаються риси Світлої Тріади. Проте існують і різні відмінності: у першому кластері спостерігається низький рівень садизму, натомість в інших двох кластерах прояв садизму не є найнижчим показником і домінує над виявами рис Світлої Тріади. Також вищий прояв здорового нарцисизму продукує афіліативний стиль гумору, завдяки якому особистість має змогу вибудовувати міжособистісні зв'язки й задовольняти власні потреби в прийнятті, визнання та належності. Натомість частка деструктивного нарцисизму продукує агресивний гумор, проте також може свідчити про захисний механізм і використовуватися особистістю як дотеп, що, у свою чергу, є лише вивільненням агресивного чи лібідинозного трибу. Парадоксальність поєднання афіліативного й агресивного гумору в контексті сполучення високого макіавеллізму із садизмом свідчить про потребу привернення уваги та захоплення за допомогою жартів з акцентами емоційної (можливо, і фізичної) жорстокості.

**Ключові слова:** гумор, Темна Тетрада, Світла Тріада, нарцисизм, макіавеллізм, психопатія, садизм, кантіанство, гуманізм, віра в людство, агресивний стиль гумору, афіліативний стиль гумору, самопідтримую-

чий стиль гумору, самопринижуючий стиль гумору.

The article carries out a theoretical-empirical study of the connection between the features of the Dark Tetrad and the Light Triad in the manifestations of humor styles. Humor is a form of social play that allows us to derive emotional satisfaction from non-serious inconsistencies, humor serves a number of important psychological functions that likely contributed to our survival as a species. Humor is also a superior defense mechanism and emotion's regulation mechanism that allows an individual to face difficult situations without being overwhelmed by unpleasant emotions, which can promote mental health.

Based on the identified different types of the Dark Tetrad and the Light Triad, the importance of an adequate level of narcissism combined with manifestations of a high level of humanism reduce the level of psychopathy. Comparing all three profiles there are such commonalities: higher level of narcissism and machiavellianism in each, and roughly the same level of Light Triad traits. However, there are striking differences, for example, a low level of sadism is observed in the first cluster, whereas in the other two clusters, the manifestation of sadism is not the lowest indicator and dominates the manifestations of the Light Triad traits. It is also worth noting that a higher manifestation of healthy narcissism produces a more pronounced affiliative style of humor, thanks to which the individual is able to build interpersonal relationships and satisfy his own needs, in particular, the need for acceptance, recognition and belonging. Instead, a portion of destructive narcissism produces aggressive humor, but it can also indicate a defense mechanism and be used by the individual as a joke, which in turn is only a release of an aggressive or libidinous tribe. The paradoxical combination of affiliative and aggressive humor in the context of combining high Machiavellianism with sadism indicates the need to attract attention and admiration through jokes with accents of emotional (and possibly physical) cruelty.

**Key words:** humor, Dark Tetrad, Light Triad, narcissism, machiavellianism, psychopathy, sadism, kantianism, humanism, faith in humanity, aggressive style of humor, affiliative style of humor, self-supporting style of humor, self-deprecating style of humor.

УДК 616.89-008.442.6  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.23>

#### Клименко М.Р.

доктор філософії з психології,  
доцент кафедри теоретичної  
та практичної психології  
Національний університет  
«Львівська політехніка»

#### Паньків К.І.

магістр кафедри теоретичної  
та практичної психології  
Національний університет  
«Львівська політехніка»

**Вступ.** Одним із видів соціальної активності, у якому особистість маніфестує себе, є гумор, який слугує низці не лише соціальних, а й емоційних і когнітивних функцій. Неодноразово в працях З. Фрейда [6; 7], В. Руха та Дж. Кьолера, Дж. Гольдштейна [10; 17], Р. Мартіна [14] та інших психологів-науковців висувалася гіпотеза, що гумор використовується людьми як метод саморегуляції, захисний механізм, спроба саморозкриття особистості й самовтілення у вербальних виразах

дотепного ставлення до життя [18]. К. Боллас, наприклад, також дуже влучно змальовує вплив гумору на психотерапевтичний процес: гумор може каталізувати форму ставлення до часу в терапії (динаміка стосунку), уможливорює інтерсуб'єктивний контакт із пацієнтом; гумор дає змогу контактувати з Я пацієнта, що функціонує на різних рівнях структурної організації, навіть з органічною симптоматикою (наприклад, деменцією); у гуморі наявні як Его, так й об'єкти

є тим важливим, чим, на думку К. Болласа, часто нехтували в терапії [3].

Разом із тим, оглядаючи соціально-поведінкові в зміни умовах російсько-української війни, ми можемо спостерігати збільшення активності діяльності сфер створення гумору задля послаблення напруження та стресу, а також, щоб відволіктися від постійних новинних потрясінь. Зокрема, можна помітити, що в мережі Інтернет поширений виклад новин у гумористичному форматі. Проте якщо розглядати гумор з точки зору особистості, то з появою мережі Інтернет і продукуванням розважального контенту на його просторах ми стикаємося з певним усвідомленням, що, незважаючи на велику кількість едукативного контенту, люди все частіше звертаються до розважального контенту, зокрема комедійного жанру. Також наша увага була прикута до виявів рис Світлої Тріади й Темної Тетради, а саме кантіанства, гуманізму та віри в людство у Світлій і нарцисизму, макіавеллізму, психопатії, садизму в Темній. Такий фокус у дослідженні є актуальним задля підтвердження того, що ці риси можуть актуалізуватися в стилях гумору, окрім того, уявлення про сьогоденне суспільство як нарцисичне або схильне до нарцисизму має під собою прямий зв'язок із функціонуванням міжособистісних стосунків і суб'єктивним благополуччям індивіда. Разом із цим людина використовує гумор задля уникнення таких соціальних переживань, як сором, провина та створення певного стосунку з іншим індивідом. Проте гумор як психологічний феномен досліджується рідко й не є розкритим повністю, саме тому важливо розібрати поняття комічного та гумору в різних його аспектах і видах.

**Мета статті** – теоретично проаналізувати й емпірично дослідити особливості стилів гумору відповідно до профілів констеляції рис Темної Тетради та Світлої Тріади.

**Методи.** Для дослідження використані теоретичні методи вивчення проблематики (теоретико-методологічний аналіз концепцій і підходів до проблем проявів стилів гумору й виявів рис Темної Тетради та Світлої Тріади). Для збирання емпіричних даних використано короткий опитувальник Темної Тетради (The Short Dark Tetrad (SD4) Д. Полхуса); шкалу Світлої Тріади (The Light Triad Scale (LTS) С.Б. Кауфмана); маркери факторів Великої п'ятірки, BFFM-50 (Л.Р. Голдберга); опитувальник стилів гумору (Humor Styles Questionnaire (HSQ) Р. Мартіна). Для опрацювання отриманих емпіричних даних застосовано метод кластеризації, багатомірний непараметричний критерій Краскелла-Уолліса.

**Результати.** Проблематика психологічного феномена гумору з'являється ще в античні часи в працях Аристотеля, де смішне постає

як помилка й неподобство, що нікому не завдає шкоди й ні для кого не згубне. Аристотель дивиться на «жарт» як певну форму зарозумілості, проте зарозумілості інтелектуальної, з розфарбованим розумом «підтекстом», часом бачить у жартах корисне. Первинно це теорія переваги, що зав'язана на уявленні про те, що через гумор людина виявляє свою перевагу над іншими (людьми або речами), а сміх – це реакція нашого організму на усвідомлення такої переваги [1].

Теорія розрядки стосується психічних і психологічних функцій комічного: розумової розрядки, відпочинку, зняття напруження. Одним із перших прихильників цієї теорії став Е.Е. Купер Шафтсбері у філософсько-естетичному творі "Sensus Communis: Есе про свободу розуму та гумору" (1727). Пізніше до цієї теорії звернувся О. Бейн, а розвинув її остаточно Г. Спенсер: він стверджував, що акумульована під час різних видів діяльності запас енергії має розряджатися, а гумор укупі зі своїм фізіологічним проявом – сміхом – дають людині саме таку можливість. При цьому Г. Спенсер зробив ще одне важливе для нас зауваження: сміх не завжди є реакцією на ситуацію, у якій усі її учасники почуваються комфортно. У цій теорії владу віддано оповідачеві жарту, тоді як слухач може лише йти тим шляхом, що вказав оповідач [10]. Загалом більшість навіть сучасних теорій комічного визнають, що розрядка може бути елементом гумористичної ситуації, але піддають сумніву її обов'язковість.

Третьою й найбільш сучасною філософською теорією комічного є теорія невідповідності, яка переважно займається вивченням гумору (а не сміху, як дві попередні), а саме того, що робить об'єкт смішним. Метою такого підходу є розкриття того, як саме ефект гумористичного задоволення бере свій початок у невідповідності. Згідно із цією теорією, смішним може бути те, що дисонує з нашими очікуваннями від ситуації. Оскільки деякі невідповідності призводять до непорозуміння, негативних емоцій і навіть страждань, зрозуміло, що не всі невідповідності можуть бути джерелом комічного.

З. Фройд запропонував один із перших системних підходів до теорії розрядки. Відповідно до теорії З. Фрейда, існує три типи або категорії цього феномена, а саме: дотепність або жарт; гумор; комічність. Кожен із цих пунктів включає різний механізм, під час якого фізична енергія зберігається або економиться й унаслідок цього розсіюється у вигляді сміху. Жарти використовують когнітивні методи: заміщення, конденсацію, уніфікацію та вільні асоціації, що слугують як вид відволікання Супер-Его, даючи змогу несвідомим агресивним і сексуальним імпульсам повставати з Ід, щоб мати коротке вираження та насолоду [6].

Гальмівна енергія, яка зазвичай потрібна для придушення цих лібідіозних імпульсів, на короткий час стає зайвою, тому в результаті жарту саме ця енергія виділяється у вигляді сміху. З. Фройд називав звільнення лібідіозного потягу тенденційним елементом жартів, тоді як когнітивні техніки, задіяні в жарті, називалися нетенденційними елементами [7].

Друга категорія явищ, пов'язаних зі сміхом, єдина, яку З. Фройд назвав гумором, виникає в стресових або аверсивних ситуаціях, у яких люди зазвичай відчувають негативні емоції (страх, смуток, гнів). Задоволення від гумору загалом виникає внаслідок вивільнення енергії, яка була б пов'язана із цією хворобливою емоцією, але тепер стала зайвою. З. Фройд проводить різку різницю між гумором і дотепністю. Гумор у його розумінні має значення доброзичливого та співчутливого задоволення від іронічних аспектів життєвих нещасть, натомість дотепність використовується в значенні більш агресивного й має менш психологічно здоровий фундамент, якщо ж говорити з лінгвістичного погляду, то дотепність використовується в значенні підколювання, тобто негативно забарвленої дії. Також варто зазначити, що в книзі З. Фройда розглядає гумор як дію батьківського Супер Его, яке намагається втішити й заспокоїти тривожне Его [6]. Комічне ж стосується невербальних джерел веселощів, таких як фарс, невідповідна помпезність, саме завдяки цим характеристикам спостерігач мобілізує певну кількість розумової або ідейної енергії в очікуванні, що має статися. Коли ж очікуване стається, то енергія вивільняється за допомогою сміху. Це вплинуло на припущення, що комічне включає в себе захоплений сміх над власною інфантильною поведінкою чи поведінкою інших або, як він описує його, «відновлений утрачений сміх дитинства» [6].

Психолог-науковець Р. Мартін виділяє декілька видів і форм гумору, зокрема чотири види гумору: самопідтримуючий, агресивний, афіліативний, само принижуючий. На цьому варто акцентувати увагу, коли ми говоримо про гумор, адже зазвичай ми говоримо про гумор саме в позитивному ключі й тому відкидаємо інший полюс, а саме негативне вираження. Р. Мартін описує агресивний і самопринижуючий гумор як такий, що має зневажливе забарвлення та має на меті скривдити себе або ж інших, проте, на відміну від агресивного, самопринижуючий має функціонування саме під час стимуляції розвитку стосунків із навколишніми [14].

Концепція Темної Тетради базується на багаторічних дослідженнях констеляції макіавеллізму, нарцисизму, психопатії в дослідженнях Д. Полхуса й К. Вільямс [16]. До концептуалізації Темної Тетради садизм згодом додано як «четвертий елемент». Садизм являє собою

комбінацію різних поведінкових, когнітивних і міжособистісних характеристик, пов'язаних із задоволенням у зв'язку із заподіянням фізичного чи емоційного болю іншим людям [2; 8], щоб контролювати, карати та принижувати інших.

Тож стисло: Темна Тетрада складається з нарцисизму (підвищена зосередженість на собі, вияв особистісної грандіозності), макіавеллізму (схильність експлуатувати інших заради власної вигоди, ставлення до інших як до засобу досягнення цілей), психопатії (ігнорування почуттів інших, схильність до порушення соціальних норм і моральних імперативів гармонійної взаємодії у соціумі) та садизму (задоволеність від домінування над іншими) [4].

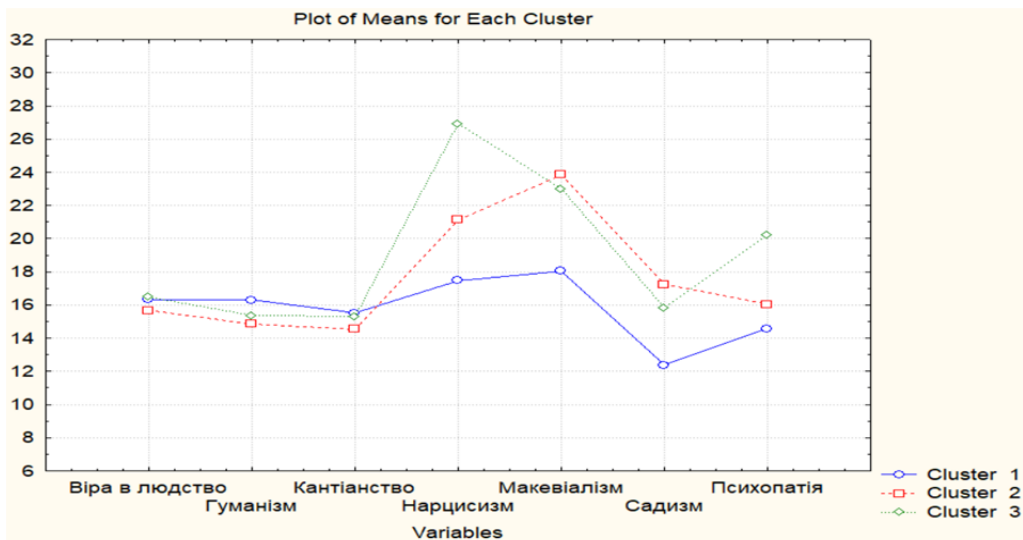
Світла Тріада за допомогою робіт С. Кауфмана концептуалізується так: наявність віри в людство, або віра в те, що люди загалом добрі; гуманізм, або віра в те, що люди будь-якого походження заслуговують на повагу та вдячність; кантіанство, або віра в те, що до інших варто ставитися як до самоцілі, а не як до пішаків у власній грі [5; 9; 13].

В актуальному дослідженні ми об'єднуємо два набори рис для сприяння подальшій інтеграції та вибудовування комплексної картини з доповнюючих сторін особистості, що не виключають одна одну.

У сенсі описаного вище можна припустити комплементарний взаємозв'язок між нарцисичними, психопатичними, садистичними рисами й негативними стилями гумору (тобто агресивними та принизливими). Зокрема, психопатія й грандіозний нарцисизм пов'язані передусім із прагненням просунутися вперед. Також гумор можна розглядати як форму техніки самопрезентації, яку використовують люди з нарцисичними (полюс грандіозності чи сенситивності) та психопатичними рисами, щоб підтримувати й покращувати свою репутацію під час взаємодії з іншими [12]. Натомість афіліативний гумор, гумор за погодженістю пасуватимуть активному вияву рис Світлої Тріади, що підтримуватиме стратегію ефективної соціальної взаємодії.

**Емпіричне дослідження.** У межах проведеного дослідження опитано 80 респондентів віком від 17 до 26 років (середній вік становить 19 років). За допомогою одного з методів кластерного аналізу k-середніх виокремлено три кластери та проаналізовано типологізацію особистісних профілів відповідно до рис Темної Тетради та Світлої Тріади (див. рис. 1). Поділ вибірки відповідно до кластерів сформувався так: перший кластер – 21 (26% вибірки); другий кластер – 36 (45%); третій кластер – 23 (29%).

Перший кластер – група із середнім виявом макіавеллізму й низьким проявом рис садизму

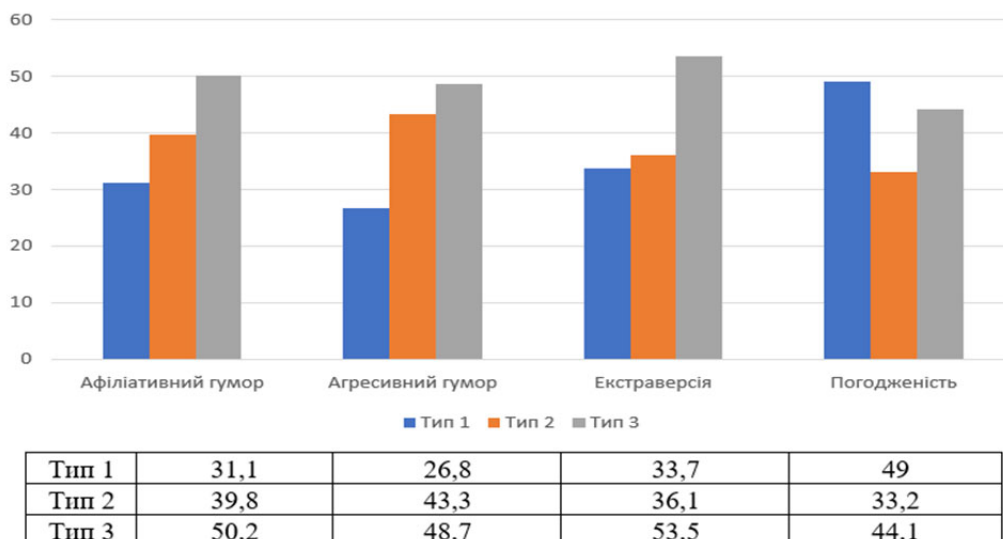


**Рис. 1. Виокремлені профілі рис Темної Тетради та Світлої Тріади: 1 – помірний макіавеллізм із низьким садистичним виявом; 2 – високий макіавеллізм із низьким проявом кантіанства та садистичним максимумом у вибірці; 3 – високий нарцисизм із низьким рівнем гуманізму та психопатичними рисами**

відповідно до середніх значень (низький рівень вияву рис Темної Тетради). У першому кластері макіавеллізм і нарцисизм мають вигляд найбільш «здорового», оскільки вияв Світлої Тріади в цьому кластері переважає, про це стверджує найнижчий рівень садизму й низький рівень психопатії порівняно із середніми показниками. Другий кластер – група з високим рівнем макіавеллізму та найменшим виявом рис Світлої Тріади, зокрема кантіанства (помірний вияв рис Темної Тетради),

третій – профіль, що характеризується високим рівнем нарцисизму, проте низьким рівнем Світлої Тріади, зокрема риси гуманізму (високим рівнем вияву рис Темної Тетради).

Результати порівняльного аналізу підтверджують наявність відмінностей виявів стилів гумору й рис характеру від виявів рис Темної Тетради та Світлої Тріади (див. рис. 2): різниця між помірним макіавеллізмом із низьким садистичним виявом і високим нарцисизмом із низьким рівнем гуманізму (кластери 1 і 3).



**Рис. 2. Відмінності показників шкал стилів гумору й характеру в трьох кластерах (тип 1: «Помірний макіавеллізм із низьким садистичним виявом»; тип 2: «Високий макіавеллізм із низьким проявом кантіанства та садистичним максимумом у вибірці»; тип 3: «Високий нарцисизм із низьким рівнем гуманізму та психопатичними рисами»)**



Характерні статистичні відмінності зафіксовано за параметрами афіліативного гумору, агресивного гумору, екстраверсії та погодженості. Виявлено, що макіавеллізм поєднується також із потребою принизити іншу особу (не тільки використати її як засіб для досягнення цілі, а й утвердити свою позицію з прагненням обмежити свободу іншої особи, отримати задоволення від такого приниження іншого).

Показники шкал стилів гумору й характеру у виділених кластерах набувають вищих значень разом із набуттям яскравіших проявів Темної Тетради та Світлої Тріади, зокрема високим рівнем нарцисизму, а низький садизм комбінується з високим проявом Світлої Тріади, незважаючи на показник помірного макіавеллізму. Такі прояви можуть свідчити про те, що соціальна спрямованість показника віри в людство стає блокуючим виявом для показника психопатії. Отже, у разі вияву в особистості рис Світлої Тріади вияв у неї рис Темної Тетради понижується до проявів норми або здорових проявів, що не впливає на побудову міжособистісних стосунків індивіда, виявів макіавеллізму чи психопатичних тенденцій і власних нереалістичних уявлень і переконань.

**1. Афіліативний гумор.** Група з найвищим проявом нарцисизму й низьким проявом рис гуманізму характеризується провідним вибором афіліативного гумору для побудови міжособистісних стосунків, що уособлюється у внутрішній незадоволеній потребі до схвалення та прийняття, також проявляється в збереженні адекватної самооцінки. Афіліативний гумор є фундаментом для побудови міжособистісних стосунків, що є важливим чинником здорової особистості, які описувала Н. Мак-Вільямс, також указаний стиль гумору впливає на самоцінність, самооцінку та є провідним для соціально прийнятної поведінки, що виключає чинник асоціальності, девіантної чи делінквентної поведінки (злочинності, психопатії, високих проявів садистичних рис тощо) [15]. Спрямованість такого стилю на навколишніх є своєрідним бажанням отримати не лише схвалення та підтримку, а й можливість для власної ідеалізації суб'єктом, на який спрямований цей гумор, що також є проявом потреби належності до групи. Перемикання уваги на зовнішній соціальний прояв дає змогу особам із високим проявом нарцисизму не зосереджуватися на відчутті власного сорому, самотності, відкинутості, провини чи власному почутті меншовартості.

Поєднання нарцисизму з психопатією в кластері № 3 та вибір афіліативної стратегії гумору свідчить, що потреба в стосунку з іншими (відчуття власної значущості в цьому стосунку) зустрічається з грубою імпульсивною природою агресії щодо оцінки потреби афіліації як залежності. Особа потребує сто-

сунку й ненавидить цю потребу, адже переживає глибоку ураженість власного Я, зранену самоцінність у такому стосунку зі значущими об'єктами раніше. Можна припустити, що психопатичні акценти – реакція на страх відкидання, постійно тліючий нарцисичний гнів за досвід знецінення.

**2. Агресивний гумор.** Для вказаного типу характерним є вияв полярного до афіліативного стилю гумору, а саме агресивного стилю гумору, що також є проявом нарцисичного вияву. Описуючи саме поняття нарцисизму, незважаючи на первинний нарцисизм, який описували Х. Кохут і З. Фройд, ми можемо спостерігати вияви агресивної поведінки, зокрема стосовно деідеалізації об'єктів попереднього захоплення в осіб із високим виявом нарцисизму [7; 11]. Отже, можна говорити про вияв вказаного стилю як про нарцисичний захист, який характеризується самопіднесенням за рахунок знецінення навколишніх. Важливо зазначити, що для нарцисично ураженої особистості за високого прояву нарцисичних рис притаманний страх близькості, а саме побудови стосунків. Незважаючи на бажання осіб із високим проявом нарцисичних рис до належності, ми спостерігаємо в них тенденцію до контрзалежних стосунків, що виявляється в страху показати власну вразливість і збереженні власної автономності. Окрім вияву таких рис, використання цього стилю гумору може свідчити про бажання домінування, маніпулюванню й помсти (проектування власних образ на інших). Тож низький прояв гуманізму за високого рівня нарцисизму сприяє вищому прояву садизму. Агресивний стиль гумору можна сприймати як вияв компенсації та стиль подолання чи подавлення індивідом інтрапсихічного дисбалансу, зумовленого внутрішнім конфліктом між спрямованістю до домінування чи влади й власним почуттям неповноцінності.

Психопатичний супровід нарцисизму в кластері № 3 може свідчити про грандіозну й дуже виражену (навіть навмисну) знецінювальну жорстокість у жартах. Фактично це те, що ми називаємо нарцисичним гнівом, який використовує маску гумору для захисту «ураженого» сенситивного Я.

Тож маємо своєрідне нарцисичне розщеплення між агресивним та афіліативним гумором.

**3. Екстраверсія.** За високого прояву нарцисизму в третьому типі характерним є те, що найвищим показником є екстраверсія. Це пов'язано із соціальною спрямованістю й потребою в належності, прийнятті, схваленні та визнанні. Екстравертам притаманно ставити пріоритетом саме зовнішній світ, натомість власний світогляд і їхнє внутрішнє життя є менш важливими. Усе, що стосується саме інтроспекції чи власних думок/почуттів, викли-

кає певний страх, що можна пояснити надмірною кількістю саморуйнівних думок, тому це можна подавити лише зовнішнім шумом.

Пов'язуючи поняття екстраверсії з високим рівнем нарцисизму, ми можемо говорити про «втечу від себе», нестерпність переживань і думок нарцисичної особистості провокує її до прояву соціальної поведінки, яка спрямована на зовнішній світ. Це також пояснює підміну автентичного Я, адже існує страх відкинутості, який базується на переконанні власної вразливості, неповноцінності й жалюгідності. Питання нав'язливого почуття сорому в нарцисичних проявах маскується саме проявом екстраверсії та підміною соціально прийнятного й ідеалізованого образу Я. Такий стиль адаптації дає змогу уникнути нав'язливих думок, перебуваючи постійно в «соціальному шумі» й отримати схвалення та визнання за допомогою методу віддзеркалення. Метод віддзеркалення – спосіб невимушеного психологічного впливу на підсвідомість людини шляхом дзеркального відображення дій співрозмовника або надання зворотного зв'язку про його дії. Завданням екстравертивної стратегії є підтримання відносно стабільної адекватної самооцінки та самоцінності за рахунок можливого приниження або ідеалізації оточення й отримання соціального шуму задля відсутності негативного бачення індивіда про себе та нав'язливих думок і переживань, які можуть мати обсессивні вияви.

Високі показники екстраверсії в кластері № 3 вказують на соціальну орієнтацію нарцисизму. Цікаво, що нарцисизм у кластері № 3 грандіозний, імпульсивно-агресивний, проте все ж зберігає свій орієнтир на значущих Інших.

**4. Погодженість.** Високий прояв нарцисизму також має достатній прояв погодженості. За виявурис нарцисичної особистості погодженість проявляється в соціальному ключі, тобто можна стверджувати про соціальну орієнтацію у вигляді кооперації. Незважаючи на негативні прояви нарцисизму, зокрема саме зляканий нарцисизм, такий прояв нарцисизму може свідчити лише про здоровий нарцисизм, який характеризується властивістю до реалістичної самооцінки, відсутність потягу до всеохопної влади, прояв турботи щодо інших. Погодженість – це вміння пріоритетно ставити потреби інших вище за власні, з більшим виявом співчутливості шукають задоволення, допомагаючи іншим і працюючи з людьми, які потребують більше допомоги.

Риса погодженості за вияву здорового нарцисизму є проявом турботи щодо навколишніх, проте, незважаючи на здоровий нарцисизм, ми зіштовхуємося з низьким виявом гуманізму. Відповідно до діаграми кластерів, ми спостерігаємо достатній рівень психопатії, який дотичний до рівня гуманізму, адже

прояв агресивної поведінки й певною мірою відсутність емоційної участі притаманні також і проявам зляканий нарцисизму. Виникає тоді питання: чи можемо ми розглядати цей прояв як нарцисизм на межі здорового та зляканий? За високого прояву нарцисизму та достатнього рівня психопатії є ймовірність прояву як здорового нарцисизму, так і зляканий. Здорова сторона проявляється у високому рівні погодженості, тобто здатності індивіда до кооперації, побудові «безпечного стосунку», здатності до проявів турботи й підтримки, здатності задовольнятися власною силою без потреби отримання влади будь-якою ціною задля відчуття власної переваги. Зляканий проявляється у зворотних рисах, окрім того, у поєднанні з психопатією може мати прояви як асоціальної, так і делінквентної поведінки, що є наслідком низького рівня емпатії та низької емоційної участі, зокрема це впливає на побудову будь-яких міжособистісних взаємин.

Отже, амбівалентність таких проявів у цьому типі та прояв у ньому погодженості можуть свідчити про високий вияв Темної Тетради в порівнянні з виявом рис Світлої Тріади. Окрім того, такі результати, як описано вище, можуть свідчити про наявність вияву рис як здорового, так і зляканий нарцисизму, проте високий рівень погодженості є ознакою саме здорових проявів.

**Висновки.** Гумор є феноменом, що кружляє в багатогранному спектрі можливості здійснювати за допомогою його засобів вплив на інших осіб (наприклад, садистичний вплив); є способом задоволення потреб (наприклад, потреби афіліації чи «макіавеллістичних нужд»); є психодинамічним методом захисту від афективного напруження й агресивно-лібідального навантаження (породженого внутрішнім конфліктом) з інвестуванням у ментальний конструкт, що стає «сяйливим променем» чи «чорною стрілою», наприклад, у влучному вербальному висловлюванні; є способом вивільнення від обмежень обох сторін комунікативного процесу, виразною динамікою обміну психічним змістом у психотерапевтичному процесі зокрема.

Емпірично підтверджено, що вищий прояв здорового нарцисизму супроводжується вираженням афіліативного стилю гумору, завдяки якому особистість має змогу вибудувати міжособистісні зв'язки та задовольняти власні потреби, зокрема потребу в прийнятті, визнанні й належності. Натомість частка деструктивного нарцисизму йде поряд з агресивним гумором, що може свідчити про захисний механізм і використовуватися особистістю як дотеп, який, у свою чергу, є вивільненням агресивного чи лібідинозного трибу. Констеляція нарцисизму з низьким рівнем гума-

нізму демонструє дуальність феномена нарцисизму: потребу афіліації та підтвердження власної належності (цінності) й агресивне знецінення інших у гуморі, що дав би змогу тимчасово утервдити власну хитку та вразливу вартісність Я. Разом із тим нарцисична стратегія гумору характеризується помірним виявом погодженості, що задовольняє соціальну орієнтованість нарцисизму, зі збереженням фокусу на власних індивідуалістичних потребах. Тож зафіксовано характерну нарцисичну двоїстість: розщеплення між агресивністю (захистом ураженого чутливого у своїй самоцінності Я) та потребою належності (потребою в стосунку й підтвердженні особистісної значущості).

Також з'ясовано, що в констеляції рис Темної Тетради макіавеллізм перебуває в найбільш комплементарному стосунку взаємодоповнюючих змін із виявами садизму. Парадоксальність поєднання афіліативного й агресивного гумору в такому контексті свідчить про потребу привернення уваги та захоплення за допомогою жартів з акцентами емоційної (чи то фізичної) жорстокості.

Результати дослідження можуть використовуватися під час оцінювання якості побудови міжособистісної взаємодії та інтрапсихічних процесів у вимірі консультативної чи психотерапевтичної роботи.

Перспективою подальших досліджень є статистичне вивчення чинників вияву різних стилів гумору у контексті констеляції рис Темної Тетради та Світлої Тріади.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Античні поетики: Арістотель. Поетика. Київ : Грамота, 2007. 168 с.
2. Unpacking more "evil": What is at the core of the dark tetrad? / A. Book, B.A. Visser, J. Blais, A. Hosker-Field, T. Methot-Jones, N.Y. Gauthier, A. Volk, R.R. Holden, M.T. D'Agata. *Personality and Individual Differences*. 2016. № 90. P. 269–272.
3. Bollas C. The shadow of the object: Psychoanalysis of the unthought known. New York : Columbia University Press, 2018. 224 p.
4. Contributions of psychopathic, narcissistic, Machiavellian, and sadistic personality traits to juvenile delinquency / H. Chabrol, N. Van Leeuwen, R. Rodgers, N. Sejourne. *Personality and Individual Differences*. 2009. Vol. 47. P. 734–739.
5. The international personality item pool and the future of public-domain personality measures / L.R. Goldberg, J.A. Johnson, R. Hogan, M.C. Ashton, C.R. Cloninger, H.G. Gough. *Journal of Research In Personality*. 2006. Vol. 40(1). P. 84–96.
6. Freud S. Humour. *International Journal of Psychoanalysis*. 1928. Vol. 9. P. 2–6.
7. Freud S. Jokes and their relation to the unconscious W. W. Norton & Company, 1990. 368 p.
8. The dark triad and normal personality traits / S. Jakobwitz, V. Egan. *Personality and Individual Differences*. 2006. Vol. 40. P. 331–40.
9. Kaufman S. The Light vs. Dark Triad of Personality: Contrasting Two Very Different Profiles of Human Nature. *Frontiers in Psychology*. 2019. P. 1–26.
10. Sources of variance in current sense of humor inventories: How much substance, how much method variance? In W. Ruch (Ed.), Measurement of the sense of humor [special issue] / G. Köhler, W. Ruch. *Humor: International Journal of Humor Research*. 1996. Vol. 9. P. 363–397.
11. Kohut H. The Analysis of Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders. Chicago : University of Chicago Press, 2009. 368 p.
12. Humor in Dark Personalities: An Empirical Study on the Link Between Four Humor Styles and the Distinct Subfactors of Psychopathy and Narcissism / J. Lobbestael, V.L. Freund. *Brief research report article*. 2021. P. 3–10.
13. Abusive supervision as a trigger of malevolent creativity: do the Light Triad traits matter? / O.F. Malik, A. Shahzad, A. Waheed, Z. Yousaf. *Leadership & Organization Development Journal*. 2020. P. 2–45.
14. Martin R. The Psychology of Humor: An Integrative Approach. Elsevier Inc., 2007. 472 p.
15. McWilliams N. Psychoanalytic Diagnosis: Understanding Personality Structure in the Clinical Process. New York City : The Guilford Press, 2011. 449 p.
16. The Dark Triad of personality: Narcissism, Machiavellianism and psychopathy / D.L. Paulhus, K.M. Williams. *Journal of Research in Personality*. 2002. Vol. 36 (6). P. 556–563.
17. Ruch W. Who fears being laughed at? The location of gelotophobia in the Eysenckian PEN-model of personality. *Personality and Individual Differences*. 2009. № 46 (5–6). P. 627–630.
18. Positive emotion and the regulation of interpersonal relationships. Lawrence Erlbaum Associates Publishers / M.N. Shiota, B. Campos, D. Keltner, M.J. Hertenstein. *The regulation of emotion*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers. P. 127–155.

## ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА СУЧАСНОГО СУБ'ЄКТА THE IMPACT OF SOCIAL MEDIA ON THE MODERN ENTITY

Стаття присвячена дослідженню впливу соціальних мереж на сучасну людину, на її ціннісні орієнтири, установки й індивідуальні стани. Емпіричне дослідження продемонструвало збіг деяких домінуючих нормативних та індивідуальних пріоритетів особистості, а саме: «самостійність», «безпека» й «гедонізм». Також виявлено збіг ціннісних пріоритетів із низькими значеннями – «конформність» і «традиції». Завдяки анкетуванню виділено основні показники, що відображають суттєвий вплив на фактор користування Інтернетом, – години та вік людини. За допомогою методики «Опитувальник особистісних станів» (А. Джерсайд) виявлено панівні стани/установки, якими стали «ворожий настрій» (3,35), «розбіжність між реальним та ідеальним я» (3,2), «відчуття безглуздості існування» (3,15) і «свобода волі» (3,05). За допомогою кореляційного аналізу розкрито специфіку взаємозв'язку між показником «години» та шкалами методики Кеттелла: фактор В ( $p=0,227$ ), фактор F ( $p=0,397$ ), фактор I ( $p=0,065$ ), фактор Q4 ( $p=0,260$ ), фактор F1 ( $p=0,259$ ) і фактор F4 ( $p=0,003$ ). Порівняння показника «години» та шкал опитувальника «Психічні стани особистості» (А. Джерсайд) продемонструвало, що існує прямий зв'язок за шкалами «самотність» ( $p=0,343$ ), «безглуздість існування» ( $p=0,179$ ) і «безнадійність» ( $p=0,386$ ). Вивчаючи зв'язок між показником «години» та шкалами за методикою Шварца, отримали зв'язок між цінностями, що орієнтовані на відчуття влади, безпеки, а також гедоністичної позиції, і кількістю годин, проведених у соціальних мережах. При цьому спостерігається негативний зв'язок із показником «самотність», тобто певна залежність людини від соціальних мереж.

**Ключові слова:** соціальні мережі, психічний стан особистості, ціннісні орієнтири, профіль особистості, години, вік.

The article is devoted to the study of the influence of social networks on a modern person, his values attitudes and individual states. Empirical studies have demonstrated the coincidence of certain normative and individual priorities of the individual, namely: "independence", "security", "hedonism". Coincidence of value priorities with low values – "conformity" and "traditions" was also revealed. With the help of surveys, key indicators were determined that reflect a significant influence on the use of the Internet – hours and a person's age. With the help of the "Questionnaire of personal states" (A. Jersild), the dominant states/attitudes were revealed, including "hostile attitudes" (3.35), "discrepancy between the real and ideal self" (3.2), "a sense of the meaninglessness of existence" (3.15), and "free will" (3.05). Correlation analysis revealed the specificity of the relationship between the "hour" indicator and the scales of the Kettle method: factor B (intelligence,  $p=0.227$ ), factor F (restraint/impulsivity,  $p=0.397$ ), factor I (rigidity/sensitivity,  $p=0.065$ ), factor Q4 (tension/relaxation,  $p=0.260$ ), factor F1 (anxiety,  $p=0.259$ ), and factor F4 (dominance,  $p=0.003$ ). A comparison of the "hour" indicator and the scales of the questionnaire A. Jersild showed a direct relationship on the scales of "loneliness" ( $p=0.343$ ), "meaninglessness of existence" ( $p=0.179$ ) and "hopelessness" ( $p=0.386$ ). The study of the relationship between the "hours" and the scales according to Schwartz's methodology revealed a relationship between the values focused on a sense of power, security, and also the hedonistic position, and the number of hours spent on social networks. In addition, there is a negative correlation with the "independence" indicator, which indicates a certain dependence of individuals on social networks.

**Key words:** social networks, mental state of the individual, value orientations, personality profile, hours, age.

УДК 316.6:316.472.4  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.24>

**Кокоріна Ю.Є.**

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

**Постановка проблеми.** У сучасному світі дедалі більшого значення для життєдіяльності людини набуває віртуальне середовище, зокрема соціальні мережі, які стають джерелом інформації, способом спілкування, професійного й особистого розвитку людини, а також способом розваги. Варто зазначити, що, як будь-який феномен, соціальні мережі, крім позитивного впливу, залишають і негативний слід у житті людини: залежність від їх використання, агресивні форми комунікації тощо.

Досить багато вчених зосереджувалися на вивченні й аналізі проблем віртуального середовища (Р. Алєн, П. Бурдьє, Д. Белл, Б. Ван Дер Хейд, Г. Зімел, І. Кононов, А. Лефєвр, С. Романенко, А. Турєн та ін.). Розуміння процесів «інтернетизації» та віртуалізації сучасного суспільства викладено в роботах З. Баумана, В. Бабєнка, А. Бюля, А. Бєссараб, Д. Іванова, С. Кастельса, Н. Покровського, Г. Рейнгольда, Б. Уєллмана та ін.

Про особливості й властивості соціальних мереж як нового типу спільнот, що виникають і функціонують у кіберпросторі, говорять О. Белінська, В. Бондаровська, Т. Галіч, Є. Нєстєрова, В. Нєстєров, В. Сілаєва та ін. Психологічні феномени міжособистісної взаємодії, опосередкованої новітніми інформаційними технологіями, вивчали І. Кузнєцова, Б. Лазорєнко, Т. Ларіна, Г. Миронєнко, Л. Найдєнова, О. Петрунько, В. Посохова, Х. Турєцька, М. Яворський та ін.

Варто зазначити, що погляди науковців щодо проблеми впливу віртуального середовища на особистість збігаються в думці, що люди, особливо молодь, стають залежними від соціальних мереж, що пов'язано з прагненням змінити непередбачуваний світ реальності на ідеальний, передбачуваний.

**Метою статті** є вивчення впливу соціальних мереж на сучасного суб'єкта, зокрема основних факторів особистості, цінностей,

сенсожиттєвих орієнтирів та особистісних станів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Для досягнення мети обрано психодіагностичний інструментарій, а саме: багатофакторний опитувальник Т. Кеттелла, ціннісний опитувальник Ш. Шварца, опитувальник особистісних станів А. Джерсайлда, а також опитувальник, який включав такі запитання: вік; статус (заміжній/одружений/самотній); зайнятість (робота/навчання); освіта (вища, середня-спеціальна, середня); скільки годин у місяць у вас займають соціальні онлайн мережі; скільки у вас друзів (багато/мало); як часто ви зустрічаєтеся з друзями (у місяць); як часто ви зустрічаєтеся з рідними (у місяць).

Вибірка респондентів становила 60 осіб обох статей у віці від 20 до 40 років, до якої ввійшли студенти, працівники різних фахів, а також матері, які перебувають у декреті.

Перш ніж досліджувати зв'язок сенсожиттєвих орієнтирів із соціально-психологічними установками, варто зазначити, що цей зв'язок має двовекторний характер, тобто й сенси життя, і когнітивні установки формуються завдяки прийняттю людиною певних соціально-культурних норм, які утворює саме суспільство, а отже, і людина. Іншими словами, спираючись на погляди К. Левіна, можна зазначити, що цей контекст є середовищем, у якому перебуває, живе та який формує сама людина. Це психологічне поле, у котрому відбудовуються певні взаємовідносини з навколишнім середовищем, із самим собою, артикулюються сенсожиттєві орієнтири, установки, світоглядна позиція особистості.

Отже, завдяки аналізу інструментальних цінностей за методикою «Ціннісний опитувальник» (Ш. Шварц) створено профіль цінностей особистості, який зображено на діаграмі (рис. 1).

Отже, провідними нормативними цінностями стали такі: «самостійність» (5,17), «безпека» (5,05) і «гедонізм» (5); на другому місці

опинилися «досягнення» (4,86), «доброта» (4,77), «універсалізм» (4,31) і «стимуляція» (4,08); третє місце посіли такі цінності: «конформність» (3,85), «влада» (3,73) і «традиції» (3,58).

Можна припустити, що як фундаментальні орієнтири в суспільстві особистість обирає те, що дає їй можливість самостійно структурувати форму власного життя, у яку входить не тільки робота, а й відпочинок. Потреба особистості в безпеці співвідноситься з ідеєю як психодинамічного, так й гуманістичного підходів, які розглядають бажання безпеки та самостійності як основоположні метапотреби людини (Д. Віннікотт, К. Хорні, Е. Фромм, А. Маслоу). Цікавою є актуалізація цінності «гедонізм», яку можна проінтерпретувати згідно з положеннями структурно-конструктивістського підходу, що розглядає існування людини через призму підпорядкованості загальному конструкту культури, який наголосив примат обов'язковості бажати й отримувати задоволення від усіх форм прояву особистості (Т. Адорно, М. Фуко, Ж. Дерріда та ін.). Так традиції стають тим конструктом суспільства, який поступово втрачає колишню вагу.

Стосовно профілю особистості щодо індивідуальних пріоритетів, то по декількох типах цінностей спостерігаються зміни. Дані представлені на діаграмі (рис. 2).

Отже, як видно з наведеної вище діаграми, пріоритетними індивідуальними цінностями стали «самостійність» і «гедонізм», у яких спостерігається однакові середні значення – 2,65, а також «безпека» (2,48) і «досягнення» (2,25).

Такі цінності, як «доброта» й «універсалізм», теж мають однакові середні значення – 2,06. «Стимуляція» (1,8), «конформність» (1,62) і «традиції» (0,9) мають більш низькі показники.

Окрім основних методик, які обрано згідно з формульованою метою, проаналізовано відповіді на анкету.

Після підрахунків отримано такі результати, які подані в таблиці 1.

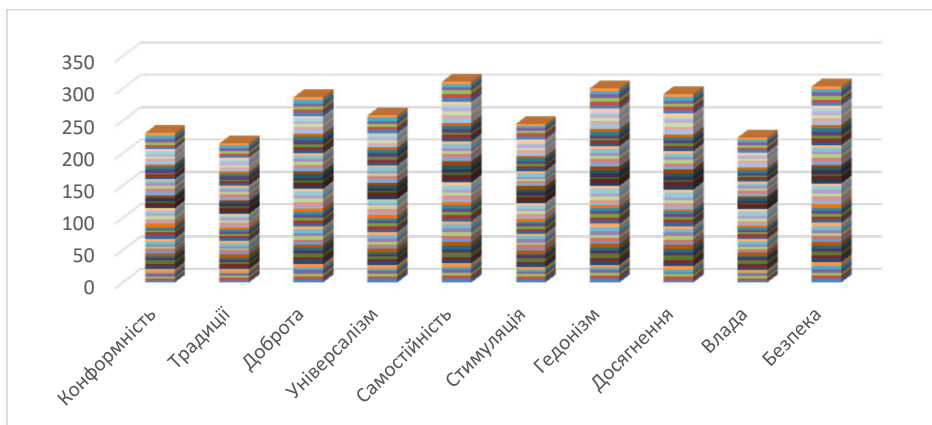


Рис. 1. Профіль нормативних цінностей по групі

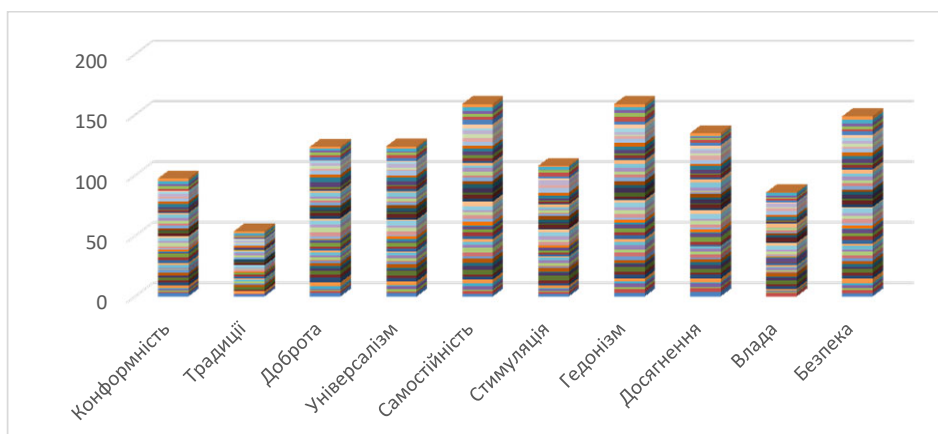


Рис. 2. Профіль індивідуальних цінностей по групі

Таблиця 1

Результати даних анкетування

Корел-я	Вік	Статус	Зайня-тість	Освіта	Години	Кільк. друзів	Зустр. з друзями	Зустр. з рідн.
Статус	0,084							
Зайнятість	0,237	-0,181						
Освіта	0,519	0,112	0,186					
Години	-0,086	0,083	0,142	0,292				
Кільк. друзів	-0,282	-0,328	-0,065	-1,502	0,087			
Зустр. з друзями	0,057	0,083	-0,313	-0,007	0,134	0,081		
Зустр. з рідними	-0,251	-0,430	-0,172	0,216	0,204	0,359	0,149	

Отже, як можна побачити в наведеній вище таблиці, основним показником, що відображає суттєвий вплив на фактор користування Інтернетом в анкетуванні, є години. Цей показник дає змогу дізнатися, скільки годин люди різного віку проводять у соціальних мережах, його вплив на всі інші показники в анкеті (середнє значення 122,15). З отриманого кореляційного зв'язку випливає, що вік стає ще одним важливим показником, через який можна побачити кількість часу, що затрачує людина, проводячи його в соціальних мережах (середнє значення 23,7).

Ще два показники демонструють вагомий зв'язок із показником «соціальні мережі» – «зустрічі з друзями», який впливає на те, скільки часу люди проводять у соціальних мережах. Тобто можна зробити висновок, що, чим більше зустрічей із друзями, тим більше часу людина проводить в Інтернеті. Крім того, показник «зустрічі з рідними» теж має вплив на кількість часу, яку людина проводить у соціальних мережах.

Наступний показник, що демонструє зв'язок із показником «соціальні мережі», є «зайнятість». За результатами опитування встановлено, що люди, які працюють, витрачають більше часу в соціальних мережах. По-перше, це може бути пов'язано з тим, що робота,

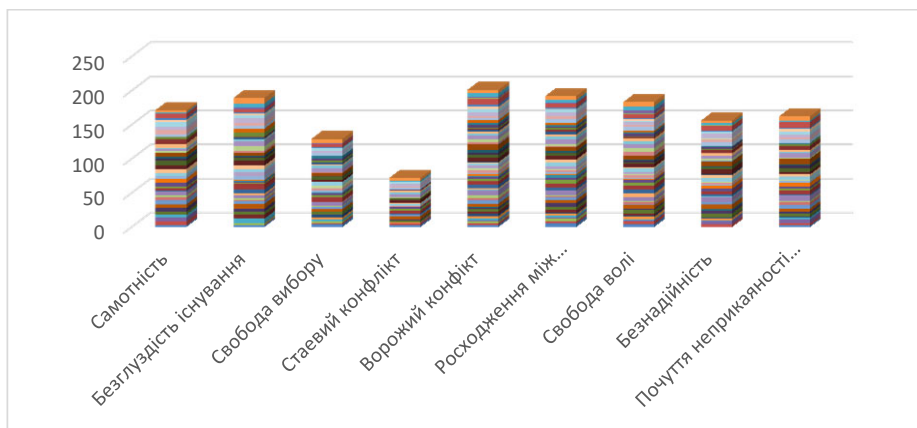
а не лише відпочинок здійснюється в соціальних мережах. По-друге, саме віртуальний світ соціальних мереж може стати тим виміром, що допомагає людині зняти напруження повсякденного життя.

Такий показник, як «освіта», теж має певний вплив. За отриманими даними визначено, що, чим вище освіта, тим більше людина проводить часу в Інтернеті.

Останні два показника – «кількість друзів» і «статус» – несуттєво впливають на час, проведений у соціальних мережах.

Наступним кроком було вивчення того, як саме психічний стан особистості впливає на час використання соціальних мереж. Із цією метою обрано методику «Опитувальник особистісних станів» (А. Джерсайлд). Результати представлені на рисунку 3.

Отже, отримані дані демонструють певний контур станів особистості. Домінуючими або сильно вираженими станами/установками стали «ворожий настрій» (3,35), «розбіжність між реальним та ідеальним я» (3,2), «відчуття безглуздості існування» (3,15) і «свобода волі» (3,05). Отримані дані свідчать, що через соціальні мережі й завдяки їм особистість зіштовхується з внутрішнім протиріччям стосовно власного образу себе, що може визивати



**Рис. 3. Профіль особистісних станів досліджуваних за методикою «Опитувальник особистісних станів» (А. Джерсайлд)**

напруження й відчуття ворожості, оскільки під час скролінгу стрічки людина опиняється в гіперпросторі, у якому калейдоскоп осіб та інформації приводить її до розгубленості.

Слабко вираженими є такі стани/установки, як «статевий конфлікт» (1,2) і «свобода вибору» (2,15). Можна припустити, що людина, опиняючись у полі соціальних мереж, занурюється у віртуальний світ, який створює загальний простір ідеального існування особистості, де немає необхідності у виборі, оскільки самі соціальні мережі починають формувати індивідуальні пріоритети для людини.

«Самотність» (2,85), «відчуття неприкаяності» (2,7) і «безнадійність» (2,6) мають середні показники. Отже, будучи укоріненою в міжособистісній стосунки, людина все одно намагається знайти ідеальний світ, де її повнота буття матиме всеосяжний характер. Проте навіть віртуальний світ не дає їй такої можливості, що

викликає відчуття самотності й безнадійності.

Для аналізу взаємозв'язку між шкалами анкети та методики «Опитувальник особистісних станів» (А. Джерсайлд) використано кореляційний аналіз (коефіцієнт кореляції Пірсона). Дані представлені в таблиці 2.

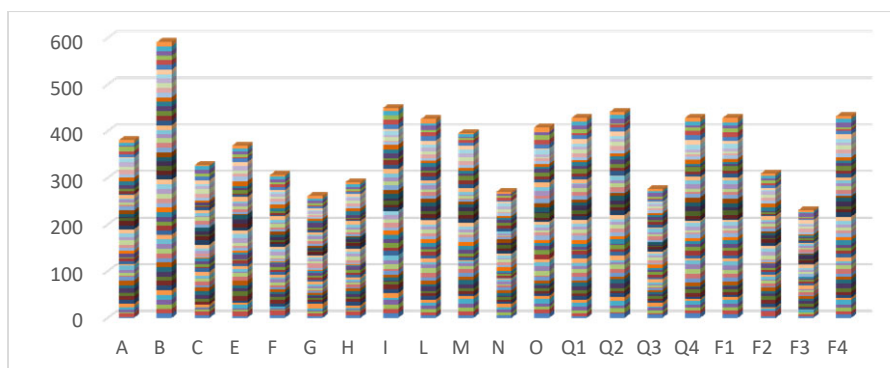
Таким чином, наведена вище таблиця демонструє прямий зв'язок за всіма шкалами, крім шкали «статевий конфлікт» (-0,0063;  $p < 0,1$ ).

Вивчаючи певні стани особистості за допомогою 16-факторного опитувальника Т. Кеттелла, ми припустили, що певні фактори/індивідуально-особистісні властивості: інтелект, чутливість, конформізм, довірливість – проявлятимуться більше за інших, оскільки людина шукає можливість не тільки певним чином проявити себе, а й, навпаки, сховатися за певним конструктом/образом, якого вимагає суспільство. Тож отримано результати, що представлені в діаграмі (рис. 4).

Таблиця 2

**Емпіричне значення кореляційного аналізу між даними анкети й особистісних станів**

	Самот-ть	Безгуд. існув.	Своб. вибору	Стат. конфн.	Ворож. настрої	Розбіж. між реал. та ідеал. Я	Своб. волі	Безнад-ть	Відч-я непр-ті
Анкета/ Джер-сайлд	0,3435	0,1794	0,1507	-0,0063	0,3196	0,4001	0,0607	0,3862	0,2836



**Рис. 4. Структура факторів за методикою Т. Кеттелла**

Отже, як можна побачити, домінуючим фактором став фактор В – інтелект (9,85), тобто особистість, яка використовує мережі, з одного боку, демонструє розвинене логічне мислення, тому що соціальні мережі є не тільки розважальним полем, а й професійним середовищем; з іншого боку, вона розширює своє мислення, свої погляди завдяки їм, оскільки отримує нову інформацію, що сприяє поглибленню світоглядної позиції.

Наступні фактори, що проявилися з більшою вагою: фактор І – жорсткість/чутливість (7,89), фактор Q2 – конформізм/нонконформізм (7,35), фактор Q1 – консерватизм/радикалізм, фактор Q4 – напруженість/розслабленість, фактор О – упевненість/тривожність і фактор F1 – тривожність – мають однакові середні значення (7,15), фактор F4 – домінантність (7,2), фактор L – довірливість/підозрілість (7,1).

З низькими показниками отримано такі фактори: фактор Н – боязкість/сміливість (4,85), фактор Q3 – низький/високий самоконтроль/імпульсивність (4,6), фактор N – прямолінійність/дипломатичність (4,5), фактор G – несумлінність/сумлінність (4,35), фактор F3 – емоційна лабільність (3,85).

Отже, можна припустити, що соціальні мережі стають тим полем, де проявляється власна емоційність, чутливість, інтенція до інших, відкритість до змін, експериментування з власним образом, створення калейдоскопу множинних образів себе, що може допомогти створити образ себе як людини з нонконформістською позицією, самодостатньою, що позитивно впливає на особистість. Хоча варто зазначити, що мережі стають і простором, який негативно впливає на людину. Інакше кажучи, не збіг із бажаним/ідеальним образом себе, тобто ідеальним конструктом себе та світу, що суспільство нав'язує, вимагає створити – фруструє людину, викликає емоційне напруження та призводить до переживання тривоги. Тобто можна побачити, як відбувається перекидання/скидання ідеї довіри й (само)прийняття, що обертається певною підозрілістю.

Таким чином, особистість через використання соціальних мереж бажає сховати

власну боязкість, невпевненість і певну імпульсивність шляхом створення образу себе як активної людини, що включена до соціальних відносин.

Завершальним кроком у дослідженні було вивчення того, як саме індивідуально-психологічні властивості впливають на ціннісні орієнтації особистості. Обрано ті фактори, котрі відображали більші піки, а саме: фактор І – жорсткість/чутливість, фактор Q2 – конформізм/нонконформізм, фактор Q1 – консерватизм/радикалізм, фактор Q4 – напруженість/розслабленість, фактор О – упевненість/тривожність і фактор F1 – тривожність, фактор F4 – домінантність, фактор L – довірливість/підозрілість. Також фактори, що мають низькі показники: фактор Н – боязкість/сміливість, фактор Q3 – низький/високий самоконтроль/імпульсивність, фактор N – прямолінійність/дипломатичність, фактор G – несумлінність/сумлінність, фактор F3 – емоційна лабільність.

Отже, аналіз отриманих даних за методикою 16-факторний опитувальник Т. Кеттелла й методикою «Ціннісний опитувальник» (Ш. Шварц) представлені в таблиці 3.

Отже, негативний кореляційний зв'язок спостерігається між шкалою «конформність» і факторами L ( $p=-0,215$ ), Q1 ( $p=-0,417$ ), Q2 ( $p=-0,158$ ), Q4 ( $p=-0,042$ ) та F4 ( $p=-0,351$ ). Можемо припустити, що позиція конформності завдає особистості певний вимір, у якому відбувається згортання власної чутливості, вільнотумства, бажання домінування, що може призвести до напруження.

Шкала «традиції» має негативний зв'язок із факторами L ( $p=-0,237$ ), Q1 ( $p=-0,303$ ), Q2 ( $p=-0,210$ ) і F4 ( $p=-0,348$ ), тобто вкоріненість у традиції заважає розгортанню особистої індивідуальності.

За шкалою «доброта» спостерігається негативна кореляція з факторами L ( $p=-0,313$ ), Q1 ( $p=-0,405$ ), Q4 ( $p=-0,220$ ), F1 ( $p=-0,331$ ) та F4 ( $p=-0,506$ ). Отже, чим більше людина відчуває доброзичливе ставлення до себе, тим нижче недовіра, напруженість і тривога.

Шкала «універсалізм» негативно зв'язана з факторами L ( $p=-0,239$ ), Q1 ( $p=-0,587$ ), Q2 ( $p=-0,052$ ) та F1 ( $p=-0,072$ ).

Таблиця 3

Кореляція методики ціннісних орієнтацій Шварца й тесту Кеттелла

	К	Т	Д	У	С	С	Г	Д	В	Б
І	0,269	0,295	0,282	0,525	-0,397	0,067	0,206	-0,047	-0,214	0,377
L	-0,215	-0,237	-0,313	-0,239	0,273	-0,119	-0,013	0,046	-0,017	-0,281
О	0,141	0,199	0,060	0,002	-0,181	0,035	0,258	-0,076	-0,168	-0,060
Q1	-0,417	-0,303	-0,405	-0,587	0,254	-0,524	-0,213	-0,426	-0,111	-0,059
Q2	-0,158	-0,210	0,001	-0,052	0,097	-0,388	-0,362	-0,108	-0,416	-0,371
Q4	-0,042	0,267	-0,220	0,014	-0,031	0,114	0,473	-0,038	-0,209	0,062
F1	0,069	0,208	-0,331	-0,072	-0,229	-0,040	0,375	-0,205	-0,3	-0,121
F4	-0,351	-0,348	-0,506	0,063	-0,463	-0,453	-0,278	-0,193	-0,314	-0,351



Шкала «самостійність» має негативну кореляцію з факторами I ( $p=-0,397$ ), O ( $p=-0,181$ ), Q4 ( $p=-0,031$ ), F1 ( $p=-0,229$ ) та F4 ( $p=-0,463$ ). Цікавим стає факт зниження інтенції особистості до іншої людини, тобто бажання бути самостійною людиною знижає розуміння й толерантне ставлення до іншої людини, що дає змогу відокремлювати себе від оточення задля власного самоісторизування/конституювання як окремої істоти.

Шкала «стимуляція» має негативну кореляцію з факторами L ( $p=-0,119$ ), Q1 ( $p=-0,524$ ), Q2 ( $p=-0,388$ ), F1 ( $p=-0,040$ ) та F4 ( $p=-0,453$ ). Можна припустити, що відкритість до змін знижає загальну тривогу, недовіру, а також бажання відстоювати себе в середовищі інших людей.

Шкала «гедонізм» негативно корелює з факторами L ( $p=-0,013$ ), Q1 ( $p=-0,213$ ), Q2 ( $p=-0,362$ ), F4 ( $p=-0,278$ ). Отже, загальна тенденція отримання радості й насолоди від життя допомагає знижувати особистісне напруження, незадоволеність, стратегію втечі від світу.

Шкала «досягнення» має негативний зв'язок з усіма факторами, окрім фактору, який має пряму кореляцію L ( $p=0,046$ ). Завдяки тому, що особистість демонструє соціальну компетентність в умовах переваги загальних соціально-культурних пріоритетів і стандартів, це призводить до схвалення близьким оточенням і демонструє особисте бажання до самопіднесення.

Шкала «влада» негативно корелює з усіма факторами, тобто можна відмітити, що соціальний статус, до якого прагне особистість, формує простір, у якому людина, з одного боку, отримує місце визнання себе іншим, з іншого – змушує особистість відмовитися від індивідуальних прагнень і прийняти соціально підтримані.

За шкалою «безпека» спостерігається прямий зв'язок тільки з факторами I ( $p=0,377$ ) і Q4 ( $p=0,062$ ) – чутливість і напруження. Отже, цей ціннісний тип, що належить, за теорією динамічних відносин між ціннісними видами Шварца, до осі консерватизму, може демонструвати єдність між базовими соціальними нормами/вимогами та бажаннями особистості.

Наступним кроком було здійснення аналізу за всіма методиками в порівнянні з домінуючим фактором, який виявлено в анкеті, – години, тобто кількість годин, що людина проводить за місяць у соціальних мережах. Отримані дані представлені в таблицях 4–6.

Як можна побачити з таблиці 4, прямий зв'язок виявлено по шкалах «самотність» ( $p=0,343$ ), «безглуздість існування» ( $p=0,179$ ) і «безнадійність» ( $p=0,386$ ). Можна припустити, що особистість намагається через перенесення й завдяки перенесенню власного

Таблиця 4

**Порівняння показника «години» та шкал опитувальника «Психічні стани особистості» (Джерсайлд)**

	<b>Самотність</b>	<b>Безглуздість існування</b>	<b>Безнадійність</b>
Години/Джерсайлд	0,343	0,179	0,386

життя в бік віртуальної реальності соціальних мереж уникнути відчуття самотності, безнадійності та безглуздості власного існування, знайти запропонований сенс. Інакше кажучи, чим більше особистість занурюється в простір соціального нетворкінгу, чим більше вона проводить часу в ньому, тим більше вона намагається втекти від реального існування та його викликів.

Вивчаючи зв'язок між показником «години» та шкалами за методикою Шварца, отримали такі дані (таблиця 5).

Таблиця 5

**Порівняння показника «години» та шкал опитувальника Шварца**

<b>Назва шкал</b>	<b>самотність</b>	<b>гедонізм</b>	<b>влада</b>	<b>безпека</b>
Години/цінності	-0,190	0,108	0,374	0,374

Таким чином, отримані результати свідчать про зв'язок між цінностями, що орієнтовані на відчуття влади, безпеки, а також задоволення, і кількістю годин, проведених у соціальних мережах. При цьому спостерігається негативний зв'язок із показником «самостійність», тобто спостерігається певна залежність людини від соціальних мереж. Отже, можна припустити, що особистість через мережі шукає спосіб конституювати себе в тому числі через егоцентричну позицію, яка може проявлятися в спробах більш активного й агресивного самопозиціонування.

Останньою методикою, що порівнювалася з показником годин, був тест Кеттелла (таблиця 6).

Отже, негативний зворотний зв'язок отримано за факторами C ( $p=-0,031$ ), E ( $p=-0,043$ ), H ( $p=-0,413$ ), Q1 ( $p=-0,256$ ), Q2 ( $p=-0,148$ ) та F2 ( $p=-0,007$ ). Можна припустити, що кількість часу, що проведено в соціальних мережах, не завжди пов'язана або свідчить про екстраверсивну позицію особистості, її емоційну стійкість, бажання домінування чи сміливість.

Прямий зв'язок спостерігається за факторами B ( $p=0,227$ ), F ( $p=0,397$ ), I ( $p=0,065$ ), Q4 ( $p=0,260$ ), F1 ( $p=0,259$ ) та F4 ( $p=0,003$ ). Тобто можна припустити, що кількість годин, проведених в Інтернеті, створює умови роз-

Порівняння показника «години» та шкал тесту Кеттелла

	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>E</b>	<b>F</b>	<b>H</b>	<b>I</b>	<b>Q1</b>	<b>Q2</b>	<b>Q4</b>	<b>F1</b>	<b>F2</b>	<b>F4</b>
Години/ Кеттелл	0,227	-0,031	-0,043	0,397	-0,413	0,065	-0,256	-0,148	0,260	0,259	-0,007	0,003

витку мислення та інтелекту, оскільки численна інформація, яку необхідно опрацювати, осмислити, потребує зусиль і наполегливості від особистості.

Можна припустити, що кількість годин, проведених у соціальних мережах, може, з одного боку, викликати в особистості чутливість до контенту, що полягає в збільшенні психоемоційного напруження, бажанні діяти імпульсивно, з іншого – формувати стриману поведінку, що проявляється в певній жорсткості й/або байдужості до змісту інформації, яку вивчає людина, або до переживань іншої людини. Інакше кажучи, аватар, за яким ховається людина в соціальних мережах, допомагає проявляти себе незвичним способом, більш активно й навіть агресивно, що, у кінцевому підсумку, призводить до відчуття тривоги.

Таки висновки підтверджуються отриманим негативним зв'язком, який спостерігається за шкалами: фактор С (емоційна нестійкість/стійкість), фактор Е (підпорядкованість/домінування), фактор Н (боязкість/сміливість), фактор Q1 (консерватизм/радикалізм), фактор Q2 (конформізм/нонконформізм) і фактор F2 (екстраверсія/інтроверсія). Тобто більша кількість проведених годин у мережі не є гарантом того, що людина зможе бути або вільно проявлятися, навчитися реагувати/діяти протилежною, менш звичною стратегією.

**Висновки з проведеного дослідження.**

У ході дослідження окреслено загальне поле цінностей, яке створює навколо себе людина: спостерігається збіг як нормативних, так й індивідуальних пріоритетів особистості, а саме: «самостійність», «безпека» та «гедонізм». Завдяки анкетуванню виділено основні показники, що відображають суттєвий вплив на фактор користування Інтернетом, – години й вік людини. За допомогою методики «Опитувальник особистісних станів» (А. Джерсайлд) виявлено панівні установки: «ворожий настрій», «розбіжність між реальним та ідеальним я», «відчуття безглуздості існування» та «свобода волі».

За допомогою кореляційного аналізу розкрито специфіку взаємозв'язку між показником «години» та шкалами методики Кеттелла: фактор В, F, I, Q4, F1 та F4.

Порівняння показника «години» та шкал опитувальника «Психічні стани особистості» (А. Джерсайлд) продемонструвало, що існує

прямий зв'язок за шкалами «самотність», «безглуздість існування» й «безнадійність».

Вивчаючи зв'язок між показником «години» та шкалами за методикою Шварца, отримали зв'язок між цінностями, що орієнтовані на відчуття влади, безпеки, а також задоволення, і кількістю годин, проведених у соціальних мережах.

Таким чином, можна сказати, що соціальні мережі, які стають невід'ємною частиною повсякдення, впливають на особистість, на її психічний стан, життєві цінності, на кількість соціальних зв'язків, а також на когнітивний складник. Соціальні мережі створюють простір, у якому особистість може експериментувати з власним образом, поведінкою, формою комунікації, тобто певна маскарадність/мінливість віртуального контенту допомагає людині впоратися з особистою невпевненістю, сором'язливістю, скованістю, з одного боку; з іншого – мережі відчужують людину від себе, перетворюють людину на людину клішовану, на людину масову, людину тиражування, що заважає особистості відкрити автентичне буття, свою індивідуальність і неповторність.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Богдан М.С. Психологічні особливості спілкування залежних від соціальних мереж. *Психологія і соціологія: проблеми практичного застосування*. 2014. С. 25–29.
2. Данько Ю.А. Соціальні мережі як форма сучасної комунікації: плюси і мінуси. *Сучасне суспільство: політичні науки, соціологічні науки, культурологічні науки*. 2012. С. 179–184.
3. Дубчак О., Главінська Е. Соціальні мережі як чинник десоціалізації молоді. *Вісник Національного авіаційного університету*. 2018. № 13. 2018. С. 115–120.
4. Коноплицький С.М. Соціальні аспекти комунікації в мережі Інтернет: феноменологічний аналіз : автореф. дис. ... канд. соціол. наук : 22.00.01 «Теорія та історія соціології». Київ, 2007. 20 с.
5. Social Networks as a Phenomenon of the Information Society / A. Bessarab, O. Olshanska, A. Baranetska, N. Kodatska, O. Kvasnytsia, G. Mykytiv. *Journal of Optimization in Industrial Engineering, Special issue*. 2021. P. 17–24.
6. Social media? It's serious! Understanding the dark side of social media / V. Baccarella Christian, F. Wagner Timm, H. Kietzmann Jan, P. McCarthy Ian. *European Management Journal. Elsevier*. 2018. Vol. 36 (4). P. 431–438.

## ЧИННИКИ КОНСТРУКТИВНИХ СТРАТЕГІЙ ПОДОЛАННЯ СТРЕСУ У ВІЙСЬКОВИХ

## FACTORS OF CONSTRUCTIVE STRATEGIES FOR OVERCOMING STRESS IN THE MILITARY

Стаття присвячена дослідженню позитивних і негативних чинників, які впливають на використання конструктивних стратегій подолання стресу військовослужбовцями. Об'єктом дослідження є стратегії подолання стресу, а предметом – чинники стратегій подолання стресу у військовослужбовців.

Група досліджуваних складалася із 61 військовослужбовця, серед яких – 42 чоловіки і 19 жінок віком від 18 до 52 років. Використовували такі методики: «Шкала оцінки рівня реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності» Ч.Д. Спілбергера, Ю.Л. Ханіна, «Копінг-тест» Р. Лазаруса, С. Фолкмана, опитувальник «Стратегії подолання стресових ситуацій» С. Хобфолла, опитувальник «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, Г. Келлермана, Х.Р. Конте. Для опрацювання результатів застосовано кластерний аналіз, порівняльний аналіз за критерієм Манна-Вітні, кореляційний аналіз за критерієм Спірмена.

У результаті дослідження виділено два кластери, які відрізняються за рівнем конструктивності у використанні стратегій подолання стресу. Особи із середнім і підвищеним рівнем конструктивності відрізняються більш активним пошуком соціальної підтримки й прагненням налагоджувати соціальні контакти. Особи з низьким рівнем конструктивності можуть поводити себе асоціально, ігноруючи норми соціальної поведінки, створюючи конфлікти й не зважаючи на потреби інших. Не виключений і прояв агресивної поведінки в досяженні своєї мети. З'ясовано, що негативними чинниками конструктивності є уникання, дистанціювання, асоціальні й агресивні дії, а також такий механізм психологічного захисту, як заміщення. Позитивними чинниками є асертивні дії, пошук соціальної підтримки й контактів з іншими.

Виявлено взаємозв'язки між певними стратегіями подолання стресу й особистісною та реактивною тривожністю. Тривожні військовослужбовці використовують уникання для управління емоціями в подоланні стресової ситуації. Особи, які мають вищий рівень самоконтролю, можуть відчувати більшу тривогу, коли перебувають у стресових ситуаціях, що вимагають певних зусиль для їх подолання.

**Ключові слова:** стрес, стратегії подолання стресу, військові, захисні механізми, тривожність.

The article is devoted to the study of positive and negative factors that influence the use of constructive coping strategies by military personnel. The object of the study is stress coping strategies, and the subject is the factors of stress coping strategies in military personnel.

The study group consisted of 61 officers, including 42 men and 19 women aged 18 to 52 years. The following methods were used: Scale for Assessing the Level of Reactive (Situational) and Personal Anxiety by Ch.D. Spielberger and Y.L. Khanin, Coping Test by R. Lazarus and S. Folkman, the Strategic Approach to Coping Scale (SACS) by S. Hobfall, the Life Style Index (LSI) by R. Plutchik, G. Kellerman, and H.R. Conte. To process the results, cluster analysis, comparative analysis by the Mann-Whitney criterion, and correlation analysis by the Spearman criterion were used.

The study identified two clusters that differ in the level of constructiveness in the use of coping strategies. Individuals with medium and high levels of constructiveness are characterized by a more active search for social support and a desire to establish social contacts. People with a low level of constructiveness may behave antisocially, ignoring the norms of social behavior, creating conflicts and ignoring the needs of others. It is possible that they may also display aggressive behavior in order to achieve their goals.

It has been found that negative factors of constructiveness are avoidance, distancing, antisocial and aggressive actions, as well as substitution as a psychological defense mechanism. Positive factors are assertive actions, the search for social support and contacts with others.

The correlations between certain coping strategies and personal and reactive anxiety have been identified. Anxious officers use avoidance to manage emotions in overcoming a stressful situation. Individuals with a higher level of self-control may experience more anxiety when they are in stressful situations that require some effort to overcome.

**Key words:** stress, coping strategies, military personnel, psychological defense mechanisms, anxiety.

УДК 159.944.4-057.36  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.25>

### Левус Н.І.

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

### Тищенко-Горбенко С.Г.

студентка  
Інститут післядипломної освіти  
та доуніверситетської підготовки  
Львівського національного університету  
імені Івана Франка

**Актуальність дослідження.** Війна... Ситуація на фронті дуже складна, щодня гинуть наші герої – захисники держави. Велика кількість мирного населення стала заручниками важкої ситуації. Люди перебувають у постійному напруженому стані очікування біди та страху за своє життя й життя своїх близьких... Ці жахливі реалії сьогодення, у яких усі ми живемо, створюють величезне внутрішнє напруження, що викликає психологічний дискомфорт, який зазвичай ми прагнемо вивільнити через конфлікти, роздратування, злість або занурює-

мося ще глибше всередину себе, що призводить до замикання на собі й акцентування на своїх проблемах.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Стрес можна найкоректніше описати як окремий складник комплексної й динамічної системи взаємодії людини та середовища, що її оточує. Стрес розглядається як феномен, який кожна людина сприймає індивідуально, а причинами цього сприймання є установки, оцінювання ситуації, досвід та інші фактори [8].

Людина використовує різні способи подолання стресу. Сьогодні поняття «копінг» охоплює різноманітні форми людської діяльності, які починаються з несвідомих психологічних захистів і закінчуються цілеспрямованим подоланням будь-яких кризових подій, зокрема й таких, що пов'язані з війною та її наслідками [6].

Копінг-стратегії дуже різноманітні, саме тому різні дослідники виділили понад 400 стратегій подолання життєвих труднощів і зробили безліч спроб їх класифікації [6]. Проте загалом усі їх можна поділили на продуктивні, конструктивні й непродуктивні, неконструктивні копінги.

За останні кілька років у зв'язку із ситуацією, що склалася в нашій країні, вітчизняні науковці досліджували поняття копінгу з погляду зв'язків з особистісними характеристиками, самореалізацією, адаптованістю, емоційними станами тощо. Так, Л. Тютюнник вивчала бойовий стрес і те, як саме подолати його наслідки [3]. В. Стасюк, В. Дикун, А. Кириченко розглядали копінг-поведінку військовослужбовців у зв'язку з адаптивністю [2]. В. Мушкевич і Л. Пасічник зосередили свою увагу на копінг-поведінці в умовах бойових дій [1]. М. Ярмольчик виявляла те, як саме самореалізація пов'язана з копінг-стратегіями військовослужбовців [5]. Т. Храбан та О. Сілко розглянули вплив емоційних станів на вибір стратегій подолання бойового й військово-професійного стресу [4]. І. Приходько з колегами визначали типи та вторинну факторну структуру копінг-стратегій військовослужбовців з різним бойовим досвідом [7].

**Процедура дослідження.** Метою дослідження є з'ясування позитивних і негативних чинників, які впливають на використання конструктивних стратегій подолання стресу військовослужбовцями. *Об'єктом* дослідження є стратегії подолання стресу, а предметом дослідження – чинники стратегій подолання стресу у військовослужбовців. Група досліджуваних складалася із 61 військовослужбовця, серед яких – 42 чоловіки і 19 жінок віком від 18 до 52 років. 47 осіб мають вищу освіту, 14 осіб – середню спеціальну або незакінчену вищу.

Для дослідження обрано такі *методи*: «Шкала оцінки рівня реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності» Ч.Д. Спілбергера, Ю.Л. Ханіна, «Копінг-тест» Р. Лазаруса, С. Фолкмана, опитувальник «Стратегії подолання стресових ситуацій» (SACS) С. Хобфолла, опитувальник «Індекс життєвого стилю» Р. Плутчика, Г. Келлермана, Х.Р. Конте.

Для опрацювання результатів використовували кластерний аналіз за методом деревоподібної кластеризації й методом k-середніх, а також методи непараметричної статистики, оскільки більшість шкал мають розподіл, відмінний від нормального. Серед них – порів-

няльний аналіз за критерієм Манна-Вітні, кореляційний аналіз за критерієм Спірмена.

**Результати дослідження та їх аналіз.** За методом деревоподібної кластеризації виділено два кластери, які відрізняються за рівнем конструктивності у використанні стратегій подолання стресу. Перший кластер, до якого увійшли 24 особи, характеризується низьким рівнем конструктивності. У цій групі за середніми показниками спостерігається підвищений рівень уникання й асоціальних дій. Для осіб цього кластеру характерна схильність до уникання проблем і стресових ситуацій, а також до вчинення асоціальних дій. Вони можуть виявляти ознаки страху або тривожності, низької впевненості у своїх можливостях щодо вимог військового життя й особистої вмотивованості.

Другий кластер, до якого увійшло 37 осіб, має середні показники за такими шкалами, як *пошук соціальної підтримки, уникання, позитивна переоцінка, вступ у соціальний контакт*, які є вищими, ніж у попередній групі. Ці досліджувані, не уникаючи проблем, прагнуть до пошуку соціальної підтримки, більш схильні до налагодження соціальних контактів, здатні до правдивого сприйняття й позитивного оцінювання ситуації, можуть у скрутній ситуації звертатися до інших за допомогою. Це сприяє здатності швидко та ефективно адаптуватися у військовому середовищі й знаходити спільну мову з навколишніми та командуванням.

Таким чином, ми можемо побачити, що особи з «низьким рівнем конструктивності» значно відрізняються від осіб із «середнім і підвищеним рівнем конструктивності» у вищезначених аспектах. Тобто другий кластер має вищий рівень конструктивності, відрізняється більш активним пошуком соціальної підтримки й бажанням налагоджувати соціальні контакти.

Для порівняння груп військових із різним рівнем конструктивності використано непараметричний критерій Манна-Вітні (рис. 1).

Статистично достовірні відмінності в *самоконтролі* ( $m_1=13$ ,  $m_2=54$ ). Для групи осіб із середнім і підвищеним рівнем конструктивності характерно володіння самодисципліною, уміння управляти своїми емоціями та стримувати неконструктивні пориви, здатність до контролю своїх дій, як результат, приймання правильних, логічно обґрунтованих рішень і чітке виконання поставлених перед ними завдань.

Наявні відмінності в пошуку соціальної підтримки ( $m_2=11,4$ ). Військові із середнім і підвищеним рівнем конструктивності шукають і прагнуть знайти соціальну підтримку своїх дій. Також виявлено відмінності в прийнятті відповідальності ( $m_2=7,27$ ), де, застосовуючи конструктивну поведінку, бійці частіше беруть на себе відповідальність за свої вчинки й готові

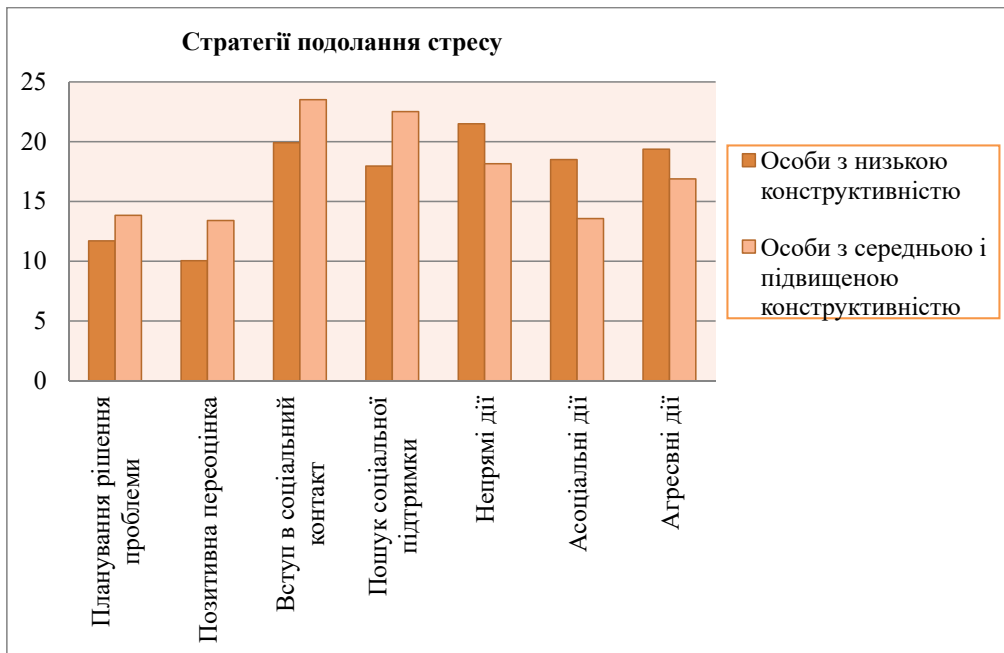


Рис. 1. Відмінності в стратегіях подолання стресу осіб із різним рівнем конструктивності

долати наслідки цих дій. У плануванні вирішення проблеми ( $m_2=13,83$ ) для групи осіб із середнім і підвищеним рівнем конструктивності притаманна здатність до ефективного планування й аналізу ситуацій, розв'язання проблем, що виникають, і прийняття тверезих рішень в умовах військових дій та інших стресових ситуаціях. Позитивна переоцінка сприймання життєвих ситуацій ( $m_2=13,4$ ) теж більше притаманна особам із конструктивними стратегіями. Вони прагнуть знаходити позитив навіть у важких ситуаціях.

У групі осіб із низьким рівнем конструктивності виявлено відмінності в учиненні *непрямих дій* ( $m_2=21,5$ ), що говорить про те, що військові можуть виявляти своє невдоволення та емоції й вирішувати проблеми за допомогою пасивно агресивних методів взаємодії. Також виявлено відмінності в учиненні *асоціальних* ( $m_1=18,5$ ) та *агресивних* ( $m_1=19,37$ ) дій, тобто особи з низьким рівнем конструктивності можуть поводити себе асоціально, ігноруючи норми соціальної поведінки, створюючи конфлікти й не зважаючи на потреби інших. Не виключений і прояв агресивної поведінки в досягненні своєї мети у формі фізичної або вербальної агресії та насильства.

Щоб ширше розглянути паралель між різними змінними й загальним рівнем конструктивності у військовослужбовців, застосували регресійний аналіз за критерієм F-Фішера. *Заміщення* ( $b=0,488$ ,  $p<0,003$ ) як механізм психічного захисту має значний негативний вплив на ефективність діяльності військовослужбовців. Удаючись до цієї стратегії, вони можуть намагатися уникати важких і стресових

ситуацій і, таким чином, демонструвати свою неефективність у виконанні обов'язків (рис. 2).

Якщо військовослужбовці поміняють свій кут зору на складні й напружені ситуації, що відбуваються навколо них, і подивляться на це як на виклик і шанс перевести їх у позитивне русло, це дасть змогу їм легше впоратися із завданням і знайти шляхи для подолання перешкод. Позитивне заміщення, якщо воно сприяє зосередженню, допомагає стимулювати творче мислення та досягати позитивних результатів. За умови, що цей механізм психологічного захисту зміниться на позитивний, можна очікувати на значне збільшення ефективності діяльності військовослужбовців загалом.

Аналіз даних з урахуванням стратегії подолання стресових ситуацій показав, що особи з низьким рівнем конструктивності прагнуть до *асоціальних* ( $b=-0,406$ ,  $<0,000$ ) та *агресивних* ( $b=-0,377$ ) дій, а також *дистанціювання* ( $b=-0,084$ ). Подібна поведінка відіграє важливу роль для доказу власної життєвої позиції та авторитету в очах навколишніх. Проте тоді військові менш ефективні у виконанні своїх обов'язків та у взаємодії з навколишніми. Небажання співпрацювати й допомагати іншим може обмежувати спілкування з побратимами. Також вони можуть удаватися до агресивної поведінки, що призводить до підриву ефективності команди.

Аналіз даних у рамках регресивної моделі виявив, що особи із середнім і підвищеним рівнем конструктивності прагнуть до пошуку соціальної підтримки ( $b=0,249$ ) і налагодження соціальних контактів ( $b=0,142$ ) (рис. 3).



Рис. 2. Негативний вплив механізмів психологічного захисту і стратегій подолання стресу на конструктивність

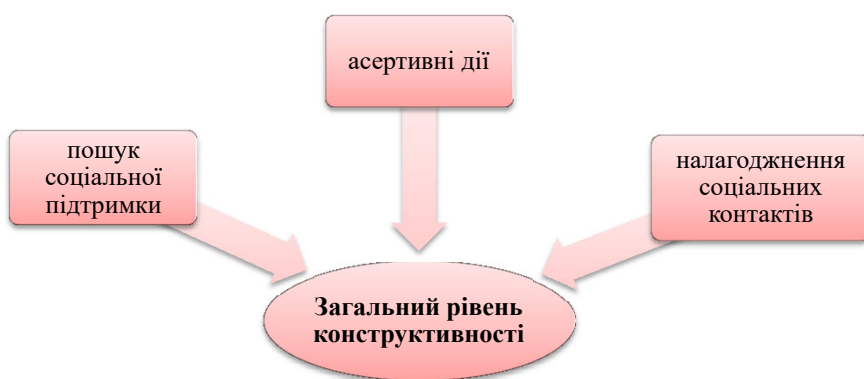


Рис. 3. Позитивний вплив стратегій подолання стресу на конструктивність

З'ясовано, що військовослужбовці із середнім і підвищеним рівнем конструктивності більш схильні до пошуку та знаходження підтримки у своїх побратимів і виявляють бажання спілкування з ними. Вони також прагнуть до застосування асертивних дій як конструктивної стратегії подолання стресу ( $b=0,188$ ) і здатні виражати свої потреби й думки відкрито, спокійно, зберігаючи повагу до колег і не ображаючи їхні почуття.

Таким чином, середній і підвищений рівень конструктивності в стратегіях подолання стресових ситуацій свідчить про позитивну й активну життєву позицію та здатність до позитивної взаємодії, що допомагає контактувати з навколишніми й вирішувати завдання більш ефективно.

На підставі проведеного кореляційного аналізу за критерієм Спірмена виявлено статистично значущі взаємозв'язки між стратегіями долаючої поведінки й показниками реактивної та особистісної тривожності (таблиця 1).

Найвні прямі кореляції між стратегією долаючої поведінки *самоконтроль* зі шкалами *реактивної* ( $r=0,415, p<0,05$ ) та *особистісної* ( $r=0,424$ ) *тривожності*. Військовослужбовці, які виявляють вищий рівень самоконтролю, також можуть відчувати більшу тривогу, коли

Таблиця 1

Взаємозв'язки стратегій подолання стресу і тривожності

Стратегії подолання стресу	Реактивна тривожність	Особистісна тривожність
Самоконтроль	0,415	0,424
Прийняття відповідальності	0,293	0,288
Уникання	0,545	0,581
Асоціальні дії	-0,261	-0,163
Агресивні дії	0,326	0,288

перебувають у стресових ситуаціях, що вимагають певних зусиль для їх подолання. За надмірного контролю поведінки гнучкість реагування на зміни знижується.

Стратегія *уникання* має прямі кореляції з *реактивною* ( $r=0,545$ ) та *особистісною* ( $r=0,581$ ) *тривожністю*. Тривожні військові використовують уникання для управління емоціями в подоланні стресової ситуації. Вони можуть використати тактику відступу або більш простого й примітивного способу подолання стресу та тривоги. Маючи високий рівень тривожності або нестабільний емоційний стан, вони шукають шляхи уникання стре-

сових подій, відчуваючи невпевненість у своїх здібностях і втрачаючи мотивацію.

Установлено прямі взаємозв'язки стратегії застосування *імпульсивних дій із регресією* ( $r=0,274$ ) і *реактивним утворенням* ( $r=0,263$ ). Військовослужбовці, які використовують цю стратегію, можуть проявляти неприпустиму поведінку та спонтанні реакції особливо в ситуаціях стресу.

*Агресивні дії* як стратегія подолання стресу мають прямі зв'язки з **реактивною** ( $r=0,326$ ) та **особистісною** ( $r=0,288$ ) **тривожністю**, *регресією* ( $r=0,534$ ), *заміщенням* ( $r=0,534$ ), *проекцією* ( $r=0,269$ ) і *компенсацією* ( $r=0,354$ ). Можна припустити, що в подоланні загрозливої ситуації бійці готові на боротьбу, а також можуть вибрати досить агресивний спосіб боротьби із ситуаціями, що несуть особисту загрозу.

Стратегії подолання стресу прямо корелюють із *раціоналізацією* ( $r=0,289$ ) як поясненням своїх дій та емоцій логічними аргументами. Це може вказувати на те, що ці військовослужбовці намагаються знайти раціональні підстави для своєї поведінки і стресу. Але, якщо цей механізм функціонує на високому рівні, це може призвести до активної деформації, викривлення навколишньої дійсності й часткового до зміни структури Я-концепції.

Отже, отримані результати кореляційного аналізу підтверджують наявність статистично значущих взаємозв'язків між стратегіями подолання стресу, тривожністю й механізмами психологічного захисту.

**Висновки та перспективи.** У результаті дослідження виділено два кластери, які відрізняються за рівнем конструктивності у використанні стратегій подолання стресу. Особи з вищим рівнем конструктивності, відрізняються більш активним пошуком соціальної підтримки та прагненням будувати соціальні контакти. Їм притаманне володіння самодисципліною, уміння управляти своїми емоціями і стримувати неконструктивні пориви, здатність до контролю своїх дій, що важливо для бійців під час виконання бойових завдань. Такі особи також частіше демонструють здатність до ефективного планування й аналізу ситуацій, до прийняття тверезих рішень в умовах воєнних дій та інших стресових ситуаціях.

Особи з низьким рівнем конструктивності можуть поводити себе асоціально, ігноруючи норми соціальної поведінки, створюючи конфлікти й не зважаючи на потреби інших. Не виключений і прояв агресивної поведінки в досягненні своєї мети у формі фізичної або вербальної агресії та насильства.

Негативними чинниками конструктивності є уникання, дистанціювання, асоціальні й агресивні дії, а також такий механізм психологічного захисту, як заміщення. Позитивними чинниками є асертивні дії, пошук соціальної підтримки та контактів з іншими.

Виявлено статистично достовірні взаємозв'язки між певними стратегіями подолання стресу й особистісною та реактивною тривожністю. Так, тривожні військовослужбовці використовують уникання для управління емоціями в подоланні стресової ситуації. Особи, які мають вищий рівень самоконтролю, також можуть відчувати більшу тривогу, коли перебувають у ситуаціях, що вимагають певних зусиль у подоланні стресової ситуації.

Перспективами дослідження є з'ясування інших соціально-психологічних чинників, які можуть впливати на застосування конструктивних стратегій подолання стресу. Наприклад, таких як стать, вік, наявність бойового досвіду, особливості темпераменту й характеру.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Психологічні особливості копінг-поведінки військовослужбовців та цивільного населення в умовах бойових дій / В. Мушкевич, Л. Пасічник. *Психологічні перспективи*. 2022. № 40. С. 104–120.
2. Психологічні особливості копінг-поведінки військовослужбовців десантно-штурмових військ у процесі адаптації до умов службово-бойової діяльності / В. Стасюк, В. Дикун, А. Кириченко. *Вісник Національного університету оборони України*. 2021. № 1 (59). С. 166–174.
3. Тютюнник Л.Л. Бойовий стрес та шляхи подолання його психотравмуючих наслідків. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. № 2(55). С. 106–115.
4. Вплив емоцій та емоційних станів на вибір стратегій подолання бойового та військово-професійного стресу / Т.Є. Храбан, О.В. Сілко. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2022. № 8. С. 71–87.
5. Ярмольчик М.О. Зв'язок самореалізації з копінг-стратегіями військовослужбовців збройних сил України. *Moderní aspekty vědy: XIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie*. Česká republika : Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2021. С. 318–329.
6. Folkman S. Stress: Appraisal and Coping. In: Gellman, M. D. (eds) *Encyclopedia of Behavioral Medicine*. Springer, Cham, 2020. P. 319–327.
7. Classification of coping strategies influencing mental health of military personnel having different combat experience / I. Prykhodko, Y. Matsehora, S. Bielai, K. Hunbin, S. Kalashchenko. *Georgian Medical News*. 2019. № 12 (297). P. 130–135.
8. The impact of political violence on posttraumatic stress symptomology: a longitudinal analysis / L.Y. Saltzman, D. Canetti, S.E. Hobfoll, B.J. Hall. *Anxiety, Stress, & Coping*. 2022. Vol. 35:2. P. 219–231.

## RESILIENCE AS A COMPONENT OF MILITARY MENTAL ENDURANCE: A THEORETICAL OVERVIEW OF THE PROBLEM

### РЕЗИЛЬЄНТНІСТЬ ЯК СКЛАДНИК ПСИХІЧНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ ВІЙСЬКОВИХ: ТЕОРЕТИЧНИЙ ОГЛЯД ПРОБЛЕМИ

*The article is devoted to the study of the phenomenon of resilience. The problem of the features and structural components of resilience is considered and its relevance is substantiated. The article analyzes modern approaches to the definition of this concept and describes the problem of the correlation between "viability" and "resilience". The article presents a consideration of resilience in three dimensions: stability, compliance and resistance. It is noted that resilience is studied in terms of personality traits, defense mechanisms and coping behavior and can manifest itself in various forms: as a person's ability to overcome adversity; as a factor of stress resistance; and as a model of recovery - the ability to restore effective functioning after exposure to traumatic stress. The article considers resilience as a characteristic of the psyche that determines the ability to resist stress and show mental stability, allows preventing emotional burnout, anxiety and depression, and recovering from difficult life situations. The psychological components of resilience are identified. The neurophysiological features of the brain's response to a traumatic situation are described. The article points out the dependence of individual differences in stress resilience on biological predisposition modeled under the influence of stressful experience. It is noted that theories of resilience ultimately show that there are a number of alternative paths and scenarios for individuals who have survived or become victims of any disaster. The article analyzes the ability of human resilience to differentiate under the influence of many socio-psychological variables, which include interpersonal interaction, which allows accumulating experience of interactions and thereby increases the individual's readiness to function effectively in society, the ability to reflect; characteristics of proactive coping behavior; psychological well-being, tolerance to uncertainty. Attention is focused on the importance of empirical research of resilience in military personnel as a category of people who are constantly faced with life-threatening situations. Prospects for research in this area are outlined.*

**Key words:** *resilience, viability, coping behavior, post-traumatic growth, traumatic situation, stress, military personnel.*

*Робота присвячена вивченню феномену резильєнтності. Розглянуто проблему особливостей і структурних компонентів*

*резильєнтності, також обґрунтовано актуальність. У статті проаналізовані сучасні підходи до визначення цього поняття й описана проблема співвідношення «життєздатності» й «резильєнтності». Розглянуто життєстійкість у трьох площинах: стабільності, відповідності й резистентності (опірності). Зазначено, що резильєнтність вивчається в площинах рис особистості, захисних механізмів і долаючої поведінки, може виявлятися в різних формах: як здатність людини долати незгоди; як фактор спротиву стресу; як зразок відновлення – здатність відновити ефективне функціонування після впливу травматичного стресу. Розглянуто резильєнтність як характеристику психіки, що визначає здатність чинити опір стресам і виявляти психічну стійкість, дає змогу запобігати емоційному вигоранню, тривожним і депресивним станам і відновлюватися після тяжких життєвих ситуацій. Визначено психологічні компоненти резильєнтності. Описано нейрофізіологічні особливості реагування мозку на травмуючу ситуацію. Указано на залежність індивідуальних відмінностей резильєнтності до стресу від біологічної схильності, що моделюється під впливом стресового досвіду. Зазначено, що теорії резильєнтності в кінцевому підсумку показують, що для осіб, які пережили або стали жертвами будь-яких лих, існує низка альтернативних шляхів і сценаріїв. Проаналізовано здатність резильєнтності людини диференціюватися під впливом безлічі соціально-психологічних змінних, до яких необхідно зарахувати міжособистісну взаємодію, яка дає змогу накопичувати досвід інтеракцій і тим самим підвищує готовність особистості до ефективного функціонування в суспільстві; здатність до рефлексії; характеристики проактивної долаючої поведінки; психологічне благополуччя, толерантність до невизначеності. Закцентовано увагу на важливості емпіричного дослідження особливостей резильєнтності у військовослужбовців як категорії осіб, що постійно зіштовхується із загрозовими для життя ситуаціями. Окреслено перспективи досліджень у цьому напрямі.*

**Ключові слова:** *резильєнтність, життєздатність, долаюча поведінка, посттравматичне зростання, травмуюча ситуація, стрес, військовослужбовці.*

UDC 159.944

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.26>

**Myloslavska O.V.**

Candidate of Psychological Sciences,  
Associate Professor,  
Associate Professor at the Department  
of Applied Psychology  
V.N. Karazin Kharkiv National University

**Bohdanovskyi S.O.**

Master of Psychology  
V.N. Karazin Kharkiv National University

**The relevance of the study.** The current circumstances in Ukraine are increasingly prompting the interest of leading scientists in the field of medical and psychological studies in the study of aspects of mental endurance of military personnel. Modern warfare imposes strict requirements not only on the strategy and equipment of combat, but also on the mental resource of the soldier. Undoubtedly, the human factor remains essen-

tial in achieving victory. Against this background, the problem of studying resilience as an important component of mental endurance is gaining special attention [6, p. 182; 31, p. 158], since it affects not only the quality of work performed but also human life in general.

The active study of the phenomenon of resilience of military personnel in our country began relatively recently, namely, with the beginning of



the implementation of a set of military and special organizational and legal measures of the Ukrainian power structures (Joint Forces Operation).

Among domestic researchers, the following are engaged in the study of resilience issues: S. Bogdanov, S. Boyko, S. Vasyliiev, E. Grishin, N. Husak, Y. Hontar, Z. Kireeva, S. Kravchuk, L. Korobka, O. Rudenko, G. Lazos, A. Maksymenko, O. Khaminich, V. Chernobrovkin, V. Chernobrovkina, and others. In turn, among the foreign scientific community were (J. Bonnano, E. Werner, J. Davidson, K. Connor, S. Muddy, E. Masten, M. Rutter, R. Smith and others).

The study of the experience of foreign specialists in organizing measures for the psychological preparation of military personnel for activities in combat conditions indicates the leading role of the development of resilience in soldiers [31, p. 158].

**The purpose of the article** is to study resilience as a component of mental endurance of a serviceman

**Research results.** Resilience in modern psychological science is studied as a complex, dynamic and multifaceted phenomenon, and is defined by most foreign researchers as a person's ability to recover from adversity, to reject failure, to experience, adjust or even thrive in the face of misfortune, change or adversity [28].

Historically, this concept originated in physics, when resilience was explained as a property of matter that can restore its previous shape after deformation due to the pressure of other materials. Accordingly, we will emphasize a typical example of the definition of this concept by F. Loezel. In his understanding, resilience is the ability of a person or a social system to build a full-fledged existence despite difficult circumstances. Despite the elementary interpretation, the author believes that the concept of resilience is much broader. The main idea implies [7, p. 64]:

- a positive result that a person achieves in the face of stressors;
- preservation of basic personality traits during threatening situations;
- overall recovery from a traumatic situation and achievement of success over time.

It should be noted that a large number of scholars are inclined to this concept. That is, they consider resilience not only as the ability to restore the previous form (to reach the previous stable psychological state), but also the acquisition of proactive behavior, the restoration of functioning with an increase, the so-called post-traumatic growth (S. Lepore, T. Revenson). This is also evidenced by the reflections of K. Bolton [18, p. 118], who points out that a resilient person can only be considered a person who, after traumatic events, demonstrates adaptive forms of behavior and continues to grow psychologically. Of course, the formation of the conceptualization of resilience is connected with the experience of

Israel, as the country aims to strengthen the resilience of the population to the war, which does not actually stop. And the scientific basis, which indicates the possibility of developing and practicing resilience [10, p. 77], reinforces the importance of studying this phenomenon.

In various studies, the psychological components of resilience are: optimism, self-esteem, personal competence, social competence, problem-solving skills, self-efficacy, social resources, insight, independence, creativity, sense of humor, self-control, psychological stability, family cohesion, spiritual influences, initiative, etc.

Today, scholars are taking a more comprehensive and meaningful approach to the study of resilience. We will highlight the interpretations in scientific works that are most relevant in our time.

G.M. Wagnild and H.M. Young [37, p. 165] define resilience as a personal characteristic of an individual that mitigates the effects of a stressor and contributes to successful adaptation.

S.S. Luthar, D. Cicchetti, B. Becker [26, p. 543] consider resilience through the prism of a dynamic process that encompasses successful adaptability in the context of threatening situations experienced by a person.

K.M. Connor, J.R. Davidson [21, p. 76; 37, p. 48] argue that the phenomenon of resilience embodies personal qualities that enable human growth in adverse situations.

G. Bonnano [19, p. 21] interprets this concept as a multidimensional and dynamic inherently complex of human characteristics.

R. Neman [32, p. 227]. Resilience is a person's ability to adapt to trauma, life's troubles and constant life stressors.

S. Fergus, M. Zimmerman [22, p. 399] point not only to the ability to adapt, but also to the successful reorganization of the personality, its growth and the acquisition of new constructive strategies for responding to stressful situations.

The American Psychological Association [32, p. 20] remains of the opinion that resilience is nothing more than a process of human adaptation in conditions of exhaustion, physical trauma and psychological post-trauma (subject to constant exposure to adverse conditions: problems in the family and in relationships with a partner, constant stress in the workplace, financial problems, natural disasters, wars, etc.)

K. Bolton [18, p. 118] interprets this concept as a mechanism of hypothetical protective factors that protect a person from maladjustment due to the influence of a stressor.

A. Masten [31, p. 308] has a dual view of this problem. On the one hand, she speaks of the ability of a dynamic system to successfully adapt to adverse conditions that disorganize and make it impossible for the person to fully function and develop, and on the other hand, as a complement, development under conditions of negative influence.

Thanks to the work of G. Lazos [7, p. 64] on the conceptualization of concepts and a review of modern resilience research, the differentiation of resiliency and resilience was emphasized, which is substantiated by A. Masten [31, p. 308]. The author notes that resilience is used in the context of describing a personality trait, and resilience as a broader concept that includes coping mechanisms, adaptive protection, personal hardening, full functioning, and the possibility of post-traumatic growth.

There is also a strong opinion that “resilience” is equated with “viability”. [7, c. 64]. K. Manapova [8, p. 150] emphasizes that resilience is included in the system of the concept of viability as a function by which a person can maintain stability. The basic functional component of viability is considered to be resilience.

In the work of the theoretical aspect of viability, L. Berezovska [1, p. 30] describes the term under the prism of the integral ability of a person to maintain his or her integrity, which allows to activate his or her potential for solving life's problems, and also allows human existence to meet the requirements of social existence and purpose.

Considering this concept, the authors consider resilience in three dimensions [8, p. 150]: stability, compliance and resistance. At the same time, the presence of a stressor is not mandatory, emphasizing a large ballast of life situations, namely, from the entry of a person into primary institutions to the realization of professional potential in general.

In turn, O. Khaminich points out that resilience is insensitive to the already identified mechanisms of resistance and its synonymy is not appropriate, since resilience has a wider range of life situations that are not only focused on situations of threat to human life. The problem of resilience, according to the scientist, should be studied as a phenomenon that defines a person in interaction with the world as a whole. And given the extensive experience of analytical work, O. Khaminich proposes to consider resilience in the context of adaptation and self-regulation of the individual as important components in overcoming stressful situations [12, p. 165].

Some authors consider resilience to be a characteristic of the psyche that determines the ability to resist stress and show mental stability, allows to prevent emotional burnout, anxiety and depression and recover from difficult life situations [32, p. 20].

Studies of the mechanism of influence of stressors on the human body have confirmed that stress damages the brain [6, p. 182; 34, p. 8]. Long-term exposure to life-threatening situations leads to an increase in hormonal secretion. It is because of hormonal activity that neuronal activity decreases, and the structure that helps a nerve cell transmit an electrical or chemical signal to

another cell is disrupted. Thus, the brain tissue of those parts of the brain responsible for learning, memory and emotional functioning (limbic system) decreases [6, p. 182].

It has been proven that the full recovery of a serviceman includes neurophysiological and socio-psychological aspects. Therefore, the study of resilience as a broad concept is an extremely important factor in the decompression and general adaptation of a serviceman [6, p. 182].

The stress-vulnerability model proposed by Goh & Agius (2010) is based on a bio-psycho-social synthesis of the complex relationships between genetic predisposition, personality dimensions, and environmental influences [7, p. 64]. According to this model, individual differences in stress resilience stem from biological predisposition, which is modeled under the influence of stressful experiences from prenatal age, during childhood, adulthood, and old age. And they already form the spheres of human psychological reactions such as cognitive, affective and behavioral [32, p. 20]. At the same time, scientists note that a low level of resilience does not necessarily affect the formation of psychopathological personality traits if it is not exposed to numerous stress factors. In addition, it has been found that the most relevant factors for the formation of adaptation disorders and post-traumatic stress disorders are the product of human activity, characterized by rape and torture (the military situation in general). At the same time, the opinion that the post-traumatic effect of a crisis event also depends on the subjective perception of the serviceman is not rejected [7, p. 64].

Thus, the importance of studying affective, cognitive and behavioral components in coping with stressful situations becomes clear.

A detailed review of the problem of resilience leads us to the conclusion that all theories of resilience ultimately show that there are a number of alternative paths and scenarios for survivors or victims of any disaster. Resilience can manifest itself in various forms: as a person's ability to overcome adversity; as a factor of resistance to stress; and as a model of recovery – the ability to resume effective functioning after exposure to traumatic stress [30].

In our study, we propose to consider personality resilience as an integral quality that includes the ability to perceive life events as challenges rather than threats; the ability to realize and harmoniously solve the problems of social existence; the ability to build a fulfilling life and manage both one's own internal and external resources in the difficult conditions of a disharmonious society and changes.

Human resilience is differentiated under the influence of many socio-psychological variables, which include interpersonal interaction, which allows accumulating experience of interactions

and thereby increases the individual's readiness to function effectively in society, the ability to reflect; characteristics of proactive coping behavior; psychological well-being, tolerance to uncertainty [35].

Psychology has great opportunities in terms of studying human resilience, as it is able to identify systemic and, to some extent, invariant components of its structure, to reveal fundamental patterns and mechanisms of implementation. However, this potential is still underutilized by psychologists, resulting in a "gap" between the need to solve a specific practical problem and the lack of scientifically sound means suitable for this purpose [36].

From the above interpretations of resilience, it is clear that the promotion and development of this construct is extremely important for military personnel, as they are constantly faced with traumatic and life-threatening situations. And the tendency of the military to manifest suicidal ideation further strengthens our interest in this topic and emphasizes its social significance [29].

In accordance with the multilevel interpretation of resilience by scientists, we understand that support and psychological correction of maladjusted soldiers should include a broad aspect of approaches and phased psycho-rehabilitation interventions. Therefore, we consider it appropriate to use the pyramid of interventions, which takes into account the peculiarities of the psyche's response. Its meaning is that the more difficult a person experiences a threatening situation, the higher the level of intervention required for its recovery [4, p. 92].

**Conclusions.** Thus, a thorough and practical implementation of the above aspects will make it possible to study the peculiarities of functioning and mechanisms of resilience of military personnel, as well as to contribute to the formation and development of the latest psychotherapeutic measures-workshops to build the stress resistance of soldiers to sudden changes in the combat situation. Resilience plays an important role in the formation of post-traumatic growth and the manifestation of a person's overall mental stability. We consider it promising to study the peculiarities of resilience of military personnel with adaptive and maladaptive coping responses.

#### BIBLIOGRAPHY:

1. Березовська Л.І. Теоретичні аспекти дослідження життєздатності особистості. *Вісник Національного університету оборони України*. 2017. № 1 (48). С. 26–30. URL: [https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/8140/1/MOTYVATSIINA\\_CKLADOVA.pdf/](https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/8140/1/MOTYVATSIINA_CKLADOVA.pdf/).
2. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Посттравматичний стресовий розлад : навчальний посібник / Л.О. Герасименко, А.М. Скрипніков, Р.І. Ісаков. Київ : ВСВ «Медицина», 2023. 120 с.

3. Грішин Е. Резилієнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Серія «Психологія»*. 2021. № 64. С. 62–81. URL: <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04>.

4. Психосоціальна підтримка в умовах надзвичайних ситуацій: підхід резилієнс : навч.-метод. посіб. / Н. Гусак, В. Чернобровкіна, В. Чернобровкін, А. Максименко, О. Бойко ; за ред. Н. Гусака. Київ : НАУКМА, 2017. 92 с.

5. Кіреєва З.О. Предиктори резильєнтності та оптимізму та оптимізму у осіб різного віку під час проживання пандемії SARS-COV-2. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2022. № 1. С. 5–10. URL: <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2022-1-1>.

6. Комар З. Психологічна стійкість воїна : підручник для військових психологів. Київ, 2017. 182 с.

7. Лазос Г.П. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. *Актуальні проблеми психології: Консультативна психологія і психотерапія*. 2018. № 14. С. 26–64. URL: [https://lib.iitta.gov.ua/716873/1/Lazos\\_APP\\_V3N14\\_2018.pdf](https://lib.iitta.gov.ua/716873/1/Lazos_APP_V3N14_2018.pdf).

8. Маннапова К.Р. Життєстійкість в системі поняття життєздатності. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Серія «Психологія»*. 2012. Вип. 44 (1). С. 143–150. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu\\_psykhol\\_2012\\_44\(1\)\\_18](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2012_44(1)_18).

9. Резильєнтність як складова психічної витривалості військовослужбовця / О.В. Милославська, С.О. Богдановський. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2023. Т. 34. № 1. С. 197–202. URL: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.1/32>.

10. Структура резильєнсу у контексті розвитку резильєнтності особистості / О.В. Руденко, Ю.В. Гонтар. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. Том 33. № 2. С. 73–77. URL: <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.2/12>.

11. Титаренко Т.М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека : навчальний посібник. Київ : Марич, 2009. 105 с.

12. Хамініч О.М. Резильєнтність: життєстійкість, життєздатність або резильєнтність? *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2016. Вип. 6, Т. 2. С. 160–165. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhpr\\_2016\\_6%282%29\\_30](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhpr_2016_6%282%29_30).

13. Феномен резильєнтності у контексті соціологічного підходу і дискурсу / В. Чернобровкіна, В. Чернобровкін. *Психологія та психосоціальні інтервенції*. 2020. № 3. С. 59–66. URL: <https://doi.org/10.18523/2617-2348.2020.3.59-66>.

14. Психологічні основи розвитку резильєнтності особистості в період пандемії Covid-19 : практичний посібник / О. Чиханцова, К. Гуцол. Київ : Національна академія педагогічних наук України, Інститут психології імені Г.С. Костюка, 2022. 128 с.

15. Шестопалова Л.Ф. Профілактика посттравматичних стресових розладів у жертв надзвичайних подій: медико-психологічні аспекти. *Гуманітарний часопис*. 2005. № 1. С. 103–108. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/gumc\\_2005\\_1\\_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/gumc_2005_1_14).

16. A new scale for adolescent resilience: grasping the central protective resources behind healthy development / O. Hjemdal et al. *Measurement and evaluation in counseling and development*. 2006. Vol. 39. № 2. P. 84–96. URL: <https://doi.org/10.1080/07481756.2006.11909791>.
17. A formal assessment of resilience: The Baruth Protective factors inventory / K.E. Baruth, J.J. Carroll. *The Journal of individual psychology*. 2002. № 58. P. 235–244.
18. Bolton K. The development and validation of the resilience protective factors inventory: a confirmatory factor analysis. University of Texas at Arlington, 2013. 118 p.
19. Bonanno G.A. Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *Psychological trauma: theory, research, practice, and policy*. 2008. № 1. P. 101–113. URL: <https://doi.org/10.1037/1942-9681.s.1.101>.
20. Resilience: the science of mastering life's greatest challenges / D.S. Charney, S.M. Southwick. Cambridge University Press, 2018. 240 p.
21. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) / K.M. Connor, J.R.T. Davidson. *Depression and anxiety*. 2003. Vol. 18. № 2. P. 76–82. URL: <https://doi.org/10.1002/da.10113>.
22. ADOLESCENT RESILIENCE: a framework for understanding healthy development in the face of risk / S. Fergus, M.A. Zimmerman. *Annual review of public health*. 2005. Vol. 26. № 1. P. 399–419. URL: <https://doi.org/10.1146/annurev.publhealth.26.021304.144357>.
23. Invisible wounds of war: psychological and cognitive injuries, their consequences, and services to assist recovery / L. Jaycox, T.L. Tanielian. RAND Corporation, 2008. 499 p.
24. Resilience and posttraumatic growth: Recovery, resistance, and reconfiguration / S.J. Lepore, T.A. Revenson. In Calhoun L.G., Tedeschi R.G. (Eds.), *Handbook of posttraumatic growth, research and practice*. Mahwah, NJ : Routledge, 2006. P. 24–46.
25. Lifton R.J. Protean self: human resilience in an age of fragmentation. Basic Books, 1995. 272 p.
26. The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work / S.S. Luthar, D. Cicchetti, B. Becker. *Child development*. 2000. № 71. P. 543.
27. Masten A.S. Ordinary magic: resilience in development. Guilford Publications, 2014.
28. Resilience in development and psychopathology: Multisystem perspectives / A.S. Masten, C.M. Lucke, K.M. Nelson, I.C. Stallworthy. *Annual Review of Clinical Psychology*. 2021. № 17. P. 521–549. URL: <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-081219-120307>.
29. Meredith L.S. Promoting psychological resilience in the U.S. military. Santa Monica, CA : Rand Corporation, 2011. 158 p.
30. Neman R. APA's resilience initiative. *Professional psychology: research and practice*. 2005. № 36. P. 227. URL: <https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.3.227>.
31. Innovative approaches to individual and community resilience: from theory to practice / D.G. Nemeth, T.W. Olivier. Elsevier Science & Technology, 2017. 198 p.
32. Resilience through the lens of interactionism: a systematic review. / A. Pangallo et al. *Psychological assessment*. 2015. Vol. 27. № 1. P. 1–20. URL: <https://doi.org/10.1037/pas0000024>.
33. Richardson G.E. The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of clinical psychology*. 2002. Vol. 58. № 3. P. 307–321. URL: <https://doi.org/10.1002/jclp.10020>.
34. Rossouw P. Resilience: A neurobiological perspective. *Neuropsychotherapy in Australia*. 2015. № 31. P. 3–8. URL: [https://www.researchgate.net/publication/275947336\\_Resilience\\_-\\_A\\_Neurobiological\\_perspective](https://www.researchgate.net/publication/275947336_Resilience_-_A_Neurobiological_perspective).
35. Rutter M. Resilience in the face of adversity: protective factors and resistance to psychiatric disorder. *British Journal of Psychiatry*. 1985. № 147. P. 598–611. URL: <https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>.
36. Turning it around for all youth: from risk to resilience. / ed. by ERIC Clearinghouse on Urban Education. [New York, N.Y.] : ERIC Clearinghouse on Urban Education, 1997.
37. Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale / G.M. Wagnild, H.M. Young. *Journal of Nursing Measurement*. 1993. № 1. P. 165.

## ОЦІНЮВАННЯ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ХВОРИХ НА ЕПІЛЕПСІЮ ЯК НЕОБХІДНИЙ СКЛАДНИК У РАЗІ НЕЙРОХІРУРГІЧНИХ ВТРУЧАНЬ

### ASSESSMENT OF THE LIFE QUALITY OF PATIENTS WITH EPILEPSY AS A NECESSARY COMPONENT OF NEUROSURGICAL INTERVENTIONS

У структурі неврологічних захворювань епілепсія займає третє місце, а за тяжкістю проявів їх стійкості до лікування належить до найбільш важких захворювань. Розповсюдженість епілепсії в розвинутих країнах становить 5–10 випадків на 1000 населення. Згідно з результатами популяційних досліджень, що проведені в розвинутих країнах, частота розвитку епілепсії коливається в межах від 0,28 до 0,53 на 1000 населення. Доведено, що на якість життя пацієнтів, які страждають на епілепсію, негативно впливають прояви депресії та тривоги. Саме вони є одними з основних факторів, що спричинюють зниження якості життя разом з іншими показниками. Зокрема, необхідність тривалого прийому ліків, неефективність лікування, що може бути зумовлено різними причинами, зміна протиепілептичної терапії – усе це негативно впливає на психологічний стан хворих.

У роботі зазначено, що сучасне медикаментозне протиепілептичне лікування епілепсії зумовило отримання в останні роки контролю над нападами майже в половині хворих навіть в умовах амбулаторного лікування. Саме щодо цієї категорії пацієнтів почали розглядати питання про можливість одужання від епілепсії та терміни скасування лікування антиепілептичними препаратами. Отримання контролю над нападами – важкий, трудомісткий і тривалий процес, якому передують комплексна діагностика з обов'язковим включенням і психологічного дослідження, що дає змогу більш об'єктивно судити про ступінь компенсації хворобливого процесу.

Окреслено, що, хоча сьогодні великий відсоток хворих на епілепсію має позитивну динаміку в контролі над нападами, водночас із 65 мільйонів «активних» випадків епілепсії приблизно тридцять відсотків пацієнтів через різні причини стійкі до сучасних ліків. У цих медикаментозно-резистентних випадках епілепсії пацієнти можуть пройти повне обстеження щодо вирішення питання необхідності нейрохірургічного втручання.

Резюмовано, що якість життя є невід'ємною частиною комплексного аналізу нових методів діагностики, лікування, профілактики, якості лікування й надання медичної допомоги хворим нейрохірургічного профілю.

**Ключові слова:** психологічна діагностика, хворий, епілепсія, функціональна нейрохірургія, якість життя.

*In the structure of neurological diseases, epilepsy occupies the third place, and according to the severity of manifestations of their resistance to treatment, it is one of the most severe diseases. The prevalence of epilepsy in developed countries is 5–10 cases per 1000 population. According to the results of population studies conducted in developed countries, the incidence of epilepsy varies from 0.28 to 0.53 per 1000 population. It has been proven that the quality of life of patients suffering from epilepsy is negatively affected by manifestations of depression and anxiety. They are one of the main factors that ensure a decrease in the quality of life, along with other indicators. In particular, the need for long-term medication, the ineffectiveness of treatment, which can be caused by various reasons, a change in antiepileptic therapy – all this negatively affects the psychological state of patients. It is stated in the work that the modern medical antiepileptic treatment of epilepsy led to control of seizures in almost half of the patients in recent years, even in the conditions of outpatient treatment. It is in this category of patients that the question of the possibility of recovery from epilepsy and the timing of withdrawal of treatment with antiepileptic drugs began to be considered. Gaining control over attacks is a difficult, time-consuming and long process, which is preceded by a complex diagnosis with the mandatory inclusion of a psychological study, which allows to more objectively judge the degree of compensation of the painful process.*

*It is outlined that although today a large percentage of epilepsy patients have positive dynamics in seizure control, at the same time, out of 65 million "active" cases of epilepsy, approximately thirty percent of epilepsy patients are resistant to modern drugs for various reasons. In these drug-resistant cases of epilepsy, patients can undergo a full examination to determine the need for neurosurgery.*

*It is summarized that the quality of life is an integral part of the comprehensive analysis of new methods of diagnosis, treatment, prevention, quality of treatment and provision of medical care to patients with a neurosurgical profile.*

**Key words:** psychological diagnosis, patient, epilepsy, functional neurosurgery, quality of life.

УДК 616.853-052

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.27>

**Музичук Г.О.**

аспірант кафедри клінічної психології  
ТОВ «Київський інститут сучасної психології та психотерапії»

**Лисенко І.П.**

д.психол.н.н.,  
завідувачка кафедри клінічної психології  
ТОВ «Київський інститут сучасної психології та психотерапії»

Епілепсія – це розлад мозкової діяльності, що характеризується стійкою схильністю до виникнення епілептичних нападів, а також неврологічними, когнітивними, психологічними й соціальними наслідками цього стану. У структурі неврологічних захворювань епілепсія займає третє місце, а за тяжкістю проявів їх стійкості до лікування належить до найбільш важких захворювань [1–3].

Розповсюдженість епілепсії в розвинутих країнах становить 5–10 випадків на 1000 насе-

лення. Згідно з результатами популяційних досліджень, що проведені в розвинутих країнах, частота розвитку епілепсії коливається в межах від 0,28 до 0,53 на 1000 населення. У країнах, що розвиваються, дані про розповсюдженість епілепсії дуже різняться. У Європі на епілепсію страждає 6 млн. осіб, із них 40% не отримує належного лікування. В Україні поширеність епілепсії становить 6–10 осіб на 1000 населення. Частота нових випадків захворювання на рік становить у світовому масштабі

в середньому 0,04%, однак відмічаються коливання в різні періоди життя: у дитячому віці – 0,9 із 1000 на рік, у середньому 0,2 з 1000 на рік, у віці більше ніж 60 років – 0,6 на 1000 на рік. Середня захворюваність становить 0,4 на 1000 населення. Кожний двадцятий мав протягом життя хоча б один епілептичний напад.

У спектрі проявів захворювання спостерігаються порушення множини соматичних і вегетативних функцій, які зачіпають вищі нервові функції, соціальну активність пацієнтів, що супроводжується погіршенням якості життя хворих на епілепсію [1–4]. Дослідження якості життя пацієнтів, які страждають на епілепсію, показують, що прояви депресії, а також тривоги – одні з основних факторів, що забезпечують його зниження [4; 5]. Необхідність тривалого прийому ліків, що відзначається пацієнтами неефективності лікування, зміна протиепілептичної терапії негативно впливають на психологічний стан хворих [5; 6].

На підставі аналізу багатьох клінічних досліджень доведено, що застосування антиепілептичних препаратів впливає на якість життя хворих на епілепсію [1–4]. Оцінювання якості життя дає змогу як отримати вихідну інформацію про фізичне, психологічне та соціальне функціонування хворого, так і здійснити моніторинг цих функцій і перебігу захворювання, що сприяє покращенню результатів лікування [3; 4]. Проведені дослідження якості життя пацієнтів наголошують на негативній динаміці показників у тому випадку, коли частоту нападів не вдається зменшити більше ніж на 50% [4]. Однак побічні ефекти препаратів мають більш виражений негативний вплив на показники якості життя незалежно від частоти судомних нападів [5; 6]. Тому актуальною залишається проблема дослідження якості життя пацієнтів, які страждають на епілепсію, у різних умовах фармакологічного лікування.

Сучасне медикаментозне протиепілептичне лікування епілепсії зумовило отримання в останні роки контролю нападів майже в половини хворих навіть в умовах амбулаторного лікування. Саме стосовно цієї категорії пацієнтів почали розглядати питання про можливість одужання від епілепсії та терміни скасування лікування антиепілептичними препаратами.

Отримання контролю над нападами – важкий, трудомісткий і тривалий процес. До одного з основних критеріїв поряд з відсутністю нападів і змін на ЕЕГ був зарахований і регрес зі змін особистості. Тому проведення у хворих психологічного дослідження є обов'язковою умовою, що дає змогу більш об'єктивно судити про ступінь компенсації хворобливого процесу.

Але разом із тим сьогодні у світі зареєстровано 65 мільйонів активних випадків епілепсії, приблизно тридцять відсотків цих пацієнтів

стійкі до сучасних ліків (Кван та ін., 2011; Фейгін та ін., 2019). У цих медикаментозно-резистентних випадках епілепсії пацієнти можуть пройти повне обстеження щодо вирішення питання необхідності нейрохірургічного втручання. За визначенням Американської академії неврології та інших північноамериканських і міжнародних організацій, резистентними до медикаментозного лікування є хворі, у яких не вдається позбутися нападів при використанні двох ПЕП або більше [5–7]. Призначення додаткових ПЕП може бути недоцільним через надзвичайно низьку ефективність політерапії епілепсії (4–14%) і високу ймовірність побічних реакцій [7–10]. Хворим на епілепсію з низькою ефективністю лікування на тлі монотерапії або політерапії ПЕП потрібно провести неінвазивне дохірургічне обстеження (обов'язкові й додаткові методи обстеження, консультація команди спеціалістів (невролог, нейрофізіолог, нейрохірург, нейропсихолог, нейрорадіолог)). Кінцевою метою лікування епілепсії є досягнення свободи від нападів, що є найбажанішим показником якості життя [10].

Функціональна нейрохірургія вивчає та здійснює хірургічний вплив на структури різних відділів ЦНС з метою усунення або зміни порушених функцій. Основним принципом операцій функціональної нейрохірургії є переривання потоку патологічної імпульсації, яка викликає ту чи іншу симптоматику. Такий механізм виникнення симптомів чи синдромів має місце при мимовільних рухах, гіперкінезах, різних видах дистонії (деформуюча м'язова дистонія, спастична кривошия, дитячий церебральний параліч), спастичності при різних захворюваннях, епілепсії, деяких видах психічних порушень.

Нейрохірургічне лікування епілепсії розвивається за двома основними напрямками: перший – класичні резекційні операції, другий – функціональні або паліативні втручання. Метою резекційних операцій є, по-перше, видалення первинного епілептогенного фокусу, включаючи зону морфологічного ураження, по-друге, відключення епілептогенного фокусу від інших структур мозку, які беруть активну участь у поширенні епілептичної активності навіть за неповного видалення первинного фокуса, і зменшення загальної кількості нейронів зі зміненою біоелектричною активністю. Когнітивні розлади, що формуються на тлі епілепсії, мають хронічний, часто прогресуючий характер, що проявляється порушенням низки вищих коркових функцій, включаючи пам'ять, мислення, орієнтування, розуміння, рахунок, здатність до навчання, мову, аналітичну діяльність. Свідомість у хворих збережена, порушенню когнітивних функцій передують зміни емоційного контролю, соціальної поведінки та мотивації. Раннє виявлення фармакоре-

зистентних форм епілепсії, детальне обстеження й за необхідності застосування диференційованих хірургічних методик дають змогу досягти контролю над епілептичними припадками, сприяти відновленню когнітивних функцій, коригувати психічні розлади й покращити якість життя пацієнтів.

Для комплексної діагностики хворих нейрохірургічного профілю обов'язково проводиться дохірургічне оцінювання типу епілепсії, локалізації епілептогенного фокуса та шляхів поширення епілептогенної активності, а також можливості ефективного хірургічного лікування хворого.

Для досягнення такої мети насамперед збирають повний анамнез життя і хвороби, оцінюють неврологічний, соматичний і психічний статус пацієнта, детально вивчають частоту й характер нападів, тривалість і за можливості причини початку хвороби, а також аналізують чинники ризику [7]. На цьому етапі обов'язково проводять діагностику рівнів епілепсії згідно із сучасною класифікацією епілепсій Міжнародної протиепілептичної ліги (ILAE), зокрема тип нападів, форму епілепсії, епілептичний синдром [8; 9].

Також настійно рекомендується побудова психологічного профілю з оцінюванням когнітивного функціонування [10; 11; 12].

Щоб забезпечити оптимальні умови тестування й запобігти недоречним перервам під час тестування, треба впевнитися в загальному самопочутті пацієнта: він повинен відчувати себе фізично достатньо добре для виконання когнітивних завдань. Психолог повинен визначати пріоритети потреб пацієнта й запиту від міждисциплінарної команди. Також фахівець повинен використовувати завдання, які будуть ураховувати різні когнітивні здібності та порушення в пацієнтів з епілепсією [11; 12; 13].

Під час проведення психологічного дослідження психолог звертає увагу на зосередженість пацієнта в процесі виконання тестових (особливо когнітивних) завдань та аналізує причини дискомфорту, який може відчувати пацієнт, максимально його мінімізуючи. Також варто звертати увагу на відповідність завдань когнітивним і соціокультурним «можливостям» пацієнта. Тобто, якщо експеримент занадто простий або занадто складний, пацієнт може взагалі не погодитися виконувати завдання або виконати його лише один раз із низькою мотивацією. Оскільки пацієнт виконує різні завдання, він, природно, тяжіє до тих завдань, які є найбільш захопливими. Але ж завдання психолога полягає й у тому, щоб створити умови для виконання не найпростіших і найбільш цікавих (на думку пацієнта) завдань, якщо вони входять у тестову батарею та мають значення для встановлення остаточного психологічного діагнозу.

Збереження когнітивних функцій у хворих на епілепсію має велике значення. Протокол психологічного дослідження повинен складатися з батареї психодіагностичних завдань, що стосуються ділянок, які підлягають резекції, а також оцінювання емоційно-вольової сфери й функціонування пацієнта загалом. Вони, з одного боку, є стандартизованими, але доповнюються водночас індивідуальним підходом для кожного пацієнта з урахуванням локалізації ураження, результатів магнітно-резонансної томографії (МРТ) та доопераційної електроенцефалографії. Тестовий блок включає декілька субтестів на оцінювання когнітивних функцій (наприклад, картинки, речення, слова й цифри, які потрібно повторити тощо), а також тести на оцінювання динаміки змін в емоційній сфері та соціальних аспектів [11; 12; 13].

Когнітивний дефіцит у хворих на епілепсію може виникнути через зростання пухлини або нейрохірургічне втручання, що може вплинути на якість життя загалом.

Дослідження, проведене в 1982 р. Дж. Фланаганом у 3000 дорослих осіб різного віку й статі, дало змогу виявити 15 важливих компонентів поняття якості життя. При цьому здоров'я було виділено респондентами першим із найважливіших компонентів і найбільше корелювало з поняттям якості життя. Захворювання, викликаючи біологічні зміни, зумовлює блокування актуальних потреб особистості й позначається на його житті [14].

Метод оцінювання КЖ широко використовується для аналізу впливу захворювання на основні сфери функціонування хворого в багатьох галузях.

Особливого значення проблема якості життя набуває під час дослідження ситуації хронічного психічного захворювання. Зокрема, доведено, що зниження якості життя в умовах хвороби незалежно від віку пов'язано переважно з обмежуючим впливом на реалізацію значних потреб, у тому числі соціальних. Мікросоціальна підтримка зумовлює особливості копінгу та сприяє підвищенню якості життя. Важливу роль у забезпеченні задоволеності своїм психічним здоров'ям і рівнем соціального функціонування відіграє наявність сім'ї.

До найбільш поширених спеціальних опитувальників для дослідження якості життя при епілепсії належать ліверпульська батарея тестів (Liverpool Quality of Life Battery); обмеження денної активності внаслідок епілепсії (Restrictions in Daily Life due to Epilepsy); шкала соціальних ефектів епілепсії (Epilepsy PsychoSocial Effects Scale); опитувальник для виявлення страхів, пов'язаних з епілепсією (Epilepsy Related Fears); шкала стигматизації (The Stigma Scale); вашингтонська психосоці-

альна шкала дослідження випадків у підлітків (Adolescent Washington Psychosocial Inventory); опитувальник для визначення якості життя пацієнтів з уперше діагностованою епілепсією (Quality of Life in Newly Diagnosed Epilepsy Instrument); опитувальники якості життя при епілепсії (QOLIE10, QOLIE31, QOLIE89); опитувальник якості життя при епілепсії для підлітків (QOLIEAD48); шкала наповненості життя (Life Fulfillment Scale) тощо.

Незважаючи на поступову психічну адаптацію хворих до хвороби й лікування, тривалість захворювання негативно позначається на більшості показників якості життя, пов'язаних як із фізичним станом, так і з соціальним функціонуванням. Наявні в західній літературі численні роботи свідчать про певний взаємозв'язок клінічних проявів захворювання та якості життя хворих на епілепсію. Більш висока якість життя загалом властива хворим, що страждають на первинно генералізовані одиничні напади, порівняно з пацієнтами, у яких спостерігаються парціальні часті напади [14].

Випадки непередбачуваних нападів, що повторюються, безумовно, є найголовнішим фактором, що впливає на якість життя хворого на епілепсію. Важливими предикторами благополуччя людей, які страждають на епілепсію, є частота нападів, страх їх виникнення й особисте сприйняття епілепсії [15].

Під час дослідження різних шкал якості життя з використанням складних ступінчастих регресивних технік встановлено, що відмінності в якості життя можна виявити в пацієнтів з нещодавно діагностованою епілепсією за різної тяжкості нападів. Тяжкість пережитого пацієнтом нападу, за їхніми даними, була важливою змінною для розуміння відносин між епілепсією та психологічним функціонуванням [15].

У повсякденному житті пацієнти з епілепсією регулярно відчують складнощі, пов'язані із захворюванням. В основному це проблеми сімейного життя, зниження соціальних і персональних амбіцій, підвищення рівня тривожності й депресії, низьку самооцінку порівняно зі здоровими людьми. Хворі на епілепсію рідше одружуються, мають складнощі з формуванням кола спілкування, частіше є безробітними [16].

Більш ранні дослідження виявили ще кілька особливостей людей з епілепсією. Вони мають більш слабе почуття власної гідності й більш високий рівень тривоги та знижений настрій. Деякі з них, хоча і не всі, відчувають на собі стигматизацію [17].

Таким чином, якість життя визнана невід'ємною частиною комплексного аналізу нових методів діагностики, лікування, профілактики, якості лікування й надання медичної допомоги.

Покращення стану здоров'я пацієнтів, регрес клінічних проявів захворювання, підвищення функціональних показників, максимальне наближення якості життя хворого до рівня здорової людини є основними завданнями в процесі лікування.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. A comparison of quality of life in adolescents with epilepsy or asthma using the Short-Form Health Survey (SF-36) / J. Wang, Y. Wang, L.B. Wang et al. *Epilepsy Research*. 2012. Vol. 101. № 1/2. P. 157–165.
2. Determinants of health-related quality of life in pharmacoresistant epilepsy: results from a large multicenter study of consecutively enrolled patients using validated quantitative assessments / C. Luoni, F. Bisulli, M.P. Canevini et al. (SOPHIES study group). *Epilepsia*. 2011. Vol. 52. № 12. P. 2181–2191.
3. Effect of levetiracetam on depression and anxiety in adult epileptic patients / M. Mazza, A. Martini, M. Scopetta, S. Mazza. *Prog. Neuropsychopharmacol. Biol. Psychiatry*. 2008. Vol. 32. № 2. P. 539–543.
4. Health-related quality of life in Russian adults with epilepsy: the effect of socio-demographic and clinical factors / E. Melikyan, A. Guekht, L. Milchakova et al. *Epilepsy Behav.* 2012. Vol. 25. № 4. P. 670–675.
5. What is the role of depressive symptoms among other predictors of quality of life in people with wellcontrolled epilepsy on monotherapy? / O.Y. Kwon, S.P. Park. *Epilepsy Behav.* 2011. Vol. 20. № 3. P. 528–532.
6. Carbamazepine, but not valproate, displays pharmacoresistance in lamotrigine-resistant amygdala kindled rats / A.K. Srivastava, Y.S. White. *Epilepsy Res.* 2013. Vol. 104. № 1/2. P. 26–34.
7. So E.L. Value and limitations of seizure semiology in localizing seizure onset. *J Clin Neurophysiol.* 2006. № 23 (4). P. 353–357.
8. ILAE classification of the epilepsies: Position paper of the ILAE Commission for Classification and Terminology / I.E. Scheffer, S. Berkovic, G. Capovilla et al. *Epilepsia*. 2017. № 58 (4). P. 512–521.
9. Operational classification of seizure types by the International League Against Epilepsy: Position Paper of the ILAE Commission for Classification and Terminology / R.S. Fisher, J.H. Cross, J.A. French et al. *Epilepsia*. 2017. № 58 (4). P. 522–530. URL: 10.1111/epi.13670.
10. Neuropsychological assessment before and after surgery for sporadic low-grade gliomas / S. Ng, G. Herbert, A.L. Lemaître et al. *J. Neurosurgeon.* 2020. URL: 10.3171/2020.7.JNS201507.
11. Loring D.W. Neuropsychological evaluation in epilepsy surgery. *Epilepsia*. 1997. № 38. S. 18–23. URL: 10.1111/j.1528-1157.1997.tb04535).
12. Anatomical basis of acquired reading disorders: neuropsychological validation of the dual route model of reading / E. Ripamonti, S. Aggujaro, F. Molteni et al. *Brain Lang.* 2014. № 134. P. 44–67. URL: 10.1016/j.bandl.2014.04.001.
13. Ruiz C. Cognitive monitoring during awake brain surgery in adults: a systematic review. *J. Clin. Exp. Neuropsychol.* 2018. № 40. P. 1081–1104.
14. Hermann B. Quality of life in Epilepsy. *J. Epilepsy.* 1992. V. 5. P. 153–165.



15. Kendrick A. Quality of life. The clinical psychologist handbook of epilepsy: assessment and management. London-N.Y., 1997. P. 171–176.

16. The clinical course of epilepsy and psychological correlates: finding from a UK community study /

A. Jakoby, G.A. Baker, N. Steen et al. *Epilepsia*. 1996. № 37. P. 148–161.

17. Quality of Life of People with Epilepsy: A European Study / G.A. Baker, A. Jacoby, D. Buck et al. *Epilepsia*. 1997. № 38 (3). P. 353–362.

# ПРИЙОМИ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ У ГЕШТАЛЬТ-ПІДХОДІ

## TOOLS FOR DEVELOPING PROFESSIONAL QUALITIES OF GESTALT COUNSELING PSYCHOLOGISTS

У статті зосереджено увагу на огляді принципів і практичних підходів до розвитку професійних якостей психологів-консультантів у гештальт-підході. Актуалізовано зростання потреби в якісному консультуванні, що посилює вимоги до психологів у постійному вдосконаленні фахових навичок і умінь. Виокремлено гештальт-підхід як один із базових методів психологічної допомоги клієнтам. Підкреслено, що особиста терапія відіграє ключову роль у розвитку психолога-консультанта. Вона дозволяє глибше розуміти себе, власні емоційні реакції та внутрішні переживання, що допомагає розкрити потенціал для більш якісної роботи із клієнтами. Висвітлено, що супервізія є необхідним сегментом професійного зростання фахівця. Аналіз власної практики під супроводом досвідчених колег дозволяє виявити слабкі та сильні сторони та професійні напрями для поліпшення практичної діяльності. Описано сертифіковані навчальні групи, які надають психологам-консультантам можливість поглибленого вивчення гештальт-підходу та прийомів практичного застосування. Завдяки групам формується творчий простір для обміну досвідом і рефлексії, що сприяє поглибленому освоєнню методологічних прийомів. Запропоновано огляд різноманітних технік для розвитку якостей психологів-консультантів, які обумовлені гештальт-підходом. Вони включають у себе активні вправи та методи, спрямовані на розширення свідомості, підвищення самопізнання, збільшення рівня емпатії та розуміння емоцій; удосконалення міжособистісної взаємодії й ефективної комунікації; покращення навичок роботи з конфліктними та стресовими ситуаціями; активізацію творчого мислення й інноваційних прийомів у роботі із клієнтами; навчання стратегій саморегуляції й особистої ефективності. Акцентовано увагу на значущості особистої терапії, супервізії, участі в сертифікованих навчальних групах і використанні технік для підвищення професійної майстерності психологів-консультантів.

**Ключові слова:** особиста терапія, особистісне зростання, розвиток якостей, сер-

тифіковані навчальні групи, супервізія, психотехніки.

The article focuses on an overview of the principles and practical approaches to the development of professional qualities of counseling psychologists the Gestalt approach. The growing need for quality counseling requires psychologists to constantly improve their skills. The Gestalt approach is highlighted as one of the basic directions of psychological assistance to clients. It is emphasized that personal therapy plays a key role in the development of a counseling psychologist. It allows for a deeper understanding of oneself, one's own emotional reactions, and inner experiences, which helps to unlock the potential for better work with clients. The author emphasizes that supervision is a necessary prerequisite for a specialist's professional growth. Analyzing your own practice with the support of experienced colleagues allows you to identify the strengths and the areas for improvement in your practice. The author describes certified training groups that provide counseling psychologists with an opportunity for in-depth study of the Gestalt approach and methods of its practical application. Thanks to the groups, a creative space is formed for the exchange of experience and reflection, which contributes to the in-depth development of methodological techniques. An overview of various techniques for developing the qualities of counseling psychologists, which are central to the Gestalt approach, is proposed. They include active exercises and methods aimed at expanding the level of consciousness, increasing self-knowledge, increasing the level of empathy and understanding of emotions; improving interpersonal interaction and effective communication; improving skills in dealing with conflicts and stressful situations; activating creative thinking and innovative techniques in working with clients; learning strategies for self-regulation and personal effectiveness. Attention is focused on the importance of personal therapy, supervision, participation in certified training groups, and the use of techniques to improve the professional skills of counseling psychologists.

**Key words:** personal therapy, personal growth, development of qualities, certified training groups, supervision, psychotechniques.

УДК 159.98  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.28>

### Ніколасв Л.О.

к.психол.н.,  
доцент кафедри психології  
Університет Григорія Сковороди  
в Переяславі

### Герасіна С.В.

к.психол.н.,  
доцент кафедри психології  
Університет Григорія Сковороди  
в Переяславі

### Атаманенко І.В.

магістр психології,  
гештальт-психотерапевт у навчанні  
Київський гештальт університет

**Вступ.** Глибинні неусвідомлювані процеси, які можна порівняти з непохитним фундаментом, мають найбільший вплив на формування особистості людини, зокрема і на формування особистісного портрета психолога-консультанта.

Кожен психолог із часом виробляє індивідуальний стиль професійної діяльності згідно зі своїми нахилами, інтересами й особливостями комунікативної сфери. Індивідуальність психолога є складним продуктом взаємодії вимог професії та внутрішніх умов суб'єкта праці. Окремий приклад цілком може суперечити загальному, типовому, що часто спо-

стерігається в даній професії: за ефективною й активною участю суб'єкта у професійній діяльності.

Важливо зауважити, що в даному професійному напрямі навіть незвичні або несподівані якості й особливості фахівця можуть бути корисним ресурсом, стати основою індивідуального стилю психологічної допомоги та взаємодії із клієнтом, або послужити створенню нової техніки. Водночас є те, що є загальним, невід'ємною та важливою складовою частиною діяльності будь-якого фахівця в галузі психологічної діяльності: вимоги до особистісних професійних якостей фахівця.

Окрім знання нормативно-правової бази діяльності, професійних знань, гештальт-консультанту та гештальт-терапевту необхідно мати окремі компетентності й особистісні якості, які впливають на ефективність проведення психологічного консультування, психологічної діяльності загалом. Особистісні якості психолога є найголовнішим інструментом діяльності, тому одним із першочергових завдань навчання гештальт-терапії є проходження курсу особистої терапії.

**Мета статті** – здійснення теоретичного аналізу науково-практичного досвіду прийомів розвитку професійно важливих якостей психологів-консультантів у гештальт-підході.

**Виклад основного матеріалу.** Нині гештальт-терапія є однією з актуальних форм психотерапевтичного втручання, спрямованою на підтримку особистісного росту, зміцнення психологічного самопочуття та досягнення глибокого внутрішнього розвитку. Цей підхід підкреслює важливість цілісності та свідомості у психологічній практиці.

Процес розвитку професійно важливих якостей психолога-консультанта в гештальт-підході через особисту психотерапію відображає специфіку терапевтичної взаємодії, де відбувається персоналізована робота над внутрішніми станами психолога, з можливістю детально проаналізувати та розкрити проблемні ситуації та внутрішні конфлікти. Супервізія відіграє роль спеціалізованого нагляду та консультаційного супроводу процесів психотерапевтичної практики. Вона виступає важливою складовою частиною для підвищення професійної компетентності психолога-консультанта. Участь у сертифікованих навчальних гештальт-групах надає можливість психологам-консультантам набути практичний досвід, отримати зворотний зв'язок від досвідчених колег і майстрів, а також розширити свої знання щодо теоретичних основ і методів гештальт-терапії [2; 3].

**Особиста терапія.** На рівні здорового глузду терапевт, який знає, що таке бути клієнтом, імовірно спроможний бути більш емпатійним і з більшою готовністю передбачати невисловлені почуття, ніж терапевт, який не знає цього з перших рук.

Власні почуття гештальт-терапевта, у широкому сенсі контрпереносу, є чутливим інструментом, який він несе в консультаційну кімнату. Особиста психотерапія гештальт-терапевта «калібрує інструмент», щоб він міг краще довіряти показанням під час застосування до клієнтів.

Це основна причина рекомендувати гештальт-терапію для гештальт-терапевтів. Окрім того, психотерапія нормалізує та дестигматизує перебування в терапії (припускаючи, що терапевт розкриває свою особисту терапію

клієнту); покращує роботу суб'єкта як терапевта не спеціально, знімаючи стрес і напругу; дає терапевту цінний погляд на те, що працює, а що ні.

Персональна психотерапія не гарантує, що терапевт стане більш дбайливим, чутливим, технічно досвідченим або ефективним, оскільки у психотерапії, як і в житті, мало що гарантовано. Психотерапевтична робота, зокрема й у гештальт-підході, тісно пов'язана із самопізнанням особистості терапевта та готовністю до саморефлексії.

**Супервізія.** У гештальт-терапії супервізія є фундаментальним процесом, навчальним середовищем і необхідною підтримкою психологічної практики. Цей процес є засобом для кращого розуміння клінічних випадків, рефлексії терапевтичної ситуації та консультативних взаємин, орієнтування в терапевтичному процесі. Супервізія підвищує обізнаність про поля, створені терапевтом і клієнтом, супервізором і супервізованим, і забезпечує підтримку та права приналежності до професійної спільноти, щоб мати можливість запропонувати найкращий варіант вирішення запиту для клієнтів.

У неосвячених може скластися враження, що супервізія – це просто директивна вказівка терапевту, що робити та як це може робити супервізор на практиці. Водночас для реалізації безпечної практики необхідне наставництво, особливо для новачків, це має бути збалансовано з наданням супервізованому простору для розвитку власної філософії як терапевта. Функція гештальт-супервізії полягає не в тому, щоб надати суб'єкту арсенал технік і втручань, а в тому, щоб допомогти йому зрозуміти спільно створену динаміку терапевтичних контактів (взаємодій).

**Сертифіковані навчальні гештальт-групи.** Майстер гештальт-терапії – це спеціальна кваліфікація, яка викладає гештальт-теорію, методологію та практику в рамках різної інтенсивності програм. Студенти, які успішно проходять такі курси, стають кваліфікованими гештальт-терапевтами, які мають право на членство та реєстрацію у відповідних професійних асоціаціях. У гештальт-групах навчають спеціальних теоретичних знань і методології гештальт-терапії. Також студенти проходять внутрішню практику, яка розвиває навички застосування гештальт-приймів у своїй роботі. Майбутній гештальт-терапевт набуває досвіду роботи з окремими особами, групами, парами, сім'ями. Студенти також знайомляться з гештальт-підходом у роботі в організаційних умовах, корпораціях і спільнотах.

Розвиток власного особистого стилю гештальт-терапевта є безперервним процесом, що триває все життя. Під час такого навчання слухачі схильні наслідувати своїх тренерів,

особистих психотерапевтів і супервізорів. Розвиток індивідуального стилю гештальт-терапевта має багато спільного із живленням власного творчого процесу, поповненням ресурсів і збереженням відкритості для несподіванок і сюрпризів.

Під час роботи в гештальт-групі терапевт ставить учасникам запитання: «Що ти зараз переживаєш (бачиш, чуєш, відчуваєш тощо)? Що ти хочеш (зокрема, від мене, від цієї сесії)? Хто може тобі це дати? Що ти помічаєш із його боку? Як ти про це дізнався? Що ти відчуваєш до нього? Що ти робиш? Як тобі це вдається? Як це можна зробити по-іншому? Чого ти уникаєш? На що ти розраховуєш? Що тобі це зараз дає? Що ти думаєш і переживаєш у зв'язку з якоюсь подією?».

Пропонуємо докладний опис ключових практик, які є основними в контексті розвитку професійних якостей психологів-консультантів, які працюють у гештальт-підході. Гештальт-терапія, як важлива галузь психології, визначається своєрідним підходом до розв'язання психологічних проблем і сприяння особистісному зростанню. Застосування гештальт-методу в роботі консультанта вимагає від нього вміння працювати з емоціями, відчуттями та внутрішніми конфліктами клієнтів. Отже, для розвитку професійних якостей психологів-консультантів у гештальт-підході важливо знати та вміти застосовувати гештальт-техніки, проводити систематичну саморефлексію й активно залучатися до супервізійних практик і навчання. Такий підхід сприяє покращенню якості терапевтичної роботи та розвитку особистості психолога-консультанта.

*Безперервне усвідомлення.* Надзвичайно важливо стежити за своїм диханням: рівне воно чи ні, глибоке чи поверхневе. Звертати увагу на приміщення, у якому перебуваєте: на температуру, освітлення, обстановку, а також навколишніх людей. Важливо усвідомлювати, секунда за секундою, як відчуваєте себе цієї миті та що саме відчуваєте. Необхідно сфокусуватися на плині свідомості: чи не відволікаєтеся на побудову планів, повторення в умі чогось, фантазування, спогади; чи не оцінюєте себе, натомість щоб вдатися до чистого усвідомлення? Що вам нагадує усвідомлення? Зверніть увагу, як ви зриваєте власні спроби безперервного усвідомлення. Чи не таким чином ви часто перешкоджаєте повноцінному контакту зі своїм власним досвідом? Спробуйте не втрачати зв'язок із тією миттю, коли вам захотілось уникнути безперервного усвідомлення. Чи можете ви відчути, чому ви йдете? Чи не виникає ситуація, яка здається вам незакінченою? [4]

*Боротьба протилежностей.* Учасник говорить про одну сторону своєї дилеми, а обраний ним партнер за іншу сторону. Група ділиться на

прихильників тієї чи тієї сторони дилеми учасника, вони сідають по обидва боки від нього та влаштовують діалог. Група голосує за одну зі сторін дилеми учасника, після чого він переконує їх змінити результати голосування [4].

*Важко та легко.* Вибрати партнера, з яким важко, і сказати йому: «Мені подобається, що ти зараз <...>» Потім вибрати партнера, з яким легко, та сказати йому: «Мені не подобається, що ти зараз <...>» [1].

*Вигадані персонажі.* Уявіть кожного учасника четвірки як персонажа будь-якої розповіді чи п'єси, обговоріть з кожним його роль, а потім із групою – свій вибір і реакцію партнерів [4].

*Відсутня людина.* Кожен із заплученими очима вигадує людину, якої не вистачало їй у минулому (старший брат, мудрий учитель), потім розповідає слухачам про те, як ця людина могла би змінити його життя [4].

*Внутрішні та зовнішні.* Учасники складають два кола, які рухаються у протилежні сторони. По команді всі зупиняються та повертаються один до одного. «Внутрішні» відіграють роль безквиткового пасажира, «зовнішні» – контролера. Потім партнери діляться своїми переживаннями (2 хвилини). На наступному етапі гри «внутрішні» стають продавцями, «зовнішні» – покупцями, потім – батьками та дітьми. Інші ситуації: дорожній інспектор намагається оштрафувати водія, діти не можуть поділити іграшку, один вимагає від іншого повернення боргу, начальник робить догану підлеглому, сцена ревнощів, вибачення тощо [4].

*Вчинення кіл.* Учасник по колу звертається до кожного члена групи. Наприклад, якщо він заявив, що відчуває страх перед групою, йому пропонують підійти до кожного учасника, вимовити «Я боюсь» і потім описати своє почуття страху перед цією людиною [4].

*Думай лише про себе / тільки про інше.* Партнери сідають навпочіпки, спираючись спинами один на одного – спочатку, як зручно тільки собі, потім як зручно іншому. Потім порівнюють відчуття, почуття та думки в першому та другому випадках [1].

*Єдність протилежностей.* Партнери згадують радісні та сумні моменти свого життя, називають три свої сильні та слабкі сторони, говорять про своє ставлення до близькості та незалежності, знаходять три важливі зміни у своєму житті та три речі, що залишилися без зміни. Кожен звертає увагу, коли радість і смуток були якось пов'язані, як сильні сторони ставали слабкістю, а слабкі допомагали, у взаємозв'язку перебували близькість і незалежність, як за допомогою змін вдавалося зберегти постійність [1].

*За та проти.* Обговорюється одна людина. Група поділяється на дві частини, одна її критикує, інша захищає [4].

*Зовні та всередині.* Саморозкриття, пересідаючи по ряду стільців, кожен із яких символізує все більш прихований прошарок особи [4].

*Копія й антипод.* Один учасник каже іншому: «Ти такий же, як я, у тебе <...>», водночас він дивиться партнерові в очі, наслідує особливості його мови та міміки, потім вони міняються ролями, і так кілька разів. Через 5 хвилин фраза змінюється на: «Я дуже відрізняюсь від тебе, я <...>» [1].

*Написання допоміжною рукою* (лівою, якщо ви правша, та навпаки) спогадів про дитячі травми та конфлікти [4].

*Начальник і Підлеглий.* Начальник може стояти на стільці, Підлеглий – сидіти перед ним навпочіпки. Начальник лає Підлеглого, повчає його, вимагає. Підлеглий виправдовується, погоджується, вибачається. Потім партнери міняються ролями [1].

*Незакінчені пропозиції.* Сказати партнеру фрази, що починаються зі слів: «Мені подобається, що ти <...>; я засмучуюсь, коли <...>; я злюсь, коли <...>; я вдячний тобі за <...>; ми могли б інакше <...>; я намагаюся створити в тебе враження <...>; я відчуваю збудження, коли ти <...>; я боюся, ти подумаєш, що я <...>; я хочу від тебе <...>; якби я торкнувся тебе <...>» [1].

*Перебільшення.* Учаснику пропонують посилювати ненавмисний рух, доки він не зрозуміє, яке неусвідомлене почуття він висловлює. Якщо учасник не досить усвідомлює свої очевидні особливості, йому пропонують зіграти роль, де вони виступатимуть у перебільшеній формі. Якщо хоче позбавитися якоїсь поведінки, йому доручають роль людини з бажаними рисами характеру в перебільшеній формі (техніка «зробити навпаки») [4].

*Переименовання симптомів.* Одна людина зізнається іншій людині у своєму недоліку. Інший 1) переименовує його на гідність (наприклад, впертість – на завзятість); 2) виявляє вигоди від «недоліку»; 3) знаходить ще одне найменування симптому (наприклад, незалежність) та пропонує партнеру вибрати [1].

*Перетворення злиття на контакт.* Зверніть увагу на свою мову, одяг та інші особливості та звички. Чи знаєте ви зразки, яким мимоволі наслідуєте? Якщо ви схвалюєте в собі ту чи іншу рису, чи відчуваєте ви подяку до її джерела? З якими персонажами театру та кіно ви зазвичай отожднюєтесь? Чи не з тими, хто сильно відрізняється від вашого повсякденного образу? Згадайте, стосовно кого ви відчуваєте провину чи образу. Чи викликали б подібні дії те саме почуття, якби вони належали комусь іншому? Тепер згадайте свої стосунки із цією людиною загалом. Якою мірою ви сприймаєте як само собою зрозуміле те, що, можливо, цією людиною не сприймається як само собою зрозуміле? Бажаєте змінити ста-

тус-кво? Тоді замість того, щоб мучити себе почуттям провини або образи, пошукайте способи розширення сфери контакту [4].

*Пишу до вас.* Кожен учасник підписує знизу свій лист паперу та передає його сусідові. Той пише вгорі одну-дві фрази про те, що давно хотілося сказати цьому учаснику, загинає написане та передає листок далі по колу, доки він не дійде до заявника. Виключаються фрази на кшталт «Мені приємно тобі сказати <...>». Вправа добре підходить для завершення тренінгу [4].

*Позитивне перевизначення.* Один викладає проблему, інші (по колу або мозковим штурмом) шукають позитивне формулювання, доки не знайдуть варіант, що задовольняє заявника проблеми. Виключаються підбадьорення, заперечення проблеми, мінімізація, поради [4].

*Протилежні асоціації.* Один називає «негативне» поняття – наприклад, «бруд», інший підбирає щодо нього позитивну асоціацію – «лікувальний бруд» [1].

*Прохання та відмова.* Один учасник вимовляє на різні лади «У тебе є те, що мені потрібно», інший відповідає з різними інтонаціями «Я тобі це не дам» [1].

*Реверсія,* або виявлення протилежного. Учаснику пропонують зіграти роль, яка йому зазвичай непритаманна [4].

*Робота з ретрофлексією.* Коли ви питаєте себе про щось, хто з оточення може знати відповідь на ваше запитання? Що утримує вас від того, щоб поставити це питання йому – сором'язливість, страх відмови, небажання виявити своє невігластво? Коли ви шкодуєте або караєте себе, кого ви хочете водночас пошкодувати чи покарати, від кого хотіли б отримати співчуття чи покарання? Як ви реагуєте, коли вас примушують? Прикидаєтесь глухим? Даєте обіцянки, які не збираєтесь виконувати? Або ви реагуєте почуттям провини чи підкоряєтесь із презирством до себе або розпачем? Якби командували ви, чи не намагалися б ви маніпулювати за допомогою магічних слів, погрожувати, підкуповувати, насаджувати? Коли ви дорікаєте собі в чомусь, кому насправді ви хочете дорікнути? У кому ви хочете викликати почуття провини, обманючись, що ви відчуваєте її самі? У чому ви сумніваєтесь щодо себе, за що засуджуєте, чому не довіряєте? Чи не є ваше самоприниження бажанням, що обернулося проти вас, знищити когось? На яку людину можна спрямувати ваш сумнів, недовіру, осуд? [4].

*Робота зі снами.* Запишіть свій сон і складіть список усіх його деталей. Згадайте кожну персону, кожну річ, кожне ваше переживання, а потім спонукайте кожним із них. Придумайте діалог між двома частинами, що протистоять, дайте їм поборотись одна з одною, доки вони не прийдуть до примирення. Учиніть так з усіма

конфлітуючими парами, щоб звільнити свою глибинну енергію на боротьбу із зовнішніми перешкодами [4].

*Розігрування проєкції.* Учасник «приміряє» на себе почуття, яке приписує іншій людині – наприклад, у разі заяви «Я відчуваю до тебе жалість» йому пропонують підійти до кожного в ролі людини, що викликає жалість [4].

*Твердження замість питання.* Поставити слухачеві три запитання та потім замінити їх на три твердження (наприклад: «Навіщо ти носиш ці черевики?» – «Мені не подобаються твої черевики!») [1].

*Твої полюси.* Учасник ставить навпроти себе стілець, кожен по черзі сідає на нього та називає одну якість учасника, яка заважає автору висловлюватися, спілкуватися з ним, і одну – яка допомагає [4].

*Ти – ми – я.* По дві хвилини говорити мовчазному слухачеві стверджувальні фрази, що починаються спочатку займенником «ти», потім – з «ми», і нарешті – з «я» [1].

*Тіньові сторони.* Один учасник виходить за двері, кожен із решти називає одну його «тіньову» сторону. Потім учасника кличуть у кімнату, і він намагається відгадати три такі риси [4].

*Три бажання.* Кожен вигадує три бажання, які міг би здійснити у групі прямо зараз. Потім він висловлює свої бажання вголос і, наскільки можна, задовольняє їх. Після цього учасники згадують ще три бажання з тих, які вони відкинули під час вибору, розповідають про ці бажання та намагаються задовольнити якесь із них [4].

*Три фрази.* Почергово з партнером вимовляють по три фрази, які починаються зі слів: «Я винен», «Я не зобов'язаний»; «Мене обурює», «Мене захоплює»; «Я хочу», «Я не хочу»; «Я хотів би», «Я боюся»; «Я спробую», «Я досягну». Варіант: кожна з наведених фраз вимовляється один раз; починається вона як зазначено, а закінчуються всі фрази однаково [1].

*Усвідомлення.* «Зараз я усвідомлюю твою посмішку, твій погляд, запах. Усвідомлюю

тепло в себе у грудях, розслабленість у руках, нахил тіла до тебе. Усвідомлюю думку про твоє тепле ставлення до мене, почуття симпатії до тебе <...>». Партнер оцінює точність сприйняття учасника та потім міняється з ним ролями [1].

*Човникова техніка.* Учасник то сідає на «гарячий стілець», звертаючись до уявного співрозмовника на «порожньому стільці», то сідає на «порожній стілець», змінюючи роль на значимого іншого або власну субособистість [4].

*Чотири характеристики.* Партнери обмінюються письмовим описом чотирьох своїх рис «Яким мене вважають» та чотирьох рис «Яким мене мало знають». Вправа особливо підходить для знайомства учасників для формування групи [4].

**Висновки.** Розвиток індивідуального стилю особистості психолога-консультанта є безперервним процесом, що триває упродовж усього життя. Під час навчання психологи схильні наслідувати своїх тренерів або особистих психотерапевтів і супервізорів. Розвиток персонального стилю психолога-консультанта в гештальт-підході має багато спільного із живленням власного творчого процесу, поповненням ресурсів і збереженням відкритості для нового досвіду.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Вправи в парах. Навчальна інформація для українських студентів. URL: [http://ni.biz.ua/4/4\\_15/4\\_151052\\_uprazhneniya-v-parah.html](http://ni.biz.ua/4/4_15/4_151052_uprazhneniya-v-parah.html) (дата звернення: 17.08.2023).
2. Гештальт-терапент. Медична бібліотека. URL: <http://medbib.in.ua/geshtalt-terapevt.html> (дата звернення: 18.08.2023).
3. Гештальт-терапія. URL: <https://ibib.ltd.ua/geshtalt-terapiya-30663.html> (дата звернення: 16.08.2023).
4. Робота з емоціями в гештальт-терапії. URL: <https://alexus.com.ua/roboza-z-emociyami-u-geshtalt-terapii/> (дата звернення: 20.08.2023).

## КОРОТКИЙ БАГАТОВИМІРНИЙ ОПИТУВАЛЬНИК ПРОЦВІТАННЯ “PERMA-ПРОФАЙЛЕР»: АДАПТАЦІЯ МЕТОДИКИ ТА ЇЇ ПСИХОМЕТРИЧНІ ВЛАСТИВОСТІ

### A BRIEF MULTIDIMENSIONAL MEASURE OF FLOURISHING “PERMA-PROFILER”: ADAPTATION OF THE METHODOLOGY AND ITS PSYCHOMETRIC PROPERTIES

У роботі проаналізовані підходи дослідження добробуту, визначена актуальна потреба вимірювання його на особистісному, організаційному та загальносоціальному рівнях. Фокус уваги в роботі зосереджено на моделі М. Селігмана “PERMA”, яка передбачає, що процвітання виникає на основі п’яти стовпів добробуту (позитивні емоції, залученість, відносини, сенс і досягнення). З метою адаптації була обрана методика «Короткий багатовимірний опитувальник процвітання “PERMA-Профайлер»» (Дж. Батлер і М. Керн), що демонструє високі психометричні показники. У статті висвітлені всі етапи процесу адаптації: переклад українською мовою, перевірка внутрішньої структури опитувальника, визначення основних психометричних показників, стандартизація та формування тестових норм для осіб юнацького віку. У роботі зазначені ті запитання, які пройшли повторний переклад; наведені докази покращення внутрішньої структури опитувальника за результатами повторного експлораторного аналізу; окремо наведені статистичні дані, що підтверджують відповідність опитувальника п’ятифакторній моделі психологічного благополуччя. За основними психометричними показниками встановлено, що шкали опитувальника мають високу надійність-узгодженість і надійність-стійкість, усі запитання демонструють високий рівень дискримінативності, наявні субшкали доводять свою високу критеріальну валідність. Результати конфірмаційного факторного аналізу доводять перевагу обраної моделі психологічного благополуччя, яка враховує всі субшкали авторської методики та розглядає 5 складових частин добробуту як досить відокремлені. У роботі представлені тестові норми, сформовані на вибірці осіб юнацького віку (N = 160), надана інтерпретація за основним показником «благополуччя». Резюмовано, що Короткий багатовимірний опитувальник процвітання “PERMA-Профайлер» в українськомовній адаптації придатний для проведення заходів психологічної діагностики рівня благополуччя особистості на вибірці осіб юнацького віку.

**Ключові слова:** добробут, процвітання, благополуччя, PERMA, адаптація, психологічна діагностика, психометричні властивості.

The article analyzes approaches to researching well-being, identifies the urgent need to measure its level at the personal, organizational, and general social levels. The focus of the work is on M. Seligman’s model “PERMA”, which predicts that flourishing arises on the basis of five pillars of well-being (positive emotions, engagement, relationships, meaning and accomplishment). For the purpose of adaptation, a Brief Multidimensional Wellbeing Questionnaire “PERMA-Profiler” (J. Butler and M. Kern) was chosen, because it demonstrates high psychometric indicators. The article covers all stages of the methodology’s adaptation process: translation into Ukrainian, verification of an internal structure of the questionnaire, determination of the main psychometric indicators, standardization and formation of test norms for youth. This job includes those questions that have been re-translated; provides evidence of improvement of the internal structure of the questionnaire based on the results of repeated exploratory analysis. Statistical data confirming the compliance of the questionnaire with the five-factor model of psychological well-being are given separately. According to the main psychometric indicators, it was established that the scales of the questionnaire have high level of reliability-consistency and reliability-stability; in all questions, a high level of differentiability was determined; high indicators of criterion validity were obtained for all subscales. The results of the confirmatory factor analysis prove the superiority of the selected model of psychological well-being, which takes into account all the subscales of the author’s methodology and considers the 5 components of well-being as sufficiently separate components. The article presents test norms formed on a sample of youth (N = 160), and provides an interpretation based on the main indicator of “well-being”. It was summarized that a Brief Multidimensional Wellbeing Questionnaire “PERMA-Profiler” in the Ukrainian language adaptation is suitable for carrying out measures of psychological diagnosis of the level of personal well-being on a sample of youth.

**Key words:** welfare, flourishing, well-being, PERMA, adaptation, psychological diagnosis, psychometric properties.

УДК 159.9.072.5  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.29>

#### Савченко О.В.

д.психол.н., професор,  
професор кафедри педагогіки  
та психології  
Київський національний економічний  
університет імені Вадима Гетьмана

#### Лавриненко Д.Г.

старший викладач кафедри педагогіки  
та психології  
Київський національний економічний  
університет імені Вадима Гетьмана

**Вступ.** Дослідження добробуту та його розвитку постають усе більш актуальними на особистісному, груповому, організаційному та загальносоціальному рівнях. Їхні результати свідчать, що суб’єктивне благополуччя, задоволеність життям, оптимізм, щастя й інші позитивні конструкти пов’язані з низкою покращень, зокрема зі зниженням рівня розлучень, підвищенням успішності в навчанні та кар’єрі, міцнішанням дружніх відносин, покращенням

фізичного здоров’я тощо [6; 10; 15; 21; 29]. Натепер добробут усе частіше розглядається як міждисциплінарна системна проблема, яку варто вирішувати на кількох рівнях – окремих осіб, організацій, спільнот і націй [11; 30; 31]. Нами, зокрема, доведено, що вагомим чинником добробуту персоналу організації є його психологічна гнучкість, а наповненість ресурсами – важливий показник особистісного добробуту загалом [27; 28]. Тому ключовим

чинником сприяння добробуту є розроблення процедур його вимірювання на різних рівнях, що дозволить констатувати наявний стан, фіксувати зміни. Науковиці Дж. Батлер і М. Керн розробили та перевірили психометричні властивості одного з таких інструментів – Короткого багатовимірного опитувальника процвітання «PERMA-Профайлер» [2].

Існує багато теорій і визначень добробуту [7; 16; 21]. Його можна визначити та виміряти як об'єктивно (наприклад, наявність ресурсів для задоволення базових потреб, наявність освітніх можливостей, відсутність шкідливих чинників навколишнього середовища тощо), так і суб'єктивно (наприклад, задоволеність життям і власною реалізацією в різних його сферах тощо). Ми, слідом за авторками методики, фокусуємося саме на суб'єктивній площині добробуту. У наукових джерелах поняття щастя, суб'єктивного благополуччя, процвітання та добробуту часто вживаються як синоніми. У даному дослідженні ми також дотримуємось подібного погляду.

Деякі теорії добробуту фокусують увагу на емоціях (гедонічне благополуччя), окремі – наголошують на евдемонічних елементах (складниках якості життя), а інші – поєднують гедонічний і евдемонічний підходи [24]. Е. Дінер констатує, що суб'єктивне благополуччя включає афективні та когнітивні компоненти [5]. К. Рифф і К. Кіз визначають психологічне благополуччя за шістьма доменами (самосприйняття, позитивні стосунки з іншими, автономія, управління середовищем, мета життя, особистісний розвиток) [25]. К. Кіз зауважує, що процвітання потребує «симптомів» високого емоційного, психологічного та соціального благополуччя [12]. П. Вонг припускає, що гедонічний (задоволеність, відсутність напруження), пруденційний (максимальна залученість у життя), евдемонічний (продуктивна самореалізація, особистісне зростання) та хаїронічний (відчуття благословення) типи щастя сприяють загальному відчуттю суб'єктивного благополуччя, але комбінуються по-різному, залежно від особистості та контексту її життя [32].

З позицій позитивної психології добробут – не просто відсутність негативного функціонування, а дещо більше. Відсутність негативного афекту, депресії, самотності, незахищеності, захворювань та інших проблем не дорівнює наявності позитивного афекту, щастя, соціальних зв'язків, довіри та благополуччя. Окрім того, незважаючи на те, що різні теорії добробуту охоплюють різні сфери функціонування особистості, дослідники все більше визнають потребу в багатовимірних моделях для адекватного відображення складності оптимального психологічного функціонування [7; 9; 11; 13; 25].

Авторки методики визначають процвітання як динамічний оптимальний стан психосоціального функціонування, що виникає внаслідок належного функціонування в багатьох психосоціальних сферах. Вони припускають відсутність єдиної найкращої моделі добробуту, але зауважують, що різні концептуалізації можуть бути корисними для прийняття абстрактного конструкта добробуту та розуміння конкретних характеристик, що можна вимірювати, розвивати та підтримувати. Зокрема, під час створення методики автори зосередилися на п'яти доменах, визначених теорією М. Селігмана «PERMA»: позитивні емоції (P – positive emotion), залученість (E – engagement), відносини (R – relationships), сенс (M – meaning) і досягнення (A – accomplishment) [8].

Наведемо короткий опис основних шкал методики «PERMA-Профайлер» [23]:

**Позитивні та негативні емоції.** Емоції є важливою частиною особистісного благополуччя. Вони можуть варіюватися від дуже негативних до дуже позитивних, коливатися від сильного збудження (хвилювання, раптове збудження) до низького збудження (спокій, розслабленість, сум). У контексті позитивних емоцій «PERMA-Профайлер» вимірює загальні тенденції відчуття задоволення та радості. У контексті негативних емоцій методика вимірює схильність до почуттів смутку, тривоги та злості.

**Залученість.** Залученість пов'язана з поглиненням, зацікавленістю та зануреністю в діяльність та життя. Дуже високий рівень залученості відомий як стан «поток», у якому людина цілком занурена в діяльність, втрачаючи відчуття часу.

**Відносини.** Відносини пов'язані з відчуттям любові, підтримки та цінності з боку інших. Позитивні відносини з іншими є важливою частиною наповненого життя, у якому людина відчуває себе добре.

**Сенс.** Сенс пов'язаний із наявністю мети в житті, наряду життя, відчуття, що життя є цінним і вартим того, щоб жити, або відчуття зв'язку із чимось більшим, наприклад, вірою, благодійністю, особистою місією. Сенс дає відчуття того, що життя має значення.

**Досягнення.** Досягнення можуть бути об'єктивними, відзначатися отриманими результатами та нагородами, але відчуття власної майстерності та досягнень також важливі. «PERMA-Профайлер» вимірює суб'єктивне відчуття досягнення та знаходження на вершині щоденних обов'язків. Воно передбачає роботу над цілями та їх досягненням, а також відчуття спроможності реалізовувати свої завдання та щоденні обов'язки.

**Здоров'я.** Цей домен не є частиною моделі PERMA, однак фізичне здоров'я та життєздатність є ще однією важливою частиною добробуту. Методика вимірює суб'єктивне відчуття



здоров'я як щоденного відчуття доброго самопочуття та здоров'я.

«PERMA-Профайлер» дає можливість визначити добробут за дев'ятьма доменами – п'ятьма основними, описаним моделлю М. Селігмана «PERMA» (15 запитань), і чотирма додатковими, для визначення негативних емоцій, здоров'я, самотності та щастя (8 додаткових запитань). Включення додаткових запитань було здійснено авторками з метою підвищення надійності відповідей і більш повного опису феномену добробуту. Фізичне здоров'я та щастя, на думку авторок методики, прямо корелюють із психологічним добробутом, а негативні емоції та самотність постають чинниками зниження його рівня [2].

За офіційною інформацією однієї з авторок, «PERMA-Профайлер» перекладено 11 мовами [23]. Згідно з результатами пошукових запитів у Google Scholar, психометричну перевірку пройшли 6 перекладів. Більшість дослідників констатували, що «PERMA-Профайлер» має належну надійність і валідність. Однак наявне також дослідження, що описує слабкі психометричні властивості методики [22].

Натепер немає україномовних методик, що вимірюють п'ять доменів добробуту «PERMA». В Україні проводилися окремі дослідження з використанням методики «PERMA-Профайлер» мовою оригіналу (англійська) [19].

Перекладіадаптаціяметодики«PERMA-Профайлер» українською мовою дотепер не здійснювалися. Нами було отримано відповідний дозвіл від однієї з авторок, М. Керн, для реалізації цього процесу.

**Метою статті** є переклад, адаптація та перевірка психометричних властивостей методики «PERMA-Профайлер» на українськомовній вибірці.

**Методи та вибірка дослідження.** Авторський варіант методики «PERMA-Профайлер» складається із 23 тверджень, які утворюють 8 субшкал і одну загальну шкалу «Благополуччя», що враховує значення за п'ятьма складниками моделі добробуту особистості М. Селігмана. У відповідях на запитання методики використовується одинадцятибальна шкала оцінки: від 0 балів («ніколи», «жахливе», «зовсім ні») до 10 балів («завжди», «відмінне», «повністю»). Інструкція: *«Надайте відповіді на запитання за 11-бальною шкалою від 0 до 10, залежно від ступеня характерності для вас того, про що йдеться в їхньому змісті».*

Адаптація методики проводилась у три етапи. На першому етапі (вересень 2022 р.) проводився переклад методики, перевірка внутрішньої структури варіанту її україномовного перекладу, визначення рівня дискримінованості запитань. У цьому етапі дослідження взяли участь 69 осіб юнацького віку, студенти КНЕУ ім. В. Гетьмана (чоловіки – 15,7%,

жінки – 84,3%). На другому етапі (грудень 2022 р.) було проведено повторну перевірку внутрішньої структури методики (за процедурами експлораторного та конфірматорного факторних аналізів) і надійності-узгодженості запитань у межах авторських шкал, були визначені показники конвергентної валідності основних доменів. У дослідженні взяли участь 89 здобувачів вищої освіти (чоловіки – 15,7%, жінки – 84,3%).

На третьому етапі (квітень 2023 р.) здійснювалась перевірка надійності-стійкості за процедурою «тест-ретест» (49 осіб: чоловіків – 12,2%, жінок – 87,8%), первинна стандартизація процедури проведення опитування та шкал методики (формування тестових норм). Попередня стандартизація проводилась на вибірці осіб юнацького віку (17–23 роки), студентів ЗВО (160 осіб: чоловіків – 15,6%, жінок – 84,4%).

**Результати дослідження.** Робота на першому етапі розпочалась із перекладу методики з англійської мови українською, який здійснювався паралельно двома дослідниками, що мають психологічну освіту та підтверджений рівень англійської мови (на рівні B2). На підставі зіставлення двох варіантів було сформовано варіант методики, який пройшов оцінювання за процедурою експертної оцінки. З урахуванням наданих рекомендацій трьох експертів був уточнений остаточний варіант перекладу. Також була проведена процедура зворотного перекладу, результати якої також оцінювались експертами на тотожність.

Проведення процедури перевірки рівня дискримінованості кожного запитання опитувальника проводилось за показником  $\delta$  (дельта) Фергюсона. За результатами перевірки встановлено, що всі питання мають високий показник рівня дискримінованості, що коливається в межах 0,911–0,983. Середній показник за всіма твердженнями становить 0,93, що свідчить про високу здатність тверджень розподіляти відповіді досліджуваних за різними категоріями.

Перевірка внутрішньої структури опитувальника показала брак узгодженості деяких запитань зі змістом авторських шкал, що спонукало нас внести уточнення в їх переклад. У таблиці 1 ми наводимо зміни у варіантах формулювання запитань методики.

Перевірка надійності-узгодженості авторських шкал методики (PERMA) проводилась за коефіцієнтом Кронбаха (пакет SPSS Statistics 26). Показник внутрішньої узгодженості відображає міру гомогенності тверджень, що входять до складу однієї шкали, є орієнтиром в ухваленні рішення щодо включення чи вилучення питання зі складу шкали. Було отримано такі значення за основними авторськими субшкалами: P ( $\alpha = 0,823$ ), E ( $\alpha = 0,596$ ; відносно

Переклад окремих запитань опитувальника «PERMA-Профайлер»

№	Оригінальне формулювання	Перший варіант перекладу	Другий варіант перекладу
7	In general, to what extent do you lead a purposeful and meaningful life?	Загалом, наскільки цілеспрямоване та змістовне життя Ви ведете?	Загалом, наскільки осмислене та наповнене життя Ви ведете?
13	In general, how often do you feel positive?	Загалом, як часто Ви відчуваєте позитив?	Загалом, як часто Ви відчуваєте позитивні емоції?
15	How often are you able to handle your responsibilities?	Як часто Ви справляєтеся зі своїми обов'язками?	Як часто Ви справляєтеся зі своїми завданнями?
20	To what extent do you generally feel you have a sense of direction in your life?	Загалом, чи маєте Ви відчуття напрямку у своєму житті?	Загалом, чи маєте Ви відчуття правильного напрямку свого життя?

низька узгодженість за відсутності чітко виражених проблемних запитань), R ( $\alpha = 0,834$ ), M ( $\alpha = 0,830$ ), A ( $\alpha = 0,688$ ; з необхідністю переформулювання запитання 15), загальний показник благополуччя ( $\alpha = 0,935$ ). Відповідно до авторської моделі, загальний показник благополуччя враховує значення всіх п'яти шкал плюс відповідь на запитання 23 («Загалом, наскільки ви щасливі?»).

На другому етапі, після переформулювання чотирьох запитань, було проведено повторну перевірку шкал на надійність-узгодженість за показником Кронбаха. Установлено: P ( $\alpha = 0,843$ ), E ( $\alpha = 0,727$ ), R ( $\alpha = 0,745$ ), M ( $\alpha = 0,867$ ), A ( $\alpha = 0,732$ ), загальний показник благополуччя ( $\alpha = 0,931$ ). Залишилась потреба в уточненні змісту запитання 17 («Як часто ви втрачаєте відчуття часу, роблячи те, що вам подобається?»). На нашу думку, у наступній редакції варто використати формулювання «Як часто ви настільки захоплюєтесь справами, що втрачаєте відчуття часу?», що усуне негативний аспект значення, пов'язаного з невмінням відстежувати час, слабкою здатністю контролювати застрягання у приємних переживаннях. У таблиці 2 наведено результати експлораторного факторного аналізу за двома варіантами перекладу методики (метод головних компонентів із проведенням обертання матриці Varimax normalized (пакет SPSS Statistics 26)). Формулювання запитань представлено в остаточному їх варіанті.

Як свідчать результати, можна говорити про відносно покращення внутрішньої структури за показниками факторного навантаження складових частин субшкал, що утворюють фактор благополуччя. Винятком є субшкала «Відносини», показники якої погіршилися на тлі зростання показників за субшкалами «Залученість» (E), «Сенс» (M) і «Досягнення» (A).

Для перевірки структури всієї методики «PERMA-Профайлер», яка містить 8 субшкал, нами було використано експлораторний факторний аналіз даних (метод головних компонентів із проведенням обертання матриці Varimax normalized (пакет SPSS Statistics 26)).

Аналіз різних структур за чисельністю факторів (від 1 до 5) дозволив обрати як найкращу двофакторну структуру, яка пояснює 49,7% варіативності результатів і водночас зберігає авторську модель складових частин добробуту особистості. Результати факторного аналізу (див. табл. 3) підтвердили наявність інтегративного фактора, що поєднує 5 складових частин добробуту (модель М. Селігмана [8]). В отриманій структурі другий фактор утворюють субшкали N (негативні емоції) та L (самотність). Додаткова субшкала методики N (здоров'я) увійшла до складу першого фактора «Благополуччя», що підтверджує численні дані стосовно пов'язаності переживань психічного благополуччя та суб'єктивної оцінки стану власного здоров'я. Дані, наведені в таблиці 4, показують, що субшкала оцінки стану власного здоров'я утворює спільний фактор із субшкалою E (залученість) у трифакторній моделі. У проведеному транскультуральному дослідженні було підтверджено, що саме через вплив на складову частину E (залученість) можна отримати підвищення переживання щастя та зниження депресивних симптомів [20]. Стан «потoku» (“flow”), описаний М. Чиксентмігаї, дозволяє людині зменшити кількість та інтенсивність неприємних переживань, зосередившись на викликові, який вимагає активізації сильних сторін особистості та мобілізації її психологічних ресурсів [4].

У таблиці 4 наведено дані щодо внутрішньої структури методики залежно від кількості виокремлених факторів, що дозволяє зрозуміти змістові зв'язки між складовими частинами психологічного благополуччя.

За настановою зробити адаптацію методики так, щоб вона була максимально наближена до авторського оригіналу, ми не порівнювали різнофакторні моделі методики, а сконцентрували свою увагу на виборі найбільш адекватного представлення моделі PERMA. Із цією метою було використано конфірматорний факторний аналіз (SPSS Amos, version 23). Для порівняння було побудовано 3 моделі: 1) п'ять незалежних факторів (відповідають складовим

Таблиця 2

**Внутрішня структура основного фактора методики «PERMA-Профайлер»**

№	Питання опитувальника	Шкала за авторською моделлю	Факторне навантаження (вересень 2022 р.)	Факторне навантаження (грудень 2022 р.)
1	Як часто Ви відчуваєте, що просуваєтесь у досягненні своїх цілей?	A (досягнення)	0,696	0,745
2	Як часто Ви поглинаєтеся тим, що робите?	E (залученість)	0,663	0,757
3	Загалом, як часто Ви відчуваєте радість?	P (позитивні емоції)	0,824	0,741
5	Як часто Ви досягаєте важливих цілей, які поставили перед собою?	A (досягнення)	0,749	0,653
7	Загалом, наскільки осмислене та наповнене життя Ви ведете?*	M (сенс)	0,706	0,753
8	Якою мірою Ви отримуєте допомогу та підтримку від інших, коли Вам це потрібно?	R (відносини)	0,738	0,490
9	Загалом, якою мірою цінним і вартим уваги є те, що Ви робите у своєму житті?	M (сенс)	0,674	0,768
10	Загалом, якою мірою Ви відчуваєте захоплення й інтерес до чогось?	E (залученість)	0,612	0,727
13	Загалом, як часто Ви відчуваєте позитивні емоції?*	P (позитивні емоції)	0,750	0,722
15	Як часто Ви справляєтесь зі своїми завданнями?*	A (досягнення)	0,480	0,572
17	Як часто Ви втрачаєте відчуття часу, роблячи те, що Вам подобається?	E (залученість)	0,464	0,554
19	Якою мірою Ви відчуваєте себе любимим?	R (відносини)	0,761	0,679
20	Загалом, чи маєте Ви відчуття правильного напрямку свого життя?*	M (сенс)	0,744	0,808
21	Наскільки Ви задоволені своїми особистими відносинами?	R (відносини)	0,649	0,694
22	Загалом, наскільки Ви відчуваєте себе умиротвореним?	P (позитивні емоції)	0,682	0,584
Відсоток сумарної дисперсії (%)			50,8	50,4

Примітка: \* – питання наведені в їх остаточному перекладі. Попередня версія перекладу представлена в таблиці 1.

Таблиця 3

**Внутрішня структура методики «PERMA-Профайлер»**

№	Запитання	Субшкала	Перший фактор	Другий фактор
1	2	3	4	5
1	Як часто Ви відчуваєте, що просуваєтесь у досягненні своїх цілей?	A (досягнення)	<b>0,745</b>	0,191
2	Як часто Ви поглинаєтеся тим, що робите?	E (залученість)	<b>0,757</b>	-0,107
3	Загалом, як часто Ви відчуваєте радість?	P (позитивні емоції)	<b>0,741</b>	0,303
4	Загалом, як часто Ви відчуваєте тривогу?	N (негативні емоції)	-0,145	<b>-0,638</b>
5	Як часто Ви досягаєте важливих цілей, які поставили перед собою?	A (досягнення)	<b>0,653</b>	0,016
6	Загалом, як би Ви оцінили своє здоров'я?	H (здоров'я)	<b>0,541</b>	0,287

1	2	3	4	5
7	Загалом, наскільки осмислене та наповнене життя Ви ведете?	M (сенс)	<b>0,753</b>	0,307
8	Якою мірою Ви отримуєте допомогу та підтримку від інших, коли Вам це потрібно?	R (відносини)	<b>0,490</b>	0,165
9	Загалом, якою мірою цінним і вартим уваги є те, що Ви робите у своєму житті?	M (сенс)	<b>0,768</b>	0,089
10	Загалом, якою мірою Ви відчуваєте захоплення й інтерес до чогось?	E (залученість)	<b>0,727</b>	0,038
11	Наскільки самотнім Ви почуваетесь у повсякденному житті?	L (самотність)	-0,290	<b>-0,541</b>
12	Наскільки Ви задоволені своїм поточним фізичним здоров'ям?	H (здоров'я)	<b>0,526</b>	0,301
13	Загалом, як часто Ви відчуваєте позитивні емоції?	P (позитивні емоції)	<b>0,722</b>	0,385
14	Загалом, як часто Ви відчуваєте злість?	N (негативні емоції)	0,018	<b>-0,602</b>
15	Як часто Ви справляєтесь зі своїми завданнями?	A (досягнення)	<b>0,572</b>	0,022
16	Загалом, як часто Ви сумуєте?	N (негативні емоції)	-0,107	<b>-0,788</b>
17	Як часто Ви втрачаєте відчуття часу, роблячи те, що Вам подобається?	E (залученість)	<b>0,554</b>	-0,381
18	Як Ви оцінюєте Ваше здоров'я порівняно з іншими людьми Вашого віку та статі?	H (здоров'я)	<b>0,581</b>	0,158
19	Якою мірою Ви відчуваєте себе любимим?	R (відносини)	<b>0,679</b>	0,092
20	Загалом, чи маєте Ви відчуття правильного напрямку свого життя?	M (сенс)	<b>0,808</b>	0,228
21	Наскільки Ви задоволені своїми особистими відносинами?	R (відносини)	<b>0,694</b>	0,200
22	Загалом, наскільки Ви відчуваєте себе умиротвореним?	P (позитивні емоції)	<b>0,584</b>	0,375
23	Загалом, наскільки Ви щасливі?		<b>0,676</b>	0,379
Відсоток сумарної дисперсії, що пояснює фактор (%)			37,4	12,3
Емпіричне значення критерію Хамфрі			0,62	0,50
Критичні значення критерію Хамфрі			0,212	

Таблиця 4

**Склад і пояснювальна сила факторів у різних факторних моделях**

Фактори	Трифакторна модель	Чотирифакторна модель	П'ятифакторна модель
Перший	27,5% загальної дисперсії: P, R, M, A	22,2% загальної дисперсії: E, M, A	24,6% загальної дисперсії: P, M, A
Другий	20,2%: E, H	19,4%: P, R, L (-)	12,8%: H
Третій	9,6%: N, L	12,6%: H	11,7%: R, L
Четвертий		9,6%: N	10,6%: E
П'ятий			9,1%: N
% загальної дисперсії	57,3	63,8	68,8

частинам моделі PERMA), які корелюють один з одним; 2) один фактор, що поєднує всі 15 запитань; 3) п'ять факторів (складові частини моделі PERMA) утворюють один загальний фактор психологічного благополуччя. Індекси відповідності моделей наведені в таблиці 5.

Із трьох моделей найкращою є перша, яка відображає 5 відокремлених складових частин моделі PERMA, які взаємопов'язані

одна з одною. Графічно модель зображено на рис. 1.

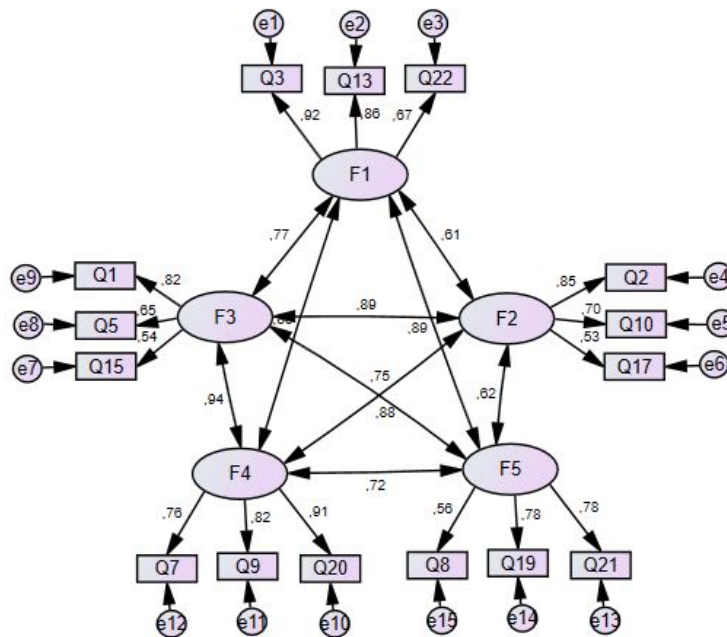
Для перевірки валідності шкал було обрано процедуру визначення конвергентної валідності, що передбачає аналіз коефіцієнтів кореляції, отриманих під час установлення взаємозв'язку показників благополуччя за моделлю PERMA з показниками інших стандартизованих психодіагностичних методик, які вимірю-

Таблиця 5

**Індекси відповідності моделей конфірмаційного факторного аналізу**

Модель	Chi-sq. (df), p	CFI	RMSEA	GFI	AGFI	TLI	PCLOSE
5 факторів	129,8 (80), 0,000	0,935	0,084	0,847	0,770	0,914	0,024
1 загальний фактор	263,9 (104), 0,000	0,815	0,132	0,713	0,625	0,787	0,000
Поєднання 5 факторів в один	155,9 (85), 0,000	0,907	0,097	0,821	0,748	0,885	0,002

Примітки: Chi-sq. – емпіричне значення статистики Хі-квадрат; df – кількість ступенів свободи; p – рівень значущості; CFI – порівняльний індекс відповідності Бентлера; RMSEA – корінь середньоквадратичної помилки апроксимації; GFI (Goodness-of-Fit Index) – критерій відповідності, AGFI (Adjusted Goodness-of-Fit) – виправлений критерій відповідності; TLI – індекс Такера – Льюїса; PCLOSE – індекс близькості моделі вихідних даних.



**Рисунок 1. Показники моделі PERMA (стандартизовані значення).**

Примітки: F1 – субшкала Р (позитивні емоції), F2 – субшкала Е (залученість), F3 – субшкала А (досягнення), F4 – субшкала М (сенс), F5 – субшкала R (відносини)

ють схожі за змістом психологічні явища. Для перевірки ми використали такі адаптовані українськомовні методики: «Опитувальник позитивного і негативного афекту (ОПАНА)», варіанту “Positive and negative affect schedule (PANAS)” (Д. Вотсон, Л. Кларк, А. Теллеген), адаптованого М. Кліманською й І. Галецькою [14]; «Когнітивні особливості суб’єктивного благополуччя (КОСБ-3)» (О. Калюк, О. Савченко) [26], «Шкалу стресостійкості Коннора – Девідсона – 10 (CD-RISC-10)» в адаптації Н. Школіної, І. Шаповал, І. Орлової та інших [1], «Шкалу соціального благополуччя» К. Кіза, в адаптації А. Четверик-Бурчак [3], «Стабільність психічного здоров’я – коротка форма (MHC-SF-UA)» К. Кіза, в адаптації Е. Носенко, А. Четверик-Бурчак [18], «Шкалу залученого життя (ELS)», адаптація “Engaged Living Scale (ELS)” (Х. Тромпеттер та інші) [17].

Вибіркові результати кореляційного аналізу наведено в таблиці 6.

Проведений аналіз виявив значущі позитивні взаємозв’язки рівня благополуччя особистості, що вимірюється за методикою “PERMA-Профайлер», з іншими показниками, які діагностують цей стан, як-от: стабільності психічного здоров’я ( $p = 0,000$ ) та його складників (гедоністичного ( $r = 0,69$ ;  $p = 0,000$ ), соціального ( $r = 0,50$ ;  $p = 0,000$ ) та психологічного благополуччя ( $r = 0,71$ ;  $p = 0,000$ )), суб’єктивного психологічного благополуччя ( $p = 0,000$ ) і його складників (задоволеності власним життям ( $r = 0,68$ ;  $p = 0,000$ ) та відносинами з іншими ( $r = 0,58$ ;  $p = 0,000$ )), соціального благополуччя ( $r = 0,71$ ;  $p = 0,000$ ) і його складників (соціального прийняття ( $r = 0,36$ ;  $p = 0,03$ ), соціальної активності ( $r = 0,44$ ;  $p = 0,000$ ) і узгодженості ( $r = 0,47$ ;  $p = 0,000$ ), соціального

**Результати перевірки конвергентної валідності показників благополуччя (модель PERMA)**

Методика	Показники	Коефіцієнт кореляції	p – рівень значущості	Показник «PERMA-Профайлер»
«Опитувальник позитивного та негативного афекту (ОПАНА)»	Позитивний афект	0,750	0,000	P (позитивні емоції)
		0,750	0,000	Благополуччя
	Негативний афект	0,625	0,000	N (негативні емоції)
		Негативне пригнічення	0,391	0,001
«Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ-3)»	Задоволеність власним життям	0,452	0,000	E (залученість)
	Задоволеність відносинами з іншими	0,605	0,000	R (відносини)
	Загальний рівень суб'єктивного благополуччя	0,706	0,000	Благополуччя
-0,440		0,000	L (самотність)	
«Шкала стресостійкості Коннора – Девідсона – 10 (CD-RISC-10)»	Рівень стресостійкості	0,658	0,000	A (досягнення)
		0,411	0,000	H (здоров'я)
		0,667	0,000	Благополуччя
«Шкала соціального благополуччя»	Соціальна активність	0,423	0,000	R (відносини)
	Узгодженість із суспільством	0,408	0,000	E (залученість)
	Соціальний внесок	0,523	0,000	A (досягнення)
	Соціальна інтеграція	0,440	0,000	R (відносини)
	Соціальне благополуччя	0,619	0,000	Благополуччя
«Стабільність психічного здоров'я – коротка форма (MHC-SF-UA)»	Гедоністичне благополуччя	-0,414	0,000	N (негативні емоції)
		-0,501	0,000	L (самотність)
	Стабільність психічного здоров'я	0,771	0,000	Благополуччя
«Шкала залученого життя (ELS)»	Ціннісне життя	0,638	0,000	M (сенс)
	Життєздійснення	0,720	0,000	M (сенс)
	Залучене життя	0,607	0,000	E (залученість)
		0,760	0,000	M (сенс)
		0,763	0,000	Благополуччя

внеску ( $r = 0,57$ ;  $p = 0,000$ ) і соціальної інтеграції ( $r = 0,52$ ;  $p = 0,000$ ), стресостійкості ( $p = 0,000$ ) і залученого життя ( $p = 0,000$ ). Підтверджено валідність кожної складової частини моделі добробуту «PERMA» та додаткових субшкал методики «PERMA-Профайлер».

Процедура «тест-ретест» для перевірки надійності-стійкості результатів щодо фактора часу проводилась у період із грудня 2022 р. до квітня 2023 р. із проміжком у 3,5 місяці. Отримані дані підтверджують високу надійність інструментарію. Основним показником надійності був обраний коефіцієнт кореляції між двома вимірюванням, що проводились на одній вибірці. Нами було отримано такі результати: P (позитивні емоції) – 0,475 ( $p = 0,001$ ), E (залученість) – 0,632 ( $p = 0,000$ ), R (відносини) – 0,455 ( $p \leq 0,001$ ), M (сенс) – 0,569 ( $p = 0,000$ ), A (досягнення) – 0,557 ( $p = 0,000$ ), N (негативні емоції) – 0,549 ( $p = 0,000$ ), H (здоров'я) – 0,547 ( $p = 0,000$ ), L (самотність) – 0,364 ( $p = 0,01$ ), «Благополуччя» – 0,620 ( $p = 0,000$ ).

Попередня розробка тестових норм здійснювалась на вибірці 160 осіб юнацького віку (віком 17–23 років). Відповідно до оригіналу методики, основним показником за субшкалами є середнє значення, розраховане за балами, отриманими за відповідними запитаннями. Для обрання засобу проведення стандартизації ми провели перевірку емпіричних даних на відповідність нормальному розподілу. Нами було використано процедуру М. Плохинського, що враховує значення асиметрії, ексцесу та їх стандартні помилки. Описова статистика наведена в таблиці 7.

Згідно із критерієм М. Плохинського, розподіл вважається нормальним, якщо показники асиметрії (A) і ексцесу (E) не перевищують утричі свою помилку репрезентативності, або стандартну помилку ( $m_A$  і  $m_E$ ). За розрахунками,  $m_A = 0,193$ ,  $m_E = 0,394$ . Значення помилок є однаковими для всіх субшкал, оскільки вони розраховуються з урахуванням лише обсягу вибірки. Як свідчать отримані результати

Таблиця 7

**Описова статистика за основними субшкалами методики**

Показники описової статистики	P	E	R	M	A	N	H	L	Благополуччя
Коефіцієнт асиметрії (A)	-0,58	-0,53	-0,68	-0,54	0,32	0,16	0,27	0,02	-0,56
Коефіцієнт ексцесу (E)	-0,24	-0,25	0,09	-0,14	-0,55	-0,49	-0,52	-1,25	-0,17
Мінімальне значення	0,67	1,67	0	0,33	2,33	2	1	0	1,81
Максимальне значення	9,33	10	10	9,67	9,33	9,67	10	10	8,81
Середнє значення	6,17	6,99	6,57	6,21	6,34	5,66	6,11	4,85	6,26
Стандартне відхилення	0,15	0,14	0,17	0,16	0,13	0,14	0,15	0,23	0,12

тати, розподіл даних за загальним показником благополуччя відповідає нормальному розподілу ( $A (-0,56) < 3 \times m_A (0,58)$ ) та ( $E (-0,17) < 3 \times m_E (1,18)$ ), отже, ми можемо застосувати шкалу станайнів для формування тестових норм. Не відповідають нормальному розподілу результати, отримані за субшкалою "R (відносини)" ( $A = -0,68$ ) і "L (самотність)" ( $E = -1,25$ ). Оскільки субшкала "L (самотність)" представлена лише одним запитанням, то ми не будемо формувати тестові норми за цим показником, вважаючи, що одного питання не досить для проведення психологічної діагностики. Звернемо увагу на те, що за більшістю субшкал (P, E, R, M) є тенденція до правосторонньої асиметрії, яка свідчить про перевагу більш високих результатів. Особливо ця тенденція виражена за субшкалою R (відносини). Отже, для формування тестових норм за субшкалами мето-

дики "PERMA-Профайлер" нами було обрано процедуру розподілу на квартилі, відповідно до якої низькими вважаються результати, які не перевершують 25%-вий квартиль (Q1), а високими – ті результати, які перевищують значення 75%-вого квартиля (Q3). Процедура розподілу на квартилі не вимагає відповідності даних нормальному розподілу. У таблиці 8 наведені тестові норми для показника «Благополуччя» (переведення у станайни), а в таблиці 9 – норми для субшкал.

Запропонована шкала дозволяє визначити рівень індивідуального результату за загальним показником рівня благополуччя.

**Високий рівень:** високі значення за шкалою «Благополуччя» свідчать про те, що людина переважно переживає позитивні емоції, сприймає себе як досить щасливу особу, яка живе теперішнім і цілком зосереджена на

Таблиця 8

**Тестові норми за показником рівня благополуччя особистості**

Станайн	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Значення (бали)	≤3,06	3,07–4,31	4,32–5,0	5,01–6,0	6,01–6,81	6,82–7,62	7,63–8,05	8,06–8,49	≥8,50
Рівень	Низький			Середній			Високий		

Таблиця 9

**Тестові норми за субшкалами методики "PERMA-Профайлер" (українськомовна адаптація)**

Англ. позначення	Субшкала	Рівень індивідуального результату		
		Низький	Середній	Високий
P	Позитивні емоції	≤4,65	4,66–7,66	≥7,67
E	Залученість	≤5,66	5,67–8,32	≥8,33
R	Відносини	≤5,32	5,33–8,32	≥8,33
M	Сенс	≤4,65	4,66–7,74	≥7,75
A	Досягнення	≤5,32	5,33–7,66	≥7,67
N	Негативні емоції	≤4,32	4,33–6,66	≥6,67
H	Здоров'я	≤4,65	4,66–7,66	≥7,67

обраній меті. Людина переживає себе спроможною долати перешкоди та досягати бажаного за допомогою своїх сильних сторін. Занурення у виконання цікавої справи дозволяє швидко включатись у діяльність, завершувати розпочате без зайвих зусиль. У відносинах з іншими така особа відчуває комфорт, підтримку, власну цінність і любов, проявляє ініціативність, довіру та готовність підтримувати тривалі стосунки. Маючи пріоритетні цінності, така особа відчуває сенс свого існування, спрямовує зусилля на досягнення справді значущих цілей у житті. Серед основних потреб у таких людей домінують відчуття цінності та значущості. Активність таких осіб детермінована внутрішньою мотивацією, орієнтованою на особистісне зростання та кооперацію, що виявляється в наполегливості та пристрасті в досягненні визначених цілей. Відчуття гордості за досягнення посилює переживання власної майстерності та компетентності.

**Низький рівень:** низькі значення за шкалою «Благополуччя» відображають стан нестачі позитивних емоцій і переживань, втрати задоволення від виконання справ, які раніше приносили насолоду й інтелектуальну наснагу. Людина переживає себе виключеною з потоку життя, спостерігачем, який очікує більш сприятливих часів. Така безініціативна позиція не дозволяє повною мірою проявляти свій потенціал, як наслідок, людина переживає брак своєї компетентності, нестачу знань і вмінь, невпевненість у можливості успішного завер-

шення справи. Отже, розпочаті справи часто не завершуються, людина не розуміє сенсу визначених цілей, переживає розгубленість і невдоволеність собою, знецінює власні здобутки. Стосунки з іншими не приносять задоволення, особа переживає свою відстороненість від інших, неможливість переживання сумісності й інтимності у стосунках.

**Висновки.** Здійснено переклад англомовної методики «PERMA-Profilер» українською мовою. За статистичними показниками обрана модель, яка враховує всі субшкали авторської методики та розглядає 5 складових частин добробуту як відокремлені складники. Це дало можливість визначити тестові норми для кожної субшкали окремо. Однак залишено й авторську шкалу «Благополуччя», яка враховує результати за базовими складовими частинами моделі М. Селігмана, а саме: Р (позитивні емоції), Е (залученість), R (відносини), М (сенс) і А (досягнення). Окремі субшкали та загальна шкала «Благополуччя» продемонстрували високі значення за показниками надійності-узгодженості та надійності-стійкості, підтвердили свою валідність щодо вимірювання різних аспектів добробуту особистості. Попередньо визначені тестові норми на вибірці осіб юнацького віку (N = 160) дозволяють проводити заходи психодіагностичного обстеження студентів. Текст методики та ключ до неї наведено нижче. Надалі плануємо перевірити тестові норми на вибірці більшого розміру та провести стандартизацію методики на інших вікових групах.

**КОРОТКИЙ БАГАТОВИМІРНИЙ ОПИТУВАЛЬНИК ПРОЦВІТАННЯ «PERMA-ПРОФАЙЛЕР»**

**Інструкція:** Надайте відповіді на запитання за 11-бальною шкалою від 0 до 10, залежно від ступеня характерності для вас того, про що йдеться в їхньому змісті.

Як часто Ви відчуваєте, що просуваєтесь у досягненні своїх цілей?	0 = ніколи, 10 = завжди
Як часто Ви поглинаєтеся тим, що робите?	
Загалом, як часто Ви відчуваєте радість?	
Загалом, як часто Ви відчуваєте тривогу?	
Як часто Ви досягаєте важливих цілей, які поставили перед собою?	0 = жахливе, 10 = відмінне
Загалом, як би Ви оцінили своє здоров'я?	
Загалом, наскільки осмислене та наповнене життя Ви ведете?	0 = зовсім ні, 10 = повністю
Якою мірою Ви отримуєте допомогу та підтримку від інших, коли Вам це потрібно?	
Загалом, якою мірою цінним і вартим уваги є те, що Ви робите у своєму житті?	
Загалом, якою мірою Ви відчуваєте захоплення й інтерес до чогось?	
Наскільки самотнім Ви почуваетесь у повсякденному житті?	0 = зовсім ні, 10 = повністю
Наскільки Ви задоволені своїм поточним фізичним здоров'ям?	
Загалом, як часто Ви відчуваєте позитивні емоції?	0 = ніколи, 10 = завжди
Загалом, як часто Ви відчуваєте злість?	
Як часто Ви справляєтеся зі своїми завданнями?	
Загалом, як часто Ви сумуєте?	
Як часто Ви втрачаєте відчуття часу, роблячи те, що Вам подобається?	



Як Ви оцінюєте Ваше здоров'я порівняно з іншими людьми Вашого віку та статі?	0 = жахливе, 10 = відмінне
Якою мірою Ви відчуваєте себе любимим?	0 = зовсім ні, 10 = повністю
Загалом, чи маєте Ви відчуття правильного напрямку свого життя?	
Наскільки Ви задоволені своїми особистими відносинами?	
Загалом, наскільки Ви відчуваєте себе умиротвореним?	
Загалом, наскільки Ви щасливі?	0 = зовсім ні, 10 = повністю

**Ключ:** бали розраховуються як середнє значення елементів, що входять до складу кожного фактора:

**Позитивні емоції:** P = середнє (3, 13, 22).

**Залученість:** E = середнє (2, 10, 17).

**Відносини:** R = середнє (8, 19, 21).

**Сенс:** M = середнє (7, 9, 20).

**Досягнення:** A = середнє (1, 5, 15).

**Добробут:** PERMA = середнє (P + E + R + M + A + 23).

**Негативні емоції:** N = середнє (4, 14, 16).

**Здоров'я:** H = середнє (6, 12, 18).

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Адаптація та валідизація українськомовної версії шкали стресостійкості Коннора – Девідсона – 10 (CD-RISC-10): апробація у хворих на анкілозивний спондиліт / Н. Школіна та ін. *Rheumatology*. 2020. Т. 80. DOI: doi.org/10.32471/rheumatology.2707-6970.80.15236.

2. Butler J., Kern M.L. The PERMA-Profler: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*. 2016. Vol. 6. № 3. P. 1–48. DOI: 10.5502/ijw.v6i3.526.

3. Chetveryk-Burchak A. Опис та адаптація опитувальника «Шкала соціального благополуччя» К. Кіза. *Вісник Харківського національного університету. Серія «Психологія»*. 2014. № 1099. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKHIPC\_2014\_1099\_54\_8 (дата звернення: 04.08.2023).

4. Csikszentmihalyi M., LeFevre J. Optimal experience in work and leisure. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1989. Vol. 56. № 5. P. 815–822. DOI: 10.1037/0022-3514.56.5.815.

5. Diener E. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. 1984. Vol. 95. № 3. P. 542–575. DOI: 10.1037/0033-2909.95.3.542.

6. Diener E., Chan M.Y. Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. 2011. Vol. 3. № 1. P. 1–43. DOI: 10.1111/j.1758-0854.2010.01045.x.

7. Doing the Right Thing: Measuring Well-Being for Public Policy / M.E.P. Seligman et al. *International Journal of Wellbeing*. 2011. Vol. 1. № 1. DOI: 10.5502/ijw.v1i1.15.

8. Flourish: a visionary new understanding of happiness and well-being. *Choice Reviews Online*. 2011. Vol. 48. №. 12. P. 48–7217–48–7217. DOI: 10.5860/choice.48-7217.

9. Friedman H.S., Kern M.L. Personality, Well-Being, and Health. *Annual Review of Psychology*. 2014. Vol. 65. № 1. P. 719–742. DOI: 10.1146/annurev-psych-010213-115123.

10. Huppert F.A. Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. 2009. Vol. 1. № 2. P. 137–164. DOI: 10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x.

11. Huppert F.A., So T.T.C. Flourishing Across Europe: Application of a New Conceptual Framework for Defining Well-Being. *Social Indicators Research*. 2011. Vol. 110. № 3. P. 837–861. DOI: 10.1007/s11205-011-9966-7.

12. Keyes C.L.M. The Mental Health Continuum: From Languishing to Flourishing in Life. *Journal of Health and Social Behavior*. 2002. Vol. 43. № 2. P. 207. DOI: 10.2307/3090197.

13. Kiefer R.A. An Integrative Review of the Concept of Well-Being. *Holistic Nursing Practice*. 2008. Vol. 22. № 5. P. 244–252. DOI: 10.1097/01.hnp.0000334915.16186.b2.

14. Klimanska M., Haletska I. Psychometric characteristics of the questionnaire on positive and negative affects (OPANA), based on the PANAS scales. *Psychological journal*. 2020. Vol. 6. № 4. P. 119–132. DOI: 10.31108/1.2020.6.4.10.

15. The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? / S. Lyubomirsky et al. *Psychological Bulletin*. 2005. Vol. 131. № 6. P. 803–855. DOI: 10.1037/0033-2909.131.6.803.

16. Measuring flourishing: The impact of operational definitions on the prevalence of high levels of well-being / L. C. Hone et al. *International Journal of Wellbeing*. 2014. Vol. 4. № 1. P. 62–90. DOI: 10.5502/ijw.v4i1.4.

17. Measuring values and committed action with the Engaged Living Scale (ELS): Psychometric evaluation in a nonclinical sample and a chronic pain sample. / H.R. Trompetter et al. *Psychological Assessment*. 2013. Vol. 25. № 4. P. 1235–1246. DOI: 10.1037/a0033813.

18. Nosenko E., Chetveryk-Burchak A. Опитувальник «Стабільність психічного здоров'я – коротка форма»: опис, адаптація, застосування. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія «Психологія»*. 2014. Т. 22. № 9/1. DOI: 10.15421/101412.

19. Subjective well-being and anxiety level during the COVID-2019 crisis: study in Ukrainian adoles-

- cence / M. Orap et al. *Insight: the psychological dimensions of society*. 2021. № 6. P. 28–39. DOI: 10.32999/2663-970x/2021-6-3.
20. Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions / M.E.P. Seligman et al. *American Psychologist*. 2005. Vol. 60. № 5. P. 410–421. DOI: 10.1037/0003-066x.60.5.410.
21. Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis / J. Anglim et al. *Psychological Bulletin*. 2020. Vol. 146. № 4. P. 279–323. DOI: 10.1037/bul0000226.
22. Psychometric properties of the PERMA Profiler for measuring wellbeing in Australian adults / J. Ryan et al. *PLOS ONE*. 2019. Vol. 14. № 12. P. e0225932. DOI: 10.1371/journal.pone.0225932.
23. Questionnaires. *Peggy's Kern website*. URL: <https://www.peggykern.org/questionnaires.html> (дата звернення: 17.08.2023).
24. Ryan R.M., Deci E.L. On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being. *Annual Review of Psychology*. 2001. Vol. 52. № 1. P. 141–166. DOI: 10.1146/annurev.psych.52.1.141 (дата звернення: 17.08.2023).
25. Ryff C.D., Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 69. № 4. P. 719–727. DOI: 10.1037/0022-3514.69.4.719.
26. Savchenko O., Kaliuk O. Diagnostic methodology of the cognitive aspects of subjective well-being. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. Vol. 1. № 25. P. 89–101. DOI: 10.31108/2.2022.1.25.10.
27. Resourcefulness as an Important Indicator of Personal Well-Being / O. Savchenko et al. *IntechOpen – Open Science Open Minds*. URL: <https://www.intechopen.com/online-first/87690> (дата звернення: 17.08.2023).
28. Psychological flexibility as a factor in staff's psychological well-being / O. Savchenko et al. *Організаційна психологія. Економічна психологія*. 2022. Vol. 3–4. № 27. P. 118–129. DOI: 10.31108/2.2022.3.27.12.
29. Well-Being in Life and Well-Being at Work: Which Comes First? Evidence From a Longitudinal Study / D. Weziak-Białowolska et al. *Frontiers in Public Health*. 2020. Vol. 8. DOI: 10.3389/fpubh.2020.00103.
30. Well-being is more than happiness and life satisfaction: a multidimensional analysis of 21 countries / K. Ruggeri et al. *Health and Quality of Life Outcomes*. 2020. Vol. 18. № 1. DOI: 10.1186/s12955-020-01423-y.
31. Human Flourishing in Cross Cultural Settings. Evidence From the United States, China, Sri Lanka, Cambodia, and Mexico / D. Weziak-Białowolska et al. *Frontiers in Psychology*. 2019. Vol. 10. DOI: 10.3389/fpsyg.2019.01269.
32. Wong P.T.P. Positive psychology 2.0: Towards a balanced interactive model of the good life. *Canadian Psychology – Psychologie canadienne*. 2011. Vol. 52. № 2. P. 69–81. DOI: 10.1037/a0022511.

## ЗВ'ЯЗОК ЩАСТЯ Й ОПТИМІЗМУ З ОСОБЛИВОСТЯМИ ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ

### RELATIONSHIP OF HAPPINESS AND OPTIMISM WITH CHARACTERISTICS OF LONELY EXPERIENCE

У статті розглядається зв'язок позитивно-психологічних аспектів особистості з особливостями переживання самотності. Зазначено, що світ для людини завжди опосередкований соціальними відносинами, самотність відриває людину від світу і є досить суб'єктивно неприємним психічним станом. Відмічається, що в житті людини завжди є місце щастю та психологічними феноменами, що асоціюються з ним і забезпечують протидію різним чинникам, які спричиняють тривогу, депресію й інші негативні емоційні стани. Вказується на те, що численні емпіричні дослідження показують негативну кореляцію між щастям та самотністю. Ставиться питання, наскільки результати вищенаведених досліджень є релевантними для української вибірки та не є продуктом окремого соціокультурного середовища. Виявлено, що наявність в образі Я уявлень про себе як про самотню людину негативно корелює із загальним рівнем щастя. Закономірно, що, будучи сукупністю когнітивних настанов, оптимізм негативно корелює з когнітивними аспектами самотності, а саме: з уявленнями про себе як про самотню людину. Загалом наше дослідження показало, що оптимісти не мають уявляти себе самотніми людьми, натомість радше вони будуть відчувати зв'язок з іншими людьми, уявляти себе належними до якоїсь спільноти тощо. Робиться припущення, що такий компонент оптимізму, як переконаність у тривалості впливу хороших подій на життя людини, робить останній чинником, який протидіє формуванню в індивіда образу Я самотньої людини. Окрім того, визначено, що віра у тривалість впливу хороших подій сприяє зниженню відчуття відчуження від інших та встановленню значимих зв'язків з іншими людьми, а також зі світом загалом. Цей компонент оптимізму робить людину менш схильною до хворобливого переживання самотності, що, безумовно, сприяє її психологічному благополуччю.

**Ключові слова:** щастя, оптимізм, самотність, образ Я, відчуженість.

The connection of positive psychological aspects of personality with the peculiarities of loneliness experience is studied in the paper. It is demonstrated that the world for a person is always mediated by social relations, that loneliness separates a person from the world and that it is subjectively a rather unpleasant psychological state. It is noted that, on the other hand, there is always place for happiness and other happiness-associated phenomena, which counteract various factors which generate anxiety, depression and other negative emotional states. It is pointed out, that there are numerous empirical investigations which demonstrate negative correlation between happiness and loneliness. The author raises an issue whether the results of mentioned investigations are relevant for Ukrainian sample and whether they can just be the product of a certain sociocultural environment. It is revealed that the presence of idea about oneself as a lonely person in the image of self correlates negatively with the general level of happiness. It is logical that optimism, being a complex of certain cognitive attitudes, negatively correlates with cognitive aspects of loneliness, including image of self as a lonely person. In general our investigation shows that optimists shouldn't consider themselves to be lonely people, but, on the contrary, they are likely to feel themselves to be connected with other people, consider themselves to be a part of some community, etc. A hypothesis is made that such component of optimism as persuasion in the continuous character of positive events influence on person's life makes the last a factor which counteracts the formation of image of self as a lonely person. Besides, it is determined that faith in the continuous character of positive events influence contributes to the decline of alienation level and to the establishment of significant ties with other people and with the world as a whole. A person with this component of optimism is less inclined to suffer from unhealthy feeling of loneliness, and this, undoubtedly, contributes to his/her psychological well-being.

**Key words:** happiness, optimism, loneliness, self-image, alienation.

УДК 159.923  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.30>

**Степура Є.В.**

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

**Вступ.** У своєму житті людина неодмінно стикається із цілою низкою неприємних даностей буття, які провокують тривогу, уводять людину в депресію та спричиняють виникнення інших негативних емоційних станів. Ірвін Ялом та інші екзистенційні психологи виділяють такі даності: смерть, свобода, відсутність сенсу життя й екзистенційна ізоляція – відчуття людиною своєї цілковитої самотності та відчуженості від світу. Треба відмітити, що саме відсутність значущих соціальних зв'язків може загострити це негативне відчуття, оскільки кохання, дружба та подібні стосунки сприяють пом'якшенню відчуття екзистенційної ізоляції [12]. Загалом, з ідеями екзистенційних психологів важко не погоди-

тись, оскільки світ для людини завжди опосередкований соціальними відносинами, а отже, самотність, безперечно, відриває людину від світу. Треба відмітити, що і сама собою самотність, нехай вона і не призводить до відчуття відірваності від світу, є досить суб'єктивно неприємним психічним станом. З іншого боку, у житті людини завжди є місце щастю та психологічним феноменам і структурам, що асоціюються з ним і забезпечують протидію різним чинникам, які спричиняють тривогу, депресію й інші негативні емоційні стани. Одним із таких феноменів є оптимізм.

Згідно з теорією М. Селігмана, оптимізм є варіантом атрибутивного стилю особистості, який залежить від особливостей опису та пояс-

нення людиною результатів власної діяльності та важливих для неї життєвих подій (як позитивних, так і негативних), можна схарактеризувати, визначивши три аспекти. Загальними характеристиками атрибутивного стилю є: 1) стабільність: зумовленість результату постійними або короткочасними причинами; 2) глобальність: причини, які визначають результат, є глобальними (узагальнювальними для різних ситуацій) або конкретними, локальними (обмеженими поточною ситуацією та сферою життя); 3) контроль: результат є наслідком дій суб'єкта або дії зовнішніх обставин. Так, песимістичний атрибутивний стиль характеризується хронічним приписуванням невдач внутрішнім, стабільним і глобальним причинам. Такий атрибутивний стиль часто спостерігається в людей із депресією, і тому його іноді означають як депресивний, або депресогенний. За оптимістичного атрибутивного стилю негативні події пояснюються впливом короткочасних, локальних, зовнішніх чинників, а позитивні події, навпаки, пояснюються тривалими, глобальними та внутрішніми чинниками [11].

Загалом, згідно із зарубіжними дослідженнями, оптимізм негативно корелює з почуттям самотності в молодих людей. Також низький рівень оптимізму є чинником, що сприяє самотності людини в майбутньому [5; 6; 8]. Дослідження на досить великій вибірці показало, що люди, які в дитинстві мали деякі дисфункції сім'ї без міжособистісного жорстокого поводження, сім'ї з великими негараздами і поготів, що включали високу ймовірність виникнення батьківського розбрату та жорстокого поводження з дітьми, частіше повідомляли про більшу самотність і менший оптимізм у дорослому віці. Це ж дослідження показало, що теперішнє емоційне благополуччя людини може знизити вплив сімейного неблагополуччя, пережитого в минулому, сприяти підвищенню рівня оптимізму та зниженню відчуття самотності. Загалом, автори зазначають, що подолання самотності підлітків і підтримка оптимістичних поглядів у дорослому віці – це два шляхи, які потенційно можуть принести користь для зменшення психічних і фізичних захворювань [10].

Інше дослідження показало, що оптимізм і самотність є чинниками, які впливають на рівень ризику виникнення депресивних симптомів і суїцидальних думок в угорських студентів. Самотність є негативним чинником вищезазначених психопатологічних проявів, а оптимізм, у свою чергу, є чинником, що пом'якшує вплив самотності на виникнення суїцидальних проявів [4].

Щодо зв'язку щастя та самотності, то наявність у людини стосунків і різноманітних соціальних зв'язків вважається одним із найголовніших чинників щастя [2]. Загалом, дану

тезу підтверджують численні емпіричні дослідження, які показують негативну кореляцію між щастям і самотністю [2; 3; 13].

Але тут постає питання, наскільки результати вищезазначених досліджень є релевантними для української вибірки та не є продуктом окремого соціокультурного середовища. Зазначимо, що на нейрофізіологічному рівні щастя й оптимізм пов'язані зі структурами головного мозку, які відповідають за емпатію, співчуття, кохання, доброту, відкритість до встановлення нових соціальних зв'язків тощо [7]. Можна сказати, що на нейрофізіологічному рівні щастя й оптимізм пов'язані з почуттями, які багато в чому протилежні відчуттю самотності. Треба відмітити, що є дослідження українських учених, що підтверджують наявність негативної кореляції між оптимізмом і самотністю, але ці дослідження виконані на досить маленькій вибірці [1]. Тож їхні результати не можна вважати цілком репрезентативними, а отже, питання зв'язку оптимізму та самотності потребує подальших досліджень. Окрім того, оптимізм має складну структуру, він є сукупністю когнітивних настанов. Звідси впливає питання, які компоненти оптимізму найбільше корелюють із самотністю?

**Мета статті** полягає у визначенні зв'язків щастя й оптимізму з особливостями переживання самотності на українській вибірці.

**Процедура та методи дослідження.** Вибірка складалася зі 109 студентів різних факультетів Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», а також студентів факультету психології та соціальної роботи Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя (96 для шкали Фордіса, що пов'язано з недоліками в заповненні цієї шкали). Вік досліджуваних – 18–23 роки. Гендерний чинник до уваги не брався, але більшість досліджуваних (67%) становили жінки.

Використовувались такі методи.

Шкала щастя Фордіса, яка складається із двох питань:

1. «Загалом наскільки щасливим чи нещасним Ви себе відчуваєте?». Пропонуються варіанти відповіді від «надзвичайно щасливим» (у захваті, відчуваю радість, відчуваюся чудово), за що нараховується 10 балів, до «абсолютно нещасних» (українською: «у крайній самотності»), що дає 1 бал.

2. «У середньому, яку частину часу у відсотках Ви відчуваєте себе щасливим (або нещасним, або в нейтральному стані)?».

Друге питання нами в дослідженні не використовувалося через некоректні відповіді респондентів.

«Тест на оптимізм» Л.М. Рудіної – адаптація методики «Attributional style questionnaire» М. Селігмана. Складається із 48 питань, які

являють собою проблемні життєві ситуації, та 2 варіанти відповіді, що є поясненням причин зазначених подій. Тест має такі шкали:

PmB – переконаність у тривалості впливу поганих подій на життя людини.

PmG – переконаність у тривалості впливу хороших подій на життя людини.

PvB – переконаність у впливі поганих подій на всі сфери життя людини.

PvG – переконаність у впливі хороших подій на всі сфери життя людини.

HoB – рівень надії/безнадійності.

PsB – відповідальність людини за погані події в її житті.

PsG – відповідальність людини за хороші події в її житті.

B – рівень загальної орієнтації людини на погані події в її житті.

G – рівень загальної орієнтації людини на хороші події в її житті.

G–B – загальний рівень оптимізму людини.

Для виміру особливостей переживання самотності нами була використана повна версія «Диференційного опитувальника переживання самотності», яка містить 40 тверджень, згрупованих у 8 субшкал і 3 шкали.

Субшкала 1 «Ізоляція» містить твердження про відсутність людей, з якими можливий близький контакт.

Субшкала 2 «Переживання самотності» включає сформульовані в загальному вигляді твердження, що конструюють образ Я респондента як самотньої людини.

Субшкала 3 «Відчуження» наголошує на відсутності значних зв'язків з іншими людьми.

Субшкала 4 «Дисфорія самотності» вимірює негативні почуття, пов'язані з перебуванням на самоті.

Субшкала 5 «Самотність як проблема» відображає негативну оцінку самотності як феномену.

Субшкала 6 «Потреба в компанії» вимірює потребу у спілкуванні, що переживається.

Субшкала 7 «Радість усамітнення» вимірює прийняття людиною самотності та самоти.

Субшкала 8 «Ресурс усамітнення» містить твердження, що відображають продуктивні аспекти усамітнення.

Сума субшкал 1–3 дає бал за шкалою «Загальна самотність», що відображає ступінь актуального відчуття самотності, браку близького спілкування з іншими людьми.

Сума субшкал 4–6 дає бал за шкалою «Залежність від спілкування», що відображає неприйняття самотності, нездатність залишатися одному.

Сума субшкал 7–8 дає бал за шкалою «Позитивна самотність», що вимірює здатність людини знаходити ресурс на самоті, творчо використовувати його для самопізнання та саморозвитку.

**Результати дослідження.** Відразу треба відмітити обмеженість нашої вибірки в кількісному плані, тому ми повинні обережно ставитись до цих результатів з погляду статистичної теорії (див. про це [9]). У підсумку скажемо, що всі наші результати мають попередній характер і потребують відтворення на більш великій вибірці. Окрім того, завжди треба враховувати віковий і гендерний склад вибірки, а також соціально-економічний статус респондентів. Але все ж треба зазначити, що наше дослідження цілком може бути використаним у різноманітних метааналізах, що будуть стосуватися зв'язків самотності зі щастям і оптимізмом. Саме там воно може зробити свій вклад у висвітлення особливостей прояву зв'язків між вищезазначеними психологічними феноменами серед молодих людей на українській вибірці. Хоча треба відмітити, що такий різновид досліджень, як метааналіз, є досить рідкісним явищем у просторі вітчизняної науки, чого не скажеш про європейську й американську психологію. І зазначений стан речей є проблемою для нашої психологічної науки.

Передусім треба сказати, що нами не було знайдено позитивних кореляцій між щастям і оптимізмом. Також не виявлено жодних позитивних або негативних зв'язків між щастям і окремими компонентами атрибутивного стилю особистості. Отримані нами результати цілком суперечать багатьом раніше проведеним дослідженням, які вказують на тісний зв'язок між оптимізмом і щастям [2; 11]. Окрім того, мають бути негативні кореляції між щастям і компонентами атрибутивного стилю, які відповідають за негативне (депресогенне) мислення [11]. Це теж не спостерігається в нашому дослідженні. Дані результати можна пояснити, наприклад, простою статистичною аномалією, оскільки дані, отримані на невеликих вибірках, далеко не завжди можуть відобразити загальні тенденції (див. [9]). Іншим можливим поясненням отриманих нами результатів може бути те, що на показники шкали Фордіса впливають якісь ситуативні чинники, що робить її не зовсім надійною. Можлива також наявність якихось психологічних чинників, які примушують учасників нашої вибірки відхилитись від загальних тенденцій. Хай там як, але ми можемо бачити, що не завжди психологічні тенденції можуть бути відтворені, тому до психологічних досліджень на малих вибірках (як наше) треба ставитись з обережністю.

Також треба відмітити, що загалом нами не було виявлено значущих кореляційних зв'язків між показниками рівня самотності людини та щастям, що також суперечить низці вищезазначених досліджень, проведених в інших країнах. Тут може бути багато різних пояснень отриманих нами результатів, починаючи від простої статистичної аномалії, яка була спричинена

відносно малою кількістю учасників нашої вибірки, і закінчуючи наявністю особливостей у сприйнятті щастя та самотності досліджуваних студентів, спричинених окремим вектором розвитку нашої культури. У будь-якому разі проблема зв'язку щастя та самотності потребує додаткових емпіричних досліджень.

Єдина знайдена нами значуща кореляція, яка поєднує відчуття щастя з переживанням самотності, це негативний зв'язок «Шкали щастя Фордіса» із субшкалою «Переживання самотності» «Диференційного опитувальника переживання самотності» ( $r = -0,27, p < 0,01$ ). Як уже зазначалось, субшкала «Переживання самотності» складається із тверджень, що конструюють образ Я респондента як самотньої людини. Тож ми можемо бачити, що наявність у Я-концепції уявлень про себе як про самотню людину негативно корелює із загальним рівнем щастя. Отриманий нами результат ще раз підтверджує ідею, що когнітивні чинники посідають одне з найважливіших місць у формуванні відчуття самотності. Не сама собою наявна в житті людини самотність, а уявлення про себе як про самотню людину знижують її рівень щастя. Цілком можливо, що саме ці уявлення створюють передумови для виникнення самотності в реальному житті людини. Наприклад, людина вважає себе нікому не потрібною, тим самим ігнорує всі можливості створити дружні або романтичні стосунки, які, безумовно, могли б принести їй відчуття щастя. Тож для подолання самотності та знаходження щастя у стосунках загалом буває не досить тільки простої зміни зовнішньої поведінки (на кшталт відвідування реального або віртуального клубу знайомств), а потрібно працювати з уявленнями людини про себе, її когнітивними настановами тощо.

Отже, як ми можемо бачити з таблиці 1, загальний рівень оптимізму негативно корелює зі шкалою «Переживання самотності» «Диференційного опитувальника самотності» ( $r = -0,19, p < 0,05$ ) – це є єдиною значущою кореляцією між загальним рівнем оптимізму та якоюсь шкалою вищезазначеного опитувальника. Цікаво відмітити, що оптимізм, який

у трактуванні М. Селігмана є набором когнітивних настанов, негативно корелює зі шкалою, яка асоціюється з когнітивними настановами, які створюють в особистості образ себе як самотньої людини. Зразу зауважимо, що ця кореляція є досить слабкою, але загалом можна сказати, що оптимісти не повинні вважати себе самотніми людьми, натомість вони будуть відчувати зв'язок з іншими людьми, уважати себе приналежними до якоїсь спільноти тощо. Цілком можливо, що оптимізм сприятиме встановленню людиною міжособистісних стосунків, пошуку та знаходження дружби, кохання тощо. Але вплив оптимізму на поведінку людини у вищезгаданих аспектах потребує додаткових емпіричних досліджень.

Як було вказано раніше, оптимізм є складним психологічним феноменом. У його основі лежать когнітивні настанови, які визначають особливості сприйняття різних життєвих ситуацій і стратегії поведінки в них [11]. У нашому дослідженні була виявлена настанова, що, детермінуючи оптимістичний погляд на світ, пов'язана з відсутністю в образі Я людини уявлень про свою самотність. Але перш ніж перейти до розгляду вищезазначеної кореляції, треба відмітити, що нами не будуть аналізуватися зв'язки між шкалами «Диференційного опитувальника самотності» та субшкалою «G» – рівень загальної орієнтації людини на хороші події в її житті «Тесту на оптимізм» Л.М. Рудіної, оскільки ці кореляції, імовірно, не несуть якогось психологічного сенсу, а є просто побічним результатом статистичних розрахунків, оскільки у структурі «Тесту на оптимізм» ця шкала є просто сумою балів шкал, які відповідають за сприйняття хорошого в житті людини. Про всякий випадок ці кореляції наявні в таблиці.

В основі зв'язку оптимізму та шкали «Переживання самотності» «Диференційного опитувальника самотності», розглянутого вище, імовірно, лежить переконаність у тривалості впливу хороших подій на життя людини (PmG). Ми також маємо значущу негативну кореляцію між шкалою «PmG» «Тесту на оптимізм» та субшкалою «Переживання самотності» «Диферен-

Таблиця 1

**Значущі кореляції між шкалами «Тесту на оптимізм» і шкалами «Диференційного опитувальника самотності»**

	«Диференційний опитувальник самотності»					
	Переживання самотності		Відчуження		Загальна самотність	
«Тест на оптимізм»	r	p	r	p	r	p
PmG	-0,30	0,01	-0,32	0,01	0,28	0,01
G	-0,23	0,05	-0,25	0,05	-0,23	0,05
Загальний оптимізм (G-B)	-0,19	0,05				

ційного опитувальника самотності» ( $r = -0.30$ ,  $p < 0,01$ ). Цілком можливо, що переконаність у тривалості впливу хороших подій на життя людини (PmG) проявляється у сфері міжособистісних стосунків у вигляді віри у тривалість дружби, кохання або подібних позитивних стосунків. Окрім того, така людина буде на вищезазначених уявленнях і свою Я-концепцію, попри тривалість часу або відсутність контактів, вона буде вважати себе зв'язаною з якимись людьми, спільнотою тощо. Ці уявлення захищають людину від відчуття самотності, у неї нема жодних підстав будувати образ себе як самотньої людини.

Окрім шкали «Переживання самотності», переконаність у тривалості впливу хороших подій на життя людини (PmG) пов'язана зі субшкалою «Відчуження» «Диференційного опитувальника самотності». Тут ми також маємо досить значущу, стосовно загального масиву психологічних досліджень, негативну кореляцію ( $r = -0,32$ ,  $p < 0,01$ ). Як уже вказувалось, високі бали за субшкалою «Відчуження» вказують на відсутність значних зв'язків з іншими людьми. Можна припустити, що люди, які вірять у тривалість впливу хороших подій на своє життя, суб'єктивно відчувають аналогічно, як і з уже розглянутою нами субшкалою «Переживання самотності», зв'язки з іншими людьми, навіть якщо для цього немає жодних об'єктивних передумов. Ця внутрішня переконаність може сприяти більшій соціальній активності людини, що ще сильніше сприяє зменшенню відчуття відчуження і, навпаки, наростанню відчуття наявності зв'язків з іншими людьми та світом загалом. Так, оптимістична віра в можливість довготривалості різноманітних міжособистісних відносин і відповідна соціальна поведінка, спрямована на підтримку хороших стосунків з оточенням, можуть посилювати одна одну, сприяти зменшенню в такої особи відчуття відчуження від інших людей.

Є закономірним, що шкала «Загальна самотність» «Диференційного опитувальника самотності» також має негативну кореляцію з PmG – переконаністю у тривалості впливу хороших подій на життя людини ( $r = -0,28$ ,  $p < 0,01$ ), оскільки розглянуті вище субшкали «Переживання самотності» та «Відчуження» входять у склад цієї шкали. Шкала «Загальна самотність» загалом відображає ступінь актуального відчуття самотності, браку близького спілкування з іншими людьми. Високі бали за шкалою «Загальна самотність» пов'язані з актуальною вираженістю переживання ізоляції, нестачі емоційної близькості або контактів з людьми й усвідомленням респондентом себе як самотньої, ізольованої людини. Низькі бали, навпаки, свідчать, що респондент не відчуває хворобливого переживання самотності, пов'язаного з нестачею близькості чи спілку-

вання, і не вважає себе самотньою людиною. Тож наше дослідження показує, що саме віра у збереження колишніх установлених соціальних зв'язків, що, безумовно, є частиною загальної переконаності у тривалості впливу хороших подій на життя людини, може захистити її від вищезазначених хворобливих переживань. Цілком можливо, що ця переконаність у тривалому існуванні давніх відносин буде допомагати людині переносити об'єктивно наявну самотність, коли вона з якихось причин буде відрізана від свого звичного соціального оточення.

#### **Висновки із проведеного дослідження.**

Як ми можемо бачити, щастя й оптимізм пов'язані з особливостями переживання людиною самотності. Звісно, ці зв'язки не є тотальними, але в деяких аспектах щастя, а особливо оптимізм, із його невід'ємною складовою частиною – переконаністю у тривалості впливу хороших подій на життя людини, можуть впливати на відчуття самотності в людини. Треба відмітити, що уявлення людини про себе як про самотню пов'язані зі зниженням загального рівня щастя. Можливий також інший варіант трактовки даної кореляції – нещаслива людина починає з якоїсь причини вважати себе самотньою, наприклад через наростання депресивних думок, хоча наше дослідження не вказує на таку можливість. У будь-якому разі проблема негативного зв'язку відчуття щастя та конструювання образу Я суб'єкта як самотньої людини заслуговує на подальші дослідження. Щодо зв'язку оптимізму із самотністю, то наше дослідження загалом підтвердило наявність деяких негативних кореляцій між цими психологічними феноменами, хоча ці кореляції торкаються лише окремих компонентів цих явищ. З іншого боку, треба розуміти, що оптимізм і самотність є складними та різноплановими феноменами, тож було б дивно, якщо б вони були тотально пов'язані одне з одним. Закономірно, що оптимізм, будучи сукупністю когнітивних настанов, негативно корелює з когнітивними аспектами самотності, а саме: з уявленнями про себе як про самотню людину. Цілком можливо, він може бути чинником, що захищає людину від таких негативних уявлень. Особливе значення тут має такий компонент оптимізму, як переконаність у тривалості впливу хороших подій на життя людини. Саме він робить оптимізм чинником, який протидіє формуванню в індивіда образу Я самотньої людини. Окрім того, віра у тривалість впливу хороших подій сприяє зниженню відчуття відчуження від інших та встановленню значущих зв'язків з іншими людьми, а також зі світом загалом. Цей компонент оптимізму робить людину менш схильною до хворобливого переживання самотності, що, безумовно, сприяє її психічному здоров'ю та психологічному благополуччю.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Фоменко К.І. Атрибутивні особливості самотності особистості. *Психологія і особистість*. 2014. № 2. С. 71–88.
2. Argyle M. *The psychology of happiness*. Routledge, 2013.
3. An examination of the relationship between happiness, loneliness, and shyness in college students / R. Booth et al. *Journal of College Student Development*. 1992. № 33 (2). P. 157–162.
4. Does optimism weaken the negative effects of being lonely on suicide risk? / E.C. Chang et al. *Death Studies*. 2018. № 42 (1). P. 63–68.
5. The relationship between optimism-pessimism, loneliness, and level of self-esteem in college students / S.F. Davis et al. *College Student Journal*. 1992. № 26(2). P. 244–247.
6. The relationship between optimism-pessimism, loneliness, and death anxiety / S.F. Davis et al. *Bulletin of the Psychonomic Society*. 1992. № 30. P. 135–136.
7. Hanson R., Mendius R. *Buddha's brain: The practical neuroscience of happiness, love, and wisdom*. New Harbinger Publications, 2009.
8. Personality traits and quality of relationships as predictors of future loneliness among American college students / T. Jackson et al. *Social Behavior and Personality: an international journal*. 2000. № 28 (5). P. 463–470.
9. Judgment under uncertainty: Heuristics and biases / D. Kahneman et al. (eds). Cambridge university press, 1982.
10. Childhood adversity, emotional well-being, loneliness, and optimism : a national study / E.A. Mumford et al. *Adversity and resilience science*. 2023. № 4 (2). P. 137–149.
11. Seligman M. *Learned Optimism*. New York : Knopf, 1990.
12. Yalom I.D. *Existential psychotherapy*. Hachette UK, 2020.
13. Yavuz C. The Relationships among Attitude towards Sports, Loneliness and Happiness in Adolescents. *Universal Journal of Educational Research*. 2019. № 7 (3). P. 790–796.



## СУЧАСНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНО-МОВЛЕННЕВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ-КОНСУЛЬТАНТІВ

### CURRENT ASPECTS OF THE DEVELOPMENT OF COMMUNICATIVE AND SPEAKING COMPETENCE OF FUTURE CONSULTANT PSYCHOLOGISTS

У сучасному світі, де важливість якості комунікації наростає, розгляд психологічних аспектів розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності стає актуальним завданням. Стаття присвячена вивченню цих особливостей у майбутніх психологів-консультантів. У статті проаналізовано такі ключові поняття, як «комунікативна компетентність», «мовленнєва компетентність» і «комунікативно-мовленнєва компетентність», а також визначено відмінності між ними. Особлива увага приділяється формуванню цієї компетентності серед студентів психологічної освіти, що забезпечує їхню здатність ефективно спілкуватися та взаємодіяти із клієнтами в майбутньому. На основі дослідження праць учених з усього світу у статті визначена сутність комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів-консультантів і надано авторське визначення цього поняття. Структура та компоненти даної компетентності розкриваються з метою підготовки фахівців до успішної професійної діяльності. Отримані результати підкреслюють значущість розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності для підвищення професійної конкурентоспроможності майбутніх психологів-консультантів на сучасному ринку праці. Отримані результати підтверджують, що комунікативно-мовленнєва компетентність є важливою складовою частиною успішної професійної діяльності майбутніх психологів-консультантів, забезпечує їхню здатність ефективно взаємодіяти та спілкуватися із клієнтами. Також виявлено, що ця компетентність проявляється через засвоєні теоретичні знання, практичні навички та мотивацію до професійної діяльності. Отже, ця робота підкреслює актуальність вивчення психологічних аспектів розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності в майбутніх психологів-консультантів, її значущість для їхньої професійної підготовки. Вивчення психологічних особливостей розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності в майбутніх фахівців є актуальною проблематикою сьогодення та має велике значення для їхньої успішної практичної діяльності.

**Ключові слова:** комунікація, мовлення, комунікативна компетентність, мовленнєва

компетентність, майбутні психологи-консультанти.

In today's world, where the importance of quality communication is increasing, consideration of the psychological aspects of the development of communicative and speech competence becomes an urgent task. This article is devoted to the study of these features in future consulting psychologists. The article analyzes such key concepts as "communicative competence", "speech competence" and "communicative-speech competence", and also defines the differences between them. Particular attention is paid to the formation of this competence among students of psychological education, which ensures their ability to effectively communicate and interact with clients in the future. Based on the research of the works of scientists from all over the world, the article defines the essence of communicative and speech competence of future psychologists-consultants and provides the author's definition of this concept. The structure and components of this competence are disclosed in order to prepare specialists for successful professional activity. The obtained results emphasize the significance of the development of communicative and speech competence for increasing the professional competitiveness of future psychologists-consultants in the modern labor market. The obtained results confirm that communicative and speech competence is an important component for the successful professional activity of future psychologists-consultants, ensuring their ability to effectively interact and communicate with clients. It was also found that this competence is manifested through the acquired theoretical knowledge, practical skills and motivation for professional activity. Therefore, this work emphasizes the relevance of studying the psychological aspects of the development of communicative and speech competence in future psychologists-consultants and its significance for their professional training. The study of the psychological features of the development of communicative and speech competence in future specialists is an urgent issue today and is of great importance for their successful practical activities.

**Key words:** communication, speech, communicative competence, speech competence, future consulting psychologists, future consulting psychologists.

УДК 378.147:159-051-057.54  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.31>

**Хаметова Л.М.**  
аспірантка за спеціальністю 053  
«Психологія»,  
старший викладач кафедри психології  
Університет Григорія Сковороди  
в Переяславі

У сучасному світі, де спілкування й обмін інформацією стали неодмінною частиною нашого повсякденного життя, важливість комунікативної компетентності набуває особливого значення. Це особливо актуально у професійних сферах, де ефективно спілкування є ключовим умінням. Однією з таких сфер є психологічна консультація, де майбутні психологи-консультанти залучені до роботи з різноманітними клієнтами та співрозмовниками.

Саме тут постає проблема розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності серед майбутніх психологів-консультантів. Вона потребує уваги та глибокого аналізу, оскільки успішність у цій професійній галузі значною мірою залежить від якості й ефективної взаємодії із клієнтами, розуміння їхніх потреб і вміння знаходити конструктивний підхід до розв'язання психологічних питань. Окрім того, сучасні реалії вимагають від психологів-консультантів здатності висловлювати свої думки

й ідеї чітко та переконливо, адже вони часто стають публічними діячами, учасниками тренінгів і семінарів.

Особливість цієї проблеми полягає в тому, що вона поєднує в собі два ключові аспекти: комунікацію та мовлення. Комунікативна компетентність передбачає здатність взаємодіяти з оточенням, сприймати інформацію та передавати свої думки, а мовленнєва компетентність – володіння вміннями висловлювати свої думки, будувати аргументовані розповіді та використовувати мовні засоби для досягнення конкретних цілей.

У цьому контексті, основна проблема полягає в розробленні та впровадженні ефективних методів і підходів до розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів-консультантів. Беручи до уваги їхні специфічні потреби та завдання, важливо створити навчальне середовище, що сприяє формуванню високого рівня спілкування, умінню аналізувати та впливати на психологічний стан співрозмовників.

Отже, проблема розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів-консультантів є актуальною та потребує глибокого наукового дослідження та розроблення практичних рекомендацій. Розв'язання цієї проблеми зробить вагомий внесок у підготовку висококваліфікованих фахівців, здатних ефективно спілкуватися, підтримувати психологічну гармонію та надавати якісні консультації в різних сферах психології.

Сучасна наукова спільнота звертає особливу увагу на проблему комунікативної компетентності, особливо в контексті майбутніх фахівців, зокрема психологів-консультантів. Вивчення цієї теми вже здобуло визнання вчених, серед яких можна виділити О. Бондаренка, С. Васьківську, А. Гамалій, Т. Говорун, Є. Заїку, О. Корніяку, М. Коломінського, С. Максименка, Ю. Паскевську, Ю. Приходька, М. Шевченка, М. Школьника, Н. Шевченка, А. Федоренка, М. Чепелеву й інших.

Аналіз наявних досліджень підкреслює, що, хоча вже виконано деякий обсяг робіт щодо розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності, ця проблема залишається не досить висвітленою. Отже, потреба в подальшому науковому дослідженні з питань психологічних особливостей розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів-консультантів є вкрай актуальною в сучасних умовах.

Метою наукової статті є проведення психологічного аналізу та вивчення комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів-консультантів. Стаття спрямована на розкриття сутності цього поняття, уточнення відмінностей між мовленнєвою та комунікативною компетентністю, а також на аналіз

наукових підходів до розвитку цієї компетентності в контексті професійної діяльності майбутніх психологів-консультантів. Також мета полягає у визначенні психологічних особливостей і чинників, які впливають на розвиток комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх фахівців у сучасних умовах, а також установлення перспективи вдосконалення цієї компетентності в освітньому процесі.

Удосконалення підготовки майбутніх фахівців нині неможливе без глибокого розуміння й аналізу ключових понять, які визначають їхню професійну компетентність. Серед таких понять особливе місце належить таким: «комунікативна компетентність», «мовленнєва компетентність» і «комунікативно-мовленнєва компетентність». Аналіз цих понять розкриває їхню сутність і взаємозв'язок у контексті підготовки майбутніх фахівців, зокрема психологів-консультантів, до викликів сучасного професійного середовища.

Комунікативна компетентність відображає здатність особистості ефективно взаємодіяти з іншими в різних комунікаційних ситуаціях. Це не лише вміння передавати інформацію, але й чутливість до сприйняття, адекватність реакцій, здатність урегульовувати конфлікти та встановлювати довірчі стосунки.

Комунікативна компетентність посідає провідне місце в рейтингу компетентностей, оскільки включає здатність інтегрувати низку вмінь і навичок в єдине ціле [4, с. 633].

Мовленнєва компетентність, зі свого боку, спрямована на вдосконалення мовних навичок, граматичної та лексичної точності, які дозволяють ясно та зрозуміло висловлювати свої думки.

Але саме в їхньому взаємозв'язку лежить ключ до розуміння «комунікативно-мовленнєвої компетентності». Це не просто сума комунікативних і мовленнєвих навичок, а і глибоке їх взаємопроникнення. Комунікативно-мовленнєва компетентність втілює в собі вміння обирати правильний стиль спілкування залежно від контексту, уміння адаптувати мовлення до сприйняття аудиторії, виражати емоції та передавати їхній внутрішній стан через мову. Це не лише вміння ефективно спілкуватися, але й здатність трансформувати мову в засіб вирішення завдань і досягнення цілей.

Відмінності між цими концепціями полягають в тому, що комунікативна компетентність фокусується на взаємодії, мовленнєва компетентність – на мовному виразі, а комунікативно-мовленнєва компетентність поєднує їх у єдиному пласті навичок, які допомагають психологам-консультантам бути успішними у професійній діяльності.

Такий глибокий аналіз цих понять у контексті підготовки майбутніх фахівців, а також їхніх взаємозв'язків, допомагає розкрити сутність

комунікативно-мовленнєвої компетентності та врахувати її важливість у формуванні професійного успіху психологів-консультантів.

Розуміння та розвиток комунікативно-мовленнєвої компетентності серед студентів психологічної освіти є важливою запорукою їхньої майбутньої успішної професійної практики. У сучасних умовах, коли психологічна підтримка та консультування стають невід'ємною частиною суспільного життя, здатність ефективно спілкуватися та взаємодіяти із клієнтами набуває особливого значення.

Формування комунікативно-мовленнєвої компетентності відбувається на перетині психологічних і комунікаційних аспектів. Відомості, які студенти здобувають у процесі навчання, доповнюються практичними навичками, які готують їх до реальних ситуацій спілкування із клієнтами. Особлива увага приділяється вивченню різних стилів комунікації, взаємодії з різними типами особистостей, адаптації мовлення до потреб і характеру клієнта [1, с. 10].

Забезпечення ефективної комунікації у професійній психологічній практиці передбачає розвиток навичок активного слухання, емпатії, аналізу невербальних сигналів і здатності до вирішення конфліктів. Студенти навчаються створювати сприятливий психологічний клімат, уникати непорозумінь і встановлювати довірчі стосунки із клієнтами.

Додатковою перевагою є вивчення сучасних інструментів комунікації, зокрема й використання технологій для дистанційного консультування та підтримки. Розуміння особливостей віртуального спілкування та здатність адаптувати свій стиль до цих умов є актуальними аспектами сучасної підготовки майбутніх психологів-консультантів.

Комунікативно-мовленнєва компетентність майбутніх психологів-консультантів є ключовою складовою частиною їхньої професійної підготовки, оскільки вона визначає їхню здатність ефективно спілкуватися, взаємодіяти та впливати на психологічний стан клієнтів у процесі консультацій. Ця компетентність базується на глибокому розумінні психологічних процесів комунікації, мовлення та міжособистісної взаємодії, а також на вмінні адаптувати засоби спілкування до конкретних ситуацій [5, с. 109].

Авторське визначення комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів-консультантів полягає в їхній здатності плідно взаємодіяти із клієнтами за допомогою різноманітних комунікаційних стратегій і мовленнєвих технік з метою досягнення позитивних психологічних змін. Це охоплює вміння виявляти емпатію, розуміти невербальні сигнали, адаптувати мовлення до потреб і характеру співрозмовника, а також здатність розв'язувати конфлікти та створювати сприятливий психологічний клімат.

Сутність цієї компетентності полягає в умінні виявляти глибоке розуміння психологічних потреб і емоцій клієнтів, установлювати довірчі відносини й ефективно сприяти їхньому особистісному розвитку через процес консультування. Вона передбачає також здатність використовувати сучасні комунікаційні технології й інструменти для ведення онлайн-консультацій і підтримки.

Отже, комунікативно-мовленнєва компетентність майбутніх психологів-консультантів відображає їхню здатність не лише передавати інформацію, а й сприяти змінам у психологічному стані та життєвих орієнтаціях клієнтів завдяки професійній, довірчій і емпатичній взаємодії.

Структура та компоненти комунікативно-мовленнєвої компетентності в контексті підготовки майбутніх психологів-консультантів становлять ключовий аспект їхньої успішної професійної діяльності. Ця компетентність розглядається як багатогранний інструмент, що дозволяє фахівцям взаємодіяти із клієнтами, розуміти їхні потреби та надавати ефективну психологічну підтримку.

Перший компонент комунікативно-мовленнєвої компетентності – це вміння ефективно використовувати мовленнєві засоби для передачі інформації та встановлення зв'язку із клієнтами. Це включає в себе вміння формулювати чіткі та зрозумілі повідомлення, використовувати адекватну лексику та тон, а також здатність адаптувати мовлення до психологічних особливостей співрозмовників.

Другий компонент полягає в розвиненому вмінні активного слухання та сприйнятливості до невербальних сигналів. Це дозволяє майбутнім психологам-консультантам виявляти емоційний стан клієнтів і розуміти їхні потреби, що є фундаментально важливим у побудові довірчих стосунків.

Третій компонент передбачає вміння створювати ефективне спілкування у групових контекстах. Майбутні психологи-консультанти повинні вміти спілкуватися в різних соціальних ситуаціях, здатні адаптувати стиль комунікації до різних аудиторій і динамічно реагувати на зміни.

Четвертий компонент – це вміння ефективно розв'язувати конфлікти та вирішувати проблеми у процесі спілкування. Майбутні психологи-консультанти мають володіти стратегіями врегулювання конфліктів, що допоможе забезпечити гармонійну взаємодію із клієнтами.

Отже, структура та компоненти комунікативно-мовленнєвої компетентності розкриваються крізь важливу призму підготовки майбутніх психологів-консультантів до ефективної та взаємовигідної професійної взаємодії зі своїми клієнтами.

Сучасний світ вимагає від майбутніх фахівців, зокрема психологів-консультантів, володіння не лише фаховими знаннями, але й розширеними комунікативними та мовленнєвими навичками. Подолання бар'єрів спілкування, виявлення й адекватна інтерпретація невербальних сигналів, ефективне використання мови – це лише кілька компонентів важливої компетентності, що визначає успіх у сучасному суспільстві.

Розвиток комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів-консультантів набуває особливої актуальності через виклики, що ставить перед ними сучасна діяльність. В умовах глобалізації та швидкого розвитку технологій, зміни парадигм взаємодії та спілкування вони повинні бути готові впоратися зі складними міжособистісними взаємодіями, конфліктами за допомогою комунікативних стратегій і мовленнєвих інструментів [2, с. 9].

Психологічні особливості, які визначають успішний розвиток комунікативно-мовленнєвої компетентності, включають у себе вміння чітко виражати свої думки, ефективно слухати та розуміти співрозмовника, адаптувати стиль спілкування до конкретної аудиторії та контексту. Окрім того, розвиток цієї компетентності передбачає вміння розпізнавати емоції, виявляти емпатію, а також здатність використовувати мовленнєві та немовленнєві засоби для побудови позитивних міжособистісних відносин.

Чинники, які впливають на розвиток комунікативно-мовленнєвої компетентності, є багатогранними та різноманітними. Одним із них є освіта – навчання в умовах сприятливого навчального середовища, де акцент робиться на практичних комунікаційних завданнях. Самоаналіз, рефлексія та здатність до вдосконалення також відіграють важливу роль, допомагають виявляти сильні та слабкі сторони в мовленнєвій діяльності [3, с. 76].

Не менш важливим є вплив сучасного медійного середовища, де велика увага приділяється якісному й ефективному спілкуванню. Соціальні мережі, публічні виступи, відео- й аудіоконтент створюють підґрунтя для вдосконалення комунікативно-мовленнєвих навичок, але також можуть ставити виклики в контексті адекватності виразності та вибору мовних засобів.

Зазначені психологічні особливості та чинники невід'ємно впливають на розвиток комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів-консультантів у сучасних умовах. Тому важливо розробити ефективні навчальні підходи та програми, які б допомагали студентам удосконалювати свої комунікативні та мовленнєві вміння, забезпечували їхню успішну професійну діяльність і взаємодію із клієнтами.

Удосконалення комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх фахівців у сучасних умовах освітнього процесу відкриває захоплюючі перспективи. Основний акцент стоїть на розробці та впровадженні інноваційних підходів, які враховують потреби й особливості сучасного покоління студентів [6, с. 48].

Зокрема, однією з перспектив є використання інтерактивних навчальних платформ і онлайн-ресурсів, що сприяють активній участі студентів у навчальному процесі. Упровадження віртуальних тренінгів, симуляцій і мультимедійних матеріалів дозволить створити більш захопливе й ефективне навчання, де студенти зможуть навчатися та практикувати навички спілкування в реалістичних сценаріях.

Також важливим кроком є інтеграція практичних занять, семінарських груп і майстер-класів з акцентом на розвиток комунікативних умінь. Активне використання ролевих ігор, дебатів і дискусій може сприяти не лише теоретичному, а й практичному вдосконаленню комунікаційних навичок студентів.

Необхідним є також сприяння формуванню позитивного психологічного ставлення до процесу вдосконалення комунікативно-мовленнєвої компетентності. Психологічна підтримка та тренінги зі зниження мовленнєвої тривожності та підвищення впевненості у власних силах можуть стати необхідним елементом успішного розвитку цієї компетентності.

Окрім того, важливо створити умови для активної практики в реальних комунікаційних ситуаціях. Організація стажувань, практикумів і взаємодії з фахівцями, які практикують, може допомогти студентам перенести здобуті знання та навички на практику й отримати цінний досвід.

Отже, зосередження на розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності серед студентів психологічної освіти сприяє підготовці висококваліфікованих фахівців, здатних ефективно взаємодіяти з різними людьми та надавати їм необхідну психологічну підтримку. Перспективи вдосконалення комунікативно-мовленнєвої компетентності в сучасному освітньому процесі є різноманітними та захоплюючими. Інноваційні методи, практичні навички, психологічна підтримка та позитивний підхід сприятимуть розвитку цієї важливої якості майбутніх фахівців.

На підставі проведеного аналізу можна зробити такий висновок: розвиток комунікативно-мовленнєвої компетентності є невід'ємною складовою частиною професійної підготовки майбутніх психологів-консультантів. Це важливий аспект, який визначає їхню здатність ефективно взаємодіяти із клієнтами, колегами й іншими фахівцями у психологічній сфері. Вивчення психологічних особливостей роз-

виту комунікативно-мовленнєвої компетентності показало, що успішний психолог-консультант має володіти набором навичок, як-от уміння активно слухати, відчувати емпатію, адекватно реагувати на емоційний стан співрозмовника, використовувати невербальні засоби спілкування тощо. Ці навички допомагають побудувати довірчі відносини із клієнтами, сприяють вирішенню психологічних проблем і підвищують загальний рівень якості психологічної допомоги. Додатково, аналіз наукових праць показав, що індивідуальні особливості майбутніх психологів-консультантів можуть впливати на їхній стиль спілкування та підходи до роботи із клієнтами. Тому важливо створити програми підготовки, які враховують цю різноманітність і сприяють розвитку гнучкості у спілкуванні.

Отже, розвиток комунікативно-мовленнєвої компетентності є важливою передумовою для успішної професійної діяльності майбутніх психологів-консультантів. Ця компетентність допомагає забезпечити ефективну взаємодію, глибоке розуміння та підтримку клієнтів, сприяє розвитку позитивних і корисних взаємин. Результати аналізу підтверджують необхідність акцентування уваги на розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності майбутніх психологів-консультантів під час їхньої професійної підготовки.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вивчення впливу різних методів навчання у процесі розвитку комунікативно-мовленнєвої компетентності. Дослідження можуть порівнювати ефективність різних підходів до навчання, як-от симуляційне навчання, тренінги, рольові ігри тощо, на покращення навичок спілкування в майбутніх психологів-кон-

сультантів. Також дослідження можуть вивчати ефективність різних тренінгових програм, спрямованих на розвиток конкретних аспектів комунікативно-мовленнєвої компетентності.

Ці напрями досліджень допоможуть розширити розуміння важливості комунікативних навичок у професійній підготовці психологів-консультантів і сприяти подальшому покращенню якості психологічної допомоги.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Артемова О. Формування комунікативної компетенції майбутніх психологів у процесі професійної підготовки. *Психолінгвістика. Психолінгвістика. Psycholinguistics*. 2014. № 5. С. 10–16.
2. Демченко Н., Литвинчук Н. Проблеми формування комунікативної компетентності у майбутніх практичних психологів. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія «Педагогіка. Психологія»*. 2018. № 13. С. 9–13.
3. Рудева Л. Психологічні особливості комунікативної компетентності майбутніх психологів. *Вісник психології і соціальної педагогіки* : збірник наукових праць Інституту психології та соціальної педагогіки Київського університету імені Бориса Грінченка. Київ, 2012. С. 76–77.
4. Хаметова Л. Формування комунікативної компетентності як базової для професійної діяльності. *Молодий вчений*. 2018. № 10 (2). С. 633–636.
5. Ханецька Н., Школьник М. Роль комунікативної компетентності у навчально-професійній діяльності студентів. *Психологія XXI століття: теоретичні та практичні дослідження* : збірник наукових праць / гол. ред. Л. Білий. Хмельницький : Вид-во МАУП, 2022. Вип. 14. С. 109–115.
6. Шевченко Н., Паскевська Ю. Практикум з основ мовленнєвої компетентності психолога. *Практична психологія та соціальна робота*. 2006. № 11. С. 48–50.

## СУЇЦИДАЛЬНИЙ НАМІР: ДІАГНОСТИКА, ФРУСТРАЦІЯ, ПРОФІЛАКТИКА

### SUICIDAL IDEATION: DIAGNOSIS, FRUSTRATION, PREVENTION

Вирішити, варте чи не варте життя того, щоб його гідно прожити, означає дати відповідь на фундаментальне питання буття людини. Усі інші питання на його тлі стають другорядними. Грунтуючись на твердженні Серена К'єркегора, у науковій статті характеризуються результати психологічної роботи з особами, у діях яких проявляються ознаки суїцидальної поведінки.

У презентації шкали суїцидального мислення особистості показано її кореляційні зв'язки з різними параметрами суїцидальної поведінки особистості, а також окреслено психологічні змінні, які посідають панівні позиції в діагностиці суїцидальних намірів особистості, на протиположних демографічних і професійних компонентах. Наголошено, що шкала суїцидального мислення на етапі підготовки суїциду дає змогу оцінити активне суїцидальне бажання, пасивне суїцидальне бажання та підготовчі дії суїцидента. Доведено, що шкала дає змогу, з високим рівнем достовірності, диференціювати дві групи осіб: які здійснили суїцидальний замах; які не мають такої дії в анамнезі.

Велика увага на сторінках статті приділена психопрофілактиці суїцидальної поведінки. З'ясовано, що, окрім виявлення змін у поведінці особистості, які сигналізуватимуть про суїцидальний намір особистості, дієвим механізмом профілактики є встановлення в діях людини ступеня вираження таких ознак, як: надія й оптимізм; прийняття та розуміння себе; здатність віддавати перевагу життю в будь-яких складних обставинах; ідентичність особистості; уміння віднаходити сенс своєї діяльності; постійне розширення власних можливостей, а також установа кола осіб, з якими контактує потенційний суїцидент. Уважаємо, що окреслені ознаки дають підставу психологу декодувати їх як резервний потенціал особистості.

Запропонована методологія профілактичної бесіди проливає світло на специфіку спілкування психолога з потенційним суїцидентом, показує психологічні нюанси, які варто брати до уваги для відвернення думок людини від суїцидального наміру.

**Ключові слова:** суїцид, суїцидальна поведінка особистості, фрустрація, оцінка суї-

цидального мислення, психолог, профілактична бесіда.

To decide whether life is worth living with dignity or not means to answer the fundamental question of human existence. All other questions in comparison become secondary. Based on the statement of Søren Kierkegaard, the article describes the results of psychological work with people whose actions show signs of suicidal ideation.

Presenting the scale of suicidal thinking of a person, its correlations with various parameters of suicidal ideation are shown. Psychological characteristics that are predominant in the diagnosis of suicidal ideation as opposed to demographic and professional components are outlined. It is emphasised that the suicidal thinking scale at the stage of suicide preparation allows assessing active suicidal desire, passive suicidal desire and preparatory actions of the suicide. It is proved that the scale allows, with a high level of reliability, to differentiate between two groups of people: those who have made a suicide attempt; those who do not have such an experience.

The article pays attention to the psychopathology of suicidal behaviour. It has been found that in addition to identifying changes in a person's behaviour, which would signal a person's suicidal ideation, an effective preventive mechanism is to determine the degree of the expression of the following signs in the person's behaviour: hope and optimism; acceptance and understanding of oneself; ability to prefer life in any difficult circumstances; personal identity; ability to find meaning in one's activities; constant expansion of own capabilities, as well as establishing a group of people with whom a person with suicidal ideation stays in contact. We believe that these features allow a psychologist to decode them as a reserve potential of a personality.

The suggested methodology of a preventive conversation sheds light on the peculiarities of communication between a psychologist and a person who can potentially commit suicide. This shows which psychological nuances should be taken into account in order to divert person's thoughts from suicidal ideation.

**Key words:** suicide, suicidal behaviour, frustration, assessment of suicidal thinking, psychologist, preventive conversation.

УДК 159.97:013.42.356.13  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.32>

#### Хміляр О.Ф.

д.психол.н., професор, полковник,  
начальник кафедри суспільних наук  
Національний університет оборони  
України

#### П'янківська Л. В.

к.психол.н.,  
старший науковий співробітник науково-  
дослідної лабораторії психологічного  
забезпечення  
Державний науково-дослідний інститут  
Міністерства внутрішніх справ України

*Суїцидальна людина розміщує свій психологічний скелет у шафі живих рідних і близьких осіб.*

Едвін Шнейдман

#### Постановка проблеми та її значення.

Діагностувати суїцидальну поведінку особистості, навіть за допомогою валідного психодіагностичного інструментарію, – справа непроста. Людина стає на шлях самогубства в особливу, надзвичайну хвилину життя. Цієї мить її психіка переживає цілковиту безнадію, відчай, які звужують її думку та витісняють інші психічні стани [1]. Самогубство – неоднорідне

явище, найімовірніше, це благаання про допомогу. Перед суїцидальним замахом, наміром, спробою людина відчуває неймовірні душевні муки. За нашими даними, лише десять відсотків осіб, які вчинили самогубство, насправді хотіли померти. Людина вдається до самогубства через втрату сенсу життя, нужду; від безсилля, сорому, зради, некомпетентності, втрати честі; унаслідок нерозділеного кохання, сильної пристрасті, нещасливого сімейного життя; через невиліковну хворобу та страх страждань [1; 2]. Опинившись у таких обставинах життя, людина немовби ідеалізує самогубство. Установлено, що 99% осіб перед скоєн-

ням суїцидального замаху чітко усвідомлюють, що не хочуть розлучатись із життям, але внаслідок непереборних обставин не здатні самостійно запобігти цьому.

Незважаючи на багатовікові дослідження, самогубство продовжує залишатися однією з десяти основних причин смерті в багатьох країнах світу. Нині самогубство вивчається в лоні технологічних, філософських, моральних, психіатричних, антропологічних, психологічних, правничих, епідеміологічних і соціологічних наук, що дає право трактувати його в мультидисциплінарному вимірі. У цьому контексті пошук дієвих механізмів, психологічних технік і методик, здатних допомогти діагностувати ступінь суїцидальної небезпеки поведінки особистості, виміряти схильність людини до суїцидального замаху, ідентифікувати осіб, які в окремі періоди життя, перебуваючи у стані афекту, фрустрації, можуть вдаватися до суїцидальної спроби, і тим самим запобігти суїциду, виробити дієві заходи профілактичного спектра продовжує зберігати свою актуальність.

Зроблений нами **аналіз досліджень і публікацій** за останні п'ятдесят років дає підстави стверджувати, що окреслена вище проблема розв'язується головним чином шляхом оцінки психологічних, психіатричних, професійних і демографічних змінних. Аналіз наукових праць, присвячених пошуку ефективних шляхів оцінки суїцидальних ризиків [3; 4], перехресне зіставлення результатів вітчизняних (О. Кокун) і зарубіжних (А. Беск (A. Beck), Т. Браун (T. Brown), Д. Лестер (D. Lester), М. Ковач (M. Kovacs), А. Вейсман (A. Weissman)) учених [5–7] засвідчує, що такі стандартні психологічні інструменти, як тест Роршаха, ТАТ, ММРІ, методика «Карта ризику суїциду», коротка скринінгова шкала суїцидальності Пейкеля, скринінг-тест для виявлення суїцидальної поведінки, не дають змоги розрізнити осіб, схильних і не схильних до суїциду, і не можуть визнаватися дієвими профілактичними засобами суїцидального ризику.

Згідно з науковими поглядами О. Красницької профілактика суїцидальної поведінки має спрямовуватись на зменшення негативного впливу чинників суїцидального ризику та локалізацію негативних проявів у поведінці чи суїцидальних намірах особистості. Реалізовувати її варто як на *мікрорівні* – за допомогою розроблення й упровадження комплексних програм, так і на *індивідуальному рівні* – за безпосередньої праці психологів, психотерапевтів, психіатрів із потенційними суїцидентами чи їх виявлення під час психологічного обстеження, бесід, спостереження за поведінкою кожного, особливо в ті періоди, коли на особу впливає значна кількість різноманітних стресогенних чинників, наприклад під час участі в бойових діях чи перебування в екстремальних умовах [8, с. 91].

У профілактиці суїцидальної поведінки, як пише О. Красницька, важливе місце посідає її діагностика, своєчасне декодування в поведінці осіб таких проявів, як: зміна стереотипу поведінки (розірвання соціальних контактів, прагнення до усамітнення, неадекватний ситуації піднесений настрій, зухвала поведінка), так зване «прощання» (роздача боргів, подарунків, написання прощальних листів, заповіту), фантазії та думки про смерть, самоушкодження, самогубство, «репетиції суїциду» (публічна демонстрація петлі, гра зі зброєю з імітацією вбивства себе), словесні суїцидальні загрози («я накладу на себе руки», «не хочу бути більше тягарем», «тепер я нікого не потурбую», «ви мене більше не побачите»), раніше скоєні суїцидальні спроби, накопичення засобів суїциду (медикаментів, патронів, ріжучих предметів) [8, с. 92].

Відповідно до позиції В. Сулицького, варто окреслити три тактики запобігання самогубствам, як-от: 1) ситуація до виникнення наміру про позбавлення себе життя (тактика профілактичних дій); 2) ситуація виникнення суїцидального наміру (тактика відвернення дій); 3) ситуація замаху на суїцид (тактика припинення суїцидального акту) [9, с. 161].

За даними Ю. Сокол (Y. Sokol), С. Андрусер (S. Andrusier), С. Глатт (S. Glatt) та інших авторів [10], у роботі з особами, у діях яких діагностовано прояви суїцидальної поведінки, важливо з'ясувати ступінь вираження в них таких ознак: надії й оптимізму, прийняття та розуміння себе, здатності обирати життя в будь-яких складних обставинах, ідентичності особистості, уміння знаходити сенс своєї діяльності, постійного розширення власних можливостей, а також установити коло осіб, з якими контактує людина.

Солідаризуючись із науковими пошуками Д. Лестер (D. Lester) [7], уважаємо, що найбільш ефективна психодіагностична методика має містити спеціально розроблені шкали, що охоплюватимуть різноманітні ознаки суїцидальної поведінки.

Виходячи з вищевикладеного, **мета** статті полягає в розкритті змісту дослідницького інструменту, спрямованого на виявлення та декодування суїцидального мислення особистості, і окресленні профілактичних заходів роботи психолога з особами, у діях яких виявлено ознаки суїцидальної поведінки.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Одразу зауважимо, що в оцінюванні та прогнозуванні особливостей прояву складових частин суїцидальної поведінки особистості варто ґрунтуватись на двох методологічних підходах щодо валідизації інструментів вимірювання й окреслення відповідних критеріїв. Найбільш бажаною стратегією валідизації психологічного інструментарію, спрямованого

на діагностику складових частин суїцидальної поведінки особистості, є його апробація на групі осіб із високим суїцидальним ризиком. Проте порівняно рідкісні випадки завершених самогубств у загальній популяції роблять такого роду дослідження складними, дорогими та потребують пролонгованих інтервалів спостереження. Окрім того, у багатьох дослідженнях дані, зібрані після суїцидальних спроб, намірів, замахів чи навіть завершеного суїциду, фактично окреслюють наслідки, а не передумови цільової суїцидальної поведінки [5].

У своїх наукових розвідках щодо визначення групи критеріїв суїцидальної поведінки ми спираємось на тристоронню класифікацію, розроблену Національним інститутом психічного здоров'я (США), яка включає завершений суїцид, суїцидальний замах і суїцидальні наміри (ідеї). Кожна з них потребує відповідної оцінки щодо стійкості наміру покінчити із життям, медичної летальності обраного способу та фактичного суїцидального замаху.

Упродовж останніх тридцяти років увага провідних суїцидологів світу спрямована на вивчення суїцидальної поведінки осіб, які вдалися до суїцидальних замахів, і тих, хто завершив життя суїцидом. Основний фокус дослідження суїцидальних замахів спрямовано на з'ясування внутрішніх і зовнішніх суїцидальних чинників і декодування стратегії майбутньої поведінки [5–7; 10]. Спираючись на теоретико-методологічні засади, закладені у працях А. Беск (A. Beck), Т. Браун (T. Brown), Д. Лестер (D. Lester), М. Ковач (M. Kovacs), А. Вейсман (A. Weissman) щодо медичної летальності суїцидальних замахів, ми прагнемо описати стратегію поведінки «ідеаторів» суїциду, тобто осіб, які тривалий час (на поточну мить) виношують (мають) плани та бажання вчинити суїцид, але ще не зробили відкритої спроби самогубства.

Оскільки суїцидальні думки логічно передують суїциду, спробі, наміру, замаху, пресуїциду, вважаємо за доцільне зосередитись на інтенсивності, поширеності та характеристиках суїцидальних ідей і тим самим усебічно оцінити подальший суїцидальний ризик.

Запропонована нами шкала є передусім дослідницьким інструментом, що забезпечує виявлення та декодування суїцидального мислення (думок) та їх корелятивів. Головний наголос у шкалі зроблено на відповідних психологічних змінних (природі суїцидального бажання), на відміну від демографічних чи професійних змінних (вік, стать, сімейний стан, раса, професія). Хоча професійно-демографічні змінні важливі для розмежування груп осіб із високим ризиком самогубства та мають практичну цінність в оцінці конкретної особи, вони можуть бути менш дієвими в загальній клінічній картині дослідження, коли ми прагнемо дослідити психологічні кореляти суїцидальних намірів чи зміни цільової поведінки як функції часу.

**Кореляційні показники Шкали для оцінки суїцидального мислення.** Найчастіше Шкала для оцінки суїцидального мислення (Scale for Suicidal Ideation; SSI) [5] подається у формі напівструктурованого інтерв'ю, що містить 21 пункт. Загальна сума балів є підставою для визначення суїцидального ризику. Перевага Шкали перед іншими методиками полягає в тому, що вона дає змогу оцінити три складові частини суїцидального мислення: а) активне суїцидальне бажання; б) пасивне суїцидальне бажання; в) підготовчі дії. У таблиця 1 нами показано кореляційні прояви кожного з параметрів, що оцінюються під час інтерв'ю. До клінічно значущого «порога» суїцидального ризику більшість дослідників відносить 6 б. і більше.

Таблиця 1

**Кореляційні показники Шкали для оцінки суїцидального мислення**

Параметри, що підлягають оцінюванню	Показники кореляції
1	2
<b>I. Ставлення до життя/смерті</b>	
1. Бажання жити:	0,57**
0. Від помірного до сильного.	
1. Слабке.	
2. Відсутнє.	
2. Бажання померти:	0,69**
0. Відсутнє.	
1. Слабке.	
2. Від помірного до сильного.	
3. Доводи на користь життя/смерті:	0,71**
0. Доводів на користь життя більше, ніж на користь смерті.	
1. Приблизно однаково.	
2. Доводів на користь смерті більше, ніж на користь життя.	



1	2
4. Бажання зробити активну суїцидальну спробу:	0,74**
0. Відсутнє.	
1. Слабке.	
2. Від помірного до сильного.	
5. Пасивна суїцидальна спроба:	0,61**
0. Ужив би запобіжних заходів, щоб залишитися в живих.	
1. Здатися на долю (наприклад, вийшов би на проїжджу частину на жвавій вулиці).	
2. Не зробив би нічого для того, щоб залишитися в живих (наприклад, припинення прийому інсуліну діабетиком).	
<b>II. Характеристики суїцидальної ідеаторної активності</b>	
6. Тривалість думок:	0,71**
0. Скороминущі.	
1. Досить тривалі.	
2. Невідступні.	
7. Частота:	0,69**
0. Виникають дуже рідко.	
1. То виникають, то зникають.	
2. Не відпускають.	
8. Ставлення до суїцидальних думок/бажань:	0,64**
0. Негативне;	
1. Амбівалентне, індіферентне.	
2. Згода.	
9. Контроль над суїцидальною поведінкою:	0,38**
0. Упевнений, що може протистояти суїцидальним думкам/бажанням.	
1. Не впевнений у цьому.	
2. Не контролює себе.	
10. Чинники, що стримують (сім'я, релігійні переконання; можлива інвалідизація в разі безуспішної спроби; незворотність учинку):	0,65**
0. Не вчинить самогубства через чинники, що стримують (назвати їх).	
1. Бере до уваги чинники, що стримують.	
2. Не думає про чинники, що стримують.	
11. Причини можливої суїцидальної спроби:	0,58**
0. Маніпулювати оточенням, привернути до себе увагу, помститися комусь.	
1. Поєднання «0» і «2».	
2. Покласти край стражданню, разом вирішити всі проблеми.	
<b>III. Характеристики можливої суїцидальної спроби</b>	
12. Метод (ступінь продуманості):	0,43**
0. Не обміркований.	
1. Обміркований у загальному вигляді.	
2. Детально опрацьований.	
13. Ступінь доступності методу та наявність можливості для здійснення суїциду:	0,41*
0. Недоступний у принципі (можливість відсутня).	
1. Для підготовки потрібен час (натепер немає можливості).	
2. Метод доступний, можливість є.	
14. Суб'єктивно відчувається здатність до скоєння суїциду:	0,52**
0. Уважає, що йому не вистачить сміливості або що в нього не вийде накласти на себе руки.	
1. Не впевнений у тому, що йому вистачить сміливості або що в нього вийде накласти на себе руки.	
2. Упевнений у власній сміливості та компетентності.	
15. Очікування/можливість суїцидальної спроби:	0,59*
0. Ні.	

1	2
1. Слабке (під сумнівом).	
2. Є.	
IV. Реалізація можливого суїциду	
16. Реальна підготовка:	0,41*
0. Ні.	
1. Часткова (наприклад, почав запасатися таблетками).	
2. Завершена (має досить таблеток, заряджений пістолет тощо).	
17. Передсмертна записка:	0,38
0. Ні.	
1. Лише почав складати (лише обмірковує).	
2. Написана.	
18. Останні дії та вказівки (оформлення заповіту, страховки на близьких, подарунки друзям і родичам тощо):	0,54*
0. Ні.	
1. Думає про це (зробив деякі вказівки).	
2. Зробив усі необхідні вказівки.	
19. Приховування суїцидальних намірів:	0,19
0. Висловлює їх відкрито.	
1. Не говорить про них.	
2. Приховує їх.	
V. Передумови для здійснення суїциду	
20. Наявність суїцидальних спроб у минулому:	0,58**
0. Ні.	
1. Одна.	
2. Кілька.	
21. Бажання померти після останньої суїцидальної спроби:	0,32
0. Слабке.	
1. Амбівалентні почуття.	
2. Сильне.	

Примітка: n = 114 осіб. \*p < 0,05; \*\*p < 0,01.

Нині SSI стандартизована як для пацієнтів, що проходять лікування (обстеження) у психіатричних відділеннях, так і для осіб, які перебувають у пунктах невідкладної допомоги, проходять психореабілітацію у психореабілітаційних центрах [11]. Шкала SSI дає змогу достовірно диференціювати дві групи осіб: 1) які здійснили суїцидальний замах; 2) які не мають такої дії в анамнезі. Установлено, що загальний бал SSI має кореляційні зв'язки з інтенсивністю суїцидального мислення окремо взятого індивіда.

В оцінці ступеня суїцидальної небезпеки також важливу роль відіграє **профілактична бесіда з потенційним суїцидентом**. Згідно з підходами низки авторів [3; 12; 13], психолог має відшукати ключ для розкриття суїцидального задуму людини. Імовірними ознаками, які свідчатимуть про суїцидальну небезпеку, виступатимуть: а) суїцидальні погрози, що передують спробі самогубства; б) тривала депресія; в) значні зміни поведінки; г) стан безпорадності (безнадійності) особистості; г) почуття самотності й ізольованості. Е. Гроллман слушно наголошує, що ніколи не варто

виключати думки, згідно з якою впевнена, поміркована у своїх діях і вчинках людина не здатна зважитись на самогубство. Не варто також дозволяти іншим вводити психолога в оману щодо несерйозності конкретної суїцидальної ситуації. Небезпека, згідно з якою психолог перебільшить потенційну загрозу, – ніщо порівняно з тим, що хтось може загинути через його неналежне втручання [3; 13].

Суїцидент у взаємодії із психологом завжди має відчувати турботливе, емпатійне ставлення до себе. Психологу не варто вдаватися до моралізування. Краще віддати перевагу психологічній підтримці. Тривожна особистість, яка страждає від самоосуду, глибокої негативної рефлексії, не до кінця усвідомлює свої дії. Для людини, яка відчуває себе непотрібною, покинутою, обділеною в любові та підтримці, турботлива участь чуйного психолога – потужний підбадьорливий засіб, дієвий спосіб проникнення в ізольовану душу зневіреної людини.

Виходячи з наших спостережень, потенційні суїциденти досить сильно страждають від

почуття відчуження. Через це вони не завжди готові прийняти поради психолога. Значно частіше вони потребують обговорення свого душевного болю, фрустрації. Варто пам'ятати, що людина, яка страждає від депресії, має більше розповідати сама, аніж слухати поради психолога. Оскільки такій людині важко зосередитися на чомусь конкретному, окрім своєї безвиході, психолог надаватиме неоціненну допомогу, якщо слухатиме все, що відображає почуття цієї людини: її сум, провину, страх, гнів, злість, лють. Виходячи з того, що основні передвісники самогубства часто завуальовані, досвідченим психологом вони мають бути належним чином декодовані для конструктивної роботи із суїцидентом.

У колі психологів тривалий час точаться дискусії про те, чи варто сперечатися із суїцидентом, докоряти йому. Наша відповідь – ні. Стикаючись із суїцидальною загрозою, друзі, родичі, близькі особи часто відповідають: «Подумай! Ти живеш значно краще за інших людей! Тобі варто дякувати долі!». Уважаємо, що такого роду висловлювання блокують подальше обговорення, уводять потенційного суїцидента у стан пригніченості та сприяють зворотному ефекту.

Непоодинокими в роботі із суїцидентами є й такі зауваження: «Чи усвідомлюєш ти, які нещастя й ганьбу ти накличеш на свою сім'ю?». Не варто виключати, що за такого роду зауваженням приховується саме та думка, яку бажає здійснити суїцидент. Психолог у жодному разі не має проявляти агресію, якщо він присутній під час розмови про самогубство, демонструвати та висловлювати потрясіння від почутого. Дискусією із пригніченою людиною психолог може не лише програти суперечку, але й втратити її саму [3].

У взаємодії з людиною, яка виношує думки про самогубство, варто поставити їй такі запитання: «Відколи Ви вважаєте своє життя настільки безнадійним?», «Чому у Вас з'явилися ці почуття?», «Чи є у Вас конкретні міркування про те, яким чином накласти на себе руки?», «Якщо Ви раніше думали про самогубство, то що Вас зупиняло?». Згода психолога вислухати й обговорити те, чим хочуть із ним поділитися, стане значною розрадою для зневіреної людини, яка відчуває страх, що її осудять, і готова до того, щоб покінчити життя самогубством [3].

Суїцидальні постаті презирливо ставляться до зауважень на кшталт: «Нічого, усі переживають такі ж проблеми», аналогічних кліше, оскільки вони різко контрастують з їхніми душевними муками. Ці висновки лише мінімізують, принижують їхні почуття, змушують відчувати себе ще більш непотрібними.

Під час роботи з особами, які виношують суїцидальні наміри, варто допомогти їм

визначити джерело психічного дискомфорту. Найбільш придатними запитаннями для стимуляції дискусії можуть бути такі: «Що з Вами трапилось останнім часом?», «Коли Ви відчули погіршення самопочуття?», «Що змінилось у Вашому житті відтоді, як це сталося?». Потенційного самогубця треба підштовхнути до того, щоб він ідентифікував проблему та якомога точніше визначив, що її активізує.

**Висновки.** Потенційний суїцидент, який прийшов до психолога, переживатиме два почуття – страх і надію. Психолог зобов'язаний «зняти» страх і посилити надію, оскільки остання має дати змогу людині вийти з поглинаючих думок про самогубство. Надія має базуватись на наявному потенціалі особистості. У потенційного суїцидента важливо створити відчуття життєвої перспективи. Суїциденти мають звужене мислення, своєрідну тунельну свідомість. Їхній розум не може відновити повну картину того, як треба вирішувати нестерпні проблеми. У такі миті життя психолог може навіть укласти з потенційним суїцидентом так званий «суїцидальний контракт» – попросити пообіцяти зв'язатися із психологом перед тим, як особа зважиться на суїцидальні дії в майбутньому, для того, щоб ще раз обговорити можливі альтернативні варіанти поведінки. Подекуди така угода може виявитися досить ефективною [3].

Зниження рівня критичної ситуації в жодному разі не варто розцінювати як ознаку зникнення суїцидальної небезпеки. Найгірше може не бути позаду. Під поліпшенням психічного (функціонального) стану часто розуміють підвищення психічної активності суїцидента, водночас не враховують, що напередодні самогубства депресивні особи кидаються у вир діяльності. Вони можуть просити вибачення в осіб, скривджених ними колись. Рідні та близькі суїцидента, які спостерігають за такою поведінкою, часто полегшено зітхають, що виражається у зниженні пильності. Водночас ці вчинки можуть свідчити про рішення розрахуватися з усіма боргами та зобов'язаннями, після чого особа нерідко вдається до суїциду. Варто пам'ятати, що половина суїцидентів здійснює самогубство не пізніше, ніж через три місяці після початку психологічної кризи. Окреслений період найбільш складний і відповідальний у житті як самого суїцидента, так і його рідних і близьких, що і становитиме перспективу наших наукових розвідок.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Хміляр О. Психологія поведінки суїцидента. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. № 51 (1). С. 144–150. DOI: 10.33099/2617-6858-2019-51-1-144-150.
2. Хміляр О. Психологія життя, або як запобігти самогубству. 2-е вид. Київ : Компрінт, 2019. 56 с.

3. Психологічна оцінка суїцидального ризику у військовослужбовців : методичний посібник / О. Кокун та ін. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2019. 206 с.
4. Криворучко П., Хміляр О. Основи психологічної допомоги : навчальний посібник. Київ : НАОУ, 2009. 215 с.
5. Assessment of suicidal ideation: The Scale for Suicide Ideation / A. Beck et al. *J. Consult. Clin. Psychol.* 1979. Vol. 47 (2). P. 343–352.
6. Brown G.K. Risk factors for suicide in psychiatric outpatients: A 20-year prospective study. *J. Consult. Clin. Psychol.* 2000. Vol. 68. P. 371–377.
7. Lester D. Attempts to predict suicide using psychological tests. *Psychological Bulletin.* 1970. № 74. P. 1–17.
8. Красницька О. Профілактика суїцидальної поведінки військовослужбовців. *Актуальні проблеми психології.* 2017. Т. XI. Вип. Т. 16. С. 85–95.
9. Сулицький В. Психологія суїцидальної поведінки : монографія. Київ : МП «Леся», 2001. 316 с.
10. Feasibility and acceptability of continuous identity cognitive therapy as a recovery-oriented suicide treatment for Veterans : A study protocol / Yosef Sokol et al. *Contemporary Clinical Trials Communications.* 2023. № 35. P. 101193. URL: <https://elsevier.com/locate/conctc>.
11. Manifestations of professional maladaptation and emotional burnout syndrome among internship doctors / O. Khmiliar et al. *International Journal of Advanced and Applied Sciences.* 2021. № 8 (11). P. 58–63. (Web of Science (WoS) і SCOPUS). DOI: 10.21833/ijaas.2021.11.008.
12. Красницька О. Профілактика соціальної депривації особистості. Ввічливість. *Humanitas.* 2021. Т. 3. С. 52–59.
13. Військова психологія та педагогіка: інноваційний підхід : підручник для слухачів, курсантів та студентів вищих навчальних закладів : у 2-х ч. / С. Максименко та ін. ; за заг. ред. С. Максименка ; НУОУ. Київ : Вид-во НУОУ, 2012. Ч. 1. 470 с.

## СОЦІАЛЬНЕ СИРІТСТВО ЯК ІНДИКАТОР ФОРМУВАННЯ КОГНІТИВНИХ ДЕПРИВАЦІЙ У МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

### SOCIAL ORPHANHOOD AS AN INDICATOR OF THE FORMATION OF COGNITIVE DEPRIVATION IN YOUNG PEOPLE IN WARTIME

Стаття присвячена питанню розвитку когнітивних депривацій молоді. Порівняльний аналіз звернень до різних державних структур розкриває різні вектори вивчення даного питання, що дозволяє вивести категорії соціального сирітства в Україні. Метою дослідження є вивчення впливу соціальних умов на формування когнітивних викривлень у молоді із внутрішньо переміщених осіб, що мають статус «дитина-сирота». Предметом дослідження став процес формування явища когнітивних депривацій у молоді в умовах воєнного часу. Основними методами дослідження стали теоретичні (аналіз і синтез, узагальнення, дедукція), системний, функціональний, конкретно-соціологічний. У статті розглянуто основні положення державних законів щодо надання допомоги дітям-сиротам, що впливають на збільшення чисельності категорії населення, що потребує соціального супроводу. Автор здійснює порівняльний аналіз звернень до різних державних структур, що розкриває різні вектори вивчення даного питання. порушено питання проведення патопсихологічного обстеження та нейропсихологічної корекції з метою розвитку компенсаторних навичок саморегуляції й адаптації молоді до нових умов життя. Випущено тезу, що здійснення даного виду діяльності має бути врегульовано на державному рівні та здійснюватися систематично. Статистичні й аналітичні дані, наведені у статті, дозволили автору зробити висновки, що питання соціального захисту сиріт в Україні потребує зміни векторного спрямування. Наукова новизна та практичне значення результатів дослідження полягають у зверненні автора до важливості проведення якісного патопсихологічного обстеження мігранта; звернення до досвіду родинних цінностей дитини-сироти, індивідуальних мотивів, які стимулювали особистість до міграції чи пристосування. Вивчення умов проведення патопсихологічного обстеження та нейропсихологічної корекції з метою розвитку компенсаторних навичок саморегуляції й адаптації молоді до нових умов життя потребує додаткових розвідок.

**Ключові слова:** когнітивні депривація, адаптація, молодь, соціалізація, пристосування, регуляція, реадптація.

The article raises the issue of the development of cognitive deprivation of young people. A comparative analysis of appeals to various state structures reveals different vectors of studying this issue, which allows us to derive categories of social orphanhood in Ukraine. The purpose of the study is to investigate the impact of social conditions on the formation of cognitive distortions in internally displaced youth with the status of "orphan". The subject of the study was the process of formation of the phenomenon of cognitive deprivation in young people in wartime. The main research methods used were theoretical (analysis and synthesis, generalization, deduction), systemic, functional, and specific sociological. The article examines the main provisions of state laws on providing assistance to orphans, which affect the increase in the number of people in need of social support. The author conducts a comparative analysis of appeals to various state structures, which reveals different vectors of studying this issue. The author raises the issue of pathopsychological examination and neuropsychological correction in order to develop compensatory skills of self-regulation and adaptation of young people to new living conditions. The author suggests that the implementation of this type of activity should be regulated at the state level and carried out systematically. The statistical and analytical data presented in the article allowed the author to conclude that the issue of social protection of orphans in Ukraine requires a change in vector direction. The scientific novelty and practical significance of the research results lie in the author's address to the importance of conducting a high-quality pathopsychological examination of the migrant; turning to the experience of family values of an orphan child, individual motives that stimulated the individual to migrate or adapt. Studying the conditions for pathopsychological examination and neuropsychological correction for the purpose of developing compensatory self-regulation skills and adaptation of young people to new living conditions requires additional investigations.

**Key words:** cognitive deprivation, adaptation, youth, socialization, adaptation, regulation, readaptation.

УДК 159.96  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.33>

**Швець В.В.**

к.психол.н.,  
психолог  
КНП «Уманська міська центральна  
лікарня»;  
докторант  
Уманський державний педагогічний  
університет імені Павла Тичини

В умовах стрімкого розвитку суспільних відносин зазнає трансформацій і форма побудови міжособистісних стосунків. Питання цінності життя та здоров'я людини, сім'ї та батьківства, справедливості та права, свободи та гідності оцінюються відповідно до їхньої ринкової вартості й економічного значення для суспільства. Особливе значення впродовж тисячоліть людського існування мають цінності сім'ї та батьківства. Щасливе сімейне життя, що є передумовою здоров'я людини, її самореалізації, досягнення успіху у професійній

сфері, стає джерелом досліджень і видозмін. Тоді як сімейні проблеми популяризуються як такі, що загрожують порушенням нормальної життєдіяльності людини. Актуальним питання сирітства стає в період популяризації менш-вартості та залежності від системи соціального забезпечення та гуманітарної підтримки від міжнародних донорів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій показав, що факт соціального сирітства набув поширення з 50-х рр. XX ст., а у 80-ті рр. XX ст. в науковій літературі вживається термін «соці-

альний сирота», що пов'язаний із ростом кількості «дітей вулиці».

Аналіз наукових досліджень учених дозволяє виокремити декілька наукових підходів у визначенні сутності соціального сирітства:

- *соціально-економічний* (Є. Рибинський, В. Бочарова, М. Лазутова);
- *психолого-педагогічний* (Н. Іванова, Л. Оліференко);
- *правовий* (Л. Пірог, С. Бандура);
- *соціологічний* (Г. Осадча, Є. Проніна – причини дитячої зайнятості та дитячого жебрацтва; С. Стівенсон – специфіка життя вуличних дітей в умовах тіньових громад; Є. Волянська – соціальні детермінанти підліткової агресії).

Українські соціологи (І. Пеша, Л. Волинець, Н. Комарова, Б. Кобзарь, В. Яковенко, О. Балакірева й інші) вивчають проблему становища безпритульних дітей як наслідок неблагополуччя в родині. Учені розглядають соціальні наслідки позбавлення дітей батьківської опіки, а також аналізують взаємини дітей і батьків, місце та роль родини в житті дитини.

Психологи та педагоги звертають увагу на вивчення рівня тривожності в дітей, які проживають у неблагополучних родинях, а також у родинях, де батьки заклопотані власною кар'єрою (С. Воскобойникова, Г. Мінковський, В. Оржеховська, М. Алексеєва й інші).

Соціально-психологічні дослідження проблеми соціального сирітства висвітлено у працях І. Трубавіної, Ю. Якубова, А. Пономарьова.

Проблемам соціального забезпечення дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування, захисту прав та інтересів даної категорії осіб свої роботи присвятили В. Андреев, Н. Болотіна, В. Бурак, Л. Волинець, К. Добромислов, М. Захаров, О. Карпенко, В. Кобелева, Н. Максимова, О. Мачульська, В. Москалюк, А. Нечаєва, Д. Шконов, І. Пеша, П. Пилипенко, Н. Поліс, С. Прилипко, С. Синчук, І. Сирота, Б. Сташків, О. Стремоухов, Є. Тучкова й інші [1].

**Мета статті** – дослідити вплив соціальних умов на формування когнітивних депривацій у молоді із внутрішньо переміщених осіб, що мають статус «дитина-сирота».

Дотримання прав дітей-сиріт, дітей з інвалідністю, дітей – жертв насильства, дітей, які втягнуті у військові дії, дітей із сімей, які опинилися у складних життєвих обставинах, стає об'єктом здійснення соціального та правового, педагогічного та психологічного супроводу державних установ і державної політики загалом.

Учені стверджують, що соціальне сирітство є поняттям інтегральним, відображає різні прояви соціального та психолого-педагогічного неблагополуччя особистості.

До категорій соціальних сиріт, згідно з дослідженнями науковців ((М. Воронцова,

Т. Дубровська, В. Макаров, М. Галагузова, Л. Мардахаєв, І. Тернова, Н. Грачова), розвідками молодих учених, належать:

– *«діти, від яких відмовилися батьки* – це неповнолітні, що залишилися без піклування батьків згідно із заявою матері або обох батьків про відмову, завіреною головним лікарем чи юристом медичного закладу (пологового будинку, лікарні, будинку малюка);

– *підкидьки* – діти, що залишилися без піклування батьків і направлені до державного закладу правоохоронними органами відповідно до акта про підкинення;

– *відібрані діти* – неповнолітні, права батьків яких обмежені судом (примусове відібрання), зокрема й через незалежні від батьків причини (хронічні захворювання психічного характеру тощо). Даний статус дитина може отримати за рішенням суду про позбавлення батьків їхніх прав або про визнання батьків недієздатними (з обмеженою дієздатністю);

– *підопічні* – діти, які залишилися без батьківського піклування, передані судом під опіку до 14 років або піклування до 18 років громадянам;

– *прийомні діти* – неповнолітні, які залишилися без піклування батьків та прийняті до нової родини або в сімейний колектив;

– *бездоглядні* – діти, контроль за якими відсутній унаслідок невиконання або несумлінного виконання обов'язків щодо їх виховання, навчання чи утримання з боку батьків або законних представників, посадових осіб;

– *безпритульні* – неповнолітні, які не мають батьківського чи державного піклування, постійного місця проживання, відповідних віку позитивних занять; позбавлені необхідного догляду, виховання, які не отримують систематичного навчання;

– *діти «групи ризику»* – неповнолітні, які через різні причини (біологічної, соціальної, генетичної властивості) соціально дезадаптовані та схильні до девіантної поведінки;

– *діти вулиць* – неповнолітні, які періодично йдуть із сім'ї на короткий термін і повертаються додому; діти, які покинули родину, але перебувають на вулиці досить невеликий час (від декількох тижнів до півроку); діти, що живуть на вулиці порівняно тривалий час (рік і більше);

– *вихованці сирітських закладів* – позбавлені батьківського піклування діти, які ночують вдома, але їх вихованням опікуються ті люди, які оточують їх на вулиці» [8, с. 8–9].

Основними чинниками соціального сирітства є взаємозв'язок зовнішніх і внутрішніх факторів як індикаторів об'єктивних причин та суб'єктивного сприйняття особистістю даних причин. Саме тому, з метою здійснення вчасного моніторингу, скринінгу та пропедевтики, одним із ключових напрямів сучасної соціальної роботи в Україні є профілактика та

соціальний захист дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування. Указ Президента України № 5/2018 «Про першочергові заходи щодо захисту прав дітей-сиріт, дітей, позбавлених батьківського піклування, та осіб із їх числа» від 12 січня 2018 р. [9] стає одним з основних законодавчих актів, який має за мету регламентувати даний вид діяльності. Згідно з положеннями Закону передбачено: «підвищення розміру державної соціальної допомоги на дітей-сиріт, дітей, позбавлених батьківського піклування, які виховуються в сім'ях громадян; запровадження програм підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації працівників служб у справах дітей, центрів соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді, сертифікації діяльності таких працівників; передбачати щороку у проектах закону України про Державний бюджет України на відповідний рік видатки для будівництва/ремонту малих групових будинків, будинків підтриманого проживання, житла для дитячих будинків сімейного типу, будівництва/придбання

соціального житла для дітей-сиріт, дітей, позбавлених батьківського піклування, осіб із їх числа, а також виготовлення відповідної проєктно-кошторисної документації; опрацювати питання щодо розроблення типових проєктів та вимог для будівництва малих групових будинків, будинків підтриманого проживання, дитячих будинків сімейного типу для дітей-сиріт, дітей, позбавлених батьківського піклування, осіб із їх числа, у тому числі з урахуванням потреб осіб з інвалідністю» [8].

Згідно з даними Міністерства соціальної політики України [4] та Державної служби статистики України [1], станом до 2000 р. в Україні кампанія з усиновлення значно покращувалась. З іншого боку, можемо стверджувати, що всі ці діти були травмовані внутрішніми та зовнішніми індикаторами, які впливали на формування когнітивних депривацій і систему соціальної адаптації дитини до умов реалізації потенціалу у світі; питання всиновлення породжує конфлікт інтересів і збільшення дітей-сиріт.

Таблиця 1

**Звітна статистика щодо усиновлених дітей за 2000–2017 рр. [3]**

Рік	Кількість дітей, усиновлених протягом року	Із них:				Загальна кількість дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування на кінець року
		громадянами України		іноземними громадянами		
		усиновлено дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування	усиновлено дітей, які проживають з одним із батьків і всиновлені вітчимою (мачухою)	усиновлено дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування	усиновлено дітей, які проживають з одним із батьків і всиновлені вітчимою (мачухою)	
2000	7 692	2 043	3 449	2 200	–	–
2001	7 593	1 999	2 922	2 672	–	–
2002	6 925	1 760	2 824	2 341	–	–
2003	6 345	1 635	2 468	2 187	55	96 112
2004	5 596	1 492	2 023	2 058	23	97 590
2005	5 241	1 419	1 666	2 110	46	97 829
2006	4 318	1 477	1 707	1 092	42	102 912
2007	5 229	1 784	1 744	1 670	31	102 924
2008	5 261	2 066	1 578	1 587	30	103 542
2009	5 274	2 374	1 449	1 428	23	100 787
2010	4 865	2 247	1 369	1 202	47	98 119
2011	4 416	2 114	1 298	970	34	95 956
2012	4 079	2 016	1 225	806	32	92 865
2013	3 732	1 843	1 180	674	35	90 772
2014 <sup>2</sup>	3 218	1 591	1 075	524	28	83 716
2015 <sup>3</sup>	3 212	1 489	1 319	379	25	73 183
2016 <sup>3</sup>	2 963	1 490	1 062	394	17	71 178
2017 <sup>3</sup>	2 925	1 518	1 071	323	13	70 240

Примітки:

<sup>1</sup> За даними Міністерства соціальної політики.

<sup>2</sup> З урахуванням даних тимчасово окупованої території Автономної Республіки Крим та м. Севастополя за січень – лютий 2014 р.

<sup>3</sup> Дані наведено без урахування тимчасово окупованої території Автономної Республіки Крим, м. Севастополя та частини тимчасово окупованих територій у Донецькій і Луганській областях.

Питання захисту прав, нарахування пільг дітям-сиротам, дітям, позбавленим батьківського піклування, особам із їх числа нормативно закріплені Законом України «Про забезпечення організаційно-правових умов соціального захисту дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування» (зі змінами та доповненнями) від 13 січня 2005 р. № 2342-IV [2] та постановою Кабінету Міністрів України «Про поліпшення виховання, навчання, соціального захисту та матеріального забезпечення дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування» від 5 квітня 1994 р. № 226 [6].

Можна зробити висновок, що нормативно-правова база щодо соціального захисту дітей-сиріт умовно поділена на міжнародні та вітчизняні правові документи, які поділяються на три групи, до яких належать документи, що безпосередньо стосуються дітей-сиріт і безпритульних дітей; документи, які окреслюють права дітей в Україні; документи, що регулюють соціальну сферу діяльності установ і організацій. Ці документи регламентують нормативно-правову базу, згідно з якою працює система супроводу та ведення випадків, а відповідно, і звітна документація. Водночас питання виховання в родині як спосіб збереження навичок і зниження психоемоційного впливу сирітства на особистість в сучасній Україні знівельовано; акцент нормативно-правового поля посилює тенденцію до збільшення соціального сирітства в Україні та потреби збільшити видатки на соціальні послуги цієї категорії населення.

Згідно з нормативно-правовою документацією та законодавством України, діти-сироти перебувають на повному державному забезпеченні, лише під час навчання такі діти мають право на «повне державне забезпечення в навчальних закладах до 23 років або до закінчення відповідних навчальних закладів; виплату соціальної стипендій в порядку та розмірі, установлені Кабінетом Міністрів України, а також виплату 100 відсотків заробітної плати, яка нарахована в період виробничого навчання та виробничої практики; щорічну допомогу для придбання навчальної літератури в розмірі трьох соціальних стипендій (виплата зазначеної допомоги здійснюється протягом 30 днів після початку навчального року за рахунок коштів, що передбачаються для навчальних закладів у відповідних бюджетах); при наданні академічної відпустки за медичним висновком за ними зберігається на весь період академічної відпустки повне державне забезпечення та виплачується стипендія; навчальний заклад сприяє організації їх лікування; звільнення від плати за навчання в державних і комунальних навчальних закладах усіх рівнів; встановлення місцевими органами виконавчої влади, органами місцевого самоврядування спеціальних

стипендій для обдарованих; у період канікул особам із числа дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування, які навчаються у професійно-технічних, вищих навчальних закладах, виплачуються (за нормами службових відряджень) добові за час перебування в дорозі (туди і назад) та вартість проїзду залізничним, водним, міжміським автомобільним транспортом до закладів чи сімей, де вони виховувалися, чи в місця відпочинку за рахунок асигнувань, що виділяються для цієї мети центральним органом виконавчої влади, що забезпечує формування державної політики з питань сім'ї та дітей, із коштів, передбачених у державному бюджеті окремим рядком на утримання та соціальне забезпечення осіб із числа дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування» [5]. Не беремо до уваги питання щодо забезпечення житлом, харчуванням, оздоровленням. Освітня лінія соціального забезпечення, з розрахунку збільшення кількості сиріт, призводить до збільшення кількості платних освітніх послуг, збільшення вартості навчання, аби забезпечити повний пакет даній категорії. Водночас зниження суворості покарання призводить до стимулювання батьків нехтувати своїми обов'язками, знімати відповідальність за виховання дитини та делегувати цю місію державним службам захисту населення.

Варто зауважити, що особи, які звикають до наданого забезпечення, після досягнення гранично допустимого віку та припинення отримуваних виплат також мають тенденцію до зняття відповідальності за власний успіх в очікуванні на державну допомогу. Причинами такої поведінки стають: психопатологічна спадковість, спадкова схильність до вживання психоактивних речовин; прогресування психічних і неврологічних патологій і захворювань; розвиток психічних порушень (депресивні стани, психовегетативні порушення, заострення психосоматичних хронічних захворювань, епілепсія, РДУГ, галюцинаторно-параноїдний синдром, розумова відсталість, органічні ураження іншого генезу, біполярний розлад, розлади особистості, ГТР, фобічні та панічні атаки); спроба втілити в життя соціальні, педагогічні та психологічні форми соціалізації, набуті в родині. Саме дані анамнезу під час проведення патопсихологічного обстеження стають додатковим маркером вияву причин розвитку порушень психічних процесів. Окрім того, почуті в дитинстві дитини коментарі батьків щодо несправедливого суспільства, форма травматичного відлучення дитини від родини посилює думку, що для цього суспільства не потрібно нічого робити, а лише вимагати те, що по праву належить дитині.

Проведення психокорекційних занять для таких осіб є досить утрудненим, як і сам про-



цес навченості. На перший план у таких осіб виступають прояви опозиційної поведінки внаслідок специфічної діяльності функціональних систем, ірраціонального підходу до процесу навченості та деструкцій у руховій, когнітивній і емоційно-вольовій сфері.

Опозиційна поведінка може бути проявом компенсаторної здатності організму понизити рівень напруги через проблеми у процесах запам'ятовування, тактильних і кінестетичних процесах, просторових уявленнях (просторові диктанти, логіко-граматичні завдання, математичні вправи), зорового гнозису, слухового гнозису. Прогалини в навичках побудови причинно-наслідкових зв'язків, порушення інтелектуальних процесів, утруднені комунікативні навички (самопоширення, імпульсивність, проблеми самоконтролю) відображаються і на таких індикаторах, як взаємозв'язок індивіда зі світом, визначення рівня особистісного простору, формування часових уявлень, ранній дитячий аутизм, РДУГ. Причиною компенсаторних явищ такої поведінки стають недостатність функціонування підкіркових структур головного мозку внаслідок відхилень у пренатальному та ранньому постнатальному розвитку особистості, дії тривалого стресу, перенавантажень, що розвивали дисфункцію в роботі головного мозку. Дефіцитарність субкортикальних структур, яка б мала вийти на перший план у корекції дітей-сиріт, які опинилися в нових родині і нових для себе умовах життя, в Україні не здійснюється на державному рівні та має фрагментарний характер, відповідно до запиту батьків (усиновлювачів, патронатних вихователів) і можливостей громади, у якій проживає дана родина. Знижений рівень працездатності, інфантилізм, зниження соціального інтелекту стають наслідками психогенної, соматогенної, конституційної, церебрально-органічної затримки психічного розвитку особистості. Саме на цей чинник розвитку та компенсації має звертати увагу держава, щоб уникнути збільшення кількості осіб,

які через складні обставини не здатні збільшувати показники в науковій, економічній, трудовій сферах розвитку держави.

Отже, питання врегулювання факту поширення соціального сирітства має лише поверхневий характер.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Державна служба статистики України. URL: <https://www.ukrstat.gov.ua/> (дата звернення: 08.08.2023).
2. Про забезпечення організаційно-правових умов соціального захисту дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування : Закон України (зі змінами та доповненнями) від 13.01.2005 р. № 2342-IV. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2342-15#Text> (дата звернення: 08.08.2023).
3. Кількість усиновлених дітей. URL: <https://ukrstat.gov.ua/> (дата звернення: 08.08.2023).
4. Міністерство соціальної політики України. URL: <https://www.msp.gov.ua/> (дата звернення: 08.08.2023).
5. Пільги щодо здобуття освіти, передбачені законодавством для дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування. URL: <http://surl.li/vtgi> (дата звернення: 08.08.2023).
6. Про поліпшення виховання, навчання, соціального захисту та матеріального забезпечення дітей-сиріт і дітей, позбавлених батьківського піклування : постанова Кабінету Міністрів України від 05.04.1994 р. № 226. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/226-94-%D0%BF#Text> (дата звернення: 08.08.2023).
7. Робота практичного психолога в дитячих будинках і школах-інтернатах. URL: <https://msn.khmnu.edu.ua/mod/page/view.php?id=92550> (дата звернення: 08.08.2023).
8. Соціальне сирітство в сучасному українському суспільстві. URL: <https://vipsoft.blob.core.windows.net/contest/02ff3494629c084f5f7eb9d6b0bc8fde.pdf> (дата звернення: 08.08.2023).
9. Про першочергові заходи щодо захисту прав дітей-сиріт, дітей, позбавлених батьківського піклування, та осіб із їх числа : Указ Президента України № 5/2018. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/5/2018#Text> (дата звернення: 08.08.2023).

## СУТНІСТЬ ПОНЯТТЯ «АГРЕСИВНИЙ МАРКЕТИНГ»: ПСИХОЛОГООРІЄНТОВАНІ СКЛАДНИКИ

### THE ESSENCE OF THE CONCEPT “AGGRESSIVE MARKETING”: PSYCHOLOGICALLY ORIENTED COMPONENTS

У статті проведено дослідження поняття «агресивний маркетинг» і визначено основні психокомпонентні характеристики його впливу на споживача. Заперечено ототожнювання термінів «реклама» та «маркетинг». Сутність та прояви агресії, застосування її проявів у маркетингу. Досліджено термін «агресивний маркетинг», уведений відносно недавно і, на жаль, чітко не визначений. Проведено аналіз дефініцій агресивного маркетингу та виведено власне трактування. Поняття агресивного маркетингу умовно визначено, залежить від особистісного суб'єктивного сприйняття споживачами, агресивну рекламу трактуємо як нав'язливу, що маніпулює споживачем, що змінює його позитивні ціннісні засади. Однак уважаємо, що будь-яка неагресивна реклама через надмірно настирливу частоту подачі може виглядати агресивною для окремої категорії споживачів. Окреслено, що як засіб впливу маркетинг можна розділити на три компоненти: когнітивний компонент, емоційний компонент, поведінковий компонент. Визначено силу впливу агресивного маркетингу з погляду деяких психологічних теорій. Сформована характеристика популярних прикладів маркетингових засобів впливу на споживача: Ефект Зейгарнік, Феномен Баадера – Майнгоф, Сила анекдоту (історії, розповіді), Антропоморфізм, Ціноутворення-приманка. Визначено та проаналізовано низку причин посилення популярності маркетингу, який належить до категорії неагресивного, або дискретного, маркетингу: більш продуктивний, забезпечує двосторонню комунікацію, дозволяє швидше завоювати довіру клієнтів, додаткові цінності. Наведені порівняльні характеристики агресивного та дискретного маркетингу. Більшість переваг у дискретного маркетингу. Це означає, що сучасні організації мають здебільшого орієнтуватися на цей вид маркетингу, якщо вони хочуть отримати конкурентну перевагу та залучати споживачів до пропонованого продукту чи послуг.

**Ключові слова:** маркетинг, реклама, агресивний маркетинг, агресія, вплив на споживача.

The article examines the concept of “aggressive marketing” and defines the main psychocomponent characteristics of its impact on the consumer. The identification of the terms “advertisement” and “marketing” is objectionable. The essence and manifestations of aggression and the application of its manifestations in marketing. The concept of “aggressive marketing” has been recently implemented and, unfortunately, it hasn't been clearly defined. An analysis of the definitions of aggressive marketing was investigated and an own interpretation was derived. The concept of “aggressive marketing” is conditionally defined and depends on personal subjective perception by consumers. We interpret aggressive advertisement as intrusive, manipulating consumers, changing their positive values. However, it is considered, that any non-aggressive advertisement, due to excessively intrusive presentation frequency, may seem as aggressive to a certain category of consumers. It is outlined that marketing as a mean of influence can be divided into three components: cognitive component, emotional component, behavioral component. The strength of the influence of aggressive marketing is determined from the point of view of some psychological theories. The characteristics of popular examples of marketing means of impact on the consumer were formed: Zeigarnik effect, the Baader – Meinhof phenomenon, the power of anecdotes (stories), Anthropomorphism, decoy pricing. A number of reasons why marketing, which belongs to the category of non-aggressive or discrete marketing, is actively gaining popularity are identified and analyzed: more productive, provides two-way communication, faster in winning the customers' trust, additional values. Comparative characteristics of aggressive and discrete marketing are provided. The vast majority of benefits come from discrete marketing. This means that modern organizations, in most cases, must focus on this type of marketing if they want to gain a competitive advantage and attract consumers to the offered product or services.

**Key words:** marketing, advertisement, aggressive marketing, aggression, impact on consumer.

УДК 316.6  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.34>

**Яковець Т.А.**

к.е.кон.н., доцент,  
доцент кафедри фундаментальних та спеціальних дисциплін  
Чортківський навчально-науковий інститут підприємництва і бізнесу  
Західноукраїнського національного університету

**Постановка проблеми.** Маркетинг відіграє невизначену роль в економічному розвитку будь-якої нації. Завдяки динамізму та конкурентоспроможності економіки це стало головним питанням у сучасній індустрії послуг. Термін «маркетинг» став загадкою. Різні фахівці визначають його по-різному, деякі вважають, що маркетинг – це концепція, яка не застосовується в економічному розвитку. Учені несхожих галузей трактували маркетинг із різних поглядів як процес, який, у рамках соціальних обмежень, намагається встановити взаємозадоволені відносини між людьми або організацією в рамках різноманітних

вимог. Агресивний маркетинг пов'язаний зі здатністю організації адаптуватися до зовнішнього середовища та швидшим розвитком людських ресурсів, ніж у конкурентів [1]. Агресивність передбачає завзятий і силовий підхід до суперників шляхом випереджувальних дій і агресивних відповідей на напади.

Нині тенденція окреслюється агресивністю та конкурентним характером ринкової галузі в результаті технологічної турбулентності, маркетингових досліджень, невизначеності попиту та дерегуляції. Щоб подолати ці виклики, для маркетингологів життєво важливо мати цілісне уявлення про свої зацікавлені сто-

рони, клієнтів, співробітників і всіх інших учасників процесу під час ухвалення рішень, щоб ефективно обслуговувати їх у своїй маркетинговій стратегії.

**Аналіз останніх джерел і публікацій.**

Натепер психологічній науці відома низка досліджень щодо ролі різних маркетингових елементів у поведінці споживача: соціокультурні особливості сприйняття рекламного тексту розкриті у працях П. Гільтебрандта, Н. Гаєвської, А. Кліменкової, К. Грабчак, Т. Гурман, М. Секомб, Ю. Самусевої, Г. Хофстеде; аналіз особливостей споживчої поведінки продемонстрований у роботах Е. Суїменко, В. Пилипенко, Н. Коваліско; соціокультурні характеристики споживання та соціальні мотиви досліджували Г. Сорокіна, М. Мاستинець, О. Посипанова. Значний внесок зробили дослідження у сфері комунікації (Р. Краусс, С. Фуссел, М. Дж. Хорнсі, С. Уайлдїс, Т. Хейнс, Н. Вінер, О. Холод, Л. Левенталь, Дж. Спенсер, К. Ясперс), масової комунікації (Т. Науменко, Г. Ласвел, Д. Макквейл), невербальної комунікації (І. Ковалинська, Г. Крейдлін). Висвітлено чинники споживчої поведінки (Д. Канеман, Д. Арієлі, А. Голова, Т. Кривошея, Ф. Котлер, І. Набруско, В. Ільїн, К. Семенов). Незважаючи на широке коло праць у галузі соціально-психологічного впливу реклами на споживача, питання трактування та впливу агресивного маркетингу не було ґрунтовно відображено у працях вітчизняних науковців.

**Мета статті** полягає в окресленні сутності поняття «агресивний маркетинг», дослідженні його психологічної структури з метою оцінки впливу на споживачів.

**Виклад основного матеріалу.** Концепція маркетингу – це філософія маркетингу, яка стверджує, що коротко- та довгострокові цілі організації будуть найкраще досягнуті, якщо вона визначає бажання своїх цільових ринків або клієнтів і докладає сумлінних зусиль для надання послуг, характеристики яких ефективно задовольнятимуть ці бажання, краще, ніж конкуренти. Концепція маркетингу полягає в забезпеченні задоволення клієнтів. Факт, що лежить в основі цієї концепції, полягає в тому, що ефективний маркетинг має починатися з наявності потреб/бажань клієнтів, а потім організація працює у зворотному напрямі, щоб розробити відповідні продукти, щоб задовольнити бажання клієнтів. Суть маркетингу в будь-якій організації полягає в диференціації, яка створюватиме цінність для клієнтів ефективно та результативно через ідентифікацію потреб і бажань клієнтів, як і коли вийти на ринок, що приведе до досягнення конкурентної переваги для організації.

У зв'язку з появою динамізму бізнес-середовища можна зробити висновок, що жодна прогресивна організація не може дозволити

собі залишити поза увагою маркетинг. Вона повинна прагнути задовольнити клієнтів, якщо сподівається залишитися на плаву в умовах хвилі глобалізації технологічних інновацій, конкурентоспроможності та вимог клієнтів. Будь-яка маркетингова операція передбачає взаємини між покупцем і продавцем у ситуації, що базується на транзакції, відносини можуть бути досить короткими за тривалістю та вузькими за обсягом.

Часто відбувається ототожнення двох понять – «реклама» та «маркетинг». Маркетинг об'єднує рекламні інструменти, які повинні розроблятися з орієнтацією щодо стратегічних цілей маркетингу. Ефективна реклама досягається взаємозв'язком усіх етапів маркетингу, що формує єдину стратегію й тактику рекламної діяльності.

Цілі реклами ширші, ніж пряме стимулювання обсягів продажів. Реклама охоплює ухвалення рішень щодо п'яти пунктів, як-от: місія, повідомлення, медіа, гроші та вимірювання [2]. Оскільки клієнти стали підкованими щодо друкованих і електронних засобів масової інформації, компаніям необхідно активізувати свої зусилля та спробувати зробити так, щоб вони були ще більш бездоганними, щоб клієнти читали рекламу, навіть не усвідомлюючи цього, і вони з більшою ймовірністю запам'ятали б компанію, якщо вони матимуть відповідний предмет, яким вони користуються щодня. Рекламну програму можна виміряти з погляду як комунікаційного ефекту, так і ефекту продажів. Вимірювання комунікаційного ефекту можна проводити до або після друку або трансляції реклами. Вимірювання реклами після трансляції оцінює, як реклама вплинула на запам'ятовування клієнтами або обізнаність про продукт, знання та переваги [3].

Варто зазначити, що однозначного трактування поняття «агресивний маркетинг» не існує. Подекуди даний термін визначають сукупністю дій, а в деяких твердженнях ідеться про повноцінну психолого-філософську концепцію.

Агресивний маркетинг – синоніми «дикий», «атакуючий», «маніпулюючий», іноді «радикальний» і «пасіонарний» (від лат. *passio* – пристрасть) – агресивні дії щодо нав'язування можливим покупцям рішень про покупки як тактична маркетингова підтримка продажів. Агресивний маркетинг характеризується гіпертрофованим пріоритетом мети продажів, що породжує ілюзію зменшення значущості перешкод для її досягнення. Агресивний маркетинг безпосередньо пов'язаний зі стратегічним вибором експансії. Походження агресивного маркетингу простежуємо від збутової концепції, виробленої у процесі активізації операційного маркетингу, що передбачає обов'язкову комерційну агресивність.

Нині агресія – прийом, що найчастіше використовується в рекламній практиці, і його використання має під собою деякі об’єктивні підстави, незважаючи на те, що більшість аудиторії вкладає в термін «агресія» суто заперечувальний зміст. Одним з основних спірних питань у визначенні агресії є велика різноманітність форм її прояву. Агресія може виявлятися у формі негативних емоцій, думок (настанов), дій (агресивне поведінка). Уважається, що одним із перших розкрив зміст цього феномену З. Фрейд, який думав, що агресія – це один з інстинктів (деструктивна сила), які корегуються поведінкою людини [4]. Надалі і аж до наших днів не припиняються спроби дати вичерпне визначення агресії, зрозуміти її сенс. Незважаючи на розбіжності у формулюваннях і підходах до визначення поняття агресії, простежується думка про переплетення в її змісті як позитивних, так і негативних тенденцій, і щодо важливості соціального середовища у прояві агресії.

Звернення до агресії в маркетингу зумовлено самою суттю рекламної комунікації. Рекламна комунікація належить до особливого виду соціальної масової комунікації. Соціальної, тому що не може існувати поза рамками людського спілкування та передбачає інформаційну взаємодію соціальних суб’єктів різного рівня організації. Масової, оскільки реклама є формою без особистого спілкування й обміну інформацією. Основою рекламної комунікації виступає соціально значуща інформація, що повідомляє про виняткові властивості необхідного для людської життєдіяльності об’єкта, адресована більшому колу людей з метою формування, підтримки та стимулювання в них інтересу для активізації вибору чи поведінки [5, с. 52].

Окреслимо, що як засіб впливу маркетинг можна розділити на три компоненти (рис. 1).

Найбільший вплив на ефективність реклами та можливість її впливу на аудиторію надає емоційний (афективний) компонент, що дозволяє рекламисту зробити рекламу особисту та суб’єктивну, урахувати психологічні особливості споживача.

Афективний компонент рекламного впливу дозволяє зрозуміти ставлення споживача до

предмета рекламного повідомлення: позитивне, нейтральне або негативне. Емоції завжди особистісні, суб’єктивні, вони наближають рекламу до власних переживань споживача [6].

Агресія в маркетингу – це один із найсильніших чинників емоційного впливу. В основі агресії лежать емоції, саме вони потрібні маркетингу. Додаванням емоційного складника в комунікацію зі споживачем маркетингологи створюють більш персоніфіковані повідомлення, які експлуатують окремі настрої у свідомості споживача.

Агресія в маркетингу – це основний спонукальний чинник для виконання людиною будь-якої дії, наприклад: покупки, участі, відвідування, звернення уваги тощо. Агресія, як чинник, що найбільш потужно діє на психіку людини, може бути у візуальному ряду реклами як явна, раптова, зухвала, непередбачувана тощо, а може міститися в рекламі завуальовано, як прихована, що ледве привертає увагу, але водночас зацікавлює споживача, змушує задуматись. Вона робить шокуючий вплив на людину, послаблює її рефлекси, дезорієнтує її захисні механізми, підпорядковує нав’язаній волі виробника. У такому аспекті близькими до агресивної реклами варто вважати епатажну рекламу, неетичну рекламу, що також використовують агресивні, часто непередбачувані, стимули.

Отже, термін «агресивний маркетинг» уведений відносно недавно і, на жаль, чітко не визначений. У джерелах однозначно формулюються лише наслідки, що виникають у споживача, який контактує із продуктом такого маркетингу – агресивною рекламою.

Агресивна реклама викликає шок: подаються сцени, які у звичайному житті викликають страх, ворожість, сором’язливість. Це реклама, що використовує шоківі, що ламають стереотипи, образи й ідеї, з метою привернення уваги цільової аудиторії.

За іншими джерелами, поняття агресивної реклами має місце, коли вона виходить водночас за декількома медійними напрямками та в обсязі, який перевищує стандартні поняття поширення інформації. У такому разі агресивною варто називати нав’язливу рекламу, то



Рис. 1. Психоконпонентна структура маркетингу

є реклама, яка своїми розмірами, частотою показу й іншими показниками відволікає споживача від його заняття настільки, що він починає дратуватися [7].

Отже, вважаємо, що поняття агресивного маркетингу умовно визначене й залежить від особистісного суб'єктивного сприйняття споживачами, агресивну рекламу трактуємо як нав'язливу, що маніпулює споживачем, що змінює його позитивні ціннісні засади.

Однак вважаємо, що будь-яка неагресивна реклама через надмірно настирливу частоту подачі може виглядати агресивною для окремої категорії споживачів. Якщо розглядати маркетинг у рамках теорії комунікації як цільове призначення, то для посилення ефекту впливу необхідна емоційна напруга споживача, досить сильна як для сприйняття рекламної інформації (звернув увагу), так і для отримання залишкового рекламного ефекту повідомлення (запам'ятав, купив, розповів другові тощо). Необхідна емоційна напруга споживача для досягнення бажаних, зокрема й економічних, рекламних ефектів, що здатна забезпечити агресія.

Сила впливу агресивного маркетингу можна пояснити з погляду деяких психологічних теорій. Ще З. Фрейд у своїх роботах зазначав, що культурна людина проміняла можливість задоволення інстинктів (до яких належить і агресія), отже, щастя, на гарантовану безпеку. Адже в людському світі культура накладає на людську свободу обмеження, від яких не можна ухилитись, що робить людину нещасною та змушує страждати. Неможливість людиною у звичайному житті відреагувати на стани агресивності (які спостерігаються в безлічі ситуацій: від агресії на сусіда до програшу в казино) приводить людину до негативних внутрішніх переживань. Таким чином, реклама, як продукт масової культури, використанням сцен насильства й агресії частково сприяє зняттю психічної напруги (катарсису), водночас має маркетингові економічні цілі.

З появою досліджень із психології та соціальних наук рекламодавці навчаються нових способів зацікавлення потенційних клієнтів і переконання їх зробити клік і покупку. Сучасний цифровий маркетинг перебуває під впливом техніко-технологічних досяг-

Таблиця 1

**Приклади маркетингових засобів впливу на споживача\***

№	Психологічний метод впливу	Зміст методу
1.	Ефект Зейгарнік	Є думка, згідно з якою негативні емоції створюють і закріплюють ефект незавершеної дії. Один із найвідоміших психологічних ефектів полягає в тому, що людина вдвічі краще запам'ятовує ті дії, які були перервані не закінченими. Пояснення ефекту – напруженість, що виникає в початку будь-якої дії, але не отримує розрядки, якщо дія не завершилася.
2.	Феномен Баадера – Майнгоф	Також відомий як Ілюзія частотності. Використання цієї техніки стало корисним з погляду маркетингу. Ми бачимо приклад її застосування кожного дня, на гігантських білбордах. Постійний і повторюваний маркетинг, характерний для цього феномену, залишає слід у нашому мозку.
3.	Сила анекдоту (історії, розповіді)	Анекдот – це коротка історія, яка може бути використана для підтримки дебатів. Анекдоти можуть бути корисними для ілюстрації ефекту дискусії, однак вони не є переконливими доказами, оскільки обмежені за обсягом і не обов'язково відповідають нормам. Багато відділів маркетингу агресивно використовують історії на власну користь.
4.	Антропоморфізм	«Антропоморфізм» трапляється, коли хтось приписує реальні або уявні людські характеристики, наміри, мотиви або емоції тваринам чи неживим предметам. Із часом люди почали наділяти вигаданих істот і тварин людськими рисами та мотивами. Маркетологи скористалися цією тенденцією, створивши різноманітні антропоморфні символи тварин для комерційних продуктів і послуг.
5.	Ціноутворення-приманка	Ефект приманки є результатом когнітивних відхилень – тенденції людського розуму робити неточні судження або вірити фальсифікаціям чи іншим хибним твердженням. У маркетингу ефект приманки виникає тоді, коли у споживачів відбувається зміна переваг між двома варіантами, оскільки з'являється третій, який є гіршим за один із двох оригінальних варіантів. Прайсинг-приманка спонукає людей порівнювати варіанти ціноутворення. У результаті продажі більш привабливого, дорожчого продукту збільшуються.
6.	Неприйняття витрат	Неприйняття витрат базується на ідеї, що покупці відчувають себе добре, коли вони отримують щось, але погано, коли втрачають щось. Наші почуття щодо втрати та придбання не є рівними; ми відчуваємо сильне негативне почуття стосовно втрати чогось, яке є сильнішим за позитивне почуття, яке ми маємо, отримуючи щось.

\*Джерело: складено автором на основі [5; 7].

нень. Він характеризується великою кількістю абсолютно нових понять, які походять із жаргону, чи навіть із «вуличної мови», чи зі стилю життя, адже творці цього маркетингу, власне, покоління, що вийшли в нове тисячоліття, які не мають потреби дотримуватись звичайних і загальноприйнятих термінів і манер у дії.

Рекламодавці швидко відстають у використанні традиційних методів маркетингу та медіа, і причина дуже проста: сучасний темп життя передбачає, що маркетинг не може бути універсальним, навпаки, він має бути інноваційним та індивідуальним для кожної людини, з єдиним наміром привернути увагу потенційного покупця. Звичайно, сучасні засоби інформаційно-комунікаційних технологій дозволяють це в повному обсязі та в надлишковій кількості. Саме такий маркетинг у сучасній літературі називають зовнішнім маркетингом, або агресивним маркетингом.

Варто зазначити, що разом з агресивним маркетингом часто використовується стриманий маркетинг. Якщо говорити про те, як він виник, то можна сказати, що він створювався там же, тобто в інтернеті, і водночас з агресивним маркетингом. Що їх відрізняє, так це методи та техніки, які використовуються для залучення потенційної публіки чи цільової групи. У наш час люди постійно «прив'язані» до інтернету, на відміну від ситуації, яка була всього десять років тому, коли люди «йшли» в інтернет, сучасний світ буквально постійно онлайн.

Є низка причин поширення популярності маркетингу, який належить до категорії неагресивного, або дискретного:

1. Більш продуктивний. Нині споживачі перенавантажені рекламою, але вони мають можливість отримати доступ до інтернету з усією необхідною інформацією. Споживачі усвідомлюють свої позиції на ринку та купуватимуть лише той продукт, який, на їхню думку, покликаний цілком задовольнити їхні потреби, і найчастіше цього не станеться, якщо їх заохочуватимуть купувати щось через агресивний маркетинг. У цьому сенсі такий маркетинг більш продуктивний і краще відповідає економічним інтересам як споживачів, так і роздрібних продавців.

2. Забезпечує двосторонню комунікацію. Як відомо, класичний маркетинг не спілкується зі споживачем або принаймні не спілкується в режимі реального часу, класичний або агресивний маркетинг бомбардує споживачів рекламою й інформацією, якої споживач найчастіше хоче. Щоб захистити себе, просто перемкніть канал або переверніть лист. У сучасному цифровому дискретному маркетингу споживачі мають можливість спілкуватися з рекламодавцем або продавцем продукту чи тим, хто пропонує послугу, не

виходячи з дому, що долає бар'єри, пов'язані із простором. Отже, зміцнюються відносини споживача із продавцем і брендом.

3. Дозволяє швидше завоювати довіру клієнтів. Головна мета маркетингу від початку полягає в тому, щоб забезпечити довіру споживачів. Намір полягає в тому, щоб клієнти стали лояльними.

4. Додаткові цінності. Основна мета дискретного маркетингу полягає не в тому, щоб переконати споживача купити продукт. Власне, головна мета – проінформувати споживача, і лише після обмірковування всієї ситуації, пов'язаної з конкретним продуктом чи послугою, він вирішує купувати або відмовитися від покупок і споживання на основі наявної актуальної інформації. Це означає, що маркетинг повинен бути строго спрямований на обрану групу користувачів.

На рис. 2. наведені порівняльні характеристики агресивного та дискретного маркетингу.

Як видно з рис. 2, більшість переваг припадає на дискретний маркетинг. Це означає, що сучасні організації повинні частіше орієнтуватися на цей вид маркетингу, якщо вони хочуть отримати конкурентну перевагу та залучити споживачів до пропонованого продукту чи послуг.

Отже, згідно із проведеним аналізом дефініції агресивного маркетингу виведено власне трактування. Уважаємо, що поняття агресивного маркетингу умовно визначено та залежить від особистісного суб'єктивного сприйняття споживачами, агресивну рекламу трактуємо як нав'язливу, що маніпулює споживачем, що змінює його позитивні ціннісні засади. Однак вважаємо, що будь-яка неагресивна реклама через надмірно настирливу частоту подачі може виглядати агресивною для окремої категорії споживачів.

Інтернет цілком змінив спосіб купівлі продуктів, спілкування один з одним і із брендом, і ця зміна повільно змінює маркетингові методи та стратегії. Дні агресивної та наполегливої реклами минають, і настають дні розумної та корисної реклами, яка дає додаткову цінність споживачеві та забезпечує його інформацією. Дискретний маркетинг означає будь-яку маркетингову діяльність, яка має на меті привернути увагу споживачів до обраної марки. Як маркетингова техніка, спрямована на просування клієнта через просування цифрових і/або традиційних каналів комунікації, завоювання його прихильності, створення бренду, який легко знайти, легко побачити через цікавий, релевантний, корисний контент.

Більшість інструментів або методів, які використовуються в цифровому маркетингу, підпадають під дискретний маркетинг, як-от оптимізація сайтів у веббраузерах, блоги компаній, замовлення в соціальних мережах,

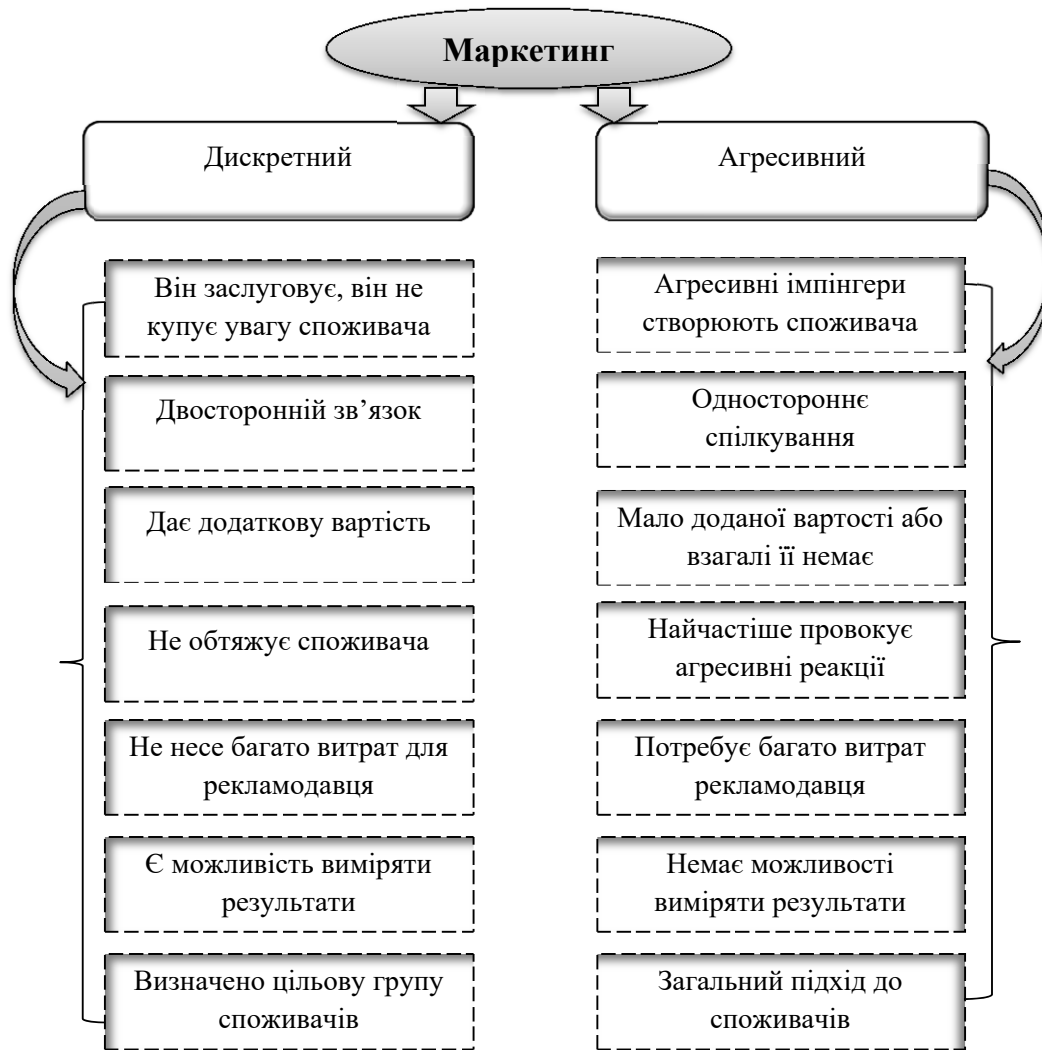


Рис. 2. Порівняльні характеристики агресивного та дискретного маркетингу

маркетинг електронною поштою тощо. Протилежною концепцією дискретного маркетингу є агресивний маркетинг, який привертає увагу потенційних клієнтів за допомогою телереклами, веббанерів, телемаркетингу, реклами в інтернет-браузерах тощо.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Coleman R.O. Aggressiveness and organizational resilience in the mobile telecommunication firms in Rivers State: An unpublished thesis submitted to the postgraduate school, Department of Management, Rivers State University, Nigeria, 2019.
2. Kotler P., Keller K.L. Marketing Management. 14<sup>th</sup> Ed. England, 2012. 256 p.
3. The role of aggressive marketing in the Nigerian economic growth / E.E. Ifediba et al. *European Journal of Mar-*

4. *keting and Management Sciences*. 2022. № 5 (2). URL: [aspjournals.org/Journals/index.php/ejmms/article/view/41](http://aspjournals.org/Journals/index.php/ejmms/article/view/41).
5. Colors in marketing: A study of color associations and context (in) dependence / M. Amsteus et al. *International Journal of Business and Social Science*. 2015. № 6 (3). P. 32–45.
6. Бовть О. Агресивні реакції та шляхи їх корекції в молодших школярів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2001. 20 с.
7. Athey S., Gans J.S. The Impact of Targeting Technology on Advertising Markets and Media Competition. *American Economic Review*. 2010. P. 608–613.
8. Bottomley P.A., Doyle J.R. The interactive effects of colors and products on perceptions of brand logo appropriateness. *Marketing Theory*. 2006. № 6 (1). P. 63–83.

## ДИНАМІЧНА МОДЕЛЬ ЕСТЕТИЧНОЇ ПЕРЦЕПЦІЇ

### DYNAMIC MODEL OF AESTHETIC PERCEPTION

Стаття присвячена особливостям естетичного смаку в людей із різним рівнем ригідності. Дизайн наведеного дослідження побудований таким чином, щоб відстежити, як ригідність проявляється в ситуації безпосередньої взаємодії із творами мистецтва, як вона структурує естетичну перцепцію та впливає на естетичну оцінку. У дослідженні обґрунтовується й емпірично вивчається поняття опору як перцептивної ригідності, який змушує до об'єктивної мистецтва та блокує розгортання персоналізованого глибокого естетичного переживання. З'ясовано, що ригідність пов'язана зі схильністю до об'єктивної мистецтва. За показниками ригідності виявлено більшу її вираженість ( $p < 0,05$ ) у кластері досліджуваних, що мають нижчий інтерес до мистецтва, а також кореляційний аналіз підтвердив обернений зв'язок між ригідністю й інтересом і знаннями мистецтва ( $r = -0,26$ ;  $p < 0,05$ ). Що більше виражена ригідність в особистісних характеристиках, то нижчий інтерес до мистецтва та схильність бачити в ньому щось більше, ніж просто приємний подразник чи декоративний фон. Виявлено, що ригідність блокує естетичну перцепцію та не дозволяє сягнути стану розосередження та вільноплаваючої уваги, що неминуче розвернув би людину до самої себе, до персоналізованого сприймання та самоспостереження. Показник потоку (опитувальник естетичного потоку АЕО) обернено корелює з ригідністю, тобто є її зворотним боком ( $r = -0,24$ ;  $p < 0,05$ ). Отже, людині з вищою ригідністю не вдається перейти з буквального рівня прочитання мистецтва на символічний, де наявні репрезентації набувають інших значень завдяки свободі уяви. Показано, що опір («перцептивна ригідність») – поняття динамічне, він послаблюється в разі посилення інтересу. Створення відповідного безпечного сеттингу (у нашому випадку це вільна групова дискусія щодо експозиції, задана в жанрі, типовому для практик із прикладного психоаналізу) дозволяє стимулювати та розширювати естетичний досвід.

**Ключові слова:** естетичний смак, естетичний вибір, естетична оцінка, об'єктивна мистецтва, естетичне переживання,

особистісна ригідність, перцептивна ригідність, опір естетичній перцепції.

The article is dedicated to the peculiarities of aesthetic taste in individuals with different levels of rigidity. The design of the presented study is structured in a way to trace how rigidity manifests in situations of direct interaction with works of art, how it shapes aesthetic perception, and influences aesthetic evaluation. The study substantiates and empirically examines the concept of resistance as perceptual rigidity, which leads to the objectification of art and blocks the unfolding of personalized deep aesthetic experience. It is clarified that rigidity is associated with a tendency towards the objectification of art. Based on rigidity indicators, a higher expression of it was found ( $p < 0,05$ ) in the cluster of participants with lower interest in art. Correlational analysis confirmed an inverse relationship between rigidity and interest and knowledge of art ( $r = -0,26$ ;  $p < 0,05$ ). The more pronounced rigidity is in personal characteristics, the lower the interest in art and the inclination to see more in it than just pleasant stimulation or decorative background. It is revealed that rigidity obstructs aesthetic perception and prevents reaching a state of absorption and free-floating attention, which would inevitably turn a person towards themselves, towards personalized perception and self-observation. The flow state indicator (Aesthetic Experience Questionnaire) correlates inversely with rigidity, indicating its opposite side ( $r = -0,24$ ;  $p < 0,05$ ). Thus, individuals with higher rigidity struggle to transition from a literal level of art interpretation to a symbolic one, where existing representations take on different meanings through the freedom of imagination. It's shown that resistance ("perceptual rigidity") is a dynamic concept that weakens with increased interest. Creating an appropriate safe setting (in this case, an open group discussion about the exposition, framed in a genre typical for practitioners of applied psychoanalysis) allows for stimulating and expanding aesthetic experience.

**Key words:** aesthetic taste, aesthetic choice, aesthetic evaluation, objectification of art, aesthetic experience, personal rigidity, perceptual rigidity, resistance to aesthetic perception.

УДК 159.937

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.35>

**Яскевич О.І.**

к.психол.н.,  
доцентка кафедри психології  
і психотерапії  
Український католицький університет

**Турецька Х.І.**

к.психол.н.,  
доцентка кафедри психології  
і психотерапії  
Український католицький університет

**Кечур Р.В.**

к.мед.н.,  
завідувач кафедри психології  
і психотерапії  
Український католицький університет

**Бичковська О.Н.**

бакалавр кафедри психології  
і психотерапії  
Український католицький університет

**Постановка проблеми.** Це дослідження є частиною ширшого проекту, присвяченого пошуку особистісних компетенцій або чинників, які зумовлюють розгортання естетичного досвіду. У попередньому дослідженні [1] нам вдалося розкрити роль менталізації та показати, що за деяких умов вона може стати тим глибинним особистісним процесом, який розгортає естетичне переживання та вибудовує його в комплексну афективно глибоку та суб'єктивно осмислену структуру.

Розвиваючи дану тему, ми перебуваємо в полі естетичних студій, де головний акцент робиться не на мистецтво як таке, а на психологію його споглядання, чи радше

на взаємодію з ним. Услід за С. Марковичем [11] ми виходимо з того, що контакт з мистецтвом – особливе заняття, що потребує особливого стану, відмінного від буденного сприйняття речей. Далеко не всі люди його практикують, хтось просто не хоче, уважаючи себе далекою від мистецтва людиною, а хтось, навпаки, культивує свій смак, охоче торкається до прекрасного, але водночас навіть не здогадується, що його естетичний досвід обмежується, щойно розпочавшись.

На етапі задуму цієї роботи нас надихало кілька досліджень команди Еліни Піхко [13]. Наприклад, порівнювався естетичний смак людей, що працюють у сфері візуального мис-



тецтва, і тих, що не мають до мистецтва ані жодного професійного стосунку, ані особливого інтересу. Їм запропонували дати естетичну оцінку цілій серії полотен різних авторів, епох і стилів, які різнилися мірою абстрактності. З'ясувалось, що серед неекспертів естетична оцінка полотен була тим вища, чим менш абстрактними вони були. Що абстрактніше полотно, пояснює авторка, то важче незаангажованому оку впізнати в ньому знайомі елементи. Тож естетичний смак людей незаангажованих шукає буквальних репрезентацій – зрозумілого та ясного фігуративного мистецтва, уникає невизначеності, яку привносить абстракція. У наведеному дослідженні також ідеться про те, як візуальна перцепція реагує на таку невизначеність. За допомогою айтрекеру було показано, що зі збільшенням міри абстрактності зображень зростає кількість фіксацій погляду, а їхня тривалість зменшується. Абстрактне полотно ніби запрошує пірнути в нього та зазнати більше хаотичних вражень. А незацікавлені в мистецтві люди воліли б ніколи більше таких полотен не бачити, адже вони не на їхній смак [13].

Отже, настанова на об'єктивацію мистецтва (мистецтво має бути впізнаваним, нести ясний меседж і приносити задоволення) обереігає від зайвої напруги, глядач готовий давати відсіч будь-яким артовим об'єктам, які здатні зворушити звичний погляд (у буквальному та переносному сенсі). Візуальна перцепція заздалегідь налаштована на те, що вже міститься у власному «архіві прекрасного». Звідси постає питання про певну перцептивну ригідність або ж опір такому мистецтву, яке спантеличує невизначеністю, спокушає податися в невідоме та піддатися несподіваному та незвичному естетичному досвіду. Можливо, така ригідність є ситуативною захисною реакцією, або ж вона становить сталу особистісну рису естетично незаангажованих людей.

Отже, дане дослідження є закономірним продовженням попередньої нашої роботи [1] і має за **мету** з'ясувати роль ригідності в естетичному запиті, а також відстежити, як ригідність проявляється в безпосередньому контакті з мистецтвом, виявити, чи задає вона особливу тенденцію чи стилістику естетичного сприйняття. Цей динамічний аспект, власне, становить новизну нашого дослідження. Така постановка питання не лише дозволить продовжити студії естетичної перцепції, дасть рекомендації з естетичного виховання, але й матиме безпосередню цінність для організації арттерапевтичних практик.

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

У літературі естетичний смак є майже такою ж розмитою категорією (особливо для емпіричних студій), як і почуття прекрасного. Вдалим прикладом може слугувати збірка двадцяти

дев'яти різних поглядів на те, що варто вважати мистецтвом, а що – у жодному разі ні, яку зробив Т. Вертенберг [20]. Отже, постає питання про те, як в даному дослідженні описати й операціоналізувати поняття естетичного смаку. Ми спробували вивести його з нашого розуміння естетичного переживання. У попередньому дослідженні [1] ми присвятили йому багато уваги. Тут зазначимо тільки, що естетичне переживання можна уявити собі як умовний вектор, що розгортається від чуттєвого резонансу, коли приємне ототожнюється з гарним, а неприємне – з потворним, і до складної комплексної та персоналізованої ментальної роботи з конструювання суб'єктивних значень у співавторстві з митцем. Така модель узагальнює дві протилежні теорії щодо естетичної перцепції. Перша з них [14] ґрунтує відчуття прекрасного на простоті сприймання, доброму гештальті, звідки далі можна вивести насолоду від впізнаваності та миттєву емоційну розрядку разом із нарцистичним бонусом від усвідомлення власної компетентності. Друга теорія об'єднує ідеї про те, що в переживанні прекрасного задіюється весь емоційний інтелект [12], адже йдеться не лише про емпатію та чуттєву ідентифікацію з мистецтвом, але й про емпатичну інтроспекцію, блукаючу фантазію та споглядання уявних ландшафтів, тобто спробу наблизитись до розуміння артоб'єкта через проживання власного досвіду, зокрема й негативного й амбівалентного. Тут доречно згадати ідею «відкритої роботи» Умберто Еко, коли глядач сам завершує полотно, тобто відіграє роль не меншу, аніж сам творець мистецтва.

У цьому контексті й спробуємо визначити поняття естетичного смаку. Суть його коротко можемо звести до твердження, що мистецтво є те, що глядач кваліфікує як мистецтво [4].

Отже, ми трактуємо естетичний смак як похідну від здатності людини розвивати естетичну перцепцію мистецтва в бік комплексного переживання. Нездатність результуватиме в кітч, несмак, що є особливою (примітивною) формою естетичного смаку, який шукає в мистецтві не більше, ніж об'єкт для споживання або задоволення бажань. Ми припускаємо, що причиною нездатності піти далі та створити з мистецтва об'єкт емпатії є власне перцептивна ригідність.

Якщо естетичне переживання спрагле свободи та толерантне до невизначеності, то ригідність працює на протилежне завдання – опір новому досвіду та вірність знайомим патернам. Якщо естетична перцепція пов'язана зі здатністю відв'язувати фіксовані значення від їх репрезентацій і вільно асоціювати, то ригідність означає цілковиту нездатність застосовувати об'єкти в нових призначеннях. Якщо естетичний досвід прагне конфронтації, то ригідність захищає від стимуляції. Зага-

лом, ригідність ми розуміємо як обмежений і застиглий репертуар реакцій на зовнішні та внутрішні виклики, який дається взнаки вже на рівні сприймання й оброблення інформації, що переконливо ілюструють методика Струпа та методика вільних асоціацій. Перцептивну ригідність також визначають як нездатність адекватно сприймати об'єкт за нових умов [15]. У контексті естетики це може означати власне прив'язку до знайомих образів або способів художнього репрезентування, наприклад, з дотриманням вимог обраного стилю.

Уже згадуваний С. Маркович [11] описує естетичний досвід як вихід за межі буденного сприймання, яке цілком слушно можна назвати ригідним, якщо простежити перебіг його думок. Він говорить про «Голову бика» П. Пікассо, його інсталяцію з кермом і сидінням велосипеда, яка з буденного погляду репрезентує функціональні частини велосипеда. Естетична перцепція дає нам можливість побачити в ній голову бика, адже долає обмеження прагматичного ока, яке красу міряє корисністю. Естетичне око відв'язує репрезентації від їхніх фіксованих буквальних значень і в такій свободі винаходить нові символічні значення.

Питання про зв'язок ригідності (стійкості наших думок і відчуттів) і мистецьких уподобань ставили собі Г. Файст і Т. Бреді [5]. Вони показали, що люди, відкриті та готові до змін, тобто менш ригідні, схильні до глибшого розуміння мистецтва, вони смакують незвичне та неоднозначне мистецтво. Натомість ригідніші люди обирають об'єкти мистецтва, які є простими та зрозумілими, також ці люди не схильні змінювати свої думки стосовно мистецького твору. Ідея нашої роботи полягає в тому, щоб спуститися на рівень глибше та спробувати побачити ригідність більш ситуативно, у ситуації прямої взаємодії з артоб'єктом, дослідити її в динамічному вимірі.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Побудова теоретичної моделі естетичного смаку ґрунтується на переосмисленні моделі естетичного переживання, що її було описано в попередньому нашому дослідженні [1], у якій ключова роль відводилася менталізаційній здатності як чиннику, що уможливорює розгортання естетичного досвіду від простого резонансу до комплексного персоналізованого переживання. А що за допомогою цієї моделі вдалося пояснити лише третину досліджуваних – а саме кластер естетично орієнтованих людей із тонким смаком і високою здатністю до менталізації, натомість не вдалося пояснити досвід вразливих естетів, що мають дефіцитарну саморегуляцію та схильні з головою кидатися в мистецтво, – то попередня модель потребує сутнісного доопрацювання. На нашу думку, важливим доповненням може стати чинник *опору естетичній перцеп-*

*ції* спокусливих артоб'єктів, які запрошують у незвідане поле естетичного досвіду, з усім його сум'яттям, невизначеністю й амбівалентністю. Якщо опору бракуватиме за наявності значного інтереса до мистецтва, але дефіциту менталізаційної здатності, то естетичне переживання перетвориться на атаку болісного інтенсивного афекту, зайву екзальтацію, ескалацію чогось схожого на екстатичний стан.

Опір є динамічним проявом ригідності, його ще можна назвати перцептивною ригідністю, яка виникає вже на найпершому етапі обробки інформації. Він блокує надмірну чуттєву zaangażованість, контролює потік вражень, не дає їм стихійно розвиватися в бік вільного фантазування.

Перцептивною ригідністю (опором) можна було б також пояснити сплосченість естетичного переживання в досліджуваних, які не мали інтересу до мистецтва, хоч їхня менталізаційна здатність була цілком задовільна – ригідність працює запобіжником від будь-яких спонтанних подразників, якщо їй не протистоїть сильний інтерес.

Отже, наша ідея полягає в тому, щоб зробити наявну модель естетичного переживання більш динамічною в сенсі протиставлення сил, які впливають на естетичний вибір і задають естетичний смак. Для цього ми пропонуємо уявити, що у процесі сприймання артоб'єкта водночас спрацьовують два різнонаправлені мотиви – естетичний інтерес, з одного боку, й опір, або перцептивна ригідність, – з іншого. Отже, якщо переважить опір, а інтерес виявиться заслабкий, тоді мистецтво репрезентуватиметься як об'єкт для споживання, естетичний запит зведеться до задоволення, валідизації або заспокоєння, він або задовольниться, або об'єкт буде відкинуто як негарний. Якщо натомість переважить інтерес і здолає силу опору, то мистецтво репрезентуватиметься як об'єкт емпатії (і тоді вже стане вирішальною спроможністю до менталізації, яка уможливить опрацювання естетичного враження, а її брак призведе до афективної перестимуляції).

На підставі запропонованої теоретичної моделі було сформульовано такі **гіпотези**:

1. Ригідність у формі опору протистоїть естетичному інтересу, не дає йому розвиватися в бік комплексного персоналізованого естетичного переживання, отже, що вища ригідність, то нижчий естетичний інтерес і більш виражена схильність до об'єктивації мистецтва (кітч).

2. В естетичному процесі ригідність проявляється як блокада на переживання потоку естетичних вражень, входження у стан вільно-плаваючої уваги й емпатичної інтроспекції.

3. Посилення естетичного інтересу мало б послаблювати опір і результувати у спроби



Рис. 1. Теоретична модель перцептивної ригідності

сприйняти мистецтво як об'єкт емпатії, сти- мулюючи естетичну перцепцію та пережи- вання.

Естетичний смак був операціоналізова- ний через естетичний вибір, що його робить людина із чотирьох запропонованих артоб'єк- тів. Отже, ми отримали два вибори, один з яких припадає на те полотно, що найбільше відпо- відає її смаку, а інший – на те, що найменше їй імпонує. За допомогою 4 сконструйованих нами оцінкових шкал ми змогли описати, на підставі яких критеріїв людина зробила обидва вибори. Критерії були задані так, щоб з'ясу- вати, наскільки естетичний смак виходить за межі запиту на споживання мистецтва (об'єк- тивація).

Інструкція полягала в тому, щоб оцінити обидва вибрані полотна (яке найбільше та найменше подобається) у межах, заданих між протилежними полюсами твердження від 1 до 7 балів (шкала Лайкерта). Дане полотно: 1) несе переконливий і ясний меседж – прив- носить неясність, сумнів, збиває з пантелику; 2) збуджує приємні емоції – завдає неприємних емоцій, дратує; 3) знайоме, зрозуміле – чуже, незвичне, дивне; 4) досліджуваний хоче мати його для себе, знову переглядати – хочеться ніколи більше не мати з ним справу.

Пропоновані для вибору полотна були з переліку тих, що фігурували у стимульному матеріалі попереднього дослідження [1]. Ми відібрали з них 4 полотна, два з них на під- ставі того, що саме вони тоді потрапили в топ глядацьких симпатій і антипатій і викликали найінтенсивніші емоційні відгуки. Ідеться про «Порт Villefranche» (E. Boudin) і «Фігуру з м'я- сом» (F. Bacon). Інші два полотна – «Три грації» (P.P. Rubens) і «Контра, композиція дисонансу» (T. van Doesburg) – отримали нейтральніші та скромніші оцінки, тут вони слугують «м'якшою» альтернативою для естетичного вибору.

Також до блоку діагностики естетичного смаку ми додали *Віденський опитувальник ставлення до мистецтва VAIK* (The Vienna Art Interest and Art Knowledge Questionnaire), який містить шкалу об'єктивації мистецтва та шкалу інтересу до мистецтва [17].

Далі постало питання про те, як виявити, виміряти й описати ригідність, яка, згідно з нашою теоретичною моделлю, протистав-

лятиме себе естетичному інтересу у формі опору. Насамперед ми обрали класичний *опи- тувальник ригідності Айзенка*, щоб оцінити, яка загальна міра ригідності властива для саморегуляції досліджуваного. Вибір саме цієї методики зумовлювався також тим, що, серед іншого, Г.Ю. Айзенк цікавився вивченням есте- тичного смаку та вважав його віддзеркаленням індивідуальних рис особистості.

Щоб помістити ригідність у контекст есте- тичного досвіду, ми застосували *опитувальник естетичного потоку AEQ* (The Aesthetic Experi- ence Questionnaire) [19], який сконструйова- ний для того, щоб оцінити естетичний досвід людини з погляду способу, яким організована її перцепція. Для нас ключовою є так звана шкала потоку, яка описує здатність пережити плінність естетичних вражень з деякою мірою розосередженості й одночасної зануреності у внутрішній процес живих вражень. На нашу думку, ця шкала близька до поняття вільно- плаваючої уваги, що є необхідним ментальним станом для розгортання асоціацій та інтро- спекції.

І нарешті, ішлося про те, щоб дослідити динамічний аспект естетичного смаку, тобто з'ясувати, наскільки естетичний вибір впли- ває з результату динамічного протистояння естетичного інтересу й опору естетичній пер- цепції як прояву ригідності. Для цього із части- ною досліджуваних ми провели *формуючий експеримент* після того, як вони оглянули запропоновані полотна, зробили вибір згідно із власним смаком і дали естетичну оцінку обраним роботам. Суть експерименту поля- гала в тому, щоб максимально стимулювати та підтримувати активний інтерес досліджува- них до щойно переглянутих полотен, а потім запропонувати знову їх оцінити свіжим оком. Експеримент передбачав півторагодинний сеттинг вільноплаваючої групової дискусії дов- кола експонованих полотен із запрошенням до вільного асоціювання й обміну враженнями, що мало б сприяти прокладанню до полотен емпатичних каналів і запуску емпатичну інтроспекцію. Після завершення часу, заявле- ного на дискусію, учасникам пропонувалось ще раз засвідчити свій естетичний вибір щодо полотен. Зміна естетичних преференцій мала б свідчити про здолання або опрацювання

початкового опору завдяки ситуативному посиленню інтересу. Фіксувалась як зміна вибору вподобаного та відкинутого полотна, так і зміна критеріїв, за яким робився новий вибір (естетична оцінка).

У дослідженні взяли участь 82 осіб, з них 57 жінок і 25 чоловіків. Вік коливається в діапазоні від 17 до 52 років. 28% досліджуваних прямо пов'язані з мистецтвом.

**Аналіз та дискусія щодо результатів.**

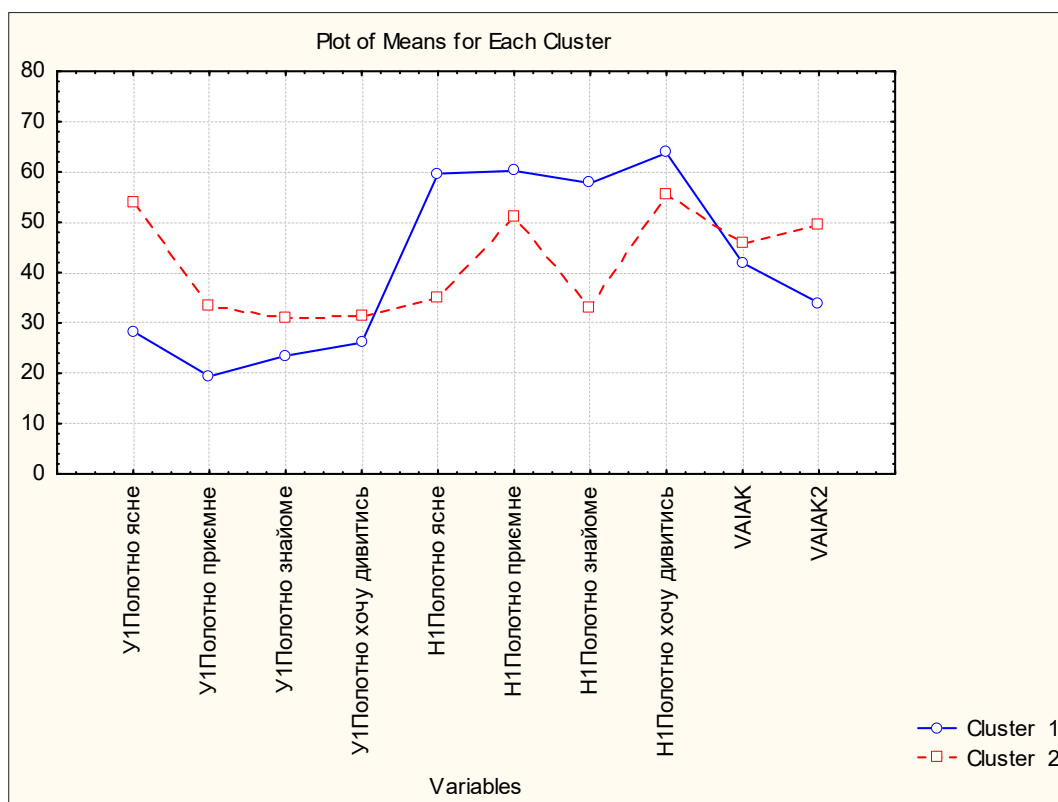
Першим кроком опрацювання став кластерний аналіз даних (метод К-середніх) за шкалами Віденського опитувальника ставлення до мистецтва й оцінок вибраних полотен (вподобаного та відкинутого) (дані були попередньо нормалізовані), що дало можливість описати ключові відмінності естетичних преференцій досліджуваних. Так, за особливостями смаку вони поділилися на дві групи.

До першого кластера (Cluster 1) увійшли люди немистецької орієнтації: у них порівняно низький інтерес до мистецтва (низькі показники за шкалами VAIAK), а естетичний вибір спрямовується на той об'єкт, що на перший погляд видається зрозумілим, простим, сприяє приємним емоціям і спокушає дивитися на себе знову і знову. І навпаки, неприйняття викликає те мистецтво, яке виглядає чужим і дивним, збиває з пантелику, викликає неприємні відчуття і нехить його розглядати. Отже, маємо всі маркери об'єктивації.

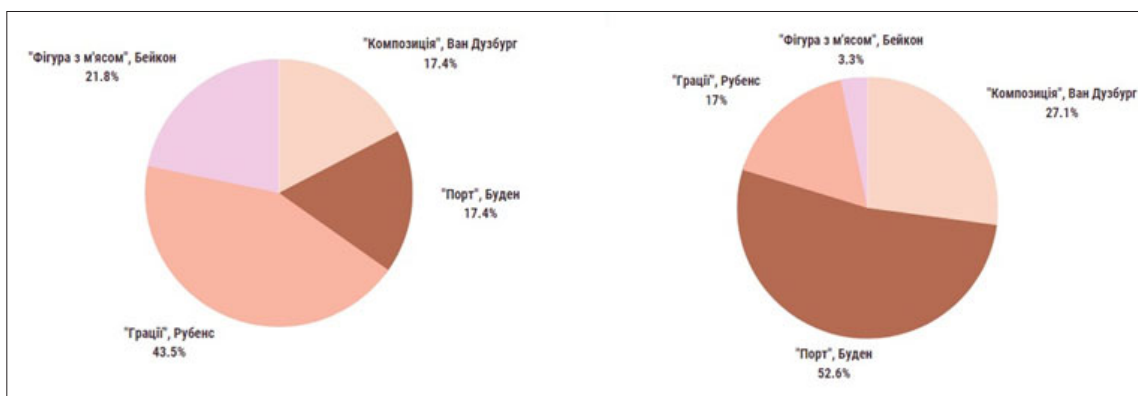
Другий кластер (Cluster 2) контрастний до першого. Сюди потрапили досліджувані, заангажовані в мистецтво (з високими показниками за шкалами VAIAK), отже, їхній естетичний вибір передбачав передусім таке мистецтво, яке спантеличувало, змусило думати та сумніватись, і це сум'яття точно не переживалось як приємне. Зате неприйняття викликало те мистецтво, що породжувало драгування та неприємні емоції, відштовхувало погляд, але водночас видавалось дуже прямолинійним у своєму меседжі, ясным і банально простим. Отже, можемо припустити, що емоційний виклик сам собою, якщо він не породжує загадку для розуму, сприймається як щось вульгарне, безсоромно атакуюче й огидне.

Якщо подивитись, які полотна потрапили в топ симпатій / антипатій у кожній групі (див. рис. 2), то побачимо ситуацію, представлену на рисунку 3.

Такий розподіл виборів не є для нас несподіваний: понад 50% уподобань «Пейзажу» Е. Будена серед кластера незацікавлених у мистецтві супроти 17% у колі естетів нагадує нам про подібні тенденції в даних нашого попереднього дослідження [1]. Подібна ситуація з Ф. Беконом – він також лідирує в антирейтингу незацікавлених у мистецтві досліджуваних (55%), що цілком очевидно, адже це полотно жодним чином не надається до об'єктивації. Але його також категорично не



**Рис. 2. Розподіл досліджуваних на кластери за шкалами Віденського опитувальника ставлення до мистецтва й оцінок вибраних полотен**



**Рис. 3. Розподіл виборів полотна за смаком у групі естетів (ліворуч) і у групі досліджуваних, незацікавлених у мистецтві (праворуч)**

приймають 35% «естетів». Цікаво також зазначити, що серед антипатій у «не естетів» «Пейзажу» немає, а в «естетів» – аж 22%.

Естети найчастіше віддавали перевагу рубенсівським «Граціям» (44%), а кожен п'ятий із них обрав твір Ф. Бекона. Можемо стверджувати, що «Пейзаж» Е. Будена є таким подразником, що викликає якнайменше опору, а його трактування – якнайменше сумніву. Натомість беконівська «Фігура з м'ясом» фруструє та провокує невизначеність, отже, вмикає опір, який у групі естетів частково долається, а у групі не естетів спричиняє тотальне відторгнення.

Другим кроком стало порівняння кластерів «естетів» і «не естетів» за показником ригідності. Аналіз здійснювався за допомогою непараметричного критерію Колмогорова – Смірнова (Kolmogorov – Smirnov Test) через відсутність нормального розподілу за даною шкалою. За показниками ригідності (методика Г. Айзенка) виявлено більшу її вираженість ( $p < 0,05$ ) у кластері досліджуваних, що мають нижчий інтерес до мистецтва.

Кореляційний аналіз (Spearman Rank Order Correlations) підтверджує достовірність оберненого зв'язку між ригідністю й інтересом і знанням мистецтва ( $r = -0,26$ ;  $p < 0,05$ ). Це означає, що наше перше припущення виявилось правильним: ригідність блокує розгортання комплексного естетичного переживання, і естетичний вибір зупиняється на знайомому, приємному та зрозумілому, проте ключ все ж, мабуть, варто шукати не в ригідній особистісній настанові як такій, а в особливостях обробки інформації.

Далі завдання полягало якраз у тому, щоб з'ясувати особливості естетичної перцепції досліджуваних з обох груп, які б могли свідчити про перцептивну ригідність. Для цього ми скористались методикою естетичного потоку АЕQ і порівняли обидва кластери за її шкалами (непараметричний критерій Манна – Уїтні (Mann – Whitney U Test) через відсутність нормального розподілу шкал).

Аналіз засвідчив разючі відмінності. Так, «естети» виявились компетентнішими одразу в кількох каналах доступу до мистецтва – через емоції ( $p < 0,01$ ), культуральні переживання ( $p < 0,05$ ), розуміння ( $p < 0,05$ ) і досвід потоку ( $p < 0,01$ ). Єдине, у чому їхня естетична перцепція уподібнюється байдужим до мистецтва людям – і ті, і другі однаково читають мистецтво сенсорно ( $p = 0,27$ ), тобто досвідчують його на рівні тілесних відчуттів і візуальних вражень. Дослідження електрошкірної реактивності під час споглядання мистецтва Еліни Пікхо також свідчать, що немає значних відмінностей у реакціях між експертами та людьми, далекими від мистецтва [13]. Зрештою, багато що тут диктується фізіологічними законами. С. Маркович наполягає, однак, що естетичний досвід починається тоді, коли вдається перескочити з «біологічного» рівня сприймання на символічний [11].

У цьому сенсі результати порівняння за шкалами методики естетичного досвіду засвідчують вищу естетичну сприйнятливості людей із тонким смаком, їхню налаштованість і здатність повнокровно переживати досвід взаємодії з мистецтвом за допомогою різних каналів, і, що найважливіше, їхню здатність занурюватися в безпосередній потік естетичних вражень, розчинятись у ньому та перебувати у стані розосередженості та вільнопливаючої уваги, що уможлиблює роботу уяви й емпатичної інтроспекції. Варто зазначити, що показник потоку обернено корелює (Spearman Rank Order Correlations) з ригідністю, тобто є її зворотним боком ( $r = -0,24$ ;  $p < 0,05$ ).

Також обернена кореляція зафіксована між ригідністю та культуральним сприйманням мистецтва ( $r = -0,31$ ;  $p < 0,01$ ) (схильність через мистецтво торкатися до колективного досвіду, ідентифікацій із великими культурними групами). Мабуть, ідеться про те, що ригідність не дає вийти за рамки власного Его, «фіксує його на ланцюгу».

Отже, ці результати дають підстави підтвердити нашу другу гіпотезу та констатувати, що

ригідність категорично виключає зануреність в естетичний досвід і формує опір на емоційну ідентифікацію, унеможлиблює вільноплаваючу увагу та персоналізоване ставлення.

Нарешті, третім кроком є аналіз експерименту, у якому ми спробували «розхитати» ригідність і занурити досліджуваних у безпосередній естетичний досвід, створивши сеттинг для вільноплаваючої дискусії щодо експонованого мистецтва. Ми планували дослідити, чи зможе активований у таких умовах інтерес змінити естетичний вибір і естетичну оцінку. Найважливіший результат полягає в тому, що в експериментальній групі приблизно половини учасників змінили свій улюблений вибір і зуміли подивитися на полотна свіжим оком, а кожен п'ятий переглянув своє неприйняття. Натомість у контрольній групі було всього троє таких, які забажали змінити свій вибір через деякий час. Варто зазначити, що набір людей для експерименту був випадковим щодо ключових характеристик для даного дослідження, тож група мала природний ресурс різнонаправлених мотивацій щодо мистецтва.

До і після впливу групової дискусії розподіл полотен, що найбільше відповідають смаку досліджуваних:

- «Порт», Е. Буден – до – 44%, після – 30%;
- «Грації», П.П. Рубенс – до – 30%, після – 35%;
- «Фігура з м'ясом», Ф. Бекон – до – 17%, після – 30%;
- «Композиція», Т. ван Дусбург – до – 9%, після – 26%.

Бачимо, що вільна дискусія призвела до суттєвого падіння рейтингу «Пейзажу», що є зразковим мистецтвом за схильності до його об'єктивації, та підвищення майже вдвічі рейтингу «Фігури з м'ясом», що є найбільш неоднозначною для сприйняття роботою, яка викликає якнайбільше опору в людей обох типів (естетів і не естетів), хоч естети люблять із нею взаємодіяти набагато охочіше та часто обирають у топ.

Щодо відторгнутих полотен, то ситуація до та після експериментального впливу теж була красномовна:

- «Порт», Е. Буден – 9% супроти 13%;
- «Грації», П.П. Рубенс – 17% супроти 9%;
- «Фігура з м'ясом», Ф. Бекон – 44% супроти 30%;
- «Композиція», Т. ван Дусбург – 30% супроти 48%.

Отже, у результаті групової дискусії робота Ф. Бекона перестала бути фаворитом глядацьких антипатій, віддавши останнє – переконливе – місце «Композиції». Аналіз зсувів топ-позицій засвідчує, що протягом півтори години у групі відбулась справжня менталізаційна робота, групі вдалося створити атмос-

феру вільноплаваючої дискусії, гри словами та враженнями, завдяки чому ригідні значення потрохи розмилися та поступилися місцем живій блукаючій увазі.

Для ілюстрації наводимо тут витяжку асоціацій групи довкола композиції, яка виразно засвідчує зростання амбівалентності та напруги з появою нових несподіваних альянсів (див. рис. 4). Ми свідомо оминаємо персональні інсайти та залишаємо лише матеріал уваги, з якого вони виникали.



Рис. 4. Полотно із запропонованої для вибору серії. Theo van Doesburg, «Контр-композиція»

Далі впереміш подані голоси різних учасників, їхні висловлювання урізані до стислих квінтесенцій, адже для ілюстративної мети цього досить:

- Огида до абстракції. Рамка. Гнітюча замкнутість.
- А мені світло на душі від цієї роботи. Віт-раж. Якась церковна інституція. Безпечно в такій рамці, як у церкві. Небесні хорали.
- Дитячі кубики, можна складати конструктор.
- Важко скласти непоєднане, досвіди розрізані, ці кубики купи не тримаються.
- Виглядає як мікрорайон. Карта міста графічна, відомо куди повертати.
- Як життєва лінія, червоний – то любов, а чорний – то журба, повернеш направо – біда буде, поїдеш прямо – щастя знайдеш.
- Але ж, чорт, воно не симетричне, а хоче таким здаватися!
- Це штучно допасоване щось. Хіба то гармонія? Хіба то цікаво?
- Знову ідея про гру, але не дитячу, а нудну, наприклад, діди грають у доміно на лавочці.
- Мені якось нестерпно робиться від того, що воно таке перекошене.
- Це як нудота в літаку, тебе перекошує. А в ілюмінаторі видно клапті землі, якісь задбані, а інші занедбані.
- Насиченість тут, правильність, яка замилює око і покриває собою хаос.
- Мені подобається.
- Це ілюзія геометрії, оптичний обман. Ці квадрати є кубиками, вони стоять на ребрі, не можуть впасти, ніби зависли, це дуже неприродно.
- Напруга якась починається. Ригідне серце. Тривога.

– Коли з температурою маленька лежала, то закривала очі і бачила цятки, які я ніяк не могла схопити, збільшити, впорядкувати.

– Як картинка в калейдоскопі, от-от розсіплеться. Можна пересипати зображення.

– Що завгодно, але ця картина зовсім не нейтральна!!! Вона за мить до розпаду. Гарно, але дуже нестійко.

– А я була зовсім байдужа до цього полотна, але група мене втягнула, я перейнялася. І подумала, що це покинута дитиною розмальовка, недомальована, піде у сміття скоро. Шкода її.

– Чим довше ми про цю роботу говоримо, тим менше мені ок. Ефект вертольотиків, вертіго, п'янить ніби.

– Добре, що ці кольори не можуть змішатись, бо то вже було би не до витримання. Бракує зеленого.

– А я як зелений, не можу нічого тут сказати, мене тут нема взагалі в цій розмові. Але я ж е!

– Ця картина нагадує соціальні ігрища, шахову партію в сенсі інтриги. Щось точно відбувається. Атмосфера руху, зовсім не статична та стабільності, як спочатку здавалось.

– Але то такий рух, що може аварія статись. Уся геометрія може обрушитись. Таке відчуття, що якщо я тільки відвернусь, то воно почне падати. Тому треба дивитись, контролювати очима.

– А мені заманулося в чорні латки, як у діри, прохати руку. Хочу рухати це. Як в п'ятнашках совати елементи. Знову гра.

– Хочеться рухатись.

– А я, навпаки, об цю композицію заспокоююся. Структурована спонтанність.

– Тепер я бачу тільки оцей червоний. Він наче акцент. Загрозливий, як губи.

Отже, можемо зробити висновок, що під час взаємодії з мистецтвом ми маємо справу з опором, який надається до опрацювання, якщо йому протиставити інтерес. Це, власне, робить куратор, коли проводить кураторські екскурсії в галереї. Важливо, що за умовами експерименту дискусія тривала півтори години, тож було досить часу для того, щоб цей вимушений інтерес зміг потроху природно трансформуватися в живу зацікавленість по мірі того, як з'являлись відчуття, асоціації, емоції, спогади, здогадки та набували все персональнішого звучання. Важливо також, що дискусія не мала жодного сформульованого завдання, окрім як просто досвід спільного проживання мистецтва. Отже, можемо думати, що тривання та розгортання дискусії живилося суто інтересом, який група зуміла спільно видобути та розвинути. Отже, незважаючи на особистісну ригідність, опір до мистецтва може бути здоланий цікавістю.

Тут доречно навести дослідження естетичного інтересу Сільвії, де учасникам запропонували до перегляду багато журналів про сучасне

візуальне мистецтво, серед яких були дуже прості та дуже складні як у манері подачі матеріалу, так і з погляду якості самого матеріалу [16]. Пізніше досліджувані давали естетичну оцінку та маркували ті об'єкти, що їх найбільше зацікавили. Результати засвідчили, що інтерес прямо залежить від складності об'єкта (незрозумілий, непевний, спантеличує), але тільки доти, доки людина відчуває, що може здолати виклик такої невизначеності. Тобто інтерес до мистецтва зростатиме зі зростанням віри в те, що вдасться збагнути його значення або принаймні шукати його. Імовірно, тут ми маємо справу з безпековими параметрами сетингу, у якому цей інтерес міг би себе проявити. У нашому експерименті працював ефект групи (у психодинамічному сенсі), саме група стала безпечним простором для висловлювань, блукань і пауз, вона забезпечувала контейнер для гострих відчуттів і емоцій, коли такі раптово з'являлися, вона ж слугувала акумулятором для спільної дискусії та берегла натхнення. Тут згадується ідея К. Роджерса про те, що ригідність визначається контекстом міжособистісних стосунків. Тож щодо нашої третьої гіпотези можемо сказати, що посилення естетичного інтересу справді переборює опір і результатує у спробі сприйняти мистецтво як об'єкт емпатії, стимулює естетичну перцепцію та переживання.

Висновки із проведеного дослідження. Під час дослідження нам вдалося підтвердити три гіпотези, які впливають із запропонованої нами моделі естетичного смаку. Естетичний вибір у ній представлено як похідну від динамічного протистояння інтересу до мистецтва й опору, де інтерес штовхає людину в живий потік естетичних вражень і уяви, прокладаючи емпатичний канал до мистецтва, а опір, навпаки, звужує естетичну перцепцію і робить з мистецтва об'єкт споживання (об'єктивація мистецтва).

По-перше, ми з'ясували, що ригідність справді пов'язана зі схильністю до об'єктивації мистецтва. Ригідні люди загалом менше цікавляться мистецтвом і не схильні бачити в ньому щось більше, ніж просто приемний подразник чи декоративний фон. Їхній смак вимагає, щоб полотна були впізнаваними, тишили око та підтверджували звичні уявлення. На противагу цьому тонкий смак прагне незгладжених вражень, загадки, на яку спокушає мистецтво, навіть якщо такий виклик стає конфронтацією та супроводжується амбівалентними емоціями. Однак справа тут не стільки в ригідності особистісної настанови як такої, скільки в ригідності, пов'язаній з особливостями обробки інформації, яку несе артоб'єкт.

По-друге, нам вдалося відстежити, що ригідність блокує естетичну перцепцію та не дозволяє сягнути стану розосередження та

вільноплаваючої уваги, що неминуче розвернув би людину до самої себе, до персоналізованого сприймання та самоспостереження. Отже, людині не вдається перейти з буквального рівня прочитання мистецтва на символічний, де наявні репрезентації набувають інших значень завдяки свободі уяви. Отже, підсумовуючи тему дослідження, можна стверджувати, що важить передусім динамічний аспект ригідності, а не її статична компонента, хоч особистісна настанова з неухильністю пов'язана з особливостями обробки інформації.

І по-третє, беручи до уваги сказане вище, ми показали, що опір (ми його також називаємо «перцептивна ригідність») – справді поняття динамічне, він послаблюється в разі посилення інтересу. Тож, якщо створити відповідний безпечний сеттинг (у нашому випадку – вільна групова дискусія стосовно експозиції, задана в жанрі, типовому для практик із прикладного психоаналізу), то це стимулюватиме та розширюватиме естетичний досвід, з'явиться свіже «небуденне» бачення вже оцінених раніше полотен, естетичний вибір із великою ймовірністю зміниться на користь мистецтва, яке запрошує мати справу з більшою мірою невизначеності. Ключовим тут, на нашу думку, є переживання безпеки, адже йдеться про інтроспекцію власних почуттів, асоціацій і образів у зв'язку з побаченим. Безпека – це, власне, і є те, що захищається опором. Тут можна згадати наше попереднє дослідження [1], де ми описали особливу групу тонкочутливих і вразливих естетів, які сприймають мистецтво оголеними нервами через брак менталізаційної функції. Виглядає так, що їм якраз бракує здорової ригідності та спротиву щодо мистецьких провокацій заради власної емоційної безпеки. Із цієї перспективи відкривається сенс специфічних формальних і неформальних практик взаємодії з мистецтвом, які процвітають у мистецьких середовищах, одну з них ми втілили у своєму експерименті. Проте це питання породжує багато нових припущень, тож заслуговує на окреме дослідження.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Структура естетичного переживання при дефіциті менталізаційної здатності / О. Яскевич та ін. *Габітус*. 2022. № 40. С. 148–154.
2. Measuring aesthetic impressions of visual art / M.D. Augustin et al. *Perception*. 2011. Vol. 40.
3. Cupchik G.C. Aesthetic experience : A review of the literature. *Canadian Journal of Experimental Psychology*. 2017. Vol. 71 (4). P. 283–293.
4. Dewey J. Art as experience. *The Journal of Philosophy*. 1934. № 31. P. 275–276.

5. Feist G.J., Brady T.R. Openness to experience, non-conformity, and the preference for abstract art. *Empirical Studies of the Arts*. 2004. Vol. 22 (1). P. 77–89. DOI: 10.1016/j.paid.2020.110077.
6. Fingerhut J., Prinz J.J. Wonder, appreciation, and the value of art. *Progress in brain research*. 2018. Vol. 237. P. 107–128. DOI: 10.1016/bs.pbr.2018.03.004
7. The Aesthetic Self. The Importance of Aesthetic Taste in Music and Art for Our Perceived Identity / J. Fingerhut et al. *Frontiers in psychology*. 2021. Vol. 11. P. 577703. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.57770.
8. Furnham A., Walker J. Personality and judgments of abstract, pop art, and representational paintings. *European Journal of Personality*. 2001. Vol. 15 (1). P. 57–72.
9. Koenderink J. Visual art and visual perception. *Perception*. 2015. Vol. 44 (1). P. 1–4. DOI: 10.1068/p4401ed
10. The formation of aesthetic preferences in the human mind: Aesthetic universals and the experience of beauty / H. Leder et al. *Aesthetic experience and the emotion of awe* / H. Leder et al. (Eds.). P. 69–79. Psychology Press, 2004.
11. Marković S. Components of aesthetic experience: Aesthetic fascination, aesthetic appraisal, and aesthetic emotion. *i-Perception*. 2012. Vol. 3 (4). P. 1–17.
12. What are aesthetic emotions? / W. Menninghaus et al. *Psychological review*. 2019. Vol. 126 (2). P. 171.
13. Experiencing art: the influence of expertise and painting abstraction level / E. Pihko et al. *Frontiers in human neuroscience*. 2011. Vol. 5. P. 94. DOI: 10.3389/fnhum.2011.00094.
14. Processing fluency and aesthetic pleasure: is beauty in the perceiver's processing experience? / R. Reber et al. *Personality and social psychology review : an official journal of the Society for Personality and Social Psychology, Inc.* 2004. Vol. 8 (4). P. 364–382. DOI: 10.1207/s15327957pspr0804\_3.
15. Handbook of adult resilience / A.J. Zautra et al. Guilford Press, 2010.
16. Silvia P.J. Confusion and interest: The role of knowledge emotions in aesthetic experience. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. 2010. Vol. 4 (2). P. 75–80.
17. The Vienna Art Interest and Art Knowledge Questionnaire (VAIAK): A Unified and Validated Measure of Art Interest and Art Knowledge / E. Specker et al. *Psychology of Aesthetics Creativity and the Arts*. 2020. Vol. 14 (2). P. 172.
18. Szubielska M., Imbir K. The aesthetic experience of critical art: The effects of the context of an art gallery and the way of providing curatorial information. *PLoS ONE*. 2021. Vol. 16 (5). DOI: 10.1371/journal.pone.0250924.
19. Wanzer D.L., Finley K.P. Experiencing Flow While Viewing Art: Development of the Aesthetic Experience Questionnaire. *Journal of Psychology & Interdisciplinary Studies*. 2018. Vol. 10 (2). P. 51–63.
20. Wartenberg T.E. The nature of art : An anthology. 2002.



## СЕКЦІЯ 7 ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ

### ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ТРАНСФОРМАЦІЇ ЦІННІСНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ ПІД ВПЛИВОМ ПРОБЛЕМОГЕННОЇ СИТУАЦІЇ

### THEORETICAL ASPECTS OF TRANSFORMATION OF THE VALUE SPHERE OF THE PERSONALITY UNDER THE INFLUENCE OF A PROBLEMOGENIC SITUATION

Стаття присвячена вивченню трансформації ціннісних орієнтацій особистості під впливом повномасштабного вторгнення як причини змін. Була показана багатогранність та багатомірність ціннісної сфери та її динамічна структура. У статті висвітлено важливість вивчення ціннісної орієнтації особистості у зв'язку з проблемогенною ситуацією, що спричиняє виникнення питання у розумінні рушійних сил індивіда. Дослідження, що були виконані до повномасштабного вторгнення, були взяті за основу та показували рівень щастя, фінансового благополуччя, внутрішнього відчуття безпеки індивіда. Зазначено проблему дослідження ціннісної сфери особистості через суб'єктивне сприйняття індивідом процесів, що відбуваються у соціумі. У теоретичних дослідженнях вітчизняних та закордонних вчених були представлені чинники змін та їх наслідки для ціннісної орієнтації, її вплив на мотиваційну сферу, самоактуалізацію та адаптивність. Теоретично було доведено, що зміни у соціальній, економічній, політичній обстановці в країні значною мірою впливають на особистість. Представлено внутрішній конфлікт особистості через неспівпадіння бажаного та дійсного, що значно впливає на ціннісну орієнтацію. Були наведені варіанти градації ціннісної сфери з точки зору мотивації, спрямованості особистості та загального розуміння, наведено ієрархічну структуру, котра дає розуміння значущості тих чи інших елементів ціннісної сфери. Також були наведені дослідження, що підтверджують міркування з приводу трансформації цінностей особистості під впливом нової соціальної групи, психологічного зростання, розширення та пізнання нових соціальних ролей. Сьогодні ведуться значні дослідження у напрямку розуміння ціннісної орієнтації, але через суб'єктивне сприйняття дійсності особистістю та багатовимірну структуру досі не сформоване розуміння щодо концептуалізації даного явища.

**Ключові слова:** трансформація ціннісної орієнтації, мотиваційна сфера, самоактуалізація, адаптація, інклюзивність.

The article is devoted to the transformation of a person's value orientations under the influence of a full-scale invasion, as the cause of changes. The multifacetedness and multidimensionality of the value sphere and its dynamic structure were shown. The article highlights the importance of studying the value orientation of an individual in connection with a problematic situation, which causes questions in understanding the driving forces of an individual. The cited studies, before the full-scale invasion, which were taken as a basis and showed the level of happiness, financial well-being, inner sense of security of the individual. The problems of researching the value sphere of the individual through the individual's subjective perception of the processes taking place in society are indicated. Factors and their consequences on value orientation, its influence on the motivational sphere, self-actualization and adaptability were presented in the theoretical study of domestic and foreign scientists. It was theoretically proven that changes in the social, economic, and political situation in the country have a significant impact on the individual. The presented internal conflict of the personality due to the mismatch between the desired and the actual, which in turn significantly affects the value orientation. Variants of gradation of the value sphere from the point of view of motivation, personal direction and general understanding were given. The given hierarchical structure gives an understanding of the significance of certain elements of the value sphere. Researches were also cited that confirm considerations about the transformation of personal values under the influence of a new social group, psychological growth, expansion and learning of new social roles. Today, significant research is being conducted in the direction of understanding value orientation, but due to the subjective perception of reality by the individual and the multidimensional structure, an understanding of the conceptualization of this phenomenon has not yet been formed.

**Key words:** value orientation transformation, motivational sphere, self-actualization, adaptation, inclusiveness.

УДК 159.9  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.36>

#### 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»

#### Ляшенко Б.Ю.

здобувач третього (доктор філософії)  
рівня вищої освіти ОПП «Психологія»  
кафедри педагогіки та психології  
управління соціальними системами  
імені академіка І.А. Зязюна  
Національний технічний університет  
«Харківський політехнічний інститут»

**Постановка проблеми** у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Під час глобальних змін у країні є закономірним процесом трансформація психологічних аспектів особистості. Одним з таких аспектів є ціннісна орієнтація зі всією своєю багатомірністю та багато-

гранністю. Ті цінності та орієнтири, котрі були притаманні до повномасштабного вторгнення, нині зазнають значних перетворень через зміни у соціальній, економічній та політичній спрямованості держави.

Такі трансформації ціннісної сфери особистості значною мірою впливають на спрямова-

ність особистості, взаємодію індивіда з соціумом, організаційні структури, загальний та професійний розвиток. Через це відбувається і значна зміна як загалом у соціумі, так і в малих групах.

Факторами, котрі спричинили такі зміни, є бойові дії, котрі відбуваються в Україні. Доцільно сформулювати теоретичне розуміння процесу трансформації, а саме: як це впливає на мотиваційну сферу, які чинники беруть участь у самоактуалізації, що є адаптаційним моментом, а що слугує компенсацією. Таке розуміння дійсності через ціннісну сферу дозволяє пояснити спрямованість особистості, пріоритетність вибору, моральний компас та інклюзивність.

Зміни, що відбуваються зараз, все більше і більше трансформують парадигми, котрі були притаманні людям у нашій країні. Цей процес незворотний. Він зачепить усі сфери життя людини, зокрема міжособистісну, трудову, суспільну.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій**, у яких започатковано розв'язання цієї проблеми і на які спирається автор. Ціннісна сфера особистості була пріоритетна за кордоном майже у всі часи, починаючи зі становлення та розвитку психологічних шкіл та напрямків.

Так, у 2020 році Український Центр Європейської політики провів «Світове дослідження цінностей» (“World Values Survey”, WVS), результати якого виявились такими: частина щасливих людей – 78%, частина незадоволених фінансовим становищем – 38,9%, відсутність відчуття небезпеки у власному помешканні фіксували 73,8% опитаних. У дослідженні представлена таблиця змін з 1996 р. до 2020 р., де можна прослідкувати збільшення кількості людей, котрі хочуть більше вільного часу (1996 р. – 26%, 2020 р. – 34,8%) [11]. Спираючись на ці дані, ми припускаємо, що різниця в отриманих результатах порівняно з сьогоднішнім може відрізнитись значною мірою через гарячу фазу війни.

Також Київський міжнародний інститут соціології у 2018 р. провів дослідження страху у населення країни та оприлюднив такі дані: страх голоду відзначали 27,3% опитаних, безробіття – 57,8%, нападу зовнішнього ворога на Україну – 36,9%, повернення до порядків часів застою – 11,3%, розпаду України як держави – 25,6%, наслідків катастрофи на ЧАЕС – 12,2%. [9]. Зазначені дані відносяться до моменту, коли проблемогенна ситуація була відносно локальною, зосередженою у Луганській та Донецькій областях. Коли бойові дії торкнулись всіх і кожного, показники досліджень будуть інакшими.

Наприкінці 2022 р. О.О. Кравченко та К.О. Чупіна з УДПУ ім. Павла Тичини провели

дослідження потреб серед ВПО, котрі проживали в Уманській громаді. Дослідження показали, що фінансової допомоги потребує 84,4% опитаних, матеріально-технічної – 13,3%, медичної 17,2%, психологічної 17,8%. Також було зазначено, що рівень втомлюваності склав 81,1%, тривожності – 78,9%, збудливість та агресивність досягла 73,9% [3]. З огляду на дані цього дослідження є можливість зробити висновок, що нині першочерговою задачею у громадян є закриття базових потреб, таких як їжа, безпека, сон, медична та психологічна допомога. Отже, цінності, що були притаманні людям до лютого 2022 року, можуть бути зовсім неактуальні, що прямо впливає на мотиваційну спрямованість особистості.

У 2023 р. О.В. Медведєва, проводячи дослідження серед ВПО, зазначила, що психологічне благополуччя прямо залежить від процесу реалізації власного потенціалу, досягнення цілей, відчуття власної цінності [5]. Такі дані підтверджують думку психолога гуманістичного напрямку А. Маслоу, що особистість орієнтується на самоактуалізацію як основоположну ціннісну спрямованість, а вже на базі цієї потреби вибудовується відношення до соціуму та життєвих труднощів [1].

Виклад основного матеріалу. Проблема розглядання ціннісної сфери особистості є однією з найважчих через суб'єктивний погляд індивіда на суспільство та події, що в ньому відбуваються. Отже, під ціннісною сферою вчені розуміють суб'єктивне сприйняття особистістю навколишнього середовища з моральної, етичної, ідеологічної та естетичної точки зору, що ідеалізується у внутрішньому світогляді. Також до переліку компонентів важливо додати мотиваційний комплекс індивіда, котрий залежить від внутрішнього або зовнішнього прояву ціннісних орієнтацій.

У своєму дослідженні Н.М. Мишко пропонує поділ ціннісної сфери з огляду на мотиваційні складники:

- потребо-мотиваційні аспекти життєдіяльності;
- ціннісно-сміслові аспекти;
- психологічну готовність до майбутніх дій [6].

Під компонентами потребо-мотиваційних складників учені розуміють потребу у безпеці як фізичну, так і психологічну, потребу інклюзії, потреби, спрямовані на самореалізацію, та егоцентричні потреби. Звернімося до досліджень О.О. Кравченко та К.О. Чупіної з УДПУ ім. Павла Тичини, які зазначили вкрай великі показники у базових потребах серед ВПО. Порівнюючи ці дані з дослідженнями 2020 року Українського Центру Європейської політики «Світове дослідження цінностей» (“World Values Survey”, WVS), ми виявили, що більшість мешканців країни відчувала себе в безпеці, перебуваючи

вдома. Таким чином, можливо екстраполювати ці дані на все населення країни, адже під час воєнного конфлікту навряд чи відчуття безпеки може бути притаманним більшості та мати мінімальне значення.

Компоненти, що стосуються ціннісно-смилових аспектів, можна визначати як цінності внутрішніх бажань, таких як гедонізм, соціальна культура, котрі групуються у блоки індивідуальних, соціальних та змішаних взаємовідносин. Так само у дослідженнях 2020 р. Українського Центру Європейської політики «Світове дослідження цінностей» («World Values Survey», WVS) було показано, що населення країни має велику потребу у вільному часі, самореалізації та самоактуалізації. Протиставляючи цьому дані, отримані в кінці 2022 р. О.О. Кравченко та К.О. Чупіною з УДПУ ім. Павла Тичини, зазначимо, що у цьому дослідженні у людей спостерігалась велика втомлюваність, значний показник агресії та збудливість і значний показник тривожності. Таке порівняння показників наштовхує на висновок, що соціальна активність як у міжособистісному, так і у професійному плані буде значно зниженою задля збереження та відновлення психологічних сил.

Психологічна готовність до майбутніх дій є розумінням особистості власної професійної спроможності, тотожності між уявленням та реальністю, внутрішньо емоційним станом. Спираючись на дослідження 2023 р. О.В. Медведєвої, де було доведено, що психологічне благополуччя є проєкцією досягнення власних цілей та реалізацією індивідом внутрішнього потенціалу, зазначимо, що під час нестабільної ситуації в країні украй мала кількість населення може зберігати високий рівень професійних навичок та більш-менш стабільний емоційний стан задля втілення у життя цілей та мрій та перебувати у гармонійних взаємовідносинах системи «особистість – соціум».

Беручи до уваги вищезазначені факти, ми робимо висновок, що вплив соціуму на особистість є значущим і знаходиться у постійній противазі між внутрішніми уявленнями та зовнішніми проявами.

У дослідженні А. Павліченко [8] запропонований поділ ціннісних орієнтацій на два види – ідеальні та конкретні. Під ідеальними розуміють абстрактні поняття особистості, такі як безпека, добробут, свобода. Такі категорії є уявленнями зовнішнього прояву особистості через суб'єктивне сприйняття. Під ними автор розуміє внутрішньо спрямовані категорії, а саме: чесність, логічність, акуратність. Дані структури є складовими частинами морального, етичного та ідеалістичного спектру особистості та слугують рушійними або стримуючими факторами поведінкових проявів індивіда. Важливою особливістю даних категорій є узгодження їх між собою, адже

взаємодія ідеального уявлення та конкретного відношення може створювати внутрішні конфлікти в особистості.

Під час розгляду ціннісної сфери особистості Т. Тимошук виділяє основні положення, котрі будуть характеризувати ціннісну сферу особистості:

- ціннісна сфера є основоположною структурою у свідомості людини;
- цінності виступають вираженням культури та моралі суспільства;
- цінності є провідними компонентами, через які особистість взаємодіє з зовнішнім світом;
- через ціннісну сферу особистість створює власне бачення навколишнього світу та своє ставлення до нього [10].

Отже, є розуміння того, що особистість є цілісною психічною структурою, яка має ієрархічну структуру свідомості, де ціннісна сфера є основоположним компонентом. Через таку психологічну структуру особистість формує та проєктує своє ставлення до себе, соціуму та місця в ньому.

Підтверджуючи думку про цілісну психологічну структуру, С.Д. Максименко [4] дає концептуальне поняття: «Особистість — такий об'єкт, в якому внутрішнє і є тією інстанцією, яка в принципі визначає все існування людини як такої». Науковець наголошує, що всі структури особистості залежать від внутрішнього світу індивіда. Диференційне вивчення особистості має бути об'єднане в структуру. Отже, ціннісна сфера особистості є складовою частиною психологічного внутрішнього світу особистості та динамічним компонентом, котрий переходить з одного стану до іншого під час онтогенезу.

Таким чином, О.М. Целякова у своєму дослідженні розглядає ціннісну сферу як ієрархічну структуру спрямованостей особистості:

- 1) загальної спрямованості інтересів і прагнень особистості;
- 2) ієрархії індивідуальних вподобань і зразків;
- 3) цільових і мотиваційних програм;
- 4) рівня вподобань;
- 5) уявлення про дійсне і механізми селекції за критеріями значущості;
- 6) міри готовності й рішучості до реалізації власного «проєкту життя» [12].

У даній градації основою поділу слугують індивідуальні ціннісні орієнтири, сформовані або вже трансформовані в онтогенезі особистості. Поділ показує внутрішні процеси та значущість їх у ціннісних орієнтаціях особистості. Завдяки тому, що цінності мають градаційну структуру, зміни що відбуваються в якійсь частині, не вступають в конфлікт з більш фундаментальними структурами.

В. Дуб [2] у своїх роботах зазначає, що трансформація, або формування нових ціннісних орієнтацій особистості, відбувається

під час зміни соціального середовища та слугує задля адаптації. Мотиваційна сфера при таких змінах формує стратегії для вирішення конфлікту між внутрішнім уявленням з приводу обставин, себе, майбутнього та зовнішніми реаліями, котрі не відповідають міркуванням. Загалом такий конфлікт слугує для психологічного розвитку особистості та розвитку адаптаційної спроможності як у ціннісних поглядах, так і в цілому.

Підтверджуючи цю думку, О. Москаленко [7] зазначає, що, окрім розвитку та вдосконалення адаптаційних механізмів, особистість має змогу проявити розвиток нових соціальних ролей. Отже, особистість починає формувати досі не пізнані соціальні контакти, відкривати для себе інші сторони міжособистісних взаємовідносин та просувати свої ідеали. Базуючись на цьому, розуміємо, що будь-яка нова соціальна ситуація для людини є рушійною через задіяння значної кількості адаптаційних механізмів.

Висновки. Підводячи підсумок, зазначимо, що ціннісна сфера особистості є багатогранною і невід'ємною складовою мотиваційної сфери, слугує фундаментом для світогляду особистості, має ієрархічну структуру та є адаптаційним механізмом. Через зміни, що відбуваються в економічній, політичній та соціальній сфері України, відбувається трансформація ціннісної сфери.

Загалом можливо виділити такі дихотомічні критерії, за якими проводиться класифікація цінностей:

- 1) матеріальні та духовні;
- 2) прагнення альтруїзму чи егоїзму;
- 3) саморозуміння, тобто абстрактні чи конкретні цінності;
- 4) термінальні, інструментальні;
- 5) індивідуальні, колективні, суспільні.

З наведених вище класифікаційних компонентів є можливість зробити висновок, що поділ на компоненти проводиться через сприйняття особистістю себе через емоційну сферу та когнітивні компоненти. Також є поділ на взаємодію особистості з соціумом та формування чи трансформацію ціннісних орієнтацій.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Maslow A. *Motivation and Personality*. 2nd ed. New York : Harper & Row, 1970. 369 p.
2. Дуб В. Соціокультурні характеристики ціннісних орієнтацій вимушених переселенців. *Проблеми гуманітарних наук. Серія «Психологія»*. 2021. № 49. С. 61–71.
3. Кравченко О., Чупіна К. Соціально-психологічна реабілітація ВПО: з досвіду Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. *Габітус*. 2022. № 41. С. 251–254.
4. Максименко С.Д. Поняття особистості у психології. *Психологія і особистість*. 2016. № 1 (9). С. 11–17.
5. Медведєва О. Емпіричне дослідження особливостей соціального та психологічного благополуччя вимушених переселенців. *Габітус*. 2023. № 46. С. 188–192.
6. Мишко Н.М. Особливості розвитку мотиваційно-ціннісної сфери майбутнього психолога у процесі здобуття другої вищої освіти : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Харків, 2016. 23 с.
7. Москаленко О. В. Структурні компоненти ціннісно-сислової сфери особистості. *Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут»*. Серія «Філософія. Психологія. Педагогіка». 2013. № 1. С. 91–98.
8. Павліченко А. Ціннісні орієнтації у системі становлення особистості. *Психологія і суспільство*. 2005. № 4. С. 98–120.
9. Які проблеми турбують українців, травень 2018 : пресреліз та звіти / Київський міжнародний інститут соціології. URL: <https://www.kiis.com.ua/?lang=ukr&cat=reports&id=772&page=1> (дата звертання: 20.08.2023).
10. Тимошук Г.В. Сутність і структура ціннісного ставлення майбутніх економістів до професійної діяльності. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. 2014. Вип. 17. С. 241–249.
11. Український центр європейської політики : світове дослідження цінностей 2020 в Україні. URL: <https://ucep.org.ua/doslidzhennya/world-values-survey-2020-in-ukraine.html> (дата звертання: 20.08.2023).
12. Целякова О.М. Духовність і ціннісні орієнтації студентської молоді України в трансформаційному суспільстві. *Гуманітарний вісник Запорізької державної інженерної академії*. 2009. Вип. 38. С. 222–233. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpqgzdia\\_2009\\_38\\_24](http://nbuv.gov.ua/UJRN/znpqgzdia_2009_38_24).

## АКТИВІЗАЦІЯ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОСВІДОМОСТІ ПРАКТИЧНИХ ПСИХОЛОГІВ – МОЛОДИХ СПЕЦІАЛІСТІВ У СПОРТІ

### ACTIVATION OF THE PROFESSIONAL IDENTITY OF PRACTICAL PSYCHOLOGISTS – YOUNG SPECIALISTS IN SPORTS

*У статті проаналізовано поняття «професійна самосвідомість індивіда». Професійна самосвідомість – це усвідомлення людиною себе як суб'єкта майбутньої самостійної професійної діяльності. Професійна самосвідомість індивіда містить єдність знань про власні особливості, наявні професійні здібності й інтереси.*

*Рівень розвитку професійної самосвідомості є критерієм конкурентоспроможності фахівця та його потенціалу для досягнення успіху.*

*Професійна самосвідомість передбачає, зокрема, наявність таких особистісних компонентів, як свідомий вибір професії; сформованість відповідних здібностей і навиків; усвідомлення власних потреб і вимог суспільства; постановка перспективних цілей професійного розвитку; активне виявлення особистих інтелектуальних, емоційних і вольових рис; зіставлення власних професійних можливостей і суспільних запитів задля докладання зусиль досягнути певних результатів; безумовне прийняття постійного фахового самовдосконалення й самовиховання як професійної потреби, а також певний рівень самовизначення.*

*Представлено структуру професійної самосвідомості практичного психолога в спорті, яка включає такі компоненти: когнітивний, емоційно-ціннісний (регулятивний), мотиваційний, творчий.*

*Виокремлено умови, що сприяють розвитку професійної самосвідомості.*

*Визначено професійно необхідні якості практичного психолога в спорті. Розроблено спецкурс, який спрямований на оптимізацію професійної самосвідомості практичних психологів у спорті, формування в них цілісного професійного самовизначення, і представлено структуру заняття (етапи, завдання кожного етапу). Надано тематичний план спецкурсу; у якому зроблено акцент на ключових аспектах формування професійної самосвідомості молодих спеціалістів. Надано діагностичні методики для виявлення наявного рівня професійної самосвідомості й спрямованості молодого спеціаліста.*

**Ключові слова:** самосвідомість, діяльність, професійна самосвідомість, активізація про-

*фесійної самосвідомості, спеціальні курси, заняття з формування професійної самосвідомості.*

*The author analyzes the concept of the "professional identity of the individual". Professional self-awareness is a person's awareness of himself/herself as a subject of future independent professional activity. The professional identity of the individual contains the unity of knowledge about their own characteristics, available professional abilities, and interests. The level of development of professional self-awareness is a criterion of a specialist's competitiveness and potential for success.*

*Professional identity provides in particular, the presence of such personal components as conscious choice of profession; formation of appropriate abilities and skills; awareness of own needs, the requirements of the society and the teaching staff; setting promising goals for professional development; active identification of personal intellectual, emotional and volitional traits; comparison of own professional capacities and public inquiries for making efforts to achieve certain results; unconditional acceptance of continuous professional self-improvement and self-education as a professional need, and a certain level of self-determination.*

*This paper presents a structure of the professional identity of the practical psychologist, in sports which includes the following components: cognitive, emotional-value (regulatory), motivational, creative.*

*The author describes conditions that promote the development of professional identity.*

*A special course has been developed that aims to optimize the professional consciousness of practical psychologists, in sports to form complete professional self-determination and presents the structure of the lesson (stages, tasks of each stage). The thematic plan of the special course is presented, which focuses on the key aspects of the formation of professional identity of young professionals.*

*Diagnostic techniques for detecting the existing level of professional identity and orientation of a young specialist are given.*

**Key words:** self-awareness, activity, professional identity, activation of professional identity, special courses, classes forming professional identity.

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.37>

**Моспан М.О.**

к.психол.н., доцент,  
доцент кафедри психології та педагогіки  
Національний університет фізичного  
виховання і спорту України

**Вступ.** Уміння практичного психолога – молодого спеціаліста оцінювати свою професійну діяльність з огляду на найвищі фахові критерії є важливою передумовою професійного розвитку. Відповідне оцінювання професійної діяльності зумовлює прагнення вдосконалювати її, розвивати необхідні особистісні риси тощо. А можливо це за сформованої професійної самосвідомості.

Рівень розвитку професійної самосвідомості є критерієм конкурентоспроможності

фахівця та його потенціалу для досягнення успіху. Професійна самосвідомість є однією з важливих умов ефективної реалізації завдань практичного психолога в спорті.

Розвиток професійної самосвідомості досліджували С. Васьковська, В. Зайчук, Є. Зеєр, Є. Клімов, О. Лозова, О. Маркова, Л. Мітіна, Г. Радчук, Л. Римар, Л. Терлецька, Т. Титаренко, Є. Турініна, Л. Турищева, П. Чамата й інші.

Самосвідомість, у тому числі й професійну, варто розглядати як єдність трьох компонен-

тів: самопізнання, емоційно-ціннісного ставлення до себе та саморегулювання [3].

Професійна самосвідомість **характеризує певний рівень самовизначення** молодого спеціаліста, як-от: усвідомлення власної соціальної позиції, інтересів, нахилів, здібностей, обдарувань, якості загальної та спеціальної підготовки, професійних намірів [4].

Професійна самосвідомість передбачає, зокрема, наявність таких **особистісних компонентів**:

- свідомий вибір професії;
- сформованість відповідних здібностей і навиків;
- усвідомлення власних потреб і вимог суспільства;
- постановка перспективних цілей професійного розвитку;
- активне виявлення особистих інтелектуальних, емоційних і вольових рис;
- зіставлення власних професійних можливостей і суспільних запитів задля докладання зусиль досягнути певних результатів;
- безумовне прийняття постійного фахового самовдосконалення й самовиховання як професійної потреби [3; 4; 6; 7].

Задля сталого розвитку професійної самосвідомості молодий спеціаліст має розуміти і приймати **актуальні вимоги до його професійної діяльності**, зокрема рівня сформованості відповідних здібностей та осо-

бистісних якостей. Водночас професійна самосвідомість формується під впливом навколишнього професійного середовища й професійної діяльності. Тож *отримання професійних знань і вмінь, долучення молодих спеціалістів до різних видів практичної діяльності, прийняття професійних цілей та ідеалів у професійній діяльності є основними умовами професійного розвитку психолога-початківця в спорті* [3; 4].

Однак якість підготовки у вищому навчальному закладі за фахом на початку професійної діяльності може негативно позначитися на професійній ідентичності молодого спеціаліста. Наприклад, можуть проявлятися:

- а) недостатній рівень сформованості когнітивного компонента;
- б) кризовий період когнітивного й емоційно-мотиваційного компонентів;
- в) недостатня сформованість професійно важливих рис;
- г) дезінтеграція показників професійної ідентичності, що свідчить про відсутність її цілісності на завершальному етапі навчання [7].

Тому сприяти формуванню професійної самосвідомості практичного психолога в спорті є одним із провідних завдань на початковому етапі його професіоналізації. При цьому варто враховувати, наскільки багатокomпонентним феноменом є професійна самосвідомість (див. таблицю 1).

Таблиця 1

**Структура професійної самосвідомості практичного психолога в спорті**

Компоненти	Ознаки
Когнітивний	– знання особливостей професійної психологічної діяльності й вимог, що висувають до професіонала, актуалізовані у ставленні до себе як суб'єкта професійної діяльності; – адекватна загальна та професійна самооцінка; – самооцінювання особистості: розуміння себе, своєї професійної поведінки, емоційне ставлення до самого себе. Професійна самосвідомість опирається тут на професійну самооцінку – ретроспективну, актуальну, потенційну, ідеальну; – позитивне оцінювання себе загалом, визначення своїх позитивних рис і перспектив, що сприяють формуванню позитивної Я-концепції
Емоційно-ціннісний (регулятивний)	– оцінювальне ставлення до професії; – особистісний сенс психологічної діяльності; – усвідомлення норм, правил, моделей своєї професії як еталонів, емоційне ставлення до себе як до професіонала; – усвідомлення своїх особистісних рис і рис інших людей, порівняння себе з певним абстрактним або конкретним колегою, урахування оцінювання себе як професіонала з боку колег; – задоволеність зробленим вибором
Мотиваційний	– професійна спрямованість; – пізнавальні мотиви, мотиви саморозвитку, самовизначення; – потреби самореалізації в цій професії; – визнання цілі – досягнення вершин у професійному зростанні
Творчий	– творча активність під час професійного становлення; – самовдосконалення; – захопленість; – цілеспрямованість; – самостійність; – самоорганізованість; – самоосвіта

Серед умов, що сприяють розвитку професійної самосвідомості, варто виділити такі:

а) спрямованість особистості на самовиховання й використання своїх індивідуально-психологічних характеристик у процесі виконання навчально-практичних завдань, сприйняття себе як суб'єкта діяльності;

б) використання колективних форм пізнавальної діяльності, групової апперцепції, рольових завдань, за допомогою яких активно засвоюються необхідні професійні стандарти;

в) організація оціночної діяльності – самооцінка та групова оцінка студентами професійно важливих рис [3].

Мірилом професійної самосвідомості практичних психологів у спорті має бути **професійний типаж-стереотип**, складений із персоніфікованого уявлення про професію чи з узагальненого образу типового професіонала. Цей типаж-стереотип розвивається пропорційно з набуттям нових знань і розвитком молодого спеціаліста. У процесі набуття досвіду професійна самосвідомість розширюється, тож критерії оцінювання своїх можливостей змінюються. Це відбувається завдяки новим якостям опанованої професії й зумовлює нові вимоги до себе як до професіонала [2].

Хоча професійна самосвідомість може формуватися стихійно, та все одно ліпше, коли впроваджують спеціальну навчальну діяльність задля її розвитку та становлення.

**Мета статті** – представити спецкурс «Оптимізація професійної самосвідомості практичних психологів – молодих спеціалістів у спорті» як один із напрямів формування професійної самосвідомості молодих спеціалістів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Закінчивши вищий навчальний заклад, молодий спеціаліст має розв'язати низку життєво важливих завдань, що стосуються не лише професії, а й сім'ї, стилю життя, планів на майбутнє тощо. Тому в цей період, на початковому етапі професійної діяльності, так важливі становлення професійної самосвідомості та подальша професійна й особистісна самореалізація. Саме тому доречно організувати спеціальну діяльність з управління процесом формування професійної самосвідомості молодого спеціаліста, установа його професійної Я-концепції.

**Мета спецкурсу** – оптимізація професійної самосвідомості практичних психологів у галузі спорту, формування в них цілісного професійного самовизначення.

**Завданнями спецкурсу є такі:**

- сформувані загальні уявлення про особливості професійної самосвідомості;
- оптимізувати професійну самосвідомість;
- сформувані стійкі внутрішні професійні мотиви;
- розвинути професійні інтереси;

- підвищити рівень професійної спрямованості;

- розвинути професійні здібності – спеціальні фахові, організаторські, комунікативні, творчі;

- підвищити рівень потреби у професійній самоосвіті й самовихованні;

- узагальнити й систематизувати отримані знання, сформувані цілісне уявлення про професійну самосвідомість.

**Структура курсу.** Для виявлення наявного рівня професійної самосвідомості та спрямованості молодих спеціалістів спецкурс бажано розпочинати з початкової діагностики. Отримана інформація допоможе в підборі завдань і вправ, у визначенні їх співвідношення, складності, послідовності, а також дасть змогу враховувати індивідуальні особливості кожного молодого спеціаліста, що одразу підвищить конструктивний інтерес слухачів до спецкурсу.

Визначити рівень професійної самосвідомості молодого спеціаліста можна за допомогою таких діагностичних методик:

- «Мотивація професійної діяльності» Кетелін Замфір у модифікації Артура Реана;

- «Карта інтересів» Олександра Голомштока;

- «Диференційно-діагностичний опитувальник» Євгена Клімова;

- «Бланк професійних інтересів Стронга-Кемпбелла»;

- опитувальник Джона Голланда;

- «КОЗ-2», розроблена Віталієм Синявським і Борисом Федоришиним;

- «Модель професійного ідеалу психолога» Володимира Сагарді.

Зустрічі зі слухачами курсу відбуваються 12 разів, кожна зустріч триває до трьох годин.

**Метою першого заняття** є формування в слухачів спецкурсу загальних уявлень про особистісно-професійне становлення фахівця з практичної психології в спорті, місце й роль його професійної самосвідомості в цьому процесі.

Як будь-який тренінг, заняття спецкурсу базуються на основних засадах активного соціально-психологічного навчання: «тут і тепер», щирість і відвертість, принцип «Я», активність, конфіденційність.

На формування всіх компонентів професійної самосвідомості відводиться 10 занять. **Завершальне заняття** спецкурсу присвячене підбиттю підсумків і визначенню основних шляхів подальшої роботи молодих спеціалістів з професійної самоосвіти й самовдосконалення.

Тематичний план спецкурсу варто вибудувати так, аби донести до слухачів такі **ключові аспекти:**

- професійне самооцінювання й оцінювання колег;

- система взаємин і ставлень до себе й інших професіоналів, до професії загалом;
  - ціннісно-сміслова та мотиваційна спрямованість у професії – професійні цінності, ціннісні й смисложиттєві орієнтації, цілі в житті;
  - професійна рефлексія – розуміння себе як професіонала, професійні потреби й мотиви в пізнанні, уявлення про природу й людину, синергія, креативність;
  - емоційні переживання в професії – сила власного Я, самовпевненість, чутливість до себе, спонтанність, самоінтерес, задоволеність, емоційна насиченість життя, активність Я;
  - вольові прояви в діяльності – витримка, самовладання, відповідальність, самоконтроль;
  - професійна поведінка й соціальна активність – типи поведінки, поведінкова гнучкість, комунікативні й організаторські схильності, контактність;
  - професійна рефлексія – компетентність, образ Я-професіонала, професійна зрілість.
- Кожне заняття має структуру, наведену в таблиці 2.
- Орієнтовний тематичний план спецкурсу «Оптимізація професійної самосвідомості практичних психологів – молодих спеціалістів у спорті»:*
- Самосвідомість практичного психолога в спорті в контексті його професійного становлення й удосконалення.
  - Професійна свідомість практичного психолога в спорті та його місце в структурі особистості. Структура професійної самосвідомості.
  - Психологічні чинники, умови й механізми розвитку професійної самосвідомості практичного психолога в спорті.
  - Поєднання та взаємовплив професійних та особистісних якостей.
  - Професійний розвиток і професійна самосвідомість у психологічній діяльності.
  - Суб'єктна активність як чинник професійного розвитку. Регулятивний компонент

у структурі професійної самосвідомості практичного психолога в спорті.

- Формування професійно-комунікативної компетентності.
- Самооцінка в професійній діяльності.
- Професійна спрямованість особистості й професійне самовизначення.
- Ідентичність як психологічний феномен. Професійна ідентичність у психологічній діяльності.

Наприкінці спецкурсу бажано зробити контрольний зріз. У результаті проведеної нами підсумкової діагностики виявлено збільшення числа ознак професійної діяльності, що відображаються у свідомості молодого слухача, подолання стереотипів про професію й образ професіонала; більш цілісного уявлення себе в професійній діяльності.

**Висновки.** Самосвідомість молодого спеціаліста формується на основі розширення знань про необхідні йому якості як майбутнього психолога-професіонала в спорті. Цьому сприяє ознайомлення молодих спеціалістів – практичних психологів у галузі спорту із закономірностями формування особистості, розвитку вміння аналізувати свою діяльність, уміння дати собі характеристику (свої сильні або слабкі сторони).

Використання активних форм навчання для цілеспрямованого сприяння становленню професійної самосвідомості практичних психологів – молодих спеціалістів у спорті є продуктивним, сприяє самопізнанню (дає змогу молодому спеціалістові оцінити свої здібності, особистісні риси) та саморозвитку в галузі обраного ними професійного роду діяльності.

Перспективним напрямом дослідження вважаємо питання проектування, організації, апробації та поступового впровадження навчальних заходів з формування професійної самосвідомості в структурі професійної підготовки майбутніх психологів.

Таблиця 2

**Структура заняття**

Етап заняття	Завдання
Формування працездатності групи	створення атмосфери, за якої панує емоційна свобода, відвертість, прагнення до ефективної співпраці, взаємної довіри, щирості, готовності до саморозкриття, самоаналізу й самовдосконалення
Теоретичний етап	подання тематичної інформації у формі міні-лекторію
Обмін досвідом	обговорення результатів виконання домашнього завдання, обмін почуттями, враженнями; підвищення рівня довіри й відвертості між учасниками спецкурсу; отримання зворотного зв'язку задля вчасної корекції помилок, яких припустилися учасники спецкурсу
Змістовий етап	виконання вправ, спрямованих на досягнення основної мети заняття
Підбиття підсумків заняття	обмін досвідом, переживаннями, враженнями задля отримання інформації про суб'єктивне сприймання учасниками спецкурсу заняття
Домашнє завдання	самостійна робота учасників спецкурсу в уявних чи реальних ситуаціях; закріплення набутих навичок, використання досвіду, отриманого на занятті



**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Діяльнісна самореалізація особистості в освітньому просторі: монографія / колектив авторів : В.В. Бучма, О.В. Гурова, Л.В. Дзюбка та ін.; за ред. С.Д. Максименка. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2017. 262 с.
2. Калюжна І.П. Тренінг професійного самовизначення: навчально-методичний посібник / під наук.ред. В.Р. Міляєвої. Київ : Альфа Реклама, 2019. 80 с.
3. Мартинюк І.А. Розвиток професійно важливих якостей у майбутніх психологів для роботи в школі : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.08 / Інститут психології імені Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2004. 16 с.
4. Римар Л.В. Формування професійної самосвідомості майбутніх учителів у процесі вивчення педагогічних дисциплін : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01. Вінниця, 1999. 214 с.
5. Семиченко В.А. Психологічна структура педагогічної діяльності Київ : Вид.-во поліграф. центр «Київськ. університет», 2001. 230 с.
6. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ : Либідь, 2003. 376 с.
7. Турніна О.Л. Психологічні особливості професійного самовизначення учнів профільних підкласів: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Національний педагогічний ун-т імені М.П. Драгоманова. Київ, 1998. 218 с.

## СЕКЦІЯ 8

### СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ЮРИДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

#### ІМПЕРСЬКИЙ ОБРАЗ РОСІЙСЬКОЇ «ВЕЛИЧІ» ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ІМПЕРСЬКУ ПСИХІКУ РОСІЯН

#### THE IMPERIAL IMAGE OF RUSSIAN "GREATNESS" AND ITS INFLUENCE ON THE IMPERIAL PSYCHE OF RUSSIANS

У статті проаналізовано феноменологію імперського образу «величі», його психологічну природу, особливості, динаміку, інваріантність при змінах модусів вияву. Наголошено, що він є онтологічною основою психічної екзистенції імперців на індивідуальному, груповому, макрорівні і впливає на: сприйняття росіянами своєї ідентичності, самопрезентацію, сприйняття інших; їх поведінкові реакції стосовно «чужих», влади, відношення до себе; на емоційно-вольову сферу (почуття захоплення імперськими успіхами, емоційну підтримку «своїх» насильників, вивищення себе у своїй самосвідомості над іншими, гордістю, переживання психічної травми з приводу розпаду імперії, агресивність); ригідність міжнародного спілкування, невизнання своєї імперськості як девіації за демократією, громадянський інфантилізм, авторитаризм; неусвідомлення колективної тіні (жорстокості, нечутливості до життя, комплексів зверхності/меншовартості, ксенофобії, шовінізму, антидемократизму, великодержавності, неприйняття розпаду імперії як норми, неготовності визнавати права менших держав на власне самовизначення і незалежне від імперії існування, страху перед владою, інтелектуального обслуговування її імперських комплексів, фобій щодо сепаратизму, стигматизації «ворогів»), відокремлення себе через образ від єдиного буття, спотворення лібідо); обмеження свободи, зокрема в науці психології; дисбаланс архетипів анімуса та аніми, персони, активізація захисних механізмів імперського еґо, проєкції, породження еґоцентризму, імперського еґоїзму, циклічні війни, нездатність імперців помічати імперські когнітивні дисонанси.

**Ключові слова:** образ, імперія, імперський образ «величі», комплекси, психічна травма, архетипи, війна.

*The article analyzes the phenomenology of the imperial image of "greatness", its psychological*

*nature, peculiarities, dynamics, and invariance when the modes of manifestation change. It is emphasized that this image serves as the ontological basis of the mental existence of the imperials at the individual, group, and macro levels, and it affects numerous aspects, for instance, Russians' perception of their identity, their self-presentation, perception of others, behavioral reactions in relation to "strangers", authorities, attitude towards themselves. It also has influence on the emotional-volitional sphere (feeling of admiration for imperial successes, emotional support of "their" offenders, their superiority over others in their self-consciousness, pride, experiencing mental trauma due to the collapse of empires, violence); rigidity of international communication, non-recognition of their imperialism as a deviation from democracy, civil infantilism, authoritarianism. The imperial image of "greatness" impacts the lack of awareness of the collective shadow, which manifests itself through aggressiveness, cruelty, insensitivity to life, superiority and inferiority complexes, xenophobia, chauvinism, anti-democracy, great-power ideology, failure to accept empire collapse as the norm, unwillingness to recognize the rights of the minorities to their own self-determination and existence independent from the empire, fear of authorities and intellectual maintenance of their imperial complexes, phobias about separatism, stigmatization of "enemies", one's separation from sole existence, and distortion of libido. Moreover, it has effect upon the restriction of freedom, especially, the creative freedom in sciences, such as psychology. Finally, the influence of the imperial image of "greatness" on the imbalance of animus and anima archetypes forms the persona, activates the defense mechanisms of the imperial ego and projections, giving rise to egocentrism and imperial egoism, cyclical wars, inability of imperials to notice imperial cognitive dissonances.*

**Key words:** image, empire, imperial image of "greatness", complexes, mental trauma, archetypes, war.

УДК 159.923.33(=161.1):323.14  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.38>

**Буркало В.В.**

к.філос.н., доцент,  
доцент кафедри політології  
і державного управління  
Ужгородський національний університет

**Постановка проблеми.** Війна і окупація росією української території, щоденні обстріли, сотні тисяч загиблих, стерті міста, злочини проти людяності, підтримка росіянами новітнього варварства – це не тільки цивілізаційний шок і стрес для здорової психіки, а й привід осмислення того прихованого в психічному соціумі, що породжує подібне. Виникає питання про те, що саме живить російську вікову агресію. Чи є якийсь образ, і яка його природа, що уможливорює російські

війни в XXI ст. за інформаційної прозорості, після трагедій двох світових воєн, неприйнятності війни як засобу розв'язання конфліктів і форми відносин між людьми, народами?

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Росія донедавна розглядалась як одна із пострадянських країн, яка після розпаду СРСР шукає свій шлях до розбудови демократії. Та лексеми «союз», «федерація» в назві СРСР і російська федерація з їх формальними атрибутами федералізму є термінологічними

маніпуляціями. Їх психологічна суть – створення ілюзії сприйняття, яка блокувала б розуміння громадянами, науковцями цих політичних утворень як варіативних форм російської імперії, за якими ховається її імперський інваріант. Розв’язані за президенства Б. Єльцина, В. Путіна 2 чеченські війни, війна з Грузією 2008 р., анексія Криму, частини Донбасу в 2014 р., 4 терміни В. Путіна при владі зі збільшенням терміну перебування з 4 до 6 років, можливістю його переобрання ще на 2 терміни в 2024 і 2030 р. через підтримані росіянами поправки до конституції, експансіонізм режиму, неспровокований напад в 2022 р. й триваюча фаза війни з Україною увиразнили імперську природу росії й росіян.

Природа імперськості досліджувалась в українській науковій літературі не надто активно. «Імперці», «імперська свідомість», «імперськість», «імперська травма», «сприйняття», «імперський образ», «велич», тощо – ці, окрім слова «імперія», поняття, природа позначуваних ними явищ, психологічний вимір специфіки (політичної, культурологічної тощо) недостатньо порівняно із зарубіжними напрацюваннями [16; 21–24; 26], відрефлексовані у вітчизняній літературі, та все ж є предметом осмислення й аналізу [5; 6; 7; 11]. У росії, окрім поодиноких критичних доробків [15], імперське мислення блокує саморефлексію над власною екзистенцією або вихваляє, породжує її апологетів [12]. Психологічні особливості досліджуваного, його міждисциплінарність потребують опрацювання і знань з історії, політології, культурології, соціології, літературознавства, історії міжнародних відносин, дипломатії тощо, а також у межах психологічних дисциплін, напрямків, шкіл. Перед українськими психологами стоїть складне завдання. Але цинічна відкрита війна Росії, спрямована на знищення української ідентичності, вимагає відповідних зусиль та уваги науковців, зокрема психологів.

**Мета статті** – проаналізувати психологічну природу, специфіку варіативності модулів функціонування російського імперського образу «величі», прояв динаміку, значимість, вплив, приховані інтенції його психічного змісту, що живлять імперську суть агресивної поведінки російської вояччини і переважно не зустрічають опору навіть поміж російських гуманітаріїв, отримують підтримку з боку пересічного росіянина.

**Виклад основного матеріалу.** Образ є в основі образного мислення як однієї з форм мислення. Образ формує відповідну картину світу суб’єкта, спрямовує активність носія образу, його адаптацію, прагнення змін себе і інших відповідно до образу. Образи – живі структури психіки, а психіка – «наймогутніший факт у людському світі. Це матір усіх людських

фактів, культури і навіть людиновбивчої війни» [18, с. 153]. Імперія – політико-психологічний продукт демократично незрілої культури, що відображає громадянську, а отже, і психічну незрілість людини і соціуму. Вона є архаїчною формою організації держави і соціуму. Імперія, зокрема російська, заснована на:

- пануванні метрополії (московії) щодо колоній, жорсткій централізації влади на чолі з авторитарним лідером та правлячою елітою (політичний аспект);

- використанні агресивних війн, поглинанні і пограбуванні нових територій, перерозподілі ресурсів (людських, природних, фінансових, культурних, інтелектуальних, технологічних) в інтересах правлячої верхівки, соціальних груп, що є соціальною опорою імперії (дворянство за царату, номенклатура і робітничий клас в СРСР, олігархія в Росії разом з апаратом примусу (армія, поліція, спецслужби, чиновництво), без якого імперія б не функціонувала в інтересах домінуючого етносу (економічний аспект);

- створенні для таких груп соціальних (кар’єра, соціальна вертикальна та горизонтальна мобільність, житло, культурно-освітні переваги) переваг (соціальний аспект);

- асиміляції, денационалізації (зросійщенні) із заборотою чи витісненням національних мов, штучними диспропорціями на користь імперського етносу в можливості отримати якісну освіту, переманюванням талантів, русифікацією міст, геноцидами, насильним переселенням народів, репресіями проти культурних діячів колонізованих народів, таборами з ув’язненням всіх, хто опирається імперській нарузі, жорстким обмеженням культурних контактів з іншими народами поза межами і поза контролем імперії, імперським нав’язуванням і маркуванням культурного ландшафту мітками імперії – топонімами, героїкою, наративами.

Символами імперії наскрізь пронизується простір і час з розгалуженою мережею ідеологічного контролю за свідомістю підкорених народів, перетворенням їх в інструменти реалізації імперських проєктів, з сакралізацією всього, що зміцнює імперію (культурно-ідеологічний аспект).

Отже, у психологічному відношенні імперія заснована на насильстві, залякуванні, послухові, маніпуляціях, контролі, покараннях колонізованих, їх страхів перед насиллям, меншовартості, перевагах для «іногородців», які психологічно прийняли нав’язане як нову нормальність і готові діяти в режимі правил гри імперії, долучаючись до ілюзій власної величі імперців – носіїв імперської свідомості, перетворюючись психологічно із іногородців через внутрішню трансформацію психіки на імперських функціонерів.

У житті російського соціуму образ «величі» домінує. Ним пронизані всі сфери – політика, економіка, мистецтво, наука, освіта, спорт, церква, мова. Образ величі – ядро імперської (англ. empireness), яка є претензією імперців на імперський контроль, гегемоністське підкорення інших, панування [21, с. 20], «демонстрація влади над долею» [19, с. 60]. Образ задає структуру імперськості і зумовлює імперський зміст, характер, атрибутивні властивості, особливості російської імперської свідомості, мислення, почуттів, дій. Конкретність образу «величі» як великості живила просторовість московії, континентальний характер імперської експансії. Образ «величі» концентрується на особі князя, його титулові і перерахуванні підкорених. Кількісне збільшення територій, підкорених народів, етносів раціоналізує образ аргументами самовихваляння і самоствердження індивідуального й групового імперського его правлячої еліти, зміцнює образ ірраціональною вірою в свою винятковість, обраність. Агресивне поглинання народів, їх ресурсів модифікує просторовість образу в образ сили, могутності з «великими» полководцями, генералісімусами, армією, флотом. У звертаннях («великий государ», «ваша величність»), в гімнах («велика русь», «великий могутній радянський союз»), в неприродній двоголовості орла, що оглядає обшир, образ символізується, перетворюється на засіб маркування подій («велика жовтнева революція», «велика вітчизняна війна», «велика перемога»), осіб (царів, вождів, митців), власної культури (мови, літератури, науки, освоєння космосу), місць, споруд (великий театр), на мету розвитку (Століпінське: «Ім потрібні великі потрясіння, нам ... велика росія»), на політичну риторику і погрози [9], проекти майбутнього, утопії, дистонії, антиутопії [16], на конституційну заборону виходу колоніальних народів з путінської імперії. Задається вербальний і візуальний простір «величі» з його інтеріоризацією в процесі соціалізації. Конкретна предметна наочність образу поєднується з його абстрактністю, цілераціональною дією, ціннісною настановою. Він стає конструктом, інструментом імперської соціалізації, нумінозного впливу на слабо раціоналізовану свідомість росіян як інтуїтивно етичного інтроверта за своїм психотипом з їх легкою навіваністю щодо раціоналізованих месіанських систем подібно до марксизму.

Образ величі стає основою ідентичності і самоідентифікації («великороси»). Українці, нащадки Київської Русі, живлячи відсталу «московщину інтелектуальними силами» [13, с. 90] за Петра I, поступово стають «малоросами» з психолінгвістичним зміщенням конотації лексем [13, с. 81–96]. Вивищивши

себе в своїй самосвідомості над іншими, що «передається від ... покоління до наступного» [14], імперці нарошували гординю, тішачи егоцентризоване самолюбство, набуваючи оманливого почуття самоповаги від уявної власної первинності і вторинності решти. Самообман потребує постійного зовнішнього підкріплення, очікувань шаноби до себе з боку «не великих», зумовлює мовну ригідність у міжнаціональному спілкуванні, небажання опанувати мови народів, серед яких проживають імперці.

Здійснивши психологічне ранжування з пониженням рангу і обмеженням прав підкорених, імперці закріплюють свій психологічний статус у міфологемі «старшого брата». У свідомість індоктринується патріархальна субординація «молодший – старший», підкорення старшому, його обізнаності, правоті, силі, досвіду, знанню. Усувається рівноправність народів, можливість рівноправних відносин і співробітництва на демократичних засадах рівності. Захисний механізм імперського его з його грою ілюзій домінування закріплював таке: психологічно підлеглий статус всіх націй, етносів російській ідентичності як домінанті [5], яка єдино має право визначати «інтернаціональний» характер імперської держави, попри декларативну конституційну рівноправність, добровільність і право вільного виходу з СРСР; в імперській свідомості і семантичному полі росіян рф їх психолінгвістичне домінування над Україною в імперській формі російської мови з прийменником «на» лише щодо України (на Україні), вживаного щодо острівних держав (на Кубі) або власних територій (на Поволжі).

Великодержавність – атрибут ідентичності «великороса», магніт для закомплексованих «іногородців», позбавлених надій на власну індивідуальність за межами імперії, їх спосіб найлегшої вертикальної мобільності через імперську ідентифікацію у формі служіння правителю та імперії. Імперська самосвідомість стає самодостатньою з аргументованим апріорним правом на примус щодо тих, хто підриває життєздатність імперії. Опір імперській неволі стигматизується (зрадник Мазепа, бандерівці, чеченські бандформування, душмани). В. Васютинський зауважує: «Бути з ними у розумінні росіян — це бути під ними, це визнавати їхню вищість, їхню перевагу, захоплюватися ними. Як їм здається, вони здатні любити тих, хто все це визнав» [5]. Тож «братський» народ може вмиг перетворитися в «нацистів», яких «треба знищити як групу», що є геноцидом [7]. Це не просто психологічне несприйняття рівності, проявлене у реакції масової підтримки росіянами тривалого терору проти сусідів, а радше перверсія, яка чекає і на білорусів, якщо вони виберуть самобутність європейців.

Індекс зростання імперської величі як особистісної потреби на індивідуальному рівні

можна простежити в історичній самопрезентації монархів московії в їх титулах і самоназві (князь, великий князь, цар, імператор). Він відображає динаміку нарощування зрушень бажань власного самозвеличення в психічному аспекті монархів московії, екстеріоризованого в територіальній експансії. Інтеріоризована імпліцитна агресивність змісту імперського образу величі есплікується у вольових зусиллях монарха та правлячої групи з агресивним обмеженням волі інших суб'єктів, їх перетворення на об'єкти імперських волінь і домагань. Російська монархічна велич трансформувалась у «пролетарську» велич «вождя» («великий вождь», «вождь всіх народів»), «генсека» і, зрештою, в ліберального «президента». Проте в росії віднедавна законодавчо заборонено використовувати термін «президент» в назвах очільників «федеральних республік», як це прийнято було в Татарстані, Башкорстані, що:

- засвідчує фіктивність федералізму в імперській Росії, її власне імперську природу, яку ретельно імперці вуалюють;
- прагнення зберегти в самопрезентації вищої посадової особи росії пріоритет за метрополією;
- страх імперців перед можливістю набуття психологічної й політичної зрілості поневоленими, їх масовою індивідуалізацією, реалізацією свого права на самовизначення й незалежність від москви, тобто страх втрати «величі» метрополією, елітами, масами, що заснований на побутовому рівні [10].

Зауважимо, що назва «цар» етимологічно походить від «цезар» (з латини – “caesar”), титулу римських імператорів, і використовується самодержцями з 15 ст., а у середині 17 ст. постає тричлена формула «...всея Великыя и Малыя и Белья России самодержец» [20]. Як і прийнятий Петром I титул імператор, обидва титули вказують на: психологічну орієнтацію рацію російських імперців на «велич досягнень» саме західних володарів, попри психоемоційну близькість російських царедворців до деспотів Сходу; прийняття цих досягнень як стандартів власного самоствердження; знаходження ідеалу в минулому як зразка наслідування в майбутньому; констеляцію у свідомості образів величі, влади, території, могутності в єдиному образі «Москва – третій Рим», концептуально розгляданому в логіці імперської експансії. Оскільки два попередні Рими – Римська та Візантійська імперії – зникли, то московія (як «третій Рим, а четвертому не бути») в своєму психічному після падіння Константинополя в 1453 р. породила ментальне новоутворення – претензію на їх велич та навіть перевершення, а також переконання, що їй вдасться уникнути тієї ж долі. У груповому его правлячої еліти царату і церкви як його ідеологічної підпори ідеологема «третього Риму» була модифікацією ідеологеми «Москва – другий Київ», при-

ростом его-пожадань величі в міру посилення імперії.

Концепти «Москва – другий Київ», «третій Рим», слов'янофільства, всесвітньої пролетарської революції, світової системи соціалізму, «руського міра» – еволюційні модуси раціоналізації інваріанту «величі» у структурі імперського психічного в царській, комуністичній та путінській варіаціях. З позицій вікової психології концепт: а) «Москва – другий Київ», «третій Рим» – це стадії імперської дитини, яка нестримно прагне дорослості з наявністю взірця для наслідування; б) слов'янофільства – імперська підлітковість з претензіями на неповторну універсальність; в) всесвітньої революції, світової системи соціалізму – імперська дорослість як знання і досвід для дітей, недосвідчених, необізнаних (підкорених, сателітів, маріонеток), які повинні покладатись на старшого, довіритись, слідувати його вказівкам, підказкам, вимогам; г) «руський мір» – це радше імперська старість з внутрішнім конфліктом, за Е. Еріксоном, коли мудрість утиснута почуттями самотності, покинутості, образи на несправедливих нащадків, яких варто провчити.

Антифеміністське висловлювання «Хочеться, не хочеться, терпи моя красуне», адресоване Україні перед нападом, ймовірність якого категорично заперечувалась імперцями – не тільки свідомо настановою на насильство стосовно жінок особисто Путіна як ревнивого тирана, який вимагає покори, але і неусвідомлений вираз російського імперського анімуса стосовно аніми – душі (колективної психіки росіян). Образ величі з культом сили неодмінно утискує жіноче, яке здатне до співчуття, співпереживання, умиротворення, рівноваги, примирення, злагоди, дружніх відносин, пошуку співпраці, взаємовигоди, відмови від насильства. Століття культу імперськості знівельовало жіноче як рівновагу чоловічому в психічному росіян, підпорядкувало жіноче і чоловіче начала державі як політичному виразу величі і домінування, вторинності жінки в сім'ї, політиці, бізнесі, освіті, її ролі обслуги чоловіків, їх імперських нахилів, або з вираженим напористим жіночим анімусом, як у Катерини II, відомих пропагандисток чи тих, хто закликав своїх чоловіків гвалтувати українок. Дисбаланс між анімусом та анімою в бік чоловічого, силового, розширювального коштом жіночого, люблячого, єднавчого посилює внутрішній розрив між началами, блокує демократизацію свідомості, звужує внутрішню свободу, бачення альтернатив, посилює комплекси, внутрішню психічну, міжгрупову напругу, руйнує імперії зсередини. І навпаки, рівновага начал сприяє співпраці, відродженню цілісності на засадах демократії, добровільності (Євросоюз як «відродження» римської імперії).

Зворотна сторона величі – комплекси росіян в дуальності полюсів, шовіністичній зверхності щодо «братів» (хохли, армяшки, чухонці, грузини «гризуни» – унеможлиблюючи рівність відносин [17, с. 34]) та меншовартості щодо Заходу у формі протистояння, привабливості/запереченні чи в сором'язливому замовчуванні запозичень «сакрального», наприклад, «тато» – «папа» (від *pater, piter* в значенні батька, зберігшись в слові «Юпітер», «батько богів», побудоване на «*piter i deiew*, бог, в індоєвропейській мові» [25]) – є запозиченням окатоличеного «рара» від французького дворянства російською елітою, яка відмовлялась від нестатусної російської.

Велич – це зміст архетипу імперської російської персони, обличчя, яким вони хотіли би бути в очах інших, домагання шани до себе. Вона є компенсаторним механізмом власної безпомічності підданого царя перед диктатором, його апаратом насилля та корупції і відображає доправовий стан ментальності росіян, внутрішню запізнілу модернізацію якої зупинив червоний терор і сталінізм. Їх імперське самоусвідомлення передувало національному. Громадянська інфантильність росіян, які так і не доросли до правосвідомості, – наслідок перебудовання під сугестією імперської величі. Політичний психолог В. Кім зауважує: «Якщо ви у росіян заберете їхню імперськість, ви одночасно заберете й ідею величі, тому сучасних росіян без імперії уявити складно. Ця система ... буде вельми нежиттєздатною» [6].

Почуття зверхності водночас з комплексами громадянської неповноцінності щодо власного авторитарного режиму та щодо Заходу і їх емоційною компенсацією в агресії, шовінізмі до своїх «іногородців» (війни проти чеченців, страх перед «кавказцями», неприязнь до них, до «вузькооких») та сусідів («нацистів») – неусвідомлений архетипний зміст колективної «тіні» імперського психічного. Імперська «тінь» (агресивність, зверхність, гординя, жорстокість, нелюдність [27], брехливість, нечутливість до життя, ксенофобія, ілюзії духовності, готовність фізично знищувати будь-кого, хто опирається матриці) – основа і пружина рашизму, яка віками екстеріоризується в зовнішній експансії. Непогамована модерном за психічної незрілості з відсутністю громадянського суспільства, демократичного досвіду, з агресивністю і консерватизмом правлячих еліт, холопством науковців, митців, імперською природою московських попів, імперська «тінь» не усвідомлюється ні науковою, ні громадською елітою, періодично активізується, знаходить самовиправдання імперського еґо, як у О. Пушкіна [2], і виливається в криваві війни з сусідами, зі світом, в практики боротьби з внутрішніми ворогами. Цикл імперської екзистенції відновлюється, «тінь» себе

проявляє, щоб бути усвідомленою «самістю» і внутрішньо вже подоланою, а час існування чергової варіації імперії росіян скорочується (царська ~ 370 р., радянська ~ 70 р., пострадянська ~ 30 р.).

Образ величі вкарбовувався у підсвідомість у школі візуально, світоглядно, концептуальним наповненням. Наочна образність візуалізації здійснювалась у формі політичної, географічної карти світу, де царська, СРСР чи сьогодняшня росія є домінуючим обширом, який вимагає просторового зміщення уваги при її розгляді, руху очей, усвідомлення її необмеженості на півночі і виходу до морів-океанів на Сході й Заході. Сугестивність навіювання образу величі підкріплювалось в СРСР червоним кольором на карті, який збуджує увагу, викликає в нервовій системі радше настанову на боротьбу, ніж умиротворення. Червоні зірка, прапор як політичні символи імперії, зірки з «великим» Леніним, червоні галстуки, комсомольські (вікові групи 7–10, 11–14, 14–28 років) партквитки асоціативно формували нейронну мережу у мозку, прив'язуючи самоусвідомлення до ідентифікації себе з цим обширом, усвідомлення себе часткою цієї просторової величі. Доктринальна інтерпретація червоного кольору як крові, пролитої за «свободу трудящих» від еґотів-капіталістів додатковим імпульсом стереотипізувала мислення в замкнутому просторі рамок міркувань «велич – простір – свобода – боротьба – ми – наше» з антиномічним «вони – не ми – вороги – невільні – обмежені – малі». Такими коридорами нейромережі легко індоктринувались відповідні концепти, які відформовували свідомість мас під запити правлячої еліти з подоланням логічних, психологічних, етичних бар'єрів внутрішнього мисленнєвого опору навіюваному. Вікові групи їх легко відтворюють, а старші були і є соціальною опорою агресії Путіна.

Раціоналізація образу просторової величі йшла через її переведення в числовий вимір як однієї шостої земної суші, яку займав СРСР, з емоційно позитивною конотацією вербального захоплення, почуттям гордості за емпірично дане обдарованих долею цією даністю. Словосполучення «земної суші» надає сприйняттю глобальності і винятковості. Асоціативно у слабо рефлексивному мисленні логічним є наступний крок у сприйнятті себе як обраного, обласканого природою чи Богом бути серед великого. І тут є ще один психологічний блок ілюзії величі, коли вербальність тексту чи озвученого про 1/6 не конкретизувалась в числовій відсотковій символізації арифметичної дії над числом 1/6 як 16, 6667% цієї суші. І суть не в нумерологічних острахах щодо 6-ки, а в тім, що число 16, 6 не є вражаючим, не придатне підтримувати зовнішню ілюзію величі,

радше демістифікує, здрібнює сприйняття себе, «нас» у внутрішньому просторі імперця.

Вибірковість імперського мислення відби-рала факти, події, вибудовуючи логіку імперських нарративів, які б підтверджували власну велич. Образ Росії в кільці ворогів (у період громадянської війни, спалення Москви Наполеоном, німецька окупація), відновлення СРСР-імперії укорінили в ментальності росіян віру в свою велич, непереможність, вседозволеність, правоту. Екранізація, пропаганда все це підсилила. Сьогоднішні санкції за агресію накладаються на образи, блокуючи реалізм їх сприйняття. Енергії лібідо цих оманливих якостей замурували розум росіян у в'язницю нечутливості до ближнього, знецінення життя людини, атрофії співчуття до жертв насилля, особливо якщо воно виправдовується «дозволом» правителя. Це звільнення своєї свободи волі виконавцями від обмежень, вивільнення внутрішньої агресії, зняття відповідальності з себе, інфантильне перекидання її на владу. Велич росії в імперському сприйнятті переважає велич людяності.

Відчуття і сприйняття «величі» задає порівняння зі стандартом, суб'єктивність вибору стандарту, його зовнішню заданість, почуття задоволення/незадоволення щодо його досяжності. Стандарт територіальних загарбань попередників для чинного суб'єкта влади – відправна точка відліку. Збільшення території – ознака успішності. Задається лінійна прогресія мірила психологічної оцінки можновладця, його величі. Усвідомлення політиком такої заданості – фактор самооцінки, порівняння з пращурами, джерело внутрішньої психічної напруги, що вимагає розрядки. Титул «імператор» – спосіб фіксації власної персони в історії як першої в шереху «великих». Петро I з його завоюваннями, акцентуаціями стає «Петром Великим», де велика літера «В» навіть в антимонархічну радянську добу фіксує в масовій свідомості імперців «велич наших». Сталін стає «великим менеджером», попри демоцид [26], і разом з «великою» Катериною II [12, с. 223] дана трійця – психологічний орієнтир для Путіна, мотиватор нападу на Україну.

Корелят залежності свідомості імперської маси від їх уявлень про російську «велич» проявляється в їх виборі 5-и «великих» серед «10-ти найвидатніших осіб всіх часів і народів»: тільки «свої», 4 імперці – Ленін, Петро I, Путін, Сталін (перший у рейтингу за 2012, 2017, 2021 р. соціопитувань) і апологет імперії Пушкін [3]. Пам'ятники Сталіну в росії, Катерині II в Севастополі й Одесі – це не безневинні історичні забави, а розгортання психічних змістів «величі» колективного імперського его з трагічними наслідками. Філософ С. Грабовський в 2008 р. застерігав, що «це символ історич-

них прав ... Росії на ці землі, що ... входять до складу України». Й «історія з пам'ятником гідна психіатричної та психоаналітичної експертизи і скидається на ... циркову виставу» [4], трагізм якої тепер спостерігаємо, але психоаналітичну роботу ще не зроблено.

На груповому і макрорівні за СРСР «велич» порівняння переносилась на США, Захід як: стандарт, який треба перевершувати у кількості зброї, тон продукції на душу населення, польотів у космос, перемог на чемпіонатах світу, олімпіадах; об'єкт імперських проєкцій росіян. У росії це посилювало прагнення розкласти західну демократію і політиків корупцією, включенням їх в наглядові ради російських компаній-монополістів, отриманням престижного права (прояв архетипу імперської персони) на проведення зимової Олімпіади (Сочі, 2014 р. з держпідтримкою підміни аналізів російських спортсменів, уникнення допінг-контролю і перемогою в заліку медалей), Чемпіонату світу з футболу в 2018 р., попри анексію Криму.

Створюється своєрідний імперський психічний «геном», гештальт, що передається у спадок незалежно від історичної доби, суспільного ладу, прогресу цивілізації. Національність-носія (німкеня, грузин) є вторинною, імперська ідентичність, приріст (території, слави, здобутків, агресії) імперії – онтологічна атрибутивність. Розпад царської імперії, незалежність колоній травматизували психіку «білих», «червоних», солідаризували «класових ворогів» у їх намаганнях силою повернути в імперію Польщу, Фінляндію, Україну, Білорусь, країни Балтії, Грузію, Вірменію та інші країни (українсько-білогвардійське протистояння (1918–1920), радянсько-польська (1919–1920), радянсько-українська (1917–1921), фінська війна (1939–1940, 1941–1944 р.), грузинська (1921), введення військ (1918–1919) в Латвію, Литву, Естонію, їх окупація в 1939 р.). А розпад СРСР в імперському сприйнятті – це «геополітична катастрофа ХХ ст.». Натомість афганська війна (1979–1989 р.), експорт «революцій» є інерцією патернів імперського мислення і дії в глобалізованому відчутті себе наддержавою. Дане відчуття є закономірним продуктом еволюції образу «величі», некритичного відношення до власної поведінки. Циклічно, зокрема через 100 років, імперський реваншизм із надр психіки знов агресивно екстеріоризувався як спосіб експліцитної «солідарної терапії» (схвалення анексії) всіма партіями в парламенті рф власної травми від розпаду вже 2-ї імперії росіян – СРСР.

«Прорубав вікно в Європу» – поетична метафора легітимації анексії у свідомості російських імперців, схвальна оцінка нащадками агресії Петра I і в радянських підручниках, спосіб переключення уваги з етично

неприйняттю і її фіксації на психологічно позитивному в психічному просторі імперців, засіб цілеспрямованого навіювання, перетворення споживачів імперського продукту в «патріотів» насилля, привід для обґрунтування «споконвічності руських земель», права їх повернення силою в «рідну гавань». «Встали з колін» – наступна, вже путінська посттравматична метафора претензій на велич, обґрунтування анексії захисним механізмом імперського еґо для уникнення розвінчання його ілюзій раціональним розрізненням імперської девіації простотою логіки запитання: «Чому, коли, хто їх поставив на коліна?».

Ціна «величі» (61 911 000 жертв тільки в СРСР за 1917–1987 р. [26], долі людей) перебуває поза фіксацією уваги. Безініціативність, знеособлення є закономірним наслідком функціонування індивіда в логіці домагань і обмежень свободи в системі «імперія – авторитарний лідер (з необмеженою свободою прийняття одноосібних рішень) – авторитарно/тоталітарний режим – війна – наказ, дисципліна, послух, безвідмовне виконання ціною власного життя». Обмеження свободи лояльністю імперії, несення тягаря імперської політики посилює дисфункції імперії, її кризи, внутрішню агресію людини, яка вимагає вивільнення з надр психіки в періодичних війнах, що й спостерігаємо в діях росіян, попри завчене «Ми – за мир!», «Світу – мир!». Воно вкладається в схему К. Юнга: посилення внутрішньої напруги – невроз – психоз – масова психічна епідемія у формі політичних рухів, подій (заколоти, революції, війни). Спрямування імперською владою агресивних енергій лібідо імперських мас на зовнішнього ворога є: способом утримання еліти при владі, потребою в нових джерелах розвитку за рахунок пограбувань, приєднань. Психічна інфляція лідера, правлячої еліти за психічної дефляції мас, що психічно збурюються і відчують тимчасовий прилив спотвореної психічної енергії при «успіхові», дає ефект ейфорії («Крим – наш!»), гордоців, імперської єдності, гуртування довкола диктатора. Однак спотворене лібідо колективної тіні, коли «критична маса» росіян є «нижчою від рівня базової людяності, інакше Путін не зміг би прийти до влади і ... перетворити Росію ... в імперію» [27], має неминучі психологічні деструктивні наслідки для її носіїв.

Отже, образ «величі» в якості нейролінгвістичного програмування оволодів росіянами, нездатними помітити такі когнітивні дисонанси: «велич» і громадянська інфантильність росіян, завчена безпомічність перед авторитаризмом; «велика» культура і масова підтримка війни; «велич духовності» і масовий внутрішній терор та зовнішній державний тероризм імперії; лицемірна православність і нелюдність (порушення канону «Не вбий!»); бажання

величі та неусвідомлення її онтологічної суті: «Хто великим із вас хоче бути, хай буде слугою він вам» [1, Мв 20:26]; вербальний антифашизм і реальний рашизм; прагнення в майбутнє і занурення в середньовіччя [16].

**Висновки.** Розпад 2-х імперій росіян (царської, СРСР) не став приводом для усвідомлення власної імперської екзистенції, самовідтворення себе як імперців, невідповідності психічних станів, процесів в імперському організмі психічному здоров'ю демократично зрілої людини, пошуку психічних порушень у функціонуванні соціальної психіки, критичного переосмислення себе. Шанс демократизації, одужання без десталінізації, інтроспекції, без усвідомлення власної імперськості вчергове циклічно редукував в ресентимент, реваншизм, в режим функціонування Росії як імперії з неминучими війнами – продуктом психічного імперців.

Імперський образ «величі» – продукт індивідуального і колективного еґо росіян, їх претензій на особливість, контролю над іншими як компенсація безпомічності перед авторитаризмом. Попри варіативність в 3-х імперіях, образ має свій психічний інваріант (великодержавність, експансіонізм, месіанство, насильство, авторитаризм, правота, зверхність), є онтологічною основою психічного росіян, впливає на всю структуру психіки всіх соціальних груп, формуючи колективну «тінь», яку вони воліють в собі не помічати, здійснюючи проєкції на «ворогів» з готовністю і виправданням їх знищення, відмовою від категоричного імперативу, ізоляцією, неготовністю жодної групи добровільно відмовитися від «величі». Російські науковці, психологи переважно омивають дану проблему через відсутність творчої наукової свободи в росії, імперську ідентичність, або маніпулятивно «обґрунтовують» політику кремля.

Українцям випала доля бути дзеркалом російської тіні. Вітчизняні психологи, вільні від імперськості, можуть допомогти росіянам деокупувати свою психіку від тіні, пройти, як німці, деімперіалізацію, перестати бути загрозою для себе, сусідів, світу в своїй імперській іпостасі, стати на шлях демократії і прийняття права інших народів бути собою.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Біблія / перекл. І. Огієнка. URL: [ukrbible.at.ua](http://ukrbible.at.ua).
2. Буркало В. Імперська матриця свідомості пушкінського вірша «Наклепникам Росії» і її паралелі та декодування в Україні / *Психологічні виміри культури, економіки, управління*. 2022. Випуск 24. С. 19–33.
3. Гордейчик Є. Путінська росія або російський путін? Чому відсторонення від влади диктатора саме по собі не отямить збожеволілого сусіда. URL: <https://chas.news/current/putinska-rosiya-abo-rosiiskii-putin->



chomu-vidstoronenn ya -vid-vladi-diktatora-same-po-sobi-ne-otyamit-zbozhevolilogo-susida.

4. Грабовський С. Августійша шльондра як символ імперської величі. *Українська правда*. 17.06.2008. URL: <https://www.pravda.com.ua/articles/2008/06/17/3469047/>.

5. Духніч О. Чому вони стали орками? Імперська ідентичність спонукає росіян гвалтувати та вбивати українців, пояснює психолог Вадим Васютинський. 14.06. 2022. URL: <https://life.nv.ua/ukr/socium/chomu-rosiyani-stali-orkami-psiolog-pro-impersku-identichnist-rosiji-ostanni-novini-50249668.html>.

6. Імперськість у Росії — фактор виживання, трансформації суспільства ми не побачимо, — політичний психолог. *Freedom*. 10.06.2023. URL: <https://uatv.ua/uk/imperskist-u-rosiyi-faktor-vyzhyvannya-transformatsiyi-suspilstva-my-ne-pobachymo-politychnyj-psyholog/>.

7. Кечур Р. Хто з ким воює? Психологічні портрети війни. *Zbruc*. URL: <https://zbruc.eu/node/111717>.

8. Константинов В. «Третього Риму» концепція. *Політична енциклопедія*; Редкол.: Ю. Левенець, Ю. Шаповал Київ: Парламентське видавництво, 2011. С. 721.

9. Лаб'як І. Медведєв відреагував на звільнення Херсона заявою про «велич «руського міра»». 11.11. 22. URL: <https://tsn.ua/politika/medvedyev-vidreaguvav-na-zvilnennya-herzona-zayavoju-pro-velich-russkogo-mira-2199922.html>.

10. Лазур Н. У Росії жінку, яка засумнівалася у «величі імперії», силоміць викинули з автобуса. URL: [https://24tv.ua/rosiyi-zhinka-rozkritikuvala-velich-imperiyi-yiyi-vikinuli-silomits\\_n2225477](https://24tv.ua/rosiyi-zhinka-rozkritikuvala-velich-imperiyi-yiyi-vikinuli-silomits_n2225477).

11. Наталіна Н. Безсуб'єкність життєвого циклу імперій та перспективи сучасного світопорядку. *Політичне життя*. 2022. Вип. 3. С. 25–32.

12. Основной закон России: величие страны и достоинство граждан / под ред. Ф.З. Алиева, Б.В. Межуева. Рыбинск: Медиарост, 2021. 256 с.

13. Півторак Г. Міфи і правда про трьох братів слов'янських зі «спільної колиски». Київ: Видавничий центр «Академія», 2001. 152 с.

14. Росія і її імперська ідентичність: лише повний розгром РФ може стати каталізатором змін. *Експрес*. 08.08.2023. URL: <https://expres.online/spetstema-2/>

rosiya-i-ii-imperska-identichnist-lishe-povniy-rozgrom-rf-mozhe-stati-katalizatorom-zmin.

15. Рубцов А. Мифология величия: как в России воскрешается имперская идея. URL: <https://www.rbc.ru/opinions/society/26/02/2016/56cfe95f9a7947ed925e57de>.

16. Хапаева Д. Рабские мечты об имперском величии. 2017. С. 207–236. URL: <https://www.academia.edu/>.

17. Юнг К. Г. Аіон: Нариси щодо символіки самості / пер. з нім. К. Котюк; наук. ред. укр. вид. О. Фешовець. Львів: Вид. «Астролябія», 2016. 432 с.

18. Юнг К. Архетипи і колективне несвідоме / пер. з нім. К. Котюк; наук. ред. укр. вид. О. Фешовець. Львів: Вид. «Астролябія», 2018. 608 с.

19. Юнг К. Психологія несвідомого. Київ: Вид. «Центр учбової літератури», 2022. 404 с.

20. Ясь О.В. Цар. *Енциклопедія історії України*: Т. 10: Т–Я / ред.: В. А. Смолій (голова) та ін. НАН України. Інститут історії України. Київ: Вид. «Наукова думка», 2013. 688 с.

21. Beissinger M.R. Rethinking Empire in the Wake of Soviet Collapse. *Ethnic Politics After Communism* / ed. by Z. Barany, R.G. Moser. Ithaca, 2005. P. 14–45.

22. Motyl A.J. Why Empires Reemerge: Imperial Collapse and Imperial Revival in Comparative Perspective. *Comparative Politics*. 1999. № 31(2). P. 127–145. DOI: <https://doi.org/10.2307/422141>.

23. Nye J. Soft Power: The Means to Success in World Politics. New York: Public Affairs Group, 2004. 191 p.

24. Pain E. The imperial syndrome and its influence on Russian nationalism. URL: <https://doi.org/10.3366/edinburgh/9781474410427.003.0003>.

25. Pruvost J. Fête des pères: d'où vient le mot "papa"? *Le figaro*. 17.06.2018. URL: <https://www.lefigaro.fr/langue-francaise/actu-des-mots/2018/06/17/37002-20180617ARTFIG00011-fete-des-peres-d-o-vient-le-mot-papa.php>.

26. Rummel R.J. Lethal Politics: Soviet Genocide and Mass Murder Since 1917. New Brunswick, N.J.: Transaction Publishers, 1990. 287 p.

27. Russia and Ukraine: The end of Empires and inhumanity. URL: <http://ascendedmasterlight.com/mother-mary-on-russiasinvasion-of-ukraine/>.

## ФЕНОМЕН ТРАНСГЕНЕРАЦІЙНОЇ ТРАВМИ У СВІТЛІ СУЧАСНИХ УКРАЇНСЬКИХ РЕАЛІЙ

### THE PHENOMENON OF TRANSGENERATION TRAUMA IN THE LIGHT OF MODERN UKRAINIAN REALITIES

Статтю присвячено дослідженню феномена трансгенераційного передавання травми. Визначено, що наразі українці переживають колективну травму, пов'язану з російським вторгненням. Концепція, висунута В. Волкманом, описує колективну травму як таку, що пережита групою, має вплив на всю групу й викликає нестерпні почуття страху, сорому, болю, приниження, що переживаються всіма членами групи, колективно. Найбільшими колективними травмами дослідники називають війни, геноцид, епідемії, терористичні акти, загибель політичних і культурних кумирів, техногенні й екологічні катастрофи, рабство, депортацію. Найсильнішими вважаються колективні травми, спричинені саме людиною. Виявлено, що колективна травма не зникає сама по собі, вона є протяжною в часі та передається з покоління в покоління шляхом трансгенераційного передавання. Передаються як емоційні реакції (страх, безпорадність), так і неадаптивні моделі поведінки. Вплив трансгенераційної травми проявляється в таких сферах особистості, як сфера Я, сфера стосунків, емоційна та когнітивна сфери. Трансгенераційна травма має несвідому природу, об'єкт (наступні покоління) і механізми (власне трансгенераційне передавання). Умовами виникнення та трансгенераційного передавання колективної травми є замовчування, інформаційна депривація, обмеження в просторі, руйнування традицій тощо. Перспектива розповсюдження та поглиблення колективної травми війни українців і її трансгенераційного передавання в наступні покоління вимагає ретельного вивчення цього психологічного феномена й вибудовування шляхів її подолання. Особливу увагу потрібно приділити методам емоційного відреагування травми війни й оптимізації процесу посттравматичної адаптації та посттравматичного зростання українців, особливо тих, що перебувають у зоні бойових дій чи окупації, і вільськових, що захищають нашу територію та свободу.

**Ключові слова:** психологічна травма, колективна травма, трансгенераційне переда-

вання, психологічна резильєнтність, посттравматичне зростання.

The article is devoted to the study of the phenomenon of transgenerational transmission of trauma. It was determined that Ukrainians are currently experiencing a collective trauma related to the Russian invasion. The concept put forward by V. Volkman describes a collective trauma as one experienced by a group, which has an impact on the entire group and causes unbearable feelings of fear, shame, pain, humiliation experienced by all members of the group, collectively. Researchers call the biggest collective traumas: wars, genocide, epidemics, terrorist acts, the death of political and cultural idols, man-made and environmental disasters, slavery, deportation. Collective traumas caused by humans are considered the strongest. It was found that collective trauma does not disappear by itself, it is prolonged in time and is transmitted from generation to generation through transgenerational transmission. Both emotional reactions (fear, helplessness) and maladaptive behavior patterns are transmitted. The impact of transgenerational trauma is manifested in such spheres of personality as the sphere of the Self, the sphere of relationships, emotional and cognitive spheres. Transgenerational trauma has an unconscious nature, object (next generations) and mechanisms (transgenerational transmission itself). The conditions for the occurrence and transgenerational transmission of collective trauma are silencing, information deprivation, space limitations, destruction of traditions, etc. The prospect of spreading and deepening the collective war trauma of Ukrainians and its transgenerational transmission to the next generations requires a thorough study of this psychological phenomenon and the development of ways to overcome it. Special attention should be paid to methods of emotional response to the trauma of war and optimization of the process of post-traumatic adaptation and post-traumatic growth of Ukrainians, especially those who are in the war zone or occupation, and the military protecting our territory and freedom.

**Key words:** psychological trauma, collective trauma, transgenerational transmission, psychological resilience, post-traumatic growth.

УДК 159.96

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.39>

**Королович О.В.**

доктор філософії, системно-сімейний психолог,  
перинатальний психотерапевт,  
травматерапевт  
приватна практика, м. Київ

**Постановка проблеми.** Такі масштабні соціально-політичні та психологічні потрясіння, як війна, не можуть не впливати на психіку народу, нації загалом та окремих українців зокрема. Наша країна вже переживала травматичний досвід, що за інтенсивністю впливу можна порівняти з тим, що ми отримуємо зараз, за останні сто років: пандемію, Голодомор, катастрофу в Чорнобилі тощо. Досі тривають дослідження індивідуальної та колективної травматизації попередніх поколінь українців і її психологічних наслідків, проявів і терапії. Нинішня війна стане ще однією колектив-

ною травмою та низкою індивідуальних травм сучасних українців, матиме свої психологічні прояви в наших нащадків, тож дослідження феномена трансгенераційного (міжпоколінної) передавання травми знов викликає великий науковий інтерес дослідників.

Дослідники вперше звернули увагу на колективні травми та їх передачу між поколіннями в 1970-х роках, коли психіатри спостерігали поведінкові проблеми, такі як низька самооцінка, кошмари, тривога й почуття провини в дітей батьків, які пережили Голокост. Аналогічні проблеми спостерігалися в дітей

ветеранів В'єтнаму. Фундаментальні наукові розвідки феномена трансгенераційної травми належать західному психоаналізу, зокрема представлені в роботах I. Boszormenyi-Nagy, S. Fraiberg, A. Connolly, N. Abraham, F. English, M. Hirsch, V.D. Volkan, а також З. Фрейда, Е. Берна, Б. Хеллінгера, Г. Шутценбергера та інших.

**Метою статті** є аналіз сучасних наукових розвідок змісту феномена трансгенераційної травми й визначення основних напрямів її впливу в сучасності та майбутньому українців.

**Виклад основного матеріалу.** Спочатку для аналізу досліджень змісту феномена трансгенераційної травми варто окреслити окремі складники цього поняття: трансгенераційне передавання і травма.

Психологічна (психічна) травма – це пошкодження психіки людини внаслідок однієї чи кількох подій, які викликали сильне потрясіння і стрес, настільки важкі, що це перевищувало здатність людини справлятися чи інтегрувати залучені в цей процес емоції й призвело до тяжких довгострокових негативних наслідків для психічного здоров'я. Основною ознакою психологічної травми є руйнація базової структури потреби та відчуття безпеки, що змушує людину почуватися безпорадною, змінює нормальне функціонування нейронних систем, які регулюють стресові реакції, пам'ять і поведінку [5]. Психічна травма призводить до розщеплення цілісної структури особистості. Кожна нова травма зумовлює повторні розщеплення.

Виділяють індивідуальні, сімейні та колективні травми. У рамках дослідження трансгенераційне передавання сімейної травми ми вивчати не будемо, адже наразі нас цікавить саме колективна, що пов'язана з нашим сьогоденням, але ми визнаємо той факт, що колективні травми можуть мати віддзеркалення або іншим чином проявлятися в різного роду сімейних травмах і на індивідуальному рівні. Безпосередні учасники колективної травми також є індивідуально травмованими. Але відмінність індивідуальної та колективної травми в тому, що остання має дуже широку природу й може передаватися наступним поколінням і жити в них [10]. Так, ознаки посттравматичного стресового розладу спостерігали, наприклад, у нащадків жертв Голокосту: їм снилися кошмари про трагічні події з їхніми предками, свідками яких вони не були, навіть якщо ті не розповідали їм про це.

Отже, колективна травма – психічна травма, отримана групою людей, навіть суспільством унаслідок соціальної, техногенної чи екологічної катастрофи або злочинних дій політичних чи інших соціальних суб'єктів.

Розроблення концепції колективної травми належить психоаналітику В. Волкану [12; 13]. Він зазначає, що травма, яка пережита гру-

пою (наприклад, етносом), зокрема війна, має вплив на усю групу й викликає нестерпні почуття страху, сорому, болю, приниження, що переживаються всіма членами групи, колективно. Частіше за все ці почуття не мають виходу, утрата не відгорьована, тому вони фіксуються та передаються наступним поколінням до тих пір, поки психологічні процеси не дійдуть до завершення.

Автор указує, що колективна травма – це травматичний психологічний досвід, який є спільним для цілих груп людей і глибоко впливає на кожного члена групи, тому стає частиною культурної ідентичності [13]. У ядрі колективної травми лежить реальна історична подія, пережита певною групою людей, що формує певний пласт спогадів, який відбивається на ідентичності кожного, хто належить до цієї групи. Колективна травма триває в часі й спогадах, у тому числі спогадах людей, що не мають досвіду проживання безпосередньої події. Травма предка, його підсвідома пам'ять і досвід невіршеного завдання передаються нащадку, стаючи його пам'яттю та його завданням. М. Хірш називає цей феномен «постпам'яттю» [9].

Тобто характерними рисами колективної травми є те, що вона може виникнути в людей, які навіть не причетні безпосередньо до події. Також колективна травма розтягнута в часі, адже закріплюється в історичній пам'яті суспільства.

Найбільшими колективними травмами дослідники називають війни, геноцид, епідемії, терористичні акти, загибель політичних і культурних кумирів, техногенні й екологічні катастрофи, рабство, депортацію. Найсильнішими вважаються колективні травми, спричинені саме людиною. Суспільство переживає природну чи техногенну катастрофу (землетрус, виверження вулкана, аварію на атомній електростанції) легше, ніж, наприклад, війну та геноцид. Так відбувається, зокрема, тому, що в разі впливу людського чинника є чітке усвідомлення, що причиною лиха стали не умовні безликі сили природи, а свідомо діяльність людей.

Найруйнівнішими психологічно колективними травмами українців вважаються війни (у тому числі Велика Вітчизняна (1939–1945) і сучасна російсько-українська), Голодомор (1932–1933), Чорнобильська катастрофа (1986).

Передавання травми має дві форми – інтергенераційну (між двома близькими поколіннями, батьки-діти) і трансгенераційну (від покоління людей, що її пережили, нащадкам у другому та наступних поколіннях) [1].

Передаються як емоційні реакції (страх, безпорадність), так і неадаптивні моделі поведінки. Так, Б. Безо й С. Магі серед особливос-

тей поведінки наступних поколінь жертв Голодомору виділяють такі: нераціональну купівлю та накопичення надлишкових харчових запасів, неспроможність позбутися непотрібних речей, хворобливе фокусування на їжі, переїдання [7].

Крім того, дослідники називають й інші наслідки та особливості поведінки, що пов'язані із цією травмою: політичну пасивність і політичний нігілізм, недовіру до влади на всіх рівнях, невпевненість у своїх силах, низьку самооцінку, психологію жертви, пріоритет сімейних потреб перед потребами суспільства.

Варто розрізнити усвідомлене й неусвідомлене передавання травми в ході взаємодії поколінь. Якщо йдеться про усвідомлене передавання, це стосується спадкоємності сімейних традицій, норм, звичаїв, тобто має місце пряме передавання досвіду та інформації від попередніх поколінь, зміст яких добре розуміють спадкоємці.

Трансгенераційне передавання, на відміну від традицій, норм і звичаїв, здійснюється несвідомо, його зміст виявляється прихованим, оскільки матеріал, що транслюється через покоління (трансгенераційний об'єкт), є замовчуваним і неусвідомленим унаслідок травматичної природи.

Н. Келерман досліджував трансгенераційне передавання в контексті Голокосту й виділив чотири сфери особистості, де проявляється вплив травми [10]:

а) сфера Я – порушення самооцінки, проблеми ідентичності, відчуття себе залежно від «статусу» предка (жертва, переслідувач, загиблий, той, що залишився в живих), прагнення досягнень задля відшкодування збитків батьків, проживання життя в ролі «заступника» втрачених родичів;

б) когнітивна сфера – катастрофізація, страх та очікування наступної трагедії, занепокоєння смертю, низька стресостійкість перед тригерами, що запускають пам'ять про трагічні події;

в) емоційна сфера – тривога анігіляції, кошмари переслідувань, часті дисфоричні настрої, пов'язані з відчуттям втрати та скорботи; нерозв'язаний конфлікт навколо гніву, ускладнений почуттям провини;

г) сфера міжособистісних взаємин – схильність до залежних стосунків, тривожно-чіпляючий тип прихильності або крайня незалежність, складності в побудові інтимних відносин і у вирішенні міжособистісних конфліктів.

Д. Рональд-Клейн описав процес передачі травми так: батьки, які пережили травматичну подію (зокрема Голокост), проектують свої почуття і тривоги на дітей, а діти, у свою чергу, вбирають, переносять на себе й переживають їх так, ніби випробували жахи кон-

центраційного табору [11]. Це «вкладення» в дитину не пов'язаних із нею почуттів знаходить вихід у вигляді певних проблем і викликає в неї почуття, що вона має жити минулим своїх батьків для того, щоб повністю зрозуміти, через що вони пройшли. Інші дослідники (зокрема Auerhahn, 1998) також припустили, що батьки зміщують власне пригнічене горе в несвідоме своїх дітей. Діти виявляються не в змозі зрозуміти інтерналізовані емоції, тому їм може бути властиве «незрозуміле горювання» (unexplainable grief) [6].

Д.В. Кампенхаут, дослідник колективної травми агресора-жертви в руслі Голокосту, писав, що ми не тільки дивимося на світ очима пращурів, а й плачемо їхніми сльозами.

Л. Сонді вважав, що родові несвідомі впливає на долю людини через спадковий характер закріплених форм поведінки. Він уважав, що в закодованому вигляді, переданому по генотипу, психіка немовляти вже має набір пристосувальних реакцій, які свого часу забезпечували виживання його предків. У родовому несвідомому спадковість проявляється насамперед у формуванні так званого архетипу, під яким Л. Сонді розумів образ пращура. Родове несвідоме є чинником усіх, часто також несвідомо, виборів людини й часто обумовлює її долю.

Крім того, серед наслідків колективних психологічних травм учені виділяють такі:

- зростання рівня психологічних проблем у суспільстві, серед яких так зване почуття провини вцілілого;

- вразливість психічного та фізичного здоров'я;

- несвідоме наслідування поведінкових моделей, спроби ідеалізувати власну соціальну групу та бачити образ ворога в представниках інших груп, особливо тих, на які лягає відповідальність за травму.

П. Горностай указує на такі фактори, що визначають тяжкість наслідків, спричинених колективною травмою [2]:

- 1) масштаб, сила травматизації – кількість постраждалих людей, значущість події, авторитет особистості (якщо йдеться про трагічну загибель національного лідера);

- 2) рівень несправедливості під час травмування – визначає, наскільки ця подія зачіпає справедливість у поданні людей, невинність загиблих;

- 3) неможливість (або нездатність) протистояти травмуючій силі (суб'єкта) – пасивність жертви, часто вимушена;

- 4) неможливість (нездатність) емоційного відреагування постраждалими, що залишилися в живих, і їхніми нащадками – вони не можуть відкрито виражати почуття з приводу трагічних подій, позбавлені можливості (через заборону, замовчування) опосередкованого

відреагування – ритуалізації трагічних подій, наприклад, створення меморіалів, у витворах мистецтва, відзначення роковин тощо. Зокрема, Голодомор усіяло замовчувала радянська влада, було заборонено навіть згадувати голод, пам'ять про нього перекручувалася і пригнічувалася.

А. Маслюк описує ще п'ять факторів, що спричинили психологічні особливості психогенераційного передавання цієї травми й передалися нащадкам [4]:

- інформаційну депривацію (українці не уявляли ні масштабів голоду, ні реальних намірів радянської влади);
- обмеження в просторі (українці не мали можливості втекти);
- голод (їжі було недостатньо для виживання);
- заборону вірування (людей змушували підтримувати лише комуністичну ідеологію);
- руйнування традицій (наприклад, традицій взаємодопомоги й підтримки).

З огляду на дослідження психологічно руйнівних наслідків колективної травми на окрему особистість і сімейну систему, варто зазначити, що існують дослідження, які пов'язують трансгенераційне передавання з феноменом психологічної стійкості, ресурсності, подолання. Зокрема, указується, що разом із травмою можуть передаватися й моделі копію, стратегії виживання, подолання стресу [8]. Нащадки поколінь, що знають, як їхні предки долали травматичні ситуації, наприклад, стихійне лихо, можуть у критичний момент свого життя згадати, як це було в їхній родині в минулому, приміряти на себе їхню силу й життєстійкість, використати цей ресурс у своєму житті (Goodman, West-Olatunji, 2008). У родинах, що мають довгу складну і травматичну історію переслідувань, дискримінації, як, наприклад, у єврейських або афроамериканських сім'ях, можуть виробитися свої специфічні способи захисту й відповідні психологічні якості, що будуть передаватися з покоління в покоління.

Зауважимо, що як історія, так і психологія визначили основні шляхи подолання трансгенераційних травм на рівні суспільства, сімейної системи й індивідуальному рівні. На рівні суспільства – емоційне опрацювання колективних травм відбувається завдяки вшануванню пам'яті події, героїчний епос, літературні твори, фольклор тощо. На рівні сімейної системи існують методи сімейного впорядкування Хелінгера, геносоціограми Г. Шутценбергера, системних ритуалів Д.В. Кампенхаута, доліаналіз Л. Сонді й інші, основними завданнями яких є прояснення та деталізація сімейної історії, замовчуваного, прихованого, виявлення схованих лояльностей тощо щодо травматичної події, яка спричинила сімейну травми-

зацію та запустила трансгенераційне передавання. На рівні окремої особистості завдання психотерапії є таким самим – виявити те, що сховане, і припинити травмувальний вплив події.

Говорячи про колективну травму й індивідуальну травматизацію, що пов'язані з нинішньою війною в Україні, потрібно наостанок зазначити, що в будь-якій травмі є ресурси для посттравматичного зростання. Дослідники визначають це поняття як досвід позитивних змін, що виникли через важкі життєві кризи та їх подолання. Посттравматичне зростання проявляється в тому, що певне психологічне явище в певних сферах особистості набуло рівня вищого, ніж було до травми чи кризи, воно визначається тим, що особистість не тільки зберегла своє життя і здоров'я, а й позитивно змінилася порівняно з психологічним станом, що передував травмі. Зокрема, С. Джозеф (2009) виділяє три виміри посттравматичного зростання [3]:

а) взаємини (стосунки покращилися в певний спосіб, наприклад, люди стали їх більше цінувати, більше співчувати близьким тощо);

б) погляд на себе (набуття відчуття власної сили і стійкості, зростання впевненості в собі тощо);

в) життєва філософія (наприклад, виникнення почуття вдячності за кожен новий день, зміна пріоритетів у системі цінностей тощо).

Крім того, дослідники доводять та зазначають факт, що посттравматичне зростання є чинником посттравматичної адаптації та подолання травми [3].

**Висновки й перспективи подальших досліджень.** Перспектива розповсюдження та поглиблення колективної травми війни українців і її трансгенераційного передавання в наступні покоління вимагає ретельного вивчення цього психологічного феномена та вибудовування шляхів її подолання. Особливу увагу потрібно приділити методам емоційного відреагування травми війни й оптимізації процесу посттравматичної адаптації та посттравматичного зростання українців, особливо тих, що перебувають у зоні бойових дій чи окупації, і військових, які захищають нашу територію та свободу. Феномен трансгенераційної травми показує, що наступні покоління несуть емоційний вантаж попередніх і це відбивається не тільки на індивідуальному рівні, а й на суспільному. Тому перспективи подальших досліджень ми вбачаємо у визначенні та дослідженні психологічних явищ, що перебувають у групі ризику виникнення й підтримки колективної травматизації українців, і з'ясуванні шляхів оптимізації посттравматичного зростання українців, розвитку психологічної резильєнтності й життєстійкості.

## ЛІТЕРАТУРА:

1. Психологічні наслідки Голодомору в Україні / В. Горбунова, В. Климчук. *Історична правда*. 2021. URL: <https://www.istpravda.com.ua/articles/2021/03/24/159203/>.
2. Горностай П.П. Колективна травма та групова ідентичність. *Психологічні перспективи. Спеціальний випуск «Актуальні проблеми психології малих, середніх та великих груп»*. Київ, 2012. Т. 2 : Проблема цілісності суспільства, групи та особистості. С. 89–95.
3. Климчук В.О. Психологія посттравматичного зростання : монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 125 с.
4. Маслюк А.М. Різновиди депривуючих чинників подій голодоморів в Україні першої половини ХХ століття. *Наукові записки Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України*. 2010. № 38. С. 238–246.
5. Туриніна О.Л. Психологія травмуючих ситуацій. Київ : ДП «Видавничий дім «Персонал», 2017. 160 с.
6. Intergenerational memory of the Holocaust / N.P. Auerhahn, D. Laub. In Y. Danieli (Ed.), *International Handbook of Multigenerational Legacies of Trauma*. Plenum, 1998. P. 21–41.
7. Bezo, Brent and Stefania Maggi. The Intergenerational Impact of the Holodomor Genocide on Gender Roles, Expectations and Performance: The Ukrainian Experience. 2015. URL: <https://www.jscimedcentral.com/Psychiatry/psychiatry-3-1030.pdf>.
8. Liberation psychology as the path toward healing cultural soul wounds / E. Duran, J. Firehammer, J. Gonzalez. *Journal of Counseling & Development*. 2008. Vol. 86. P. 288–295.
9. Hirsch M. *The Generation of Postmemory: Writing and Visual Culture After the Holocaust*. Columbia University Press, 2012.
10. Kellermann N.P. Transmission of Holocaust trauma – An integrative view. *Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes*. 2001.
11. The transmission of trauma across generations: identification with parental trauma in children of Holocaust survivors / D. Rowland-Klein, R. Dunlop. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*. 1998. Vol. 32 (3). P. 358–369.
12. Volkan V.D. Transgenerational Transmissions and Chosen Traumas: An Aspect of Large-Group Identity. *Group Analysis*. 2001. Vol. 34 (1). P. 79–97.

## ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ОДИН ЗІ СКЛАДНИКІВ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

### EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A COMPONENT OF SERVICEMEN'S PSYCHOLOGICAL READINESS FOR MILITARY SERVICE

Метою статті є здійснення теоретичного аналізу необхідності розвитку у військовослужбовців навичок емоційного інтелекту в процесі формування психологічної готовності до професійної діяльності.

Професійна діяльність військовослужбовців – це соціально зумовлена професійна діяльність, яка спрямована в мирний час на підтримання бойової готовності збройних сил в інтересах забезпечення безпеки держави, а під час війни – на знищення ворога. Важливим складником професійної діяльності військовослужбовців є управлінська діяльність, оскільки практично кожен офіцер повинен бути фахівцем з управління, що поєднує бойового командира, керівника бойової підготовки й усього устрою військової служби як у мирний час, так і під час війни.

Для успішного здійснення професійної діяльності військовослужбовцю необхідна система мотивів, знань, умінь, навичок та особистісних якостей. Саме ці якості формують психологічну готовність до професійної діяльності, яка являє собою сукупність психологічних якостей, необхідних для ефективної професійної кар'єри, що включає когнітивний, мотиваційний, операційний та особистісний компоненти.

У дослідженні ми розглянули вплив на формування психологічної готовності військовослужбовців до професійної діяльності такого складника особистісного компонента, як емоційний інтелект.

Розвиток навичок емоційного інтелекту покращує здатність військовослужбовців адаптуватися до стресу і травматичних переживань, керувати ними, поліпшує розвиток кар'єри військовослужбовців і допомагає успішній інтеграції військовослужбовців після закінчення ними військової кар'єри в цивільне життя.

За результатами дослідження ми зробили висновок, що успішність професійної діяльності майбутніх військовослужбовців залежить не лише від мотивації, теоретичної, практичної та психологічної підготовки, а й від сформованості в них емоційного інтелекту, який є інтегративною властивістю

особистості, що передбачає взаємодію з різними структурними компонентами психологічної готовності військовослужбовців до професійної діяльності.

**Ключові слова:** емоційний інтелект, психологічна готовність, професійна діяльність, лідерство, внутрішня комунікація.

The article presents the results of a theoretical analysis of the development of emotional intelligence skills in military personnel during their training and formation of psychological readiness for military service.

The professional activity of military personnel is focused on maintaining the combat readiness of the armed forces to ensure the state's security in peacetime and destroying the enemy during war. An important component of the professional activity of military personnel is their managerial activity, since almost every officer should be a good manager, which implies their being a combat unit commander, a supervisor of combat training and a head of a military organization both in peacetime and during war.

To be an effective professional, a serviceman should have a system of special motives, knowledge, abilities, skills and personal qualities, which can be divided into cognitive, motivational, operational and personal components.

The authors consider the impact of emotional intelligence as a personal attribute on servicemen's psychological readiness for military service.

The development of emotional intelligence skills improves servicemen's ability to adapt to and manage stress and traumatic experiences, contributes to servicemen's career growth and facilitates their reintegration into civilian life after their military career ends.

It is concluded that the professional activities of future servicemen depend not only on their strong motivation and high theoretical, practical and psychological readiness, but also on their emotional intelligence, which largely improves servicemen's interpersonal interaction and communication.

**Key words:** emotional intelligence, psychological readiness, professional activities, leadership, internal communication.

УДК 159.942

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.40>

#### Лагодзінський В.В.

к.іст.н., старший лейтенант, провідний науковий співробітник науково-дослідного відділу прикладних військово-соціологічних досліджень Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України

#### Шевчук О.В.

полковник, начальник науково-дослідного відділу прикладних військово-соціологічних досліджень Науково-дослідний центр гуманітарних проблем Збройних Сил України

На сучасному етапі спостерігаються суттєві трансформації в професійній діяльності військовослужбовців. Професійна діяльність військовослужбовців відбувається переважно в складних екстремальних умовах і вимагає від них психологічної готовності до такої діяльності та сформованості певних професійно важливих якостей. Тому виникає потреба уточнення окремих аспектів особливостей професійної діяльності військовослужбовців, сукупності професійних завдань і обов'язків і вимог до їхніх професійних якостей, які визначають

психологічну готовність до службово-бойової діяльності.

У контексті дослідження планується детальніше розглянути необхідність розвитку навичок емоційного інтелекту в процесі професійної підготовки військовослужбовців до професійної діяльності, від сформованості якого в тому числі залежить рівень психологічної готовності військовослужбовців до професійної діяльності.

Психофізіологічну сутність діяльності в особливих умовах детально розкрито в дослідженнях О. Кокуна [8; 24]. Психологічні особливості

діяльності в особливих та екстремальних умовах і придатність людини до її певних видів вивчали В. Барко [2], М. Корольчук [10; 11], А. Любас [14], І. Приходько [16], О. Тимченко [21] та ін.

Серед вітчизняних дослідників специфіку розвитку у військовослужбовців навичок емоційного інтелекту в лідерстві та його аспекти проаналізовано в працях С. Козловської [7], П. Ткачука [22], А. Рождественського [19], Т. Мацевко [15], О. Холох [9] та ін.

У зарубіжних дослідженнях Д. Абрахамс (D. Abrahams), С. Аквілар (S. Aguilar), Д. Дейнарія (G. Deyanira), А. Гуїрао (A. Guirao), С. Джерус (S. Jerus), К. Оден (K. Oden), М. Вакслер (M. Waxler) та ін. [25; 26; 27; 28; 31; 32; 33] значна увага приділяється вивченню впливу навичок емоційного інтелекту у військовослужбовців на формування їхньої психологічної готовності до професійної діяльності.

Метою статті є здійснення теоретичного аналізу необхідності розвитку навичок емоційного інтелекту у військовослужбовців у процесі формування психологічної готовності до професійної діяльності.

Теоретичний аналіз вимагає, на наш погляд, висвітлення таких питань:

1. Огляд процесів формування психологічної готовності військовослужбовців до професійної діяльності.

2. Необхідність розвитку у військовослужбовців навичок емоційного інтелекту в процесі підготовки до професійної діяльності.

Трудова діяльність людини поділяється на професійну й непрофесійну. Професійну діяльність можна визначити як конкретний різновид трудової діяльності людини, що характеризується специфікою предмета, умовами, змістом і вимогами до неї [1, с. 37]. Тобто професійна діяльність людини визначається наявністю в неї комплексу спеціальних теоретичних і практичних навичок, набутих унаслідок професійної підготовки та досвіду праці. Однією з найважливіших функцій професійної діяльності є формування особистості через розвиток певних її якостей у процесі освіти та професійного навчання.

Професія військовослужбовця належить до діяльності, яка здійснюється в нормативно заданих екстремальних умовах. Такий тип професії потребує психофізіологічної витривалості й високої працездатності, абсолютної професійної придатності та професійного психологічного відбору.

Професійна діяльність військовослужбовців – це соціально зумовлена професійна діяльність, яка спрямована в мирний час на підтримання бойової готовності збройних сил в інтересах забезпечення безпеки держави, а під час війни – на знищення ворога. Діяльність військовослужбовців відбувається в бойових

умовах або під час повсякденної діяльності. Для військово-професійної діяльності притаманні висока фізична й морально-психологічна напруженість.

Бойова діяльність має свої психологічні закономірності, внутрішню структуру, мотиви, способи, через які на її перебіг впливає низка факторів: військово-професійні; військово-технічні та психологічні; бойова підготовка особового складу; робота з особовим складом.

Військова служба передбачає усвідомлене підпорядкування своєї волі та бажань волі іншої людини – командира, що в соціально-психологічному плані супроводжується обмеженням ступеня особистої свободи й обумовлено суворою регламентацією військової служби. Відносини та службово-професійна діяльність ґрунтуються на принципах субординації, єдиноначальності, чіткої регламентованості, які обов'язкові для всіх військовослужбовців, що є фактором значної психологічної напруги.

До загальних ознак професійної діяльності військовослужбовців можна зарахувати соціальну обумовленість; регламентованість військової діяльності законодавством, статутами, наказами; психологічну напруженість та екстремальність умов виконання функціональних обов'язків; колективний характер праці; комплексність і багатогранність психофізіологічних вимог до особистості військовослужбовця.

Особливістю військово-професійної діяльності є її колективний характер. Тому успішне виконання службово-бойових завдань може бути забезпечене вмільми й злагодженими діями військовослужбовців, їх організованістю, дисциплінованістю й відповідальністю.

Важливим складником військово-професійної діяльності є управлінська діяльність, адже практично кожен офіцер повинен бути фахівцем з управління, що поєднує бойового командира, керівника бойової підготовки й усього устрою військової служби як у мирний час, так і під час війни. Управлінська діяльність командира вирізняється інтелектуальним змістом, комунікативними компетенціями та лідерськими якостями. Така діяльність включає організацію, планування, мотивування, контроль і регулювання технологічних, соціальних, індивідуально-психологічних та інших процесів, що відбуваються в підрозділі [2, с. 13].

Військова професія загалом включає три типи професійної діяльності: «людина – людина», «людина – техніка», «людина – знакова система» [16, с. 14]. Ми зупинимось на такому аспекті професійної діяльності військовослужбовця, як «людина – людина».

До військових спеціальностей типу «людина – людина» [17, с. 14] належать усі посади сержантів, офіцерів, начальників, командирів, які виконують функціональні обов'язки в системі внутрішніх комунікацій.



Їхня діяльність насамперед передбачає налагодження й підтримання вертикальних і горизонтальних комунікативних процесів у системі внутрішніх комунікацій і їх управління [9]. Тому військові фахівці повинні мати такі професійні якості, як стресостійкість; дотримання правових і нормативних документів; дотримання морально-етичних норм; розвинений емоційний інтелект і лідерські якості; належний рівень комунікативних здібностей і компетенцій; підтримання власним прикладом норм поведінки та комунікації.

Тобто можна зробити висновок, що для успішної професійної діяльності військовослужбовцю необхідні система мотивів, знань, умінь і навичок, особистісних якостей. Саме ці якості формують психологічну готовність до професійної діяльності [4; 6; 8; 20].

Психологічна готовність військовослужбовців до здійснення професійної діяльності – це сукупність психологічних якостей, необхідних для ефективної професійної кар'єри, що включає когнітивний, мотиваційний, операційний та особистісний компоненти.

Особистісний компонент психологічної готовності майбутніх військовослужбовців до професійної діяльності можна визначити як сукупність особистісних характеристик, необхідних для успішного здійснення майбутньої професійної кар'єри [5].

Важливими складниками особистісного компонента психологічної готовності військовослужбовців до професійної діяльності є моральна готовність; воляова готовність; комунікативна готовність; загальнопсихологічна готовність; емоційно-воляова готовність; орієнтаційна готовність; оцінювальна готовність; креативна готовність; лідерська готовність; емоційний інтелект.

У дослідженні ми розглянемо вплив на формування психологічної готовності військовослужбовців такого складника особистісного компонента, як емоційний інтелект.

Дослідники [12; 24; 23] вважають, що рівень професіоналізму й професійного зростання військового фахівця залежить від сформованості соціальних, професійних і лідерських якостей його особистості. Лідерство військовослужбовця – це його здатність забезпечити в підрозділі три головні потреби особового складу, а саме: успішно виконувати загальне завдання; працювати злагоджено в колективі; максимально задовольняти індивідуальні потреби кожного військовослужбовця [18, с. 12–13]. Лідерство у військовослужбовців передбачає наявність таких якостей, як хоробрість, справедливість, розсудливість, чуйність, уміння вибачати, самодисципліна, належний рівень вогневої та фізичної підготовки, уважність до інших військовослужбовців, креативне й гнучке мислення, уміння

керувати підлеглими шляхом створення позитивної обстановки та навчання інших власним прикладом тощо.

Більшість зі згаданих здібностей збігаються з моделлю, запропонованою Д. Гоулманом [30], з описом лідерських якостей відповідно до структури емоційного інтелекту:

- самосвідомість: емоційна самосвідомість, адекватна самооцінка, упевненість у собі;

- самоконтроль: контроль емоцій, відкритість, адаптивність, воля до перемоги, ініціативність, оптимізм;

- соціальна чуйність: емпатія, ділова обізнаність, люб'язність;

- управління відносинами: наснага, вплив, допомога в самовдосконаленні, сприяння змінам, урегулювання конфліктів, командна робота і співпраця.

Також варто звернути увагу на єдиний статут «Армійське лідерство: компетентне, впевнене і гнучке» [29], розроблений в армії США у 2015 році, що висвітлює всі аспекти військового лідерства: від моделі лідерських якостей до особливостей управління на міжнародному рівні. Більшість із цих аспектів тісно пов'язані з розвинутими навичками емоційного інтелекту.

Так, в основі моделі лідерських якостей армії США лежить принцип «Будь-Знай-Дій», де:

- «Будь» – це внутрішні якості особистості, тобто те, що багато в чому визначається генетичними схильностями й вихованням, а саме: лідерський характер (до якого входять армійські цінності (LDRSHIP), уважність до людей, бійцівський дух); лідерський вигляд (військова виправка й професійний зовнішній вигляд, фізична підготовка, упевненість, витривалість);

- «Знай» – якості мислення й набір знань: гнучкість та адаптивність, уміння робити правильні висновки, новаторство, тактовність, прикладні знання;

- «Дій» – компетенції та дії, які лідер повинен ефективно виконувати, а саме: керуй (веди інших, виходь за межі офіційних повноважень, використовуй особистий приклад, комунікуй); розвивай (створюй позитивну обстановку, розвивай себе, розвивай інших); досягай результату (установлюй цілі та пріоритети, планує і працює за планом, виконуй завдання).

У статуті [29] підкреслюється, що розвиток лідерських якостей – це процес, який займає все життя. Вбираючи в себе отриманий досвід, знання й формальну освіту, справжній лідер невпинно працює над собою, досягаючи всі нові ступені лідерської майстерності з тим, щоб у будь-який момент використовувати їх для вирішення поставленого завдання. Відповідно, лідерство – це процес впливу на людей

через визначення цілі, на пряму її досягнення та мотивацію з метою виконання поставленого завдання й покращення військової організації.

Доволі часто успіх командування, управлінської діяльності та лідерства залежить від того, чи були налагоджені військовослужбовцями ефективні внутрішні комунікації в підпорядкованому підрозділі. Головне правило внутрішніх комунікацій військового лідера – це встановлення довірливих і лояльних взаємин із підлеглими. Комунікації з особовим складом повинні працювати в усіх напрямках – вертикально, знизу вгору, згори вниз і за горизонталлю [9; 3].

Серед комунікативних якостей, які повинні бути розвинені у військовослужбовців, варто визначити такі: активне слухання; вміння встановлювати взаємини на основі довіри; гнучко спрямовувати комунікацію в потрібне русло; вміння переконувати; ефективно вирішувати конфлікти; за допомогою комунікативних засобів змінювати рамку сприйняття ситуації в потрібний бік.

Як зазначено в нашій статті [13], налагодження ефективної внутрішньої комунікації та використання «фокусів мови» військовим лідером є одним із проявів емоційного інтелекту. Емоційний інтелект є інтегративною властивістю особистості, яка передбачає взаємодію з різними структурними компонентами психологічної готовності військовослужбовців до професійної діяльності. Оскільки військовий керівник повинен бути не лише професіоналом у своїй галузі, а й уміти впливати на підлеглих, управляти атмосферою колективу, протидіяти психологічному тиску противника в тому числі в умовах реального бою, бути стійким до впливу різних екстремальних чинників, уміти контролювати невизначеність ситуації, проявляти наполегливість у досягненні довгострокових цілей, то в нього повинен бути розвинений емоційний інтелект як один із компонентів психологічної готовності [22].

Тобто можемо зробити висновок, що сукупність особистісних якостей і знань і розвинутого емоційного інтелекту дає змогу військовому лідерові розвивати й застосовувати свої лідерські компетенції найкращим чином. Це означає, що розвиток відповідних навичок емоційного інтелекту дає можливість військовослужбовцю позитивно впливати на вирішення проблем організаційного розвитку в процесі управління підрозділом, покращити рівень вміння управління відносинами та поліпшення соціальної чуйності в підрозділі. Крім того, розвинуті навички емоційного інтелекту покращують здатність військовослужбовців адаптуватися до стресу і травматичних переживань, керувати ними, поліпшують розвиток кар'єри військовослужбовців і допомагають успішній інтеграції військовослужбовців після

закінчення ними військової кар'єри в цивільне життя [27].

Результати дослідження показали, що успішність професійної діяльності майбутніх військовослужбовців залежить не лише від мотивації, теоретичної, практичної та психологічної підготовки, а й від сформованості такої якості особистості, як емоційний інтелект. Питання необхідності розвитку навичок емоційного інтелекту у військовослужбовців ще не достатньо розроблене у вітчизняній психології, утім, на нашу думку, є важливим фактором під час формування психологічної готовності до професійної діяльності.

Недостатня розробленість означеної проблеми, яка є професійно значущою для військовослужбовців у сучасних умовах, потребує подальшого теоретичного та практичного розроблення. Визначення оптимальних шляхів розвитку емоційного інтелекту та взаємопов'язаних із ним якостей особистості військовослужбовців і виявлення потенційних ресурсів удосконалення зазначених професійно важливих якостей є актуальним науково-прикладним завданням психологічного забезпечення їх професіоналізації.

Із цією метою ми розробили інструментарій дослідження емоційного лідерства в професійній діяльності військовослужбовців, який найближчим часом плануємо апробувати.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Автоматизований психодіагностичний комплекс визначення професійної придатності кандидатів на військову службу у внутрішні війська МВС України і навчання у вищій військовій навчальній закладі МВС України : монографія / І.В. Воробйова та ін. Харків : Акад. ВВ МВС України, 2012. 297 с.
2. Барко В.І. Професійний відбір кадрів до органів внутрішніх справ (психологічний аспект) : монографія. Київ : Ніка-Центр, 2002. 296 с.
3. Внутрішні комунікації військового лідера. Порадник для офіцерів та сержантів. Київ : Центр МПЗ ЗСУ, 2020. 15 с.
4. Карамушка Л.М. Психологія управління: навчальний посібник. Київ : Міленіум, 2003. 344 с.
5. Психологічна готовність студентів до здійснення майбутньої професійної кар'єри: зміст, структура, рівень і чинники / Л.М. Карамушка, Т.М. Кнівець. *Правничий вісник Університету «КРОК»*. 2013. Вип. 16. С. 211–219. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Rvuk\\_2013\\_16\\_34](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Rvuk_2013_16_34) (дата звернення: 11.08.2023).
6. Ковальська І.Є. Психологічна готовність керівників прикордонних підрозділів до забезпечення безпеки підлеглому особового складу. *Вісник Національного університету оборони України*. 2011. Вип. 4. С. 141–146. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou\\_2011\\_4\\_30](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnaou_2011_4_30) (дата звернення: 12.08.2023).
7. Емоційна компетентність та лідерство / С.Г. Козловська, Г.І. Падурець, І.Б. Чудаєва. *Вісник Східноєвропейського університету економіки і менеджменту*. 2013. № 1 (14). С. 130–140.

8. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини: психофізіологічний аспект забезпечення діяльності : монографія. Київ : Міленіум, 2004. 265 с.
9. Комуникативно-пропагандистська складова інформаційно-психологічної протидії у Збройних Силах України : навчально-методичний посібник / О.І. Холох та ін. Київ : НДЦ ГП ЗС України, 2022. 232 с.
10. Корольчук, М.С. Психофізіологія діяльності. : підручник. Київ : Ельга, Ніка-центр, 2003. 400 с.
11. Корольчук М.С. Психологія праці у звичайних та екстремальних умовах : навчальний посібник. Київ : КНТЕУ, 2015. 651 с.
12. Лагодзінський В.В. Емоційне лідерство як чинник ефективності управління військовим підрозділом: аналіз зарубіжних досліджень. *Психологічний часопис* : науковий журнал / за ред. С.Д. Максименка. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України. 2020. № 11. Вип. 6. С. 35–46.
13. Застосування військовим лідером навичок емоційного інтелекту у процесі налагодження внутрішніх комунікацій / В.В. Лагодзінський, О.В. Шевчук. *Габітус : науковий журнал*. 2022. Вип. 41. С. 255–260.
14. Любас А. Професіограма майбутнього фахівця бойового та оперативного забезпечення. *Молодь і ринок*. 2018. № 5 (160). С. 148–154.
15. Дослідження емоційного інтелекту при формуванні лідерських якостей сержантського складу збройних сил України / Т.М. Мацевко, О.А. Куций. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2013. № 14 (I). С. 211–219.
16. Приходько І.І. Професійний психологічний відбір майбутніх офіцерів внутрішніх військ МВС України : монографія. Харків : Акад. ВВ МВС України, 2008. 190 с.
17. Професіографія службово-бойової діяльності військовослужбовців Національної гвардії України : монографія / І.І. Приходько, Я.В. Мацегора, О.С. Колесніченко, Н. В. Юр'єва ; за заг. ред. проф. І.І. Приходька. Харків : НА НГУ, 2021. 152 с.
18. Психологічне забезпечення розвитку лідерських якостей майбутніх офіцерів : методичний посібник / Н.А. Агаєв та ін. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2014. 209 с.
19. Лідерство на полі бою: дослідження військового лідерства в Україні / А. Рождественський, Л. Монзани. URL: <https://lvbs.com.ua/news/liderstvo-na-poli-boyu-doslidzhennya-vijskovogo-liderstva-v-ukrayini/> (дата звернення: 11.08.2023).
20. Психологічна готовність військовослужбовців Національної гвардії України до службово-бойової діяльності поза межами пункту постійної дислокації : монографія / О.С. Колесніченко, Я.В. Мацегора, В.І. Воробйова та ін. Харків : НАНГУ, 2016. 335 с.
21. Тимченко О.В. Застосування прийомів моделювання психологічних чинників ризиконебезпечних ситуацій оперативно-службової діяльності у ході професійно-психологічної підготовки персоналу ОВС. *Право і безпека*. 2005. № 3. С. 7–9.
22. Ткачук П.П. Лідерство сержанта та офіцера (психолого-педагогічний аспект) : навчальний посібник. Львів : АСВ, 2010. 190 с.
23. Концепція лідерства за стандартами армій країн НАТО (Conception of leadership in accordance with the armies standards of NATO) / О.Ф. Хміляр, І.В. Москальов. Київ : Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського, 2018. 252 с.
24. Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження : методичний посібник / О.М. Кокун, В.М. Мороз, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська. Київ : 7БЦ, 2021. 170 с.
25. Abrahams D.S. Emotional Intelligence and Army Leadership: give it to me straight. *Military review*. March-April. 2007. URL: [https://www.armyupress.army.mil/Portals/7/military-review/Archives/English/MilitaryReview\\_20070430\\_art015.pdf](https://www.armyupress.army.mil/Portals/7/military-review/Archives/English/MilitaryReview_20070430_art015.pdf) (дата звернення: 09.08.2023).
26. A Review of the Linkages between Emotional Intelligence and Leadership in the Military Forces / S. Aguilar, B. George. *Business Ethics and Leadership*. 2019. № 3 (2). P. 29–38. URL: <https://armgpublishing.sumdu.edu.ua/wp-content/uploads/2016/12/files/bel/volume-3-issue-2/3.pdf> DOI: [http://doi.org/10.21272/bel.3\(2\).29-38.2019/](http://doi.org/10.21272/bel.3(2).29-38.2019/) (дата звернення: 09.08.2023).
27. The impact of emotional intelligence in the military workplace / G. Deyanira, S. Sankar, I. Nuzulul. *Human Resource Development International*. 2020. P. 1–17. URL: 10.1080/13678868.2019.1708157 (дата звернення: 10.08.2023).
28. Embedding emotional intelligence into military training contexts. / Oden K. et al. B. *6th International Conference on Applied Human Factors and Ergonomics (AHFE 2015) and the Affiliated Conferences, AHFE 2015*. URL: <https://doi.org/10.1016/j.promfg.2015.07.976> (дата звернення: 11.08.2023).
29. Field Manual № 6-22. Leader Development. Headquarters. Department of the Army. Washington DC, June 2015. URL: <https://fas.org/irp/doddir/army/fm6-22.pdf> (дата звернення: 10.08.2023).
30. Goleman D. Working with emotional intelligence. New York : Bantam Books, 1998. 383 p.
31. Emotional intelligence in the military / A. Guirao, G. Marin, P. Pan. *Publicaciones Didacticas*. 2019 URL: <https://core.ac.uk/reader/235850530> (дата звернення: 10.08.2023).
32. Jerus R. Military and Emotional Intelligence. 2015. URL: <https://www.linkedin.com/pulse/soldiers-emotional-intelligence-robert-jerus-sphr> (дата звернення: 11.08.2023).
33. Waxler M. Emotional Intelligence and the Modern Military Advisor. *NCO Journal*. 2020. P. 1–4. URL: <https://www.armyupress.army.mil/Portals/7/nco-journal/images/2020/April/EI/Emotional-Intelligence.pdf> (дата звернення: 11.08.2023).

## ПСИХОЛОГІЧНА РОБОТА З НЕПОВНОЛІТНИМИ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ У КОНФЛІКТІ ІЗ ЗАКОНОМ

## PSYCHOLOGICAL WORK WITH MINORS WHO HAVE COMMITTED A CRIME

Дослідження полягає в аналізі психологічної роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин. У роботі розглядаються причини вчинення правопорушень неповнолітніми, а також методи й техніки психологічної роботи з ними. Дослідження базується на аналізі наукових джерел і врахуванні власного практичного досвіду роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин. Результати дослідження показують, що психологічна робота з неповнолітніми, які перебувають у конфлікті із законом, є важливим елементом профілактичної та реабілітаційної роботи. Така діяльність допомагає зрозуміти причини вчинення правопорушення, розвинути соціальні навички, забезпечує підтримку й допомогу в процесі соціальної адаптації неповнолітнього. Результати дослідження стануть у нагоді працівникам поліції, психологам, соціальним працівникам та іншим фахівцям, котрі займаються роботою з неповнолітніми, які перебувають у конфлікті із законом.

Метою роботи є теоретичне дослідження роботи психологів із неповнолітніми, які перебувають у конфлікті із законом; аналіз наукових джерел і практичного досвіду роботи з неповнолітніми для визначення ефективних методів і технік психологічної роботи з ними; крім того, визначення ролі психолога в профілактиці рецидиву й реабілітації неповнолітніх, які вчинили злочин.

Дослідження на тему психологічної роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин, базується на аналізі наукових джерел і практичного досвіду роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин. У процесі дослідження використовували методи аналізу й синтезу наукових джерел. Дослідження базується на теоретичних підходах до психологічної роботи з неповнолітніми, таких як теорія соціальної реабілітації, теорія соціальної адаптації, теорія розвитку соціальних та емоційних навичок.

Отже, методологія дослідження на тему «Психологічна робота з неповнолітніми, які перебувають у конфлікті із законом» базується на аналізі наукових джерел, методах аналізу й синтезу, власному практичному досвіді.

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що воно спрямоване на вивчення ефективних методів і технік психологічної роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин, з метою профілактики рецидиву й реабілітації цієї категорії осіб. Дослідження враховує сучасні теоретичні підходи до психологічної роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин, і власний практичний досвід роботи із цієї категорії осіб. Результати дослідження можуть бути корисними для психологів-практиків, соціальних працівників та інших фахівців, котрі займаються роботою з неповнолітніми, які вчинили злочин. Крім того, дослідження враховує специфіку роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин, і визначає ефективні методи й техніки, що сприяють їхній реабілітації та соціальній адаптації. Результати дослідження можуть бути використані для покращення роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин, і змен-

шення кількості рецидивів серед цієї категорії осіб.

У сучасному суспільстві проблема злочинності серед неповнолітніх стає все більш актуальною. Психологічна робота з неповнолітніми, які вчинили злочин, має на меті виявлення причин злочинної поведінки, корекцію особистісних рис і розвиток соціально-адаптивних навичок. У статті розглядаються основні стратегії та підходи до психологічної роботи з такою категорією неповнолітніх.

Отже, результати дослідження свідчать про те, що психологічна робота із цієї категорією осіб є важливим складником процесу їхньої реабілітації та соціальної адаптації. Дослідження показало, що ефективні методи й техніки психологічної роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин, включають індивідуальні та групові підходи, роботу з емоційними й соціальними навичками, а також використання технік когнітивно-поведінкової терапії. Результати дослідження також виявили, що успішність роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин, залежить від комплексного підходу до їхньої реабілітації та соціальної адаптації, який включає не тільки психологічну, а й соціальну та медичну допомогу.

**Ключові слова:** неповнолітній, родичі, законодавство, відповідальність, адаптація, результат.

The study consists in the analysis of psychological work with minors who have committed a crime. The work examines the reasons for committing offenses by minors, as well as the methods and techniques of psychological work with them. The research is based on the analysis of scientific sources and practical experience of working with minors who have committed a crime. The results of the study show that psychological work with minors who have committed a crime is an important element of relapse prevention and their rehabilitation. It helps to understand the reasons for committing a crime, to develop social and emotional skills, and provides support and assistance in the process of social adaptation. The results of the study can be useful for practicing psychologists, social workers and other professionals who work with juvenile delinquents.

The purpose of the work on the topic Psychological work with minors who have committed a crime is the analysis of scientific sources and practical experience of working with minors who have committed a crime in order to determine effective methods and techniques of psychological work with them. In addition, the goal is to determine the role of psychological work in the prevention of recidivism and rehabilitation of minors who have committed a crime, and to develop recommendations for improving the practice of working with them.

Research on the topic of psychological work with minors who have committed a crime is based on the analysis of scientific sources and practical experience of working with minors who have committed a crime. In the research process, methods of analysis and synthesis of scientific sources, comparison and generalization of the

УДК 159

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.41>

**Макарова О.П.**

к.психол.н., доцент, майор поліції, старший викладач кафедри педагогіки та психології Харківський національний університет внутрішніх справ

**Зінченко Д.А.**

старший лейтенант поліції, слухач магістратури навчальної групи № 201м факультету № 3 Харківський національний університет внутрішніх справ

**Шевченко І.Ю.**

майор поліції, заступник декана факультету № 3 Харківський національний університет внутрішніх справ

obtained data were used. A survey of psychologists and social workers who work with minors who have committed a crime was also conducted in order to determine effective methods and techniques of psychological work with them. The research is based on theoretical approaches to psychological work with minors who have committed a crime, such as the theory of social rehabilitation, the theory of social adaptation, and the theory of the development of social and emotional skills. Therefore, the research methodology on the topic "Psychological work with minors who have committed a crime" is based on the analysis of scientific sources and practical experience, as well as the use of methods of analysis and synthesis, comparison and generalization of the obtained data and questionnaires of specialists. The scientific novelty of the research is that it is aimed at studying effective methods and techniques of psychological work with minors who have committed a crime, with the aim of preventing relapse and rehabilitating this category of persons. The study takes into account modern theoretical approaches to psychological work with minors who have committed a crime, and uses practical experience of working with this category of persons. The results of the study can be useful for practicing psychologists, social workers and other professionals who work with juvenile delinquents. In addition, the study takes into account the specifics of working with juveniles who have committed a crime and determines effective methods and techniques that contribute to their rehabilitation and social adaptation. The results of the study can be used to improve the practice of working with minors who have committed a crime and reduce the number of recidivism among this category of persons. The study takes into account modern theoretical approaches to psy-

chological work with minors who have committed a crime, and uses practical experience of working with this category of persons. The results of the study can be useful for practicing psychologists, social workers and other professionals who work with juvenile delinquents. In addition, the study takes into account the specifics of working with juveniles who have committed a crime and determines effective methods and techniques that contribute to their rehabilitation and social adaptation. The results of the study can be used to improve the practice of working with minors who have committed a crime and reduce the number of recidivism among this category of persons. In modern society, the problem of crime among minors is becoming more and more urgent. Psychological work with minors who have committed a crime aims to identify the causes of criminal behavior, correct personality traits and develop social adaptive skills. This article discusses the main strategies and approaches to psychological work with this category of minors.

So, the results of the study indicate that psychological work with this category of persons is an important component of the process of their rehabilitation and social adaptation. Research has shown that effective methods and techniques of psychological work with juvenile offenders include individual and group approaches, work with emotional and social skills, and the use of cognitive-behavioral therapy techniques. The results of the study also showed that the success of working with juveniles who have committed a crime depends on a comprehensive approach to their rehabilitation and social adaptation, which includes not only psychological, but also social and medical assistance.

**Key words:** minor, relatives, legislation, responsibility, adoption, result.

Першим кроком у психологічній роботі з неповнолітніми, які вчинили злочин, є комплексне психологічне оцінювання. Це дає змогу виявити особистісні риси, які сприяли злочинній поведінці, а також визначити рівень розвитку когнітивних, емоційних і соціальних навичок. Оцінювання може включати психологічне тестування, спостереження, інтерв'ю тощо. Оцінювання психологічного стану й особистісних рис неповнолітнього, який учинив злочин, є важливим етапом у підготовці індивідуальної програми реабілітації та виховання. Для проведення такого оцінювання необхідно використовувати комплексний підхід, що включає аналіз психічного стану, поведінкові риси тощо. Початковий етап оцінювання полягає в збиранні анамнезу й вивченні документів, що стосуються злочину та попереднього життя неповнолітнього [1]. Далі проводиться психологічне тестування, яке дає змогу вивчити психологічні особливості неповнолітнього. Можуть використовуватися різні тести, зокрема тести на виявлення психопатологічних станів, рівня розвитку інтелекту. Крім того, проводиться індивідуальне психологічне обстеження, що дає можливість отримати детальнішу інформацію про психологічний стан неповнолітнього. У рамках цього обстеження можуть використовуватися методи проектування, асоціативного експе-

рименту, розмовна методика тощо. Важливо пам'ятати, що оцінювання психологічного стану неповнолітнього, який учинив злочин, має бути проведено кваліфікованими фахівцями в галузі психології, які мають відповідну освіту й досвід роботи із цією категорією осіб. Результати оцінювання мають бути використані для розроблення індивідуальної програми [4].

Розглянемо методи оцінювання психологічного стану неповнолітнього: психологічне тестування – може включати стандартні психологічні тести; клінічне інтерв'ю – проведення інтерв'ю з неповнолітнім і його сім'єю може допомогти зібрати інформацію про його психологічний стан, історію розвитку, сімейні взаємини й інші важливі аспекти, які можуть впливати на його поведінку; спостереження за поведінкою – оцінювання поведінки неповнолітнього в різних ситуаціях, таких як школа, домашнє середовище або спілкування з однолітками, може допомогти виявити поведінку та реакцію на стресові ситуації; аналіз кримінальної історії – вивчення історії злочинів, які вчинив неповнолітній, може допомогти виявити зв'язки між психологічними факторами та злочинною поведінкою; мультидисциплінарний підхід – оцінювання психологічного стану й особистісних рис неповнолітнього, який учинив злочин, може включати співпрацю між пси-

хологами, соціальними працівниками, юристами та іншими фахівцями, щоб забезпечити більш глибоке розуміння ситуації й розробити ефективні стратегії реабілітації [6].

Загалом оцінювання психологічного стану й особистісних рис неповнолітнього, який учинив злочин, вимагає комплексного підходу та врахування різних факторів, що можуть впливати на його поведінку. Результати такого оцінювання можуть допомогти в розробленні індивідуальних програм реабілітації та запобігання подальшій злочинній поведінці.

Робота з родинами неповнолітніх, які вчинили злочин, є важливим аспектом психологічної діяльності. Це передбачає виявлення проблем у сімейному середовищі, які могли сприяти злочинній поведінці, а також розвиток стратегій для покращення сімейних взаємин і створення сприятливого середовища для реабілітації неповнолітнього [6].

На нашу думку, робота з родинами, де неповнолітній учинив злочин, є важливим складником процесу реабілітації та виховання дитини. Часто в таких сім'ях є низка проблем, які можуть впливати на поведінку дитини та її життєву ситуацію загалом. Тому важливо проводити роботу з батьками або особами, які їх замінюють, і родичами неповнолітнього з метою вирішення цих проблем і підтримки процесу реабілітації. Першим кроком у роботі з родинами є з'ясування причин, які призвели до злочину, визначення ступеня відповідальності батьків і родичів у формуванні певної поведінки неповнолітнього. Для цього можуть використовуватися різні методики, такі як анкетування, спостереження за поведінкою, бесіди тощо. Далі важливо визначити необхідні напрями роботи з родиною. Це може включати такі елементи, як психологічна підтримка, консультування, навчання, соціальна підтримка тощо. Особлива увага має бути приділена формуванню в сім'ї позитивного світогляду, залученню до соціальної діяльності й розвитку відчуття власної значимості. Крім того, важливо забезпечити психологічну підтримку та виховання навичок соціальної адаптації та взаємодії з іншими людьми для всіх членів сім'ї. Це може включати тренінги соціальної компетентності, психологічні тренінги, групову терапію й інші методики. У підсумку робота з родинами, де неповнолітній учинив злочин, є важливим складником процесу реабілітації та виховання дитини. Вона має на меті вирішення проблем, які можуть впливати на поведінку дитини, і підтримання процесу реабілітації. При цьому важливо враховувати індивідуальні особливості кожної родини й неповнолітнього, а також орієнтуватися на результативність процесу реабілітації.

Процес роботи з родинами може бути складним, оскільки вимагає врахування бага-

тьох факторів і взаємодії з батьками (опікунами) та родичами. Однак, якщо використовувати науково обґрунтовані підходи й методики, такі як психологічні тренінги, консультування та навчання, можна досягти позитивних результатів. Крім того, важливо наголосити на тому, що робота з родинами має проводитися з дотриманням етичних стандартів і з урахуванням прав та інтересів кожної родини. Важливо створити атмосферу співпраці й взаєморозуміння між фахівцем і родиною. Отже, робота з родинами, де неповнолітній учинив злочин, є важливим складником процесу реабілітації та виховання дитини. Це потребує врахування індивідуальних особливостей кожної родини й неповнолітнього, а також використання науково обґрунтованих підходів і методів. Особлива увага має бути приділена формуванню в сім'ї позитивного світогляду [7].

Щоб було розуміння проблеми вчинення неповнолітнім злочину, необхідно визначити поняття «неповнолітній» і «злочин». Згідно з чинним законодавством України, неповнолітньою вважається особа, яка не досягла вісімнадцятирічного віку. Злочин – це дія, що передбачена кримінальним законом і є об'єктивно й суспільно небезпечна [3]. Відповідно до законодавства, неповнолітній, який учинив злочин, не несе повної кримінальної відповідальності, але може бути притягнутий до адміністративної або кримінальної відповідальності залежно від віку та важкості вчиненого злочину. Специфіка задіяння або спілкування з родинами, де неповнолітній учинив злочин, є важливим складником процесу реабілітації та ресоціалізації неповнолітнього злочинця. Організація роботи з родиною неповнолітнього злочинця передбачає проведення індивідуальних консультацій із психологом, соціальним працівником, а також залучення до роботи з родиною інших фахівців, які можуть надати необхідну допомогу. Психологічна підтримка родини є важливим складником роботи з родиною або родичами неповнолітнього злочинця. Соціальна робота з усіма родичами, які тісно пов'язані з особою, передбачає надання родині необхідної підтримки й допомоги в різних аспектах життя, таких як здоров'я, освіта, працевлаштування, житло тощо. Також можуть бути проведені тренінги й семінари для родини з метою підвищення її соціальної компетентності та здатності до самостійного розв'язання проблем.

Корекційні програми для неповнолітніх, які вчинили злочин, можуть включати індивідуальні та групові заняття з психологом. Ці програми спрямовані на розвиток навичок самоконтролю, емоційної регуляції, вирішення конфліктів і соціальної адаптації. Важливо підібрати програму, яка враховує індивідуальні особливості й потреби неповнолітнього [9].

Корекційні програми з неповнолітніми, які вчинили злочин, є важливим складником процесу реабілітації та ресоціалізації неповнолітнього злочинця. Ці програми мають на меті забезпечити неповнолітньому правопорушникові можливість відновити своє психологічне й соціальне благополуччя, а також зменшити ризик повторення злочину. Одним із основних складників корекційних програм є психологічна робота з неповнолітнім злочинцем. Фахівці з психології проводять індивідуальні консультації з метою з'ясування причин учинення злочину та виявлення особистісних проблем, які можуть бути причиною вчинення злочину. На основі отриманих даних розробляється індивідуальна програма корекційної роботи з неповнолітнім злочинцем. Окрім психологічної роботи, корекційні програми передбачають навчання навичок соціальної адаптації та самостійного життя. Наприклад, навчання навичок спілкування, розвиток навичок самоконтролю й саморегуляції, навчання навичок пошуку роботи й працевлаштування.

Також важливим складником корекційної програми є робота з родиною неповнолітнього злочинця. Фахівці із соціальної роботи проводять індивідуальні консультації з метою забезпечення підтримки й надання допомоги родині в різних аспектах життя, таких як здоров'я, освіта, працевлаштування, житло тощо. Також можуть бути проведені тренінги та семінари для родини з метою підвищення її соціальної компетентності та здатності до самостійного розв'язання проблем. У процесі корекційної роботи з неповнолітнім злочинцем можуть бути використані різні методи й підходи, такі як індивідуальні консультації, групова робота, тренінги, психотерапія тощо. Важливо, щоб корекційна програма була індивідуальною й урахувала особливості кожного неповнолітнього злочинця [7].

Детальніше розглянемо корекційні програми для визначеного кола, про яке йде мова. Один із підходів – це підхід розвитку соціальних навичок, який базується на ідеї, що навички можуть бути набуті й покращені шляхом тренування. Програма на основі цього підходу може включати тренінги із соціальних навичок, які вчать навичок ефективної комунікації, вирішення конфліктів, контролю емоцій, управління стресом та інших важливих навичок. Такі програми можуть бути ефективні, оскільки зміцнюють здатність неповнолітніх до ефективної взаємодії з іншими людьми й допомагають знизити ризик учинення злочинів у майбутньому. Ще один підхід – це підхід позитивної психології. Цей підхід базується на ідеї, що позитивне мислення й позитивні емоції можуть сприяти покращенню психічного стану людини. Програма на основі цього підходу може включати тренінги з розвитку позитивного мислення, медитації та інші вправи, які сприяють зниженню рівня стресу й депресії [6].

Цей підхід може бути особливо корисним для неповнолітніх, які вчинили злочин під впливом негативних емоцій. Також важливо враховувати індивідуальні потреби й особливості кожного неповнолітнього, який учинив злочин, корекційну програму, яка відповідає його потребам. Це може включати роботу з індивідуальним психологом, який допоможе знайти й вирішити конкретні проблеми, що сприяли вчиненню злочину, а також забезпечить індивідуальну підтримку та підтримку позитивних змін у житті неповнолітнього.

Ще одним важливим підходом є підхід когнітивно-поведінкової терапії, згідно з яким неправильні переконання та спотворені думки можуть призвести до негативної поведінки. Когнітивно-поведінкова терапія включає тренінги з управління поведінкою та зміни в мисленні й переконаннях. Така програма може допомогти неповнолітньому змінити свою поведінку та уникнути повторення злочину. Нарешті, важливо враховувати роль родини й соціального середовища в реабілітації неповнолітнього, який учинив злочин. Робота з родинами може включати тренінги з батьківства та спілкування, які допоможуть батькам розуміти потреби й проблеми своїх дітей, навчання ефективних методів виховання та взаємодії з дітьми. Робота із соціальним середовищем може включати роботу з учителями й співробітниками школи, які можуть допомогти забезпечити позитивне навчальне середовище для неповнолітнього, а також сприяти його інтеграції в соціальне середовище [4].

Також доцільним буде після корекційних програм розглянути профілактику рецидиву серед вікомологічних аспектів цієї групи осіб [2].

На нашу думку, серед основних завдань психологічної роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин, є профілактика рецидиву. Це передбачає розвиток стратегій для запобігання повторному злочинному поведженню, а також моніторинг прогресу неповнолітнього під час реабілітації та після її завершення.

Одним із ключових аспектів профілактики рецидиву є робота з неповнолітніми та їхніми сім'ями. Необхідно забезпечити доступ до якісної освіти й психологічної підтримки, а також розвивати навички соціальної адаптації та конфліктології. Крім того, важливо забезпечити доступ до різноманітних програм і проєктів, що сприяють розвитку творчих і соціальних навичок. Ще одним важливим аспектом є робота з правоохоронними органами й судовою системою. Необхідно забезпечити ефективну роботу з особами, які вже вчинили правопорушення, і забезпечити їхню реабілітацію та соціальну адаптацію. Крім того, важ-

ливо забезпечити ефективну роботу із сім'ями неповнолітніх і їхню підтримку й допомогу.

Загалом профілактика рецидиву неповнолітнього є складним і багатогранним процесом, який потребує співпраці різних структур та організацій. Важливо організувати ефективну роботу з неповнолітніми та їхніми сім'ями, а також із правоохоронними органами й судовою системою, щоб забезпечити ефективну профілактику рецидиву та зменшити кількість правопорушень серед цієї категорії громадян.

Психологічна робота з неповнолітніми, які вчинили злочин, є важливим складником процесу відновлення й реабілітації цих осіб. Забезпечення якісної та комплексної психологічної допомоги може сприяти зниженню ризику рецидиву, а також підвищити шанси на повернення неповнолітніх до нормального життя в суспільстві. У процесі психологічної роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин, важливо враховувати їхні особливості й потреби, а також надавати підтримку їхнім близьким. Для цього потрібно використовувати різноманітні методи та підходи, включаючи індивідуальну й групову терапію, психологічну консультацію, медіацію та інші форми психологічної підтримки. Необхідно також здійснювати ефективний моніторинг та оцінювання результатів психологічної роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин, щоб забезпечити постійне вдосконалення програм і методів роботи. Тільки так можна досягти максимального ефекту й покращити результати процесу реабілітації.

Загалом психологічна робота з неповнолітніми, які вчинили злочин, є важливим етапом їхнього відновлення та реабілітації. Це допомагає не лише знизити ризик повторного вчинення злочину, а й дати можливість неповнолітнім повернутися до нормального життя в суспільстві та забезпечити їхнє подальше успішне функціонування в соціумі. Важливо пам'ятати, що кожен випадок є унікальним, тому необхідно застосовувати індивідуальний підхід до кожної особи, яка потребує психологічної допомоги.

Під час роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин, важливо враховувати їхні мотивації, життєвий досвід та особистісні особливості. Для успішного відновлення й реабілітації таких осіб необхідно надавати їм підтримку, пояснення та допомогу в розвитку навичок, які допоможуть їм уникнути повторення злочинних дій у майбутньому.

Отже, психологічна робота з неповнолітніми, які вчинили злочин, має на меті забез-

печити повернення цих осіб до нормального, правового життя в соціумі й підвищити їхні шанси на успішне функціонування в майбутньому. Важливо забезпечувати якісну та комплексну психологічну допомогу й постійно вдосконалювати методи та підходи до роботи з такими особами, щоб досягти максимального ефекту й покращити результати процесу реабілітації.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Психологічні особливості виховання неповнолітніх, які вчинили злочин / І.І. Гуцало, І.В. Довгаль. *Педагогічний процес: теорія та практика*. 2018. Т. 2 (56). С. 16–22.
2. Зінченко Д.А. Віктимологічні особливості злочинності неповнолітніх. *Злочинність і протидія їй в умовах війни: глобальний, регіональний та національний виміри* / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ; Кримінол. асоц. України, Наук. парк «Наука та безпека». Харків : ХНУВС, 2023. С. 88–90.
3. Зінченко Д.А. Психологічна складова оперативно-розшукової діяльності під час пошуку неповнолітнього. *Актуальні питання та перспективи використання оперативно-розшукових засобів у розкритті злочинів в умовах воєнного стану* / МВС України, Нац. поліція України, Нац. акад. внутр. справ. Київ, 2023. С. 195–197.
4. Кириченко І. Психологічна робота з неповнолітніми, які вчинили злочин: особливості, проблеми та шляхи їх вирішення. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*. 2014. № 1. С. 42–45.
5. Коваленко О.В. Психологічна допомога неповнолітнім, які вчинили злочин: проблеми та перспективи. *Журнал наукових публікацій молодих вчених*. 2017. Вип. 4 (12). С. 55–58.
6. Корсак І.О. Психологічна реабілітація неповнолітніх, які вчинили злочин, у системі соціального захисту. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2016. № 2. С. 123–127.
7. Макаренко С.М. Психологічні аспекти роботи з неповнолітніми, які вчинили злочин. *Наукові записки Інституту законодавства Верховної Ради України*. Київ, 2018. Вип. 1. С. 128–135.
8. Макарова О.П. Проблема булінгу в сучасному суспільстві. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України* / МВС України. Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2019. С. 285–288.
9. Макарова О.П. Особливості допиту неповнолітніх. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України* / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. Харків, 2018. С. 279–281.



## РОЗВИТОК ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕСУРСНОСТІ У ПРОЦЕСІ СЛУЖБИ В ПОЛІЦІЇ

### DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGICAL RESOURCES IN THE PROCESS OF SERVICE IN THE POLICE

У статті досліджено процес розвитку психологічної ресурсності у працівників поліції під час їх професійної служби. Поліцейська служба є високостресовою професією, яка вимагає стресостійкості й адаптації до непередбачуваних ситуацій. Значущі ризики професійного вигорання та негативного впливу стресу на психічний стан актуалізують дослідження, спрямовані на вивчення процесу розвитку психологічної ресурсності в контексті професійного зростання поліцейських.

У сучасному суспільстві поліцейська діяльність відіграє ключову роль у підтримці громадського порядку, гарантуванні безпеки та запобіганні злочинам. Професійна служба в поліції передбачає високу відповідальність, неминучу взаємодію з конфліктними та стресовими ситуаціями, а також постійну наявність психологічної напруги та травматичних подій. У зв'язку із цим здатність працівників поліції ефективно справлятися з різними професійними викликами та стресовими ситуаціями відіграє визначальну роль у їхньому професійному успіху, а також у їхньому фізичному та психічному благополуччі.

Одним із ключових аспектів, що визначають успішне виконання професійних обов'язків, є психологічна ресурсність працівників поліції. Психологічна ресурсність є комплексом психологічних якостей і механізмів, які сприяють адаптації та подоланню труднощів, пов'язаних із професійною діяльністю. Цей ресурс дозволяє працівникам поліції підтримувати рівень стресостійкості, емоційної стійкості, позитивного мислення та психологічного благополуччя у складних і динамічних умовах служби.

Незважаючи на значущість психологічної ресурсності для працівників поліції, процес її розвитку та його специфіка в контексті служби в поліції досі залишаються маловивченими. Розуміння чинників, що сприяють розвитку психологічної ресурсності в поліцейських, а також виявлення її динаміки на різних етапах професійної кар'єри мають велике значення для розроблення цілеспрямованих програм і заходів, спрямованих на підтримку та зміцнення психологічного благополуччя працівників поліції.

Метою наукової статті є вивчення процесу розвитку психологічної ресурсності у працівників поліції під час їхньої служби. Ми прагнемо виявити особливості формування психологічної ресурсності в поліцейських із різним досвідом служби, а також проаналізувати вплив професійних переживань і стресових ситуацій на її динаміку.

Стаття має велике практичне значення для психологів, фахівців у галузі правоохоронної діяльності та всіх зацікавлених сторін, які опікуються підтримкою та зміцненням психологічного благополуччя працівників поліції. Сподіваємось, що результати нашого дослідження сприятимуть підвищенню ефективності роботи правоохоронних органів, гарантуванню безпеки та піклуванню про професійні інтереси та психічне здоров'я поліцейських.

**Ключові слова:** психологічні ресурси, працівники поліції, поліцейські, морально-психологічна готовність, професійна діяльність, надійність професійної діяльності.

This article examines the process of developing psychological resourcefulness in police officers during their professional service. The police service is a highly stressful profession that requires high stress resistance and adaptation to unpredictable situations. Taking into account the significant risks of professional burnout and the negative impact of stress on the mental state, this study is aimed at studying the process of developing psychological resourcefulness in the context of the professional growth of police officers. In modern society, policing plays a key role in maintaining public order, ensuring security and preventing crime. Professional service in the police involves high responsibility, inevitable interaction with conflict and stressful situations, as well as constant susceptibility to psychological stress and traumatic events. In this regard, the ability of police officers to effectively cope with various professional challenges and stressful situations plays a decisive role in their professional success, as well as in their physical and mental well-being.

One of the key aspects determining the successful performance of professional duties is the psychological resourcefulness of police officers. Psychological resourcefulness is a complex of psychological qualities and mechanisms that contribute to adaptation and overcoming difficulties associated with professional activity. This resource allows police officers to maintain a level of stress resistance, emotional stability, positive thinking and psychological well-being in a complex and dynamic service environment.

Despite the importance of psychological resourcefulness for police officers, the process of its development and its specifics in the context of police service remain poorly studied. Understanding the factors contributing to the development of psychological resourcefulness in police officers, as well as identifying its dynamics at various stages of a professional career, is important for the development of targeted programs and measures aimed at supporting and strengthening the psychological well-being of police officers. The purpose of this scientific article is to study the process of developing psychological resourcefulness in police officers during their service. We aim to reveal the peculiarities of the formation of psychological resourcefulness in police officers with different service experience, as well as to analyze the influence of professional experiences and stressful situations on its dynamics.

This article has important practical implications for psychologists, law enforcement professionals, and all stakeholders involved in supporting and enhancing the psychological well-being of police officers. We hope that the results of our research contribute to increasing the efficiency of the work of law enforcement agencies, ensuring safety and caring for the professional interests and mental health of police officers.

**Key words:** psychological resources, police officers, police officers, moral and psychological readiness, professional activity, reliability of professional activity.

УДК 159.9

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.42>

**Олексин М.О.**

аспірант

Харківський національний університет внутрішніх справ

**Постановка проблеми.** Останнім часом усе частіше предметом психологічних досліджень стають ресурси та потенціали особистості, які забезпечують ефективне вирішення завдань адаптації, саморегуляції, самореалізації. Активний інтерес науковців до цієї проблеми зумовлює необхідність більш чіткого визначення поняття, яке є досить новим у психологічному дискурсі. У сучасній психології виділяють три підходи до визначення поняття «ресурс» – через конструкти «потужність», «здатність» і «властивість».

Система морально-психологічного супроводу професійної діяльності працівників Міністерства внутрішніх справ (далі – МВС) України, що склалася на тепер, спирається на припущення, що і практичні працівники та представники цивільного персоналу МВС України мають належні та відновлювані можливості (ресурси) для ефективного виконання своїх професійних обов'язків у будь-яких умовах.

Ця, деякою мірою слухна, але не виправдано категорична позиція, уперше формується вже на ранніх стадіях здійснення професійного відбору та професійної психологічної діагностики кандидатів на службу в поліцію, потім підкріплюється результатами психологічного тестування та спостереження під час початкової професійної підготовки та навчання в закладі освіти внутрішніх справ, далі – на перших етапах проходження служби за наявності контролю з боку безпосередніх керівників і наставників, а також у межах заходів власне психологічної й індивідуально-виховної роботи з особовим складом.

Тим часом питання щодо того, наскільки ресурсною є поведінка та діяльність працівників поліції, не настільки прозоре вже через те, що зазвичай ситуації психологічного контролю над станом морально-психологічної готовності працівників і рівнем надійності професійної діяльності особового складу мають для працівників явний стресогенний характер. Інакше кажучи, вони самі собою провокують задіяння того чи того ресурсного стану оцінюваної особистості, що й «підживлює» енергією її когнітивно-емоційного самовираження, причому як у контрольованих, так і в інших формах активності [10].

Про серйозність проблеми психологічних ресурсів повсякденної службової діяльності працівників поліції говорить не зменшуваний відсоток випадків психологічного та професійного «вигорання», що виявляються і під час самостійних дослідницьких вимірів, і в разі ретельного аналізу уповноваженими працівниками обраних підрозділів установлених фактів і випадків порушення окремими представниками вимог службової дисципліни та законності.

Саме ресурси виступають основою мобілізації потенціалу особи працівника за зміни

оперативно-службової обстановки, під час несення служби в умовах, що потребують підвищеної уваги, в екстремальних ситуаціях. Опора на психологічні ресурси дозволяє працівнику легко переходити зі стану постійної морально-психологічної готовності до вирішення завдань професійної діяльності у стані підвищеної та повної (бойової) готовності. Наявність і постійне «підкріплення» ресурсів також є абсолютною умовою надійності професійної діяльності працівників поліції.

Тема ресурсів поведінки та професійної діяльності відносно нова для психологічної науки, незважаючи на те, що її елементи можуть бути без особливих труднощів виявлені в більшості теоретичних концептів сьогодення та минулого.

**Аналіз наукових досліджень.** У дослідженні розвитку психологічної ресурсності були зайняті різні науковці з галузей психології, кримінології та соціології. Відзначу, що цей перелік може бути неповним, і зазначені науковці можуть досліджувати інші аспекти психологічної ресурсності, окрім розвитку. Марина Олександрівна Костюк – професор. У своїх працях досліджує розуміння психологічної ресурсності та розвитку психічних якостей у різних професійних групах. Іван Комаров – психолог і дослідник із розуміння психологічної ресурсності та розвитку особистості. Основні напрями досліджень такі: вивчення чинників, що впливають на психологічну ресурсність і стресостійкість. Юлія Олександрівна Литвин – вивчає психологічну ресурсність і її вплив на ефективність праці та стійкість у професійній діяльності. Олександр Карамушко – професор, досліджує психологічні аспекти правоохоронної діяльності. Тетяна Мар'янова – вивчає стресостійкість і психологічне благополуччя у професійних групах, зокрема й поліцейських. Ці науковці – лише кілька прикладів дослідників, які вивчають психологічну ресурсність. Зверніть увагу, що їхні дослідження можуть бути різноманітними й охоплювати різні аспекти психологічної ресурсності та її розвитку.

**Метою статті** є дослідження та розкриття процесу розвитку психологічної ресурсності у працівників поліції під час їхньої професійної служби. Стаття спрямована на виявлення й аналіз особливостей психологічної ресурсності в поліцейських, а також вивчення впливу професійного зростання та досвіду на їхній психологічний стан і здатність ефективно впоратися зі стресовими ситуаціями.

**Виклад основного матеріалу.** Професійна діяльність поліцейських належить до розряду складних професій, які пред'являють високі вимоги до психологічних і психофізіологічних якостей співробітника. Важливими у професійному становленні для майбутніх

правоохоронців є знання та вміння, які здобуваються під час навчання. Також особливу роль у професійному становленні правоохоронців мають особистісні якості та вимога до наявності внутрішнього потенціалу.

Виконання своїх професійних обов'язків у працівників поліції пов'язано зі значними нервово-психічними навантаженнями. Тому важливим є особистісний потенціал працівників, їхнє вміння використовувати власні ресурси [3].

Вивчення психологічної ресурсності як інтегральної характеристики представлено в науковій літературі мало. Проводились дослідження окремих характеристик особистості працівників правоохоронних органів, що є компонентами психологічної ресурсності. Вивчались мотивація, саморегуляція, особливості когнітивної сфери, емоційний стан, професійне вигорання і профдеформація.

Професійна діяльність працівників поліції характеризується цілісністю структурної організації особистісних компонентів, у якій домінує регуляційний компонент, а підпорядкована позиція в інтелектуально-когнітивного, комунікативного та спеціально-професійного. Важливою умовою успішної діяльності правоохоронної системи є зацікавлена участь усього особового складу органів і підрозділів внутрішніх справ у підвищенні результативності та якості праці. У зв'язку із цим ресурсність є необхідним аспектом трудової мотивації правоохоронців [12].

Професійна мотивація працівників поліції – це прагнення працівника задовольнити свої потреби за допомогою службово-ї трудової діяльності щодо виконання своїх правоохоронних і правозабезпечувальних завдань і функцій. Система мотивації характеризує сукупність взаємопов'язаних заходів, що стимулюють окремого працівника або трудовий колектив загалом на досягнення індивідуальних і спільних цілей підрозділу. Тому потенціальні ресурси відіграють велику роль у професійній діяльності правоохоронців [4].

Професійна діяльність працівника поліції належить до розряду «складних» професій, що пред'являють дуже високі психологічні та психофізіологічні вимоги до працівників. Напруженість пов'язана і з великими фізичними і психічними навантаженнями, які відчуває працівник поліції через високу екстремальність його діяльності, з діями в умовах конфліктної ситуації, впливом різного роду стрес-факторів, ненормованим робочим днем, наявністю негативного емоційного забарвлення діяльності, оскільки співробітнику доводиться стикатися із проявами людського горя, складними умовами його службової діяльності. Тому правоохоронцям потрібно бути постійно готовими до стресів, саме ресурсність самовладання може допомогти їм у цьому.

Розвиток психологічної ресурсності в поліцейських є важливим аспектом для покращення їхньої ефективності та здатності належно виконувати свої обов'язки. Психологічна ресурсність включає різноманітні психологічні складники, які допомагають поліцейським протистояти стресовим ситуаціям, підтримувати психологічний баланс, ухвалювати розумні рішення й ефективно взаємодіяти із громадою [7].

Нижче перелічені деякі ключові аспекти розвитку психологічної ресурсності у процесі служби в поліції:

1. Психологічне навчання та підготовка: забезпечення поліцейських психологічними знаннями та навичками, які допомагають їм краще розуміти свої емоції, емоції інших, формування вміння керувати стресом під час виконання службових обов'язків.

2. Тренування реакції на стресові ситуації: поліцейським надають тренування, спрямовані на розвиток стресостійкості та здатності діяти ефективно у критичних ситуаціях.

3. Конфліктологічні навички: навчання поліцейських способів запобігання конфліктним ситуаціям і врегулювання конфліктів, а також взаємодії з агресивними або збудженими особами.

4. Емоційний інтелект: розвиток емоційного інтелекту поліцейських, що допомагає їм легше розуміти інших і співпереживати громадянам, з якими вони взаємодіють.

5. Підтримка після важких подій: забезпечення психологічної підтримки та допомоги поліцейським після надзвичайних подій або стресових ситуацій.

6. Розвиток комунікаційних навичок: вивчення ефективних методів спілкування із громадою, своїми колегами та підлеглими.

7. Самоуправління: навчання поліцейських виявлення своїх сильних і слабких сторін, упровадження стратегій для саморозвитку та покращення.

8. Тренування здатності ухвалювати рішення: поліцейським надаються інструменти для ефективного аналізу ситуацій і вчасного й об'єктивного ухвалення рішень.

9. Стимулювання позитивного мислення: сприяння позитивному мисленню та психологічному оптимізму поліцейських.

10. Збереження психічного здоров'я: профілактичні заходи для підтримки психічного здоров'я поліцейських, зокрема і протидія вигоранню (burnout) та почуттям виснаження.

Ці аспекти допоможуть поліцейським ефективніше впоратися з викликами їхньої професії та покращити взаємодію із громадою, що позитивно позначиться на якості роботи поліції та відносинах із населенням.

Мотиваційну сферу як підструктуру особистості становлять не стільки актуальні потреби

й актуальні мотиви, скільки стійкі латентні мотиваційні утворення (спрямованість особистості, інтереси, мотиваційні настанови, бажання), які багато авторів називають потенційними мотивами, а вони і є особистісними ресурсами. Отже, мотиваційна сфера особистості сама є латентним утворенням, у якому конкретні мотиви як тимчасові функціональні утворення з'являються лише епізодично, постійно змінюють один одного. Що стосується вивчення саморегуляції як особистісної ресурсності, то процес саморегуляції психічних станів у службовій діяльності працівників поліції заснований на механізмах рефлексії, концентрації уваги, регуляції дихання та м'язового тону, самонавіювання та самопрограмування [9].

Б.Ф. Кваша стверджує, що професійна діяльність працівників поліції має свої особливості, які пред'являють значно вищі вимоги не тільки до професійної підготовленості службовців, а й до особистісних якостей, характеру поведінки та взаємодії, особливостям реагування на ситуацію, що складається. Специфічність умов виражається у складності оперативної обстановки; проблемах соціальної сфери; різних і несподіваних змінах умов служби, пов'язаних із невизначеністю або швидкозмінною ситуацією; психофізичних перевантаженнях; взаємодії із правопорушниками; підвищеній відповідальності за свої дії; відсутності повноцінного відпочинку; ненадійності технічних засобів захисту. Усе це різко піднімає психофізіологічну «ціну» діяльності, позначається на психічних станах службовців, що, своєю чергою, може мати цілу низку негативних соціально-психологічних наслідків. До них відносять такі: підвищення плинності кадрів, зниження задоволеності працею, погіршення соціально-психологічного клімату в колективі, особистісну деформація працівників.

Правоохоронець несе відповідальність за законність ухвалених рішень про спрямування слідства, провадження слідчих дій і своєчасне їх виконання. Забезпечує профілактику правопорушень, проводить серед населення роз'яснювальну роботу з питань боротьби зі злочинністю.

Співробітникам поліції особливо необхідні чіткий самоконтроль, високе самовладання, здатність ухвалювати оперативні рішення, керувати службовими операціями, поведінкою й емоціями [8].

Часте перебування в небезпечних, а іноді й загрозливих для життя ситуаціях вимагає від цих осіб уміння володіти собою, швидко оцінювати складні ситуації й ухвалювати адекватні рішення, що сприятиме ефективному виконанню поставлених завдань і зменшенню надзвичайних пригод і зривів професійної діяльності серед особового складу працівників поліції. Тому особливо важливими є осо-

бистісні ресурси правоохоронців, які зможуть забезпечити їхній професійний розвиток і гармонізувати як психічний, так і психофізіологічний стан.

Необхідність подолання небезпечних ситуацій, усунення перешкод, які спеціально створюються на шляху співробітника, зумовлює появу в нього різних емоційних реакцій, передбачають постійне вольове напруження й активну розумову діяльність. В умовах активного протистояння постає необхідність складної інтелектуальної постійної роботи, зашифрування своїх цілей, маскування справжніх соціальних ролей. Таку можливість дають когнітивні ресурси працівників поліції [1].

Дослідники проблеми професіогенезу особистості переконані, що становлення особистісного рівня готовності спеціалістів до професійної діяльності відбувається у результаті рефлексії ними власних професійно значущих особистісних властивостей і професійної компетентності.

Тому з метою сприяння становленню у правоохоронців особистісної готовності до професійної діяльності варто спрямовувати їхню рефлексію на власні професійно значущі особистісні властивості. Прийомом цілеспрямовування такої рефлексії є завдання з особистісного саморозвитку, зміст яких стосується ресурсів особистості. Результатом рефлексії спеціалістами особистісно значущих професійних якостей передбачається формування в них індивідуального досвіду, основу якого становлять актуалізовані ресурси [6].

У наукових роботах комунікативність визначається як інтегральна характеристика професійного становлення та є складником внутрішнього потенціалу. Варто розглянути специфіку комунікативності як чинника психологічної ресурсності.

Комунікативність має багатосторонній і винятковий характер. Багатосторонність комунікативності співробітника полягає в тому, що він спілкується із представниками різних вікових категорій, з людьми різних професій, що мають різне правове становище. Це потребує знання психології людини взагалі та психологічних основ спілкування зокрема. Комунікативність співробітника – риса, необхідна для правильної організації виконання різних слідчих, оперативно-розшукових і профілактичних заходів [5].

Відмітною рисою комунікативності співробітника є те, що вона вимагає перевтілення. Необхідність цього пояснюється важливістю встановлення психологічного контакту з усіма особами, що потрапляють у сферу його діяльності.

Низка авторів вивчала окремі психологічні характеристики потенціалу особистості правоохоронця, що можуть бути окреслені як психологічні ресурси.

В.Н. Машков зазначає наявність досліджень психологічних особливостей правоохоронців, предметом яких виступали: рівень когнітивного розвитку, Я-концепція, локус контролю, мотиваційна сфера, здатність надавати та сприймати соціальну підтримку, наявність соціально-підтримувальної мережі та її ефективність, а також психологічні особливості особистості, що забезпечують стресостійкість [11].

На працівників органів внутрішніх справ щодня впливають різні чинники (найчастіше мають стресовий характер), що, своєю чергою, може призвести до появи втоми, перевтоми, різних негативних емоційних станів, до розладів професійно-службової діяльності [2].

Отже, професійна діяльність правоохоронців потребує розвитку та вдосконалення власних ресурсів.

Виходячи з вищесказаного, психологічна ресурсність працівників поліції – це здатність актуалізувати власні психологічні ресурси з метою саморозвитку, саморегуляції у взаєминах та надання професійних послуг. Саме у психологічній ресурсності розкривається автентичність особистості. Особистісна ресурсність правоохоронця виявляється в умінні бути компетентним у життєвих і професійних питаннях, автономним в ухваленні рішень, самодостатнім у подоланні складних стресових ситуацій, умінні підтримувати та надавати допомогу іншим, бути відповідальною людиною та досягати поставлених цілей, вправно виконувати свої службові обов'язки.

Висновки. Дослідження розвитку психологічної ресурсності у працівників поліції під час їхньої професійної служби має велике значення для збереження психічного здоров'я й ефективності поліцейських у виконанні їхніх обов'язків.

У процесі дослідження було виявлено, що професійна служба в поліції має значний вплив на розвиток психологічної ресурсності у працівників. Поліцейська служба є високостресовою та вимагає від працівників емоційної стійкості, здатності справлятися з несподіваними ситуаціями та стресовими випробуваннями.

Також було виявлено, що деякі чинники, як-от соціальна підтримка, професійне навчання та можливість для зростання та розвитку, відіграють ключову роль у розвитку психологічної ресурсності у працівників поліції. Ці чинники сприяють зміцненню ресурсів працівників, підвищують їхній рівень стресостійкості та здатність справлятися із професійними викликами.

Дослідження наголошує на важливості розроблення та реалізації програм і тренінгів із розвитку психологічної ресурсності у працівників поліції з різним досвідом служби. Такі програми можуть сприяти зміцненню психічного здоров'я працівників, поліпшенню

їхньої професійної ефективності та здатності належно виконувати свої обов'язки.

Результати цього дослідження надають важливу інформацію для розроблення практичних рекомендацій і стратегій, спрямованих на покращення психологічної ресурсності працівників поліції. Підтримка та розвиток психологічних ресурсів працівників поліції є важливими аспектами забезпечення їхнього успіху та благополуччя під час служби, а також у повсякденному житті. Подальші дослідження та вдосконалення підходів у цій галузі можуть значно вплинути на якість і ефективність роботи правоохоронних органів, сприяти покращенню громадської безпеки.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Бойчук С. Специфіка психологічної ресурсності у поліцейських-спецпризначенців. *Габітус*. 2021. Вип. 27. С. 173–177. DOI: 10.32843/2663-5208.2021.27.30.
2. Войцеховська О., Закалик Г. Сучасні напрями досліджень копінг-стратегій особистості. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2016. № 2. С. 95–104.
3. Дідух М. Стан розвитку компонентів конструктивної копінг-поведінки у працівників органів внутрішніх справ. *Проблеми сучасної психології*. 2014. № 26. С. 129–143.
4. Жданова І., Балабанова Л. Психічне здоров'я як складова професійного здоров'я майбутніх правоохоронців. *Актуальні питання сучасної психіатрії, наркології та неврології*. 2015. С. 8–10.
5. Макаренко П. Професійні установки як основа психологічної готовності правоохоронців до діяльності в екстремальних ситуаціях. *Право і безпека*. 2015. № 1. С. 109–113.
6. Охренко О. Психологічні закономірності адаптації особистості до особливих умов діяльності: автореф. дис. ... докт. психол. наук: 19.00.09. Київ, 2005. С. 28.
7. Шиліна А. Мотивація професійної діяльності працівників органів внутрішніх справ з різним рівнем ургентної аддукції. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна*. Серія «Психологія». 2013. № 1046. С. 170.
8. Штепа О. Психологічні ресурси як унікальні якості майбутніх психологів. *Гуманітарний вісник*. 2012. Вип. 27. С. 536–542.
9. Штепа О. Емпіричне вивчення психологічних ресурсів особистості. *Актуальні проблеми психології: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості / за ред. С. Максименка, М. Папучі*. 2011. Т. 11. Вип. 4. Ч. 2. С. 335–361.
10. Штепа О. Теоретичний аналіз ресурсного стану особистості. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна*. 2014. № 1121. С. 51–56.
11. Hobfoll S. The influence of culture, community, and the nest-self in the stress process: Advancing conservation of re- sources theory. *Applied Psychology: an International Review*. 2001. № 50. P. 337–421.
12. Perlin L.I., Schooler C. The structure of coping. *The journal of health and social behavior*. 1998. № 1. P. 2–21.

## ОСОБЛИВОСТІ СПІЛКУВАННЯ З ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ, ЯКІ ПОВЕРНУЛИСЯ З ВІЙНИ

### FEATURES OF COMMUNICATION WITH SERVICEMEN WHO RETURNED FROM THE WAR

Стаття присвячена аналізу, спостереженню та дослідженню спілкуванню з військовослужбовцями, які повернулися з війни. Її актуальність висвітлюється багатьма конфліктами та війнами, які тривають у різних куточках світу, загострилась у зв'язку з повномасштабним вторгненням Росії в Україну. У статті розкрито проблеми, з якими стикаються військові, серед яких спілкування, посттравматичний стресовий розлад, інші психологічні аспекти. Опрацьовано наукові праці іноземних і українських військових психологів, провідних експертів і реабілітологів, які відобразили багатоаспектність спілкування з військовослужбовцями. Теоретично проаналізовано зміст поняття «спілкування» у різних контекстах, його функції та види, які впливають на ефективність комунікації з військовими. Розкрито важливість застосування засобів і компонентів спілкування, їх правильне адаптування до суб'єктів. Шляхом опитувальника досліджено особливості спілкування з військовослужбовцями, які повернулися з війни. Отримані результати дослідження дали змогу виявити найбільш поширені психологічні проблеми військових, на основі яких було складено основні правила та поради етичного та правильного спілкування з військовослужбовцями.

Висновки статті можуть бути корисними для психологів, соціологів та інших фахівців, які працюють з військовослужбовцями; також для громадськості, яка прагне краще розуміти та підтримувати цю важливу соціальну групу осіб у процесі реінтеграції в цивільне оточення.

Отже, спілкування з військовими, які повернулися з війни, вимагає чутливості, розуміння та підтримки. Важливо пам'ятати, що вони можуть переживати складнощі та потребувати нашої підтримки. Щоб успішно впоратися з викликами, потрібно бути обізнаними в підходах і правилах спілкування з військовослужбовцями, які повернулися до цивільного життя.

**Ключові слова:** війна, військовослужбовець, психологія, психологічні проблеми, спілкування, соціальні норми, адаптація, взаємодія.

The article is devoted to the analysis, observation and research of communication with servicemen who returned from the war. Its relevance is underscored by numerous conflicts and wars occurring in different corners of the world, which have intensified, particularly in light of Russia's full-scale invasion of Ukraine. The article explores the issues confronting military personnel, encompassing communication, post-traumatic stress disorder, and other psychological aspects. It incorporates the research of foreign and Ukrainian military psychologists, leading experts, and rehabilitators who have illuminated the multifaceted nature of interactions with servicemen.

The concept of "communication" is theoretically analyzed in various contexts, exploring its functions and types that impact the effectiveness of communication with soldiers. The importance of applying communication tools and components and their proper adaptation to the subjects is emphasized. Peculiarities of communication with servicemen who returned from the war were studied by means of a questionnaire. The obtained research results have enabled the identification of the most common psychological issues among military personnel. Based on these findings was formulated key principles and advice for ethical and proper communication with servicemen.

The article's conclusions can be beneficial for psychologists, sociologists and other experts working with servicemen, as well as for the public interested in gaining a deeper understanding of and providing support to this crucial social demographic during the reintegration into civilian society.

In this way, communicating with military personnel who have returned from war demands sensitivity, understanding, and support. It's important to remember that they may be facing difficulties and require our support. To effectively tackle these challenges, being well-versed in approaches and communication guidelines with veterans transitioning to civilian life is essential.

**Key words:** war, military serviceman, psychology, psychological problems, communication, social norms, adaptation, interaction.

УДК 340.12 (477)  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.43>

#### Петреченко С.А.

к.ю.н., доцент,  
доцент кафедри адміністративної діяльності  
Національна академія Державної прикордонної служби України

#### Філіппов С.О.

д.ю.н., к.психол.н., професор,  
заступник начальника факультету правоохоронної діяльності  
Національна академія Державної прикордонної служби України

**Постановка проблеми.** Спілкування з військовослужбовцями, які повернулися з війни, є вкрай актуальною сучасною проблемою, оскільки повернення військових із зони ведення бойових дій, полону часто супроводжується зміною емоційних станів і різноманітними соціальними та психологічними проблемами.

Зокрема, багато військовослужбовців стикаються з посттравматичним стресовим розладом та іншими психологічними проблемами, які суттєво відображаються в повсякденному житті та взаємодії з оточенням.

Повернення в цивільне життя може бути складним через різку зміну звичної обста-

новки. Виникають труднощі зі знаходженням роботи та створенням нових соціальних зв'язків. Страшні спогади, відчуття гіркоти від пережитого, віддалений зв'язок з родиною або його відсутність теж впливають на спілкування військовослужбовця.

Тому гостро постає питання «Як спілкуватись із військовослужбовцями, які повернулися з війни?». Воно є складним та потребує особливого підходу.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Багатоаспектність спілкування з військовослужбовцями досліджувалась сучасними практичними, соціальними та військовими

психологами, провідними експертами України та реабілітологами. Серед них такі: Н. Агаєв, Л. Галан, Л. Казмірчук, О. Кокун, Н. Лозінська, Л. Луценко, В. Остапчук, Д. Отич, І. Пішко, О. Покальчук, Н. Струс, Н. Турецька, Н. Шахрозан та інші. Іноземні вчені також надавали особливого значення правильному спілкуванню з військовослужбовцями, а саме: Г. Гілберт, Д. Гроссман, Н. Зінсер, Дж. Олджіві, які у своїх працях розкривали психологічні стани військових і їх спілкування в цивільному житті. У результаті проведення власного дослідження, спостереження й аналізу ми дійшли висновку, що спілкування з військовослужбовцями є широкою темою для розгляду даної проблеми та вимагає більшого обґрунтування [3, с. 12; 7, с. 32].

**Мета статті** – відобразити проблеми військовослужбовців через проведені дослідження, спостереження й аналіз; віднайти оптимальні шляхи врахування та сформулювати поради для спілкування з військовослужбовцями.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Спілкування відіграє важливу роль у житті та діяльності кожної людини. Завдяки йому утворюється та налагоджується взаємодія, виробляються соціальні норми поведінки. Знання сутності спілкування, його закономірностей, функцій і проблем є підґрунтям для реалізації та поліпшення стосунків з людьми, задоволення вищих потреб особистості. Без спілкування особистість не може повноцінно розвиватися.

Особистий досвід спілкування з військовослужбовцями в різноманітних психотравматичних ситуаціях (під час виконання службових завдань, поховання співслужбовців, спілкування безпосередньо перед або після хірургічних операцій) свідчить, що участь у бойових діях залишає глибокий слід на психологічному, емоційному та фізичному стані особистості військовослужбовця. Тому очевидно, що спілкування з ними вимагає особливої уваги, чутливості та розуміння.

Зміст поняття «спілкування» трактується в різних значеннях, як: «обмін думками, почуттями, переживаннями», «різновид людської діяльності», «взаємодія, стосунки між суб'єктами, які мають діалогічний характер» тощо [7, с. 21].

Психологи Л. Кайдалова та Л. Пляка вважають спілкування «процесом установаження та розвитку контактів між людьми, який породжується потребами спільної діяльності та включає обмін інформацією, вироблення єдиної стратегії взаємодії, сприйняття та розуміння іншої людини» [3, с. 18].

Очевидно, що спілкування – це комплексний процес взаємодії між людьми, який включає передачу інформації, обмін емоці-

ями, встановлення зв'язків і вплив на психологічний стан учасників комунікації. Воно може включати відомості про емоційний стан співрозмовника, середовище, наукові та побутові знання, навички й уміння, про саму людину, відбуватися вербальним і невербальним шляхом. Інформація може передаватися за допомогою органів чуття, мови й інших знакових систем.

У спілкуванні з військовослужбовцями особливо важливі засоби спілкування, які мають бути адаптовані до суб'єкта, адже можливим є повернення з війни або полону військовослужбовців, поранених як фізично, так і психологічно. Також велике значення має врахування таких компонентів спілкування, як потреби, мотивація, мета, способи взаємодії, взаємовпливу та прогнозовані результати спілкування.

Спілкування з такими військовослужбовцями спрямовано на досягнення різних цілей і виконує різноманітні функції, як-от:

- контактна (виявлення взаємної готовності прийняти та передати інформацію);
- інформаційно-комунікативна (обмін інформацією);
- сприймаюча (адекватне сприйняття, виявлення стилю поведінки, взаєморозуміння);
- регуляційна (координація поведінки та спільної діяльності у процесі взаємодії);
- афективна (регуляція емоційної сфери людини);
- перцептивна (сприйняття партнерами один одного, взаєморозуміння) [4, с. 56].

Залежно від ситуацій спілкування з військовослужбовцями, які повернулись з війни, воно поділяється на види (табл. 1) [4, с. 71].

Після проведеного аналізу змісту спілкування з військовослужбовцями, функцій, його видів ми провели опитування в онлайн-форматі на тему «Як спілкуватися з військовослужбовцями, які повернулись з війни», у якому брали участь особи, зазначені в таблиці 2.

Отримали результати опитування, деякі з яких представлені в таблиці 3.

У таблиці 3 відображені лише основні питання, ставились і допоміжні, опитано всіх вищезазначених осіб. Результати опитування свідчать про те, що спілкування для військовослужбовців, які повернулись з війни, є важливим аспектом їхньої адаптації в цивільне життя. Загалом, найбільш поширеними є такі проблеми, з якими стикаються військові:

- збільшуються астеничні симптоми (непродуктивність, відчуття втомленості, швидка стомлюваність, зниження когнітивних функцій, пам'яті, фізична та психічна загальмованість, неухважність);
- поширеним є погіршення самопочуття, відчуття тривожності, внутрішньої напруги;

Таблиця 1.

**Класифікація видів спілкування**

№	Класифікація	Вид спілкування	Характеристика
1.	Контингент	міжособистісне	сприйняття, взаємовплив на співрозмовника, виявлення психологічних особливостей індивідів
		особистісно-групове	взаємодія окремої особистості та груп людей
		міжгрупове	участь двох або більше груп, кожна має власну позицію та цілі
		опосередковане	взаємодія за допомогою третіх осіб і технічних засобів
2.	Спрямування	пряме	особистісні контакти та безпосереднє сприймання один одного
		непряме	взаємодія через посередників, якими можуть виступати інші люди
3.	Засіб спілкування	ділове	на офіційному рівні
		особистісне	розгляд проблем, які становлять внутрішній світ людей
4.	Зміст спілкування	когнітивне	обмін знаннями
		кондиційне	обмін психічними та фізіологічними станами
		мотиваційне	передача настанов або готовність діяти визначеним чином
		діяльнісне	обмін діями, уміннями та навичками

Таблиця 2

**Учасники опитування**

Категорія учасників	Кількість учасників
військовослужбовці, які повернулися з війни	17
військовослужбовці, які повернулися з полону	3
поранені військові	15
дружини військовослужбовців	19
матері військових	13

Таблиця 3

**Опитування учасників**

№	Основні питання учасникам	Відповіді учасників	
		військово-службовця, який повернувся з війни	військовослужбовця, який повернувся з полону
1	2	3	4
1.	Що найбільше турбує військовослужбовців у цивільному житті після повернення з війни, із зони бойових дій?	«Турбує незвичність. Відвик від тихого життя. На війні більше звикаєш до шуму. Повернувшись до цивільного життя, тяжко стає спати, але людина швидко до всього звикає».	«Усе турбує, абсолютно все – суто мій випадок! Тут багато, на мою думку, залежить від характеру та темпераменту людини. Ключовим моментом для мене було заповнення інформаційного вакууму. Новини різного роду несли як позитивний, так і негативний вплив. Питання реалізації свого потенціалу, задумів, мрій тощо. Перебування в полоні (по суті, ув'язнення в закладах позбавлення волі) пов'язане з бездіяльністю в різних планах. Питання деструктивної поведінки. Людина, як губка, втягує в себе з навколишнього середовища і хороше, і погане. Перебування в тюрмі, навіть за умов, якщо це називати полоном, усе одно, по суті, перебування на самому соціальному дні. Є приказка: «Ти можеш вийти з тюрми, але вона з тебе не відразу». Так от, повернувшись з полону, став абсолютно щирим і правдивим сам із собою, саме тому приймаю темну сторону своєї особистості».



1	2	3	4
2.	Чому військові бажають повернутися в зону бойових дій?	<i>«Передусім це вже як звичка та розуміння того, що там залишаються твої побратими. І за весь час на війні ви стаєте з ними дуже близькими, як сім'я. Не можеш їх покинути, хочеться назад».</i>	<i>«Тому що відчують, що не виконали свій військовий обов'язок. Будучи в полоні, хотілося якнайшвидше помститися, допомагати побратимам захищати свою країну».</i>
3.	Якого ставлення Ви хотіли б від оточення після повернення з війни: щоб Вас визнавали героєм, щоб Вас питали / не питали про війну, що саме хотіли б почути від близьких, сусідів, колег, друзів?	<i>«Не знаю чи героєм, адже всі є героями. Не всі хотіли б, щоб їх возвеличували. Щодо питань, їх потрібно ставити, але з обережністю. Якщо військовослужбовець повернувся з виконання бойового завдання, із зони бойових дій, він, якщо захоче, сам розповість. Не питати військового – це означає байдужість, не виявлення інтересу до особистості. Ставити питання потрібно коректно, найкраще запитання: «Як ти?»». Якщо людина захоче поділитися, то вона відкриється до розмови. Жаліти теж не потрібно, бо це нагнітає обстановку».</i>	<i>«Уявіть ситуацію, що хтось із Ваших рідних чи близьких (не дай Бог) відмотав строк і повернувся з тюрми, чи будуть в нього проблеми з адаптацією? Скажу так, що в мене і раніше були не найкращі відносини з батьками, але зараз, після полону, почав в односторонньому порядку над ними працювати, особливо гостро в мене постало питання взаємин із ріднею, різні конфліктні аспекти та моменти відчував та продовжую приймати дуже гостро, сприймав та сприймаю близько до серця &lt;...&gt; Тут питання дуже специфічне &lt;...&gt; Має пройти час і бувший полонений має бути сам готовий психічно та морально для розмови. Коли до мене у шпиталі ломанувся полковник ВВБ з метою спілкування, і я був до цього не готовий – у мене був сильний стрес, психічний зрив і панічна атака. Тут треба враховувати кожного індивідуально &lt;...&gt; Запитувати можна, підбираючи слова, але тут, як на мене, головне, щоб слухати щиро, бо будь-яке неухажне ставлення до полоненого та його розповіді сильно може ранили. Залежно від рівня емпатії хтось зможе про те розповідати спокійно та нічим не продемонструвавши психічні процеси, а в когось це все проходитиме через них, неначе струм. У цієї другої категорії можливі після або під час розповіді негативні психічні процеси, так можна навіть у депресію впасти».</i>

– невмотивована та невластива підвищена соціальна й інші активності (екстравертація) у поєднанні з нестійким настроєм;

– прогресуюча інтраверсія (бажання обмежитись колом спілкування із друзями та родичами, прояв замкнутості, бажання усамітнитись, зниження інтересу до раніше важливих захоплень);

– підвищення психологічної дезадаптації;

– посттравматичний стресовий розлад та інші психологічні проблеми [2; 6].

Щоб допомогти військовослужбовцю, який повернувся з війни, подолати вказані труднощі, адаптуватися до цивільного життя, потрібно створити сприятливі умови середовища, підбирати способи, функції та види спілкування з ним і дотримуватись правил етики.

Головне правило у спілкуванні з військовослужбовцем – у розмові з ним поставити себе на його місце, бути дружнім і природним. Потрібно усвідомлювати, що всі ми опинились в однаковому психотравмувальному просторі. Цивільні люди можуть бути більш невротизовані, аніж особи, які приїхали із фронту [6; 8].

Той, хто на власні очі бачить небезпеку та розуміє її природу, швидко вчиться. Є військова приказка, що перші три дні солдат думає, що всі кулі та снаряди летять суто в нього, а далі – навчається розрізняти, що й куди насправді летить. Людина зникає жити в ситуаціях, коли життя постійно під загрозою, жити ефективно [1].

Проте потрібно дотримуватись порад, які допоможуть віднайти взаєморозуміння для комфортної комунікації з військовим:

1. Упорядкуйте власні думки та почуття. Наприклад, якщо у Вас болить нога, ви відчуваєте нестерпний біль, то на прогулянку не підете. Так і в цьому випадку, якщо не можете спокійно мислити, краще уникати розмови в такому стані. Уникайте такого порівняння: «цивільний – військовий». Визнайте, що Ви перебуваєте на такому ж рівні спілкування, але не демонструйте цього.

2. Проявіть розуміння та терпимість. Важливо відчувати та виражати розуміння до їхніх переживань і емоцій. Намагайтесь не оцінювати, а просто слухати.

3. Слухайте без засудження. Військовослужбовці можуть розповідати про складні чи болісні події. Пам'ятайте, що важливо створити безпечне середовище, де вони зможуть говорити про все, що хочуть, без страху засудження.

4. Поради або терапевтичні послуги потрібно надавати тим, хто про це просить. Адже це може сприйматись як втручання в особистісний простір. Але так буває не завжди. Якщо ви бачите людину, у якої є проблеми, але це поза вашою компетенцією, і вона не хоче розмовляти, то знайдіть кваліфікованого фахівця.

5. Розмова має бути спокійною, чіткою, з короткими фразами, без схлипувань і переживань.

6. Шукайте спільні інтереси, які можуть об'єднати вас і допомогти знайти спільну мову.

7. Якщо у військовослужбовця є сім'я, то намагайтесь і їх підтримати.

8. Спонукайте до здорового способу життя. Регулярна фізична активність, збалансоване харчування та здоровий сон можуть позитивно вплинути на психологічний стан військового.

9. Уникайте обговорення політичних, релігійних або інших спірних тем, якщо Ви не впевнені, що співрозмовник бажає говорити про це.

10. Якщо Ви відчуваєте, що військовослужбовцю може бути корисне нове заняття (захоплення), запропонуйте йому приєднатися до різних груп, спільнот або заходів [1; 2; 5].

Якщо Ви не знайомі зі своїм співрозмовником, то варто скористатися такими трьома правилами:

1. Правило 3-х «так». Поставте запитання, на яке людина обов'язково відповість «так». Таким чином, вона підтвердить свою згоду на спілкування з Вами.

2. Попросіть військового про щось просте, що він зможе зробити фізично. Наприклад: «Чи можете Ви подати мені цю пляшку води?».

3. Використовуйте короткі та чіткі фрази, уникайте довгих, заплутаних речень. Вій-

ськовослужбовець звик до чітких формулювань [8].

Загалом, найважливіше поважати, розуміти, бути готовим слухати та підтримати військового на шляху до адаптації після повернення з війни.

**Висновки.** Кожен військовослужбовець має свої індивідуальні потреби, тому під час спілкування треба враховувати їхні побажання, особливості й обставини, у яких вони перебувають. Психологічне відновлення військовослужбовця – це завдання, що потребує спільних зусиль офіційних установ, громадських організацій, медичних і психологічних фахівців, а також родин і друзів.

Перспективу дослідження проблеми вбачаємо в експериментальній перевірці ефективності різних підходів і порад щодо спілкування з військовослужбовцями.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Гичка Г. Як спілкуватися з військовими, аби не зачепити, не зробити боляче? *Varosh*. URL: <http://surl.li/kpend>.

2. Іноземцева Ю. Слухати, чути і ... молитись. Як правильно маємо спілкуватися із військовими. *20 хвилин*. URL: <http://surl.li/hbniv>.

3. Кайдалова Л., Пляка Л. Психологія спілкування: навчальний посібник. Харків: НФаУ, 2011. 132 с.

4. Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО на етапі відновлення: методичний посібник / О. Кокур та ін. Київ: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.

5. Отич Д. Любов перемагає війну. Психолог про те, як спілкуватися в часи війни. *ZN.UA*. URL: <http://surl.li/kpeqq>.

6. Рацібарська Ю. Поради психологів: «вислухайте бійця, не відводьте погляд». *Радіо Свобода. Суспільство*. URL: <http://surl.li/kpenu>.

7. Філоненко М. Психологія спілкування: підручник. Київ: Центр навчальної літератури, 2008. 224 с.

8. Яцишина Ю. Як не поранити словом: недоречні фрази у спілкуванні з військовими. *Освіторія*. URL: <http://surl.li/gyhmd>.

## СЕКЦІЯ 9 ПСИХОФІЗІОЛОГІЯ ТА МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

### ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ТА ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ВАГІТНИХ ІЗ ПЕРИНАТАЛЬНИМИ ВТРАТАМИ В АНАМНЕЗИ

### STUDY OF THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE AND PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PREGNANTS WITH A HISTORY OF PERINATAL LOSSES

Стаття присвячена дослідженню психоемоційного стану вагітних з перинатальними втратами в анамнезі, а також розкриттю особливостей психологічного супроводу жінок даної групи. Здійснено теоретичний аналіз проблеми перинатальних втрат, проаналізовано особливості переживання жінками такого травматичного досвіду, а також його вплив на подальше їх функціонування, у тому числі й на перебіг наступних вагітностей. Показано, що переживання ситуації перинатальної втрати виступає серйозним психотравмуючим фактором не тільки для жінки, але й для чоловіка та подружжя в цілому. Наголошено, що реакція жінки на ситуацію перинатальної втрати залежить як від характеру самої втрати, так і від низки супутніх факторів. Підкреслено необхідність комплексної оцінки психоемоційного стану вагітних цієї групи задля своєчасної організації та надання відповідної медико-психологічної допомоги.

Здійснено емпіричне дослідження, за результатами якого встановлено, що наявність перинатальних втрат в анамнезі зумовлює виникнення у більшості вагітних жінок високого рівня психоемоційного напруження, особистісної та ситуативної тривожності, переважання тривожного типу психологічного компоненту гестаційної домінанти. Відзначено, що перебування у несприятливому психологічному стані зумовлює погіршення загального соматичного здоров'я вагітної, підвищує ризик ускладнень під час перебігу вагітності, пологів та післяпологового періоду, а також негативно впливає на стан новонародженого.

Представлено авторську програму комплексного психологічного супроводу вагітних жінок з перинатальними втратами в анамнезі, яка спрямована на стабілізацію їх психоемоційного фону, попередження та корекцію дезадаптаційних станів, підготовку до майбутнього материнства. Розкрито основні етапи роботи, визначено критерії оцінки ефективності запропонованої програми. Зазначено доцільність та актуальність використання представленої програми психологічного супроводу вагітних жінок з перинатальними втратами в анамнезі.

**Ключові слова:** перинатальні втрати, психоемоційний стан, вагітність, психологічні особливості, психологічний супровід.

The article is devoted to the study of the psycho-emotional state of pregnant women with a history of perinatal losses, as well as to the disclosure of the features of the psychological support of women of this group. A theoretical analysis of the problem of perinatal losses was carried out, the peculiarities of women's experience of such a traumatic experience, as well as its impact on their further functioning, including on the course of subsequent pregnancies, were analyzed. It is shown that experiencing the situation of perinatal loss is a serious psychotraumatic factor not only for the woman, but also for the husband and the couple as a whole. It is emphasized that a woman's reaction to the situation of perinatal loss depends on both the nature of the loss itself and a number of accompanying factors. The need for a comprehensive assessment of the psycho-emotional state of pregnant women of this group is emphasized for the timely organization and provision of appropriate medical and psychological assistance.

An empirical study was carried out, according to the results of which it was established that the presence of perinatal losses in the anamnesis causes the occurrence of a high level of psycho-emotional stress, personal and situational anxiety, the predominance of the anxious type of the psychological component of the gestational dominant in the majority of pregnant women. It was noted that being in an unfavorable psychological state leads to the deterioration of the general somatic health of a pregnant woman, increases the risk of complications during the course of pregnancy, childbirth and the postpartum period, as well as negatively affects the condition of the newborn.

The author's program of comprehensive psychological support for pregnant women with a history of perinatal losses is presented, which is aimed at stabilizing their psycho-emotional background, preventing and correcting maladaptive states, and preparing for future motherhood. The main stages of the work are disclosed, the criteria for evaluating the effectiveness of the proposed program are defined. The expediency and relevance of using the presented program of psychological support for pregnant women with a history of perinatal losses is indicated.

**Key words:** perinatal losses, psychoemotional state, pregnancy, psychological features, psychological support.

УДК 618.39-021.3:616.89-008.454  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.44>

#### Астахов В.М.

д.мед.н., професор,  
професор кафедри акушерства  
і гінекології,  
керівник лабораторії психології  
репродуктивної сфери, пренатальної  
та перинатальної психології  
Донецький національний медичний  
університет

#### Бацилєва О.В.

д.психол.н., професор,  
професор кафедри здоров'я людини,  
реабілітології і спеціальної психології  
Харківський національний педагогічний  
університет імені Г.С. Сковороди

#### Пузь І.В.

к.психол.н., доцент,  
науковий співробітник лабораторії  
психології репродуктивної сфери,  
пренатальної та перинатальної  
психології  
Донецький національний медичний  
університет

**Постановка проблеми.** Загальновідомо, яка хоче стати матір'ю, важливим є процес зачаття та благополучного виношування вагіт-

ності, яка має завершитися народженням живої і здорової дитини. Незважаючи на значний прогрес, постійний розвиток і вдосконалення медичних технологій, однією з найбільш актуальних проблем сучасного акушерства залишається проблема перинатальних втрат, під якою розуміють загибель плоду на різних стадіях вагітності, під час пологів, смерть новонародженого протягом 28 днів після народження, а також невдалий результат після застосування допоміжних репродуктивних технологій. Слід зазначити, що більшість ситуацій, пов'язаних із втратою бажаної вагітності на будь-якому терміні або смертю новонародженої дитини, мають характер гострої кризи, наслідки якої відбиваються не тільки на фізичному, але і на психологічному і соціальному благополуччі як самої жінки, так і її сім'ї та близького оточення [1; 9]. Окрім цього, такий наявний травматичний досвід в анамнезі жінки виступає серйозною загрозою для настання та нормального перебігу наступної вагітності. Це призводить до того, що такі жінки входять до групи ризику щодо виникнення та розвитку різних ускладнень як медичного, так і психологічного характеру [7]. Практичний досвід свідчить, що, попри відсутність порушень соматичного здоров'я і нормального плину вагітності, у більшості таких вагітних має місце високий рівень психоемоційного напруження, оскільки доведено, що саме психологічні стресори належать до низки найбільш активних та поширених стимулів, що впливають на всі функції організму, можуть бути важливими чинниками етіопатогенезу соматичних захворювань з порушенням діяльності функціональних систем організму та формуванням патологічної нейроендокринної відповіді, що може збільшувати ризик виникнення патології під час вагітності та пологів і погіршення стану плода та новонародженого, а також формування у подальшому неадекватної материнської поведінки по типу тривожної гіперпротекції [1]. Отже, вагітні з перинатальними втратами в анамнезі потребують особливої уваги не тільки з боку лікарів, а й з боку медичних психологів. У зв'язку з цим актуальними стають питання, пов'язані з комплексною оцінкою психоемоційного стану вагітних цієї групи, що дозволить своєчасно організувати та надавати відповідну комплексну медико-психологічної допомогу, спрямовану на профілактику акушерських і перинатальних ускладнень під час як поточної, так і наступної вагітності, покращення загального психоемоційного стану жінки, формування адекватної материнської поведінки.

Отже, **мета** даної статті – розкрити психологічні аспекти проблеми перинатальних втрат; дослідити особливості психоемоційного стану вагітних з перинатальними втратами в анам-

незі та представити особливості психологічного супроводу жінок цієї групи.

**Виклад результатів дослідження.** Аналіз літературних даних свідчить про те, що ситуація перинатальної втрати складається не тільки з самої фізичної втрати, пов'язаної з реальною смертю дитини, але і з символічної втрати, пов'язаної з невдалою спробою набуття нових соціальних ролей – ролі матері, ролі батька та ролі батьків загалом [7]. Перинатальна втрата може виступати серйозною психічною травмою, оскільки вона викликає переживання, які мають тривалий потужний вплив на психіку жінки. Загальновідомим є той факт, що психічна травма як наслідок стресу може бути значно важчою від самого стресу і може зумовлювати прояви саморуйнівної поведінки. У більшості випадків реакція жінки на ситуацію перинатальної втрати залежить від характеру самої втрати і низки супутніх факторів, основними серед яких є такі: по-перше, ставлення жінки до вагітності і материнства в цілому; по-друге, термін вагітності, на якому сталася втрата; по-третє, індивідуальні психологічні особливості жінки; по-четверте, характер взаємин з чоловіком і рідними [3; 7]. Так, наприклад, ситуація втрати вагітності на ранніх термінах може бути досить складною для розуміння і неоднозначною для переживання в зв'язку з несподіванкою, нерозумінням події на тлі відсутності фізичних відчуттів самого факту вагітності [1; 7]. У другому і третьому триместрах, коли жінка вже відчуває ворухіння плоду і має певні сформовані уявлення щодо образу майбутньої дитини та активно готується до майбутнього материнства, переживання, пов'язані з ситуацією перинатальної втрати, як правило, є набагато більш інтенсивними порівняно з першим триместром [7; 8].

Психологічно складною для майбутньої матері є діагностика під час проведення перинатального скринінгу різних аномалій розвитку у майбутньої дитини. Така ситуація виступає істотним психотравмуючим фактором для жінки, яка втрачає надію на народження здорової дитини. Уже з цього етапу може початися процес емоційного переживання втрати, що супроводжується гіпертрофованим почуттям відповідальності за здоров'я і життя майбутньої дитини. При цьому в ситуації, коли батьки приймають рішення перервати вагітність у зв'язку з виявленою патологією ненародженої дитини, характерним для більшості з них є наявність амбівалентних переживань. Так, з одного боку, у них відзначається виникнення почуття полегшення в зв'язку з тим, що своєчасно був виявлений ризик народження тяжкохворої дитини, а з іншого боку, у них з'являється почуття провини, пов'язане з прийняттям рішення перервати бажану вагітність, незважаючи на наявні медичні показання [5].

У ситуації інтранатальної (під час пологів) або неонатальної (перші 28 днів після народження) втрати переживання, що виникають у жінок, детермінуються розвитком глибокого внутрішнього конфлікту, причиною якого пов'язана з тим, що дитина могла б народитися або народилася живою, але реальність виявилася іншою, ніж очікувалося. При цьому звинувачення у тому, що трапилося, можуть стосуватися як самої себе (неправильна поведінка і дії), так і інших, зокрема медичних працівників і близького оточення [5].

Слід зазначити, що, незважаючи на те, на якому терміні трапляється втрата, дана ситуація для більшості жінок є особистісною трагедією [7; 9]. У ситуації, коли переживання втрати є досить інтенсивним і супроводжується такими симптомами, як відчуття провини, зацікленість на проблемі, пов'язаній з втратою дитини, можливим є розвиток пост-травматичного стресового розладу. З позиції психології сім'ї переживання перинатальної втрати виступає ненормативною кризою в подружніх стосунках. У ситуації, коли відносини в парі гармонійні, горе, що трапилося, об'єднує подружжя, яке прагне підтримувати один одного. При цьому зовнішні зв'язки подружжя з оточуючими їх людьми зміцнюються, що сприяє отриманню ними додаткової підтримки в емоційно складній ситуації ззовні. У протилежному випадку дана ситуація може призвести до значного погіршення відносин, до звинувачень один одного в тому, що трапилося, до соціальної ізоляції від близького оточення. Згідно з даними статистики, близько 12% подружніх пар приймають рішення розлучитися після перинатальної втрати [9]. З огляду на це стає очевидним, що у процесі надання психологічної допомоги обов'язковим є дослідження особливостей психоемоційного стану вагітної, а сам процес має бути спрямований не тільки на жінку, але і на подружжя в цілому, що дозволить знизити ризик розриву відносин, сприятиме їх гармонізації, що можна розглядати як ефективний ресурс для конструктивного переживання ситуації втрати [7].

Часто жінки, які втратили дитину, особливо першу, прагнуть повторно завагітніти якомога швидше після того, що сталося. Безперечно, що це особисте рішення, і жінка повинна його приймати самостійно, але з обов'язковим урахуванням медичних показань. Також під час планування наступної вагітності необхідно звертати особливу увагу на такі моменти: розуміння важливості наявності певного проміжку часу, необхідного для відновлення жіночого організму після попередньої вагітності; обговорення етапів горя після пережитої втрати для того, щоб батьки, зокрема жінка, могли розуміти те, чи готові вони зіткнутися з переживаннями, пов'язаними з новою вагіт-

ністю; необхідність обов'язкового особливого супроводу на етапах вагітності, які збігаються з пережитими травматичними подіями.

Аналіз результатів власних досліджень, які відповідають літературним даним, свідчить, що більшість вагітних жінок, які мають перинатальні втрати в анамнезі, може знаходитися в стані стресу, про що свідчить наявність у них високого рівня психоемоційного напруження, тривожності, різних страхів [3; 7; 9]. Досить часто у таких жінок діагностується розвиток депресивного синдрому, провідними симптомами якого є прояви апатії, дратівливості, невпевненості в собі, підозрливості і недовіри щодо оточуючих, погіршення самопочуття на тлі порушення сну, апетиту, зловживання психоактивними речовинами.

Окремо слід зауважити, що настання і перебіг нової вагітності у жінок з перинатальними втратами в анамнезі може супроводжуватися значними труднощами у формуванні емоційного зв'язку в системі «мати – дитина», зниженням загального фону настрою, наявністю різних страхів і фобій, нав'язливих думок, пов'язаних з виношуванням і народженням дитини, прийняттям нової соціальної ролі – ролі матері [9]. У таких жінок достовірно частіше відзначається наявність високого рівня психоемоційного напруження і ситуативної тривожності, що зумовлені страхом повторення ситуації втрати. При цьому після народження дитини жінки можуть відчувати певні труднощі, пов'язані з прийняттям нової дитини, формуванням адекватної материнської поведінки.

Отже, під час організації та здійснення психологічного супроводу жінок, які переживають втрату дитини або мають такий досвід в минулому, важливо розуміти, які емоції і переживання у них виникають в даній ситуації, завдяки чому є можливим надання більш ефективної підтримки без додаткових травматичних переживань. На нашу думку, важливим завданням є дослідження саме психоемоційного стану вагітних з перинатальними втратами, а також їх ставлення до ситуації теперішньої вагітності, майбутньої дитини та материнства в цілому. Використання результатів такого дослідження має розглядатися як необхідний та ефективний ресурс під час організації та реалізації комплексного медико-психологічного супроводу цієї категорії жінок.

Емпіричне дослідження проводилося на базі наукової лабораторії репродуктивної сфери, пренатальної і перинатальної психології Донецького національного медичного університету МОЗ України. Відповідно до мети нашої роботи були сформовані дві групи досліджуваних. Так, до складу I групи (експериментальної) увійшли 53 вагітні жінки з перинатальними втратами в анамнезі (після 22 тижня вагітності). До складу II групи (контрольної) увійшло 57 вагіт-

них жінок, які не мали перинатальних втрат в анамнезі. Загальна кількість вибірки становила 110 осіб. Усі досліджувані перебували на 18–20 тижні вагітності (II триместр). Середній вік досліджуваних становив  $28,1 \pm 4,6$  року. Усі жінки знаходилися під наглядом акушера-гінеколога у жіночих консультаціях за місцем проживання, де проводився відповідний медичний супровід згідно з Наказом МОЗ України від 15.07.2011 р. № 417. Усі учасниці були поінформовані про мету дослідження, була отримана згода на участь у ньому.

Як психодіагностичний інструментарій ми використали опитувальник визначення нервово-психічного напруження Т. Немчина, опитувальник оперативної оцінки самопочуття, активності та настрою (САН), шкалу особистісної та ситуативної тривожності Ч.Д. Спілбергера – Ю.Л. Ханіна, тест відношень вагітної І.В. Добрякова [2].

Оцінка результатів дослідження була проведена у формі порівняльного аналізу отриманих даних у експериментальній та контрольній групах. Усі необхідні розрахунки були зроблені за допомогою методів математичної статистики (MS Excel for Windows XP і SPSS 10.0.5).

За результатами опитувальника визначення нервово-психічного напруження (НПН) Т. Немчина (рис. 1) було встановлено, що серед вагітних I групи ( $n=53$ ) перший ступінь (I) НПН ( $37,5 \pm 2,3$ ), особливостями якої є відносна збереженість ознак психічного та соматичного здоров'я, був виявлений у 15,1% учасниць. Другий ступінь (II) НПН ( $55,1 \pm 2,5$ ), що характеризується активізацією когнітивної діяльності та соматичних функцій, спостерігався у 32,1% жінок. Третій ступінь (III) НПН ( $81,7 \pm 2,4$ ), що супроводжується дезорганізацією психічної

діяльності, відчуттям фізичного дискомфорту, був виявлений серед 52,8% вагітних цієї групи. Серед вагітних II групи ( $n=57$ ) у 50,9% досліджуваних був виявлений I ступінь НПН ( $36,3 \pm 2,1$ ); у 29,8% – II ступінь НПН ( $64,6 \pm 4,1$ ); у 19,3% (11) – III ступінь НПН ( $82,9 \pm 1,8$ ).

Аналізуючи результати за опитувальником оперативної оцінки самопочуття, активності та настрою (САН), ми виявили такі характерні відмінності актуального стану серед вагітних, які брали участь у дослідженні. Так, погане самопочуття, зниження активності та настрою відзначали 26,4% вагітних жінок серед досліджуваних I групи та 12,3% вагітних II групи. Наявність гарного самопочуття, підвищення активності та настрою було діагностовано у 24,5% вагітних I групи та у 42,1% вагітних II групи. Гарне самопочуття на тлі зниження загальної активності та настрою було властивим для 32,1% учасниць I групи та 21,0% учасниць II групи. Погане самопочуття на тлі підвищення активності та настрою відзначалося у 17,0% учасниць I групи та у 24,6% учасниць II групи.

Показники за шкалою особистісної та ситуативної тривожності Ч. Д. Спілбергера – Ю. Л. Ханіна дозволи визначити, що для більшості вагітних жінок з перинатальними втратами в анамнезі характерною є наявність високого рівня як особистісної, так і ситуативної тривожності (рис. 2). Так, серед досліджуваних I групи ( $n=53$ ) високий рівень особистісної тривожності ( $62,7 \pm 4,9$ ) був діагностований у 26,4% жінок; високий рівень ситуативної тривожності ( $65,1 \pm 5,1$ ) – у 41,5%; помірний рівень особистісної та ситуативної тривожності ( $37,2 \pm 1,4$ ) – у 20,8%; низький рівень як особистісної, так і ситуативної тривожності ( $26,5 \pm 0,9$ ) – у 11,3%.

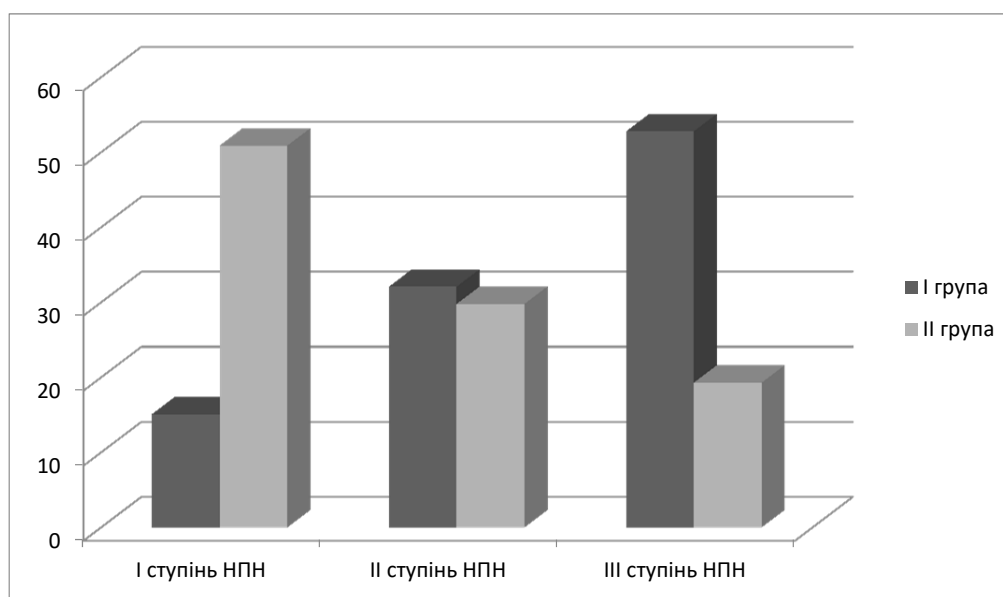


Рис. 1. Порівняльні результати дослідження за опитувальником виявлення нервово-психічної напруги Т. Немчина (у %)

Серед вагітних жінок, які не мали досвіду переживання перинатальних втрат в анамнезі II групи (n=57), високий рівень особистісної тривожності (58,4±2,4) був виявлений у 12,3% учасниць, високий рівень ситуативної тривожності (62,8±3,4) – у 17,5%. Характерною для 42,1% (24) вагітних цієї групи була наявність помірного рівня як особистісної, так і ситуативної тривожності (35,1±1,3). Низький рівень тривожності (25,5±0,9) був діагностований у 28,1% учасниць дослідження.

Аналіз отриманих результатів за тестом відношень вагітної І.В. Добрякова показав такі результати. Так, серед досліджуваних I групи переживання оптимального типу психологічного компоненту гестаційної домінанти (ПКГД) було характерним для 7,6% вагітних; гіпогестогнозичний тип ПКГД був діагностований у 5,7% досліджуваних; ейфорійний тип ПКГД був виявлений у 15,1% вагітних; у 37,7% вагітних жінок був діагностований тривожний тип ПКГД; депресивний тип ПКГД був виявлений у 11,3% учасниць дослідження. У 22,6% вагітних жінок був виявлений змішаний тип ПКГД (у 25,0% оптимально ейфорійний тип та у 75,0% оптимально тривожний тип).

Серед досліджуваних II групи були виявлені такі типи ПКГД: у 35,1% досліджуваних – оптимальний тип ПКГД; у 5,3% – гіпогестогнозичний тип ПКГД; у 17,5% – ейфорійний тип ПКГД; у 26,3% – тривожний тип ПКГД; у 15,8% – змішаний тип ПКГД. Депресивний тип ПКГД не був виявлений у жодної учасниці II групи.

Узагальнюючи отримані результати дослідження, можна побачити, що у більшості вагітних жінок, які мають перинатальні втрати в анамнезі, порівняно з жінками, які не мають подібного досвіду, діагностується високий

рівень психоемоційного напруження, особистісної та ситуативної тривожності, зниження активності та настрою. Також у таких жінок відзначається домінування тривожного типу психологічного компоненту гестаційної домінанти, що супроводжується виникненням та розвитком різних страхів та побоювань з приводу перебігу вагітності, пологів та післяпологового періоду, розвитку майбутньої дитини тощо. Слід зазначити, що перебування в такому психологічному стані нерідко зумовлює погіршення загального соматичного здоров'я жінки та підвищує ризик ускладнень перебігу вагітності, пологів та післяпологового періоду, народження дитини з різними вадами, а також подальшого формування неадекватної материнської поведінки по типу гіперпротекції. Отже, не виникає сумнів у необхідності організації комплексного медико-психологічного супроводу вагітних жінок з перинатальними втратами в анамнезі.

Враховуючи специфіку переживання ситуації перинатальних втрат, психологічні особливості періоду вагітності та особливості психоемоційного стану вагітних, ми розробили програму психологічного супроводу вагітних жінок з перинатальними втратами в анамнезі [4]. Мета програми – стабілізація психоемоційного фону вагітної жінки, попередження та корекція дезадаптаційних станів, підготовка до майбутнього материнства. Об'єктами роботи виступають вагітні жінки з перинатальними втратами в анамнезі. Заняття проводяться 1 раз на тиждень тривалістю 1,5 години, починаючи з 22–23 тижня вагітності. Загальна кількість занять – 15 занять. Робота проводиться як в індивідуальній, так і груповій формі. Також до роботи залучається й майбутній батько або

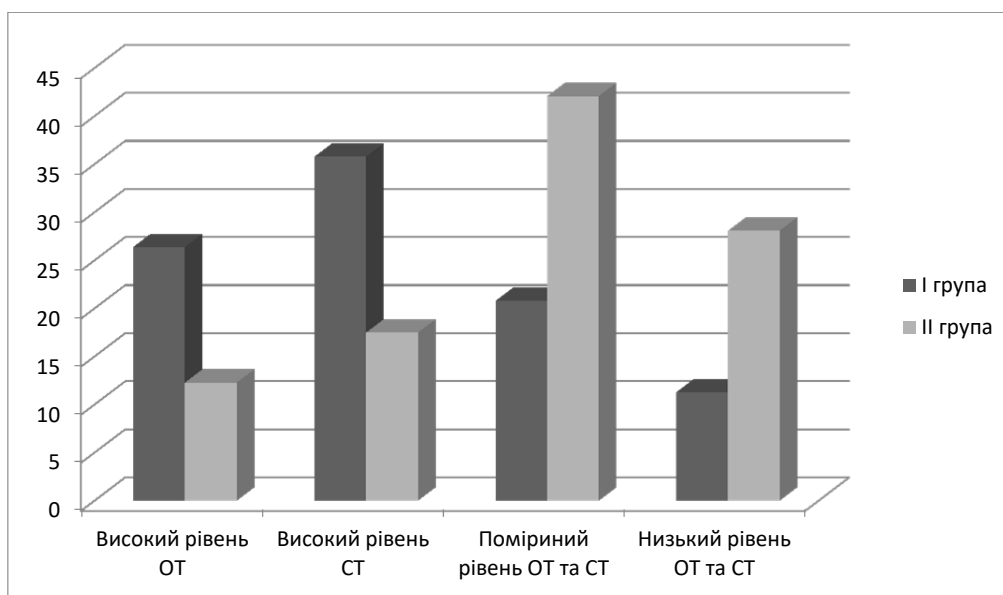


Рис. 2. Порівняльні результати дослідження за шкалою особистісної та ситуативної тривожності Ч.Д. Спілберґера – Ю.Л. Ханіна (у %)

інша близька для вагітної жінки людина, що сприяє організації всебічної підтримки жінки не тільки з боку фахівців, але й з боку близького оточення. Під час занять застосовуються психотерапевтичні техніки та методи, елементи тренінгової форми роботи, індивідуальні та групові бесіди.

Авторська програма розрахована на три етапи, кожен з яких складається з п'яти занять. Так, на початку роботи з вагітними важливим та необхідним є проведення комплексного психодіагностичного дослідження, метою якого є оцінка актуального психоемоційного стану та виявлення індивідуальних психологічних особливостей жінок. Особливо значущим у роботі з даною групою є створення позитивної, доброзичливої та заспокійливої атмосфери. Головним завданням *першого етапу* роботи є стабілізація психоемоційного фону вагітних жінок. Значна увага приділяється виявленню та корекції страхів вагітних, опануванню ефективних засобів саморегуляції психічних станів. На *другому етапі* відбувається профілактика розвитку дезадаптаційних станів. Проводиться аналіз індивідуальних емоційних переживань вагітних, пов'язаних із досвідом переживання ситуації перинатальної втрати. Заняття *третього етапу* спрямовані на формування готовності вагітної до пологів, післяпологового періоду та ситуації взаємодії з новонародженою дитиною. Також на цьому етапі відбувається профілактика розвитку неадекватного ставлення до прийняття та реалізації ролі матері. Оцінка ефективності запропонованої програми відбувається на підставі появи таких новоутворень у вагітної жінки, як стабілізація психоемоційного стану, позбавлення від негативних переживань та різного роду страхів, пов'язаних із негативним досвідом попередньої вагітності, підвищення рівня психологічної готовності до пологів та післяпологового періоду, формування адекватного ставлення до ситуації материнства.

**Висновки.** Переживання ситуації перинатальних втрат виступає серйозним психотравмуючим фактором, який позначається на функціонуванні організму на всіх рівнях з порушенням діяльності його функціональних систем, а також може впливати на формування патологічної нейроендокринної відповіді та неадекватного емоційного реагування у подальшому, що створює реальну загрозу як для соматичного, так і для психічного здоров'я і життя жінки, а також благополуччя сім'ї в цілому. З огляду на сучасні дослідження в галузі перинатальної психології одним із пріоритетних напрямів у сучасній акушерській практиці мають стати питання, пов'язані з системною організацією та наданням ефективної комплексної медико-психологічної допомоги не тільки жінкам, а й сімейним парам

як в ситуації перинатальної втрати, так і в ситуації наступної вагітності після переживання травматичного досвіду невдалого батьківства з метою стабілізації їх соматичного та психоемоційного стану та попередження розвитку у них різних дезадаптивних станів, які призводять до зниження якості життя і порушення їх подальшого особистісного функціонування. Представлена програма психологічного супроводу вагітних жінок, які мають перинатальні втрати в анамнезі, виступає одним із можливих варіантів надання психологічної допомоги, спрямованої не тільки на пропрацювання травматичного досвіду, що має місце, але й на активізацію особистісних ресурсів вагітної жінки, що необхідно для її подальшого ефективного функціонування у ролі матері.

Перспектива наших подальших досліджень полягає у запровадженні авторської програми в межах комплексного медико-психологічного супроводу вагітних жінок з перинатальними втратами в анамнезі, що є особливо актуальним, оскільки збереження та відновлення репродуктивного потенціалу виступає надзвичайно важливим завданням для нашої країни в реаліях сьогодення.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Астахов В.М., Бацилева О.В., Пузь І.В. Психологічний супровід у репродуктивній медицині : монографія / Національна академія педагогічних наук України, Інститут психології імені Г.С. Костюка. Київ, 2023. 125 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/734543>.
2. Астахов В.М., Бацилева О.В., Пузь І.В. Клініко-психологічні аспекти вагітності та особливості перебігу пологів у жінок з різним типом психологічного компонента гестаційної домінанти. *Запорізький медичний журнал*. 2020. Т. 22. № 5 (122). С. 701–708. DOI: <https://doi.org/10.14739/2310-1210.2020.5.214762>.
3. Баранова В. Особливості психоемоційного стану жінок, які мають репродуктивні втрати в анамнезі, в умовах теперішньої вагітності. *Перинатологія і педиатрія*. 2017. № 1 (69). С. 70–73. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/perynatology\\_2017\\_1\\_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/perynatology_2017_1_12).
4. Бацилева О.В., Астахов В.М., Пузь І.В. Програма психологічного супроводу вагітних з перинатальними втратами в анамнезі. *Харківський осінній марафон психотехнологій (каталог психотехнологій; тези доповідей)* : матеріали III міжрегіональної наук.-практ. конф., м. Харків, 26 жовтня 2019 р., ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Харків : Діса плюс, 2019. С. 15–17.
5. Пузь І.В. Перинатальна втрата як кризова ситуація розвитку особистості жінки. *Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя* : матеріали IV Міжнародної наук.-практ. конф., м. Суми, 22–23.02.2018 р. ; Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка. Суми : Вид-во СумДУ імені А.С. Макаренка, 2018. С. 294–296.
6. Asselmann E., Kunas S.L., Wittchen H.U., Martini J. Maternal personality, social support, and changes in depressive, anxiety, and stress symptoms during pregnancy and after delivery: A prospective



longitudinal study. *PLoS One*, 2020. 15(8). DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0237609>.

7. Astakhov V., Batsylyeva O., Puz I., Shudrikova N. Features of the organization of medical and psychological assistance in the situation of perinatal losses. *Медичні перспективи*. 2022. Т. 27. № 3. С. 44–50 <https://doi.org/10.26641/2307-0404.2022.3.265829>.

8. Horesh D., Nukrian M., Bialik Y. To lose an unborn child: Post-traumatic stress disorder and major

depressive disorder following pregnancy loss among Israeli women. *General Hospital Psychiatry*. 2018. № 53. P. 95–100. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsy.2018.02.003>.

9. Lazarides C. et al. The association between history of prenatal loss and maternal psychological state in a subsequent pregnancy: an ecological momentary assessment (EMA) study. *Psychological Medicine*. 2021. P. 1–11. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0033291721002221>.

## ОСОБЛИВОСТІ СПРИЙНЯТТЯ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ТА СОЦІАЛЬНІ НАСЛІДКИ ДЕПРЕСИВНИХ РОЗЛАДІВ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

### FEATURES OF PERCEPTION OF THE QUALITY OF LIFE AND SOCIAL CONSEQUENCES OF DEPRESSIVE DISORDERS DURING MARTIAL STATE

З урахуванням сучасних умов життєдіяльності українського народу тема розладів депресивного спектру набуває все більшої актуальності. Особливо уразливою категорією населення вважається молодь через постійні зміни в гормональному фоні та незрілість психіки, яка лише набуває розквіту. З урахуванням перших кроків до професійного та соціального становлення додатковим фактором формування депресивних розладів є соціальне середовище. Метою нашого дослідження був розгляд особливостей сприйняття якості свого життя серед осіб молодого віку, які мають розлади депресивного спектру, набуті під час повномасштабного вторгнення. Проаналізовано наявні експериментальні дослідження щодо основних соціальних наслідків депресивних розладів. Зазначено, що соціальні наслідки депресивних розладів є значними та багатограничними, серйозними і можуть мати тривалий вплив на різні аспекти життя. Вони включають індивідуальні психологічні проблеми, формують проблемні стосунки з родиною, негативно впливають на соціальну адаптацію та фізичне здоров'я особистості взагалі. Було встановлено, що молоді жінки більш виражено відчують занепад свого соціального та психологічного рівня якості життя, а чоловікам складніше переносити усвідомлення своїх емоційних змін.

Розуміння цих наслідків є важливим для надання підтримки і допомоги особам з депресією та для подолання стигми, пов'язаної з цими розладами. Необхідно приділяти увагу, надавати підтримку та створювати умови для отримання необхідної медичної допомоги та психотерапії молоді. Це допоможе полегшити їхню соціальну адаптацію та життєву якість утримання, а також зменшити негативний вплив на суспільство загалом, який може бути запущеною проблемою фіксації депресивних розладів у істотної кількості населення.

Психоeduкація населення дозволяє донести важливість розуміння та лікування депресії як комплексного психічного розладу, що потребує індивідуального підходу, врахування соціальних наслідків та використання реабілітаційних і соціально-інтеграційних заходів з метою покращення якості життя та підтримки хворих з депресією.

**Ключові слова:** депресія, молодь, депресивні розлади, якість життя, психотерапія.

Taking into account the modern life conditions of the Ukrainian people, the topic of depressive spectrum disorders is becoming more and more relevant. Young people are considered a particularly vulnerable category of the population due to constant changes in the hormonal background and the immaturity of their psyche, which is just beginning to flourish. Taking into account the first steps towards professional and social development, the social environment is an additional contributor to the formation of depressive disorders. The purpose of our study was to examine the characteristics of the perception of the quality of life among young people who have depressive spectrum disorders acquired during a full-scale invasion. Having analyzed existing experimental research on the main social consequences of depressive disorders. It is noted that the social consequences of depressive disorders are significant and multifaceted, serious and can have a long-term impact on various aspects of life. They include individual psychological problems, form problematic relationships with the family, negatively affect social adaptation and physical health of the individual in general. It was established that young women more strongly feel the decline of their social and psychological quality of life, and men find it more difficult to bear the awareness of their emotional changes.

Understanding these implications is important for providing support and assistance to individuals with depression and for overcoming the stigma associated with these disorders. It is necessary to pay attention, provide support and create conditions for receiving the necessary medical care and psychotherapy. This will help to facilitate their social adaptation and the quality of life of the maintenance. And also, to reduce the negative impact on society in general, which can be triggered by the problem of fixing depressive disorders in a significant number of the population. Psychoeducation of the population makes it possible to convey the importance of understanding and treating depression as a complex mental disorder that requires an individual approach, taking into account social consequences and using rehabilitation and social integration measures to improve the quality of life and support patients with depression.

**Key words:** depression, young people, depressive disorders, quality of life, psychotherapy.

УДК 159.91;159.72; 616.89-0008.454  
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.52.45>

#### Вдовіченко О.В.

д.психол.н., професор,  
декан соціально-гуманітарного факультету  
Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського

#### Асєєва Ю.О.

д.психол.н., доцент,  
завідувач кафедри мовної та психолого-педагогічної підготовки  
Одеський національний економічний університет

#### Поняньська Д.О.

здобувачка другого (магістерського) рівня вищої освіти соціально-гуманітарного факультету  
Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського

Для українців тема депресивних розладів та подолання їх негативних наслідків стає все більш актуальною через події повномасштабного вторгнення. Щодня дорослі і діти намагаються долати сильний стрес, проте психіка людини не завжди може чинити такий тривалий супротив, що у подальшому негативно впливає на ментальне здоров'я, призводить до психічних розладів більш складного спектру, одним із яких часто буває депресивний стан.

У медицині депресія розглядається як психічне захворювання, що характеризується стійким почуттям смутку, втратою інтересу або задоволення, зміною апетиту і режиму сну, а також порушенням когнітивного і фізичного функціонування. Діагностичний і статистичний посібник з психічних розладів (DSM-5), опублікований Американською психіатричною асоціацією, описує конкретні критерії діагностики великого депресивного розладу (ВДР) на основі наявності специфічних симптомів та їхньої тривалості [5; 7].

Психологія розглядає депресію з більш широкої перспективи, яка охоплює взаємодію біологічних, психологічних і соціальних факторів. Психологічні теорії зосереджуються на когнітивних процесах, емоціях, поведінкових моделях та впливі навколишнього середовища. Дослідники та клініцисти в галузі психології підкреслюють роль індивідуального досвіду, особистісних рис, раннього життєвого досвіду та міжособистісних стосунків у розвитку та підтримці депресивних симптомів.

Дослідники та клініцисти з обох дисциплін співпрацюють, щоб подолати розрив між медичною та психологічною перспективами. Ця інтеграція визнає складну взаємодію між біологічними, психологічними й соціальними факторами в етіології та проявах розладів депресивного спектру. Сучасні досягнення в галузі неврології та психодіагностики сприяли більш повному розумінню депресії, що призвело до розробки цілісних підходів до лікування, які поєднують фармакологічні втручання з психотерапією та психосоціальною підтримкою.

Питанням вивчення депресивних розладів, діагностикою, побудовою стратегій реабілітації та профілактики займались такі відомі зарубіжні науковці: С. Абдіджадід-Стат Перлз, К. Арбелаз, Н. Бейнз, Л. Бікс, Д. Брент, Дж. Брук, А.С. Коен, Г.М. Найоля, Ю. Кім, Т.Дж. Дінзео, Р.М. Карні, М.П. Коен, Д.С. Чарні, Ч. Цзян, Дж.Б. Келлер, К.С. Кендлер, Д.Дж. Купфер, А. Купферберг, А.Дж. Марселла, С.Дж. Метью, К.М. Паріанте, Б. Пеннікс, М. Рот, С. Солтон, Н. Сарторіус, Д.А. Соломон, А. Тевельде та інші [8–11].

Також свій внесок у вивчення питання депресивних розладів зробили такі вітчизняні сучасні науковці: К.В. Аймедов, В.М. Блейхер, С.М. Боков, О.Г. Карагодіна, І.В. Крук, М.В. Маркова, В.Д. Менделевич, М.М. Матяш, О.К. Напреєнко, В.Я. Пішель, Г.Я. Пилягіна, С.Г. Полшкова, Л.В. Рахман, О.О. Хаустова, О.С. Чабан та інші [2–7].

Об'єктом нашого дослідження були розлади тривожно-депресивного спектру.

Метою дослідження було дослідження соціальних особливостей перебігу і наслідків депресивних розладів та особливостей сприйняття якості життя молоді із депресивним розладом, набутим під час дії воєнного стану.

Ми використали такі методи дослідження: теоретико-методологічний аналіз теми дослідження, психодіагностичні та математико-статистичні методи.

Теоретичний метод включав теоретико-методологічний аналіз та узагальнення соціально-психологічних, медичних досягнень, що стосуються теми дослідження.

До складу психодіагностичного комплексу увійшли: Госпітальна шкала тривоги та депресії

(Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS); Шкала оцінки якості життя (Q-LES-Q) [1].

Депресивні розлади – це захворювання, які впливають на психічний стан людини і можуть мати серйозні соціальні наслідки [6]. Ці наслідки можуть проявлятися на різних рівнях життя людини, включаючи особистий, родинний, соціальний і професійний аспекти. Депресія може впливати на здатність до нормального функціонування, спричиняти проблеми зі стосунками та соціальною адаптацією, а також може мати негативний вплив на фізичне здоров'я.

Особисті наслідки депресивних розладів включають почуття занепаду, безнадійності, втрату інтересу до різних справ та втрату енергії. Такі симптоми можуть призводити до зниження рівня самооцінки та втрати впевненості у собі. Людина може почувати себе непридатною і негідною, що може впливати на її здатність до роботи, навчання та спілкування з іншими. Це може призводити до виникнення відчуття самотності, ізоляції, а іноді й виникнення думок про самогубство [3; 5].

Депресивні розлади також можуть мати негативний вплив на стосунки із родиною та близькими людьми. Людина з депресією може мати складнощі з вираженням емоцій та комунікацією, що може викликати незручність та нерозуміння у взаєминах та призводити до розриву і втрати підтримки з боку рідних та друзів [4; 7; 9].

Соціальна адаптація також може бути важким завданням для людини з депресивними розладами. Симптоми депресії, такі як сумніви, тривога, низька самооцінка та соціальна ізоляція, можуть стати перешкодою для активної участі у суспільному житті та налагодження нових стосунків. Це може впливати на можливість зайнятості та кар'єрного зростання людини.

Окрім психологічних та соціальних наслідків, також фіксується і можливість погіршення фізичного здоров'я: біль у м'язах, головні болі, гастроінтестинальні проблеми та знижений імунітет. Подібні симптоми знижують якість життя людини і негативно впливають на її здатність до повсякденних активностей.

Депресивні розлади можуть також мати негативний вплив на професійну діяльність та професійне навчання. Симптоми депресії, такі як зниження енергії, концентрації та мотивації, призводять до зниження продуктивності, появи помилок та зниження якості виконуваної роботи. Людина може мати проблеми з дотриманням робочого графіку, постійно відкладати завдання і втрачати інтерес до своєї професії, що негативно впливає на процес навчання у закладах вищої освіти під час здобуття професійних навичок [5; 6].

Крім того, депресія може викликати проблеми залежності від різних психоактивних

речовин, таких як алкоголь або наркотичні засоби. Люди можуть використовувати такі речовини для уникнення неприємних почуттів та емоцій, пов'язаних з депресією. Проте це лише тимчасовий засіб полегшення, який може завдати ще більшої шкоди фізичному та психічному здоров'ю людини [7; 10].

Негативні соціальні наслідки депресивних розладів не обмежуються впливом на хворого, вони також впливають на близьких родичів та друзів, які можуть почувати себе безпомічними. Вони часто не розуміють, що стало причиною змін у поведінці і настрої іншої людини, що призводить до виникнення конфліктів та непорозумінь у стосунках.

На думку Р.Г. Карагодіної, рівень соціального функціонування людини з депресією охоплює широке коло її соціальних відносин, включаючи сімейні, професійні та суспільні зв'язки. Порівняно зі здоровими людьми особи з депресивними розладами мають обмежені можливості щодо самостійного задоволення своїх різноманітних життєвих потреб, таких як освіта, кар'єрний розвиток, повноцінне дозвілля та особистісний розвиток. Це може призвести до зниження активності у навчанні, роботі та повсякденних обов'язках. Крім того, депресія може спричинити зниження освітнього рівня, нестабільність шлюбних стосунків та підвищений ризик вагітності в підлітковому віці [4].

Крім соціальних, депресивні розлади можуть також мати економічні наслідки. Згідно зі статистикою люди з депресією можуть мати більшу ймовірність втратити роботу, бути безробітними або отримувати низькі заробітні плати. Це може призвести до збільшення фінансового тягаря для інших людей та суспільства, оскільки депресія інколи вимагає довготривалого лікування та підтримки, яка потребує додаткового фінансування та втрати можливості у людей з депресивним розладом забезпечувати себе матеріально самостійно. Такі люди можуть потребувати опіки на різних рівнях – тимчасової матеріальної підтримки, допомоги з повсякденними справами або повного утримання до стабілізації психоемоційного стану людини та її адаптації до нових умов життя [3; 4; 6; 9].

Самогубства також є серйозною соціальною проблемою, пов'язаною з депресією. Приблизно 70% хворих на депресію мають суїцидальні наміри, а 10–15% з них скоюють самогубства. Офіційні дані, ймовірно, не відображають повну кількість самогубств, що відбуваються у стані депресії. Суїцид можна попередити, проте ризики асоційовані з низкою соціодемографічних факторів. Отже, запобігання суїцидальній поведінці у людей з депресивними розладами стає міжгалузеву проблемою, яка вимагає спільних зусиль не тільки з боку системи охорони здоров'я, а й потребує

втручання у інших сферах забезпечення послугами населення [2; 5].

Відмова від лікування може мати серйозні наслідки при депресії. Кожен непролікований епізод депресії збільшує ризик повторного захворювання. Крім того, кожен наступний епізод буде важчим, призводячи до більшої втрати працездатності і негативного впливу на фізичне здоров'я. Епізоди стануть частішими, а можливість затяжної депресії зростає. Якщо лікування було неправильним або неповним, може розвинутиися форма захворювання, що важко лікується [6; 8; 11].

Депресивні розлади суттєво впливають на фізичне, психічне та соціальне функціонування, а також збільшують ризик передчасної смерті. Депресія позбавляє задоволення від основних потреб людини і негативно впливає на її щоденну активність, що призводить до значного погіршення якості життя. За епідеміологічними дослідженнями, депресія має ймовірніший негативний вплив на соціальне функціонування, ніж такі хронічні захворювання, як стенокардія, артрит, бронхіальна астма та діабет. Сучасні науковці вважають депресивні розлади одним із найважливіших факторів соціально-економічних проблем, пов'язаних зі здоров'ям [4; 7; 8; 10].

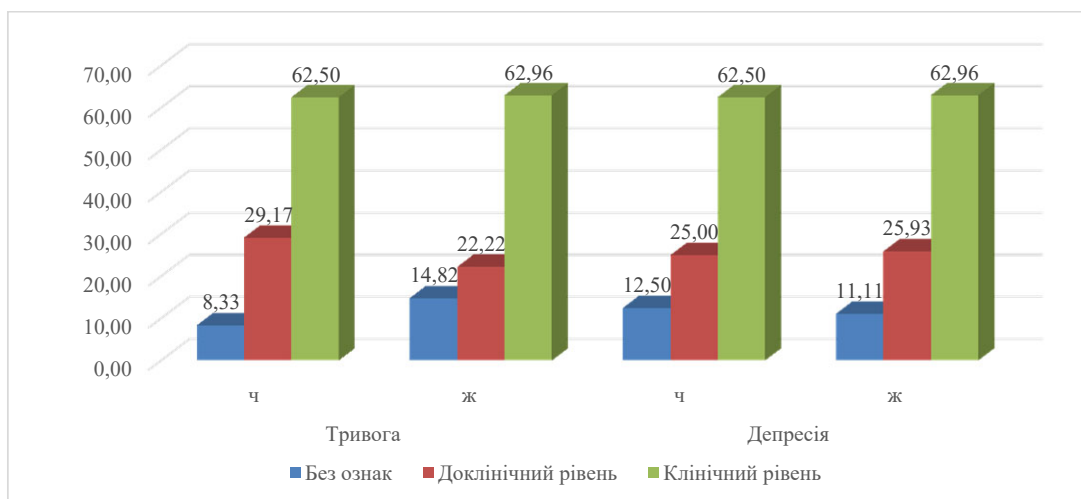
Проаналізувавши соціальні наслідки розладів депресивного спектру, ми провели власне дослідження серед осіб, які з моменту повномасштабного вторгнення постійно проживають на території України. Нами було опитано 51 особу (27 осіб жіночої статі та 24 особи чоловічої статі) віком від 18 до 25 років.

З метою встановлення наявності розладів тривожно-депресивного спектру було використано Госпітальну шкалу тривоги та депресії (Hospital Anxiety and Depression Scale, (HADS) [1] (рис. 1), а на наступному етапі експериментального дослідження ми з'ясували те, як оцінюють якість свого життя наші респонденти за допомогою Шкали оцінки якості життя (Q-LES-Q) [1] (табл. 1).

За результатами опитування встановлено, що понад 60% опитаних мають прояви клінічних ознак як депресії (62,50% чоловіків, 62,96% жінок), так і тривожності (62,50% чоловіків, 62,96% жінок).

Без ознак тривоги під час повномасштабного вторгнення, яке триває понад півтора роки, залишаються 8,33% опитаних чоловіків, а серед жінок 14,82% опитаних, не мають проявів депресії лише 12,50% опитаних чоловіків та 11,11% опитаних жінок. Доклінічний рівень тривоги проявляється серед 29,17% чоловіків та 22,22% опитаних жінок, доклінічний рівень депресії демонструють 25% чоловіків та 25,93% жінок.

Для виявлення сфер життєдіяльності, які найбільше викликають дискомфорт у осіб, які



**Рис. 1. Результати опитування за HADS**

Примітка: результати надано у відсотках

Таблиця 1

**Оцінка якості свого життя респондентами**

Благополуччя	Чоловіки	Жінки
Емоційне	3,1	2,8
Соціальне	4,8	5,3
Психологічне	5,9	6,5
Загальне:	4,6	4,8

Примітка: індекс якості життя: дуже низький – 4–10; низький – 11–20; середній – 21–29; високий – 30–40.

страждають від депресії, ми обрали Шкалу оцінки якості життя (Q-LES-Q). Ця шкала була розроблена з метою вимірювання якості життя з позитивної перспективи, тобто фокусується на оцінці стану задоволеності та радості від життя, а не лише на виявленні проблем чи незадоволеності. Вона дозволяє виявити те, як різні аспекти життя впливають на загальну якість життя і добробут особи, дозволяє отримати кількісні дані, які можна аналізувати та порівнювати, що дає змогу проводити дослідження, порівнювати ефективність лікування, оцінювати якість програм та послуг і використовувати ці дані для прийняття рішень у медичній та психологічній практиці.

Розглядаючи отримані результати психодіагностичного дослідження обраних респондентів (табл. 1), можна констатувати, що свій емоційний, соціальний та психологічний стан чоловіки та жінки оцінювали як дуже низький. Загальний індекс життя був оцінений як дуже низький. Серед чоловіків він склав 4,6, а серед жінок 4,8. Було встановлено, що жінки більш гостро реагують на свої емоціональні стани. Середній індекс по групі склав 2,8 бала, чоловіки у середньому дуже низько оцінюють якість свого емоційного стану – 3,1 бала. Якість соціальної взаємодії під час воєнних дій як чоловіками (4,8 бала), так і жінками (5,3 бала) оцінюється дуже низько. Психологічна складова якості життєдіяльності як чоловіків, так і жінок,

які постійно проживають на території України під час воєнних дій, оцінюються ними дуже низько (чоловіки – 5,9 бала, жінки – 6,5 бала).

Така загальна оцінка якості свого життя та виявлений клінічний рівень тривоги й депресії серед молодих людей, що постійно проживають на території України, викликає занепокоєння, активізує негайну необхідність побудови спеціальних реабілітаційних центрів для надання допомоги як психологічної так і фармакологічної, оскільки клінічні прояви тривожно-депресивних розладів потребують комплексного лікування.

Враховуючи всі ці факти, можна зазначити, що негативні наслідки депресії впливають на різні сфери життя людини. Необхідність адекватного лікування та підтримки для тих, хто стикається з депресією, стає надзвичайно важливою для поліпшення якості життя і загального благополуччя суспільства.

Отже, соціальні наслідки депресивних розладів є значними та многогранними, серйозними і можуть мати тривалий вплив на різні аспекти життя людей. Вони включають проблеми з особистістю, стосунками у родині, соціальною адаптацією та фізичним здоров'ям. Розуміння цих наслідків є важливим для надання підтримки та допомоги людям з депресією та для подолання стигми, пов'язаної з цими розладами. Необхідно приділяти увагу та надавати підтримку людям з депресією, надавати

їм можливість отримати необхідну допомогу та терапію. Це допоможе полегшити їхню соціальну адаптацію та життєву якість утримання, а також зменшити негативний вплив на суспільство загалом, який може бути запущений проблемою фіксації депресивних розладів у істотної кількості населення.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Анастасі А., Урбіна С. Психологічне тестування. 2006. 688 с. URL: <http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/%D0%9F%81.pdf>.
2. Проблема суїцидальності серед молодого покоління українців / Ю.О. Асєєва, А.В. Кузнецова, В.В. Грачківська. *Габітус*. 2022. Випуск 36. С. 110–114. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2022.36.17>.
3. Клінічна патопсихологія: керівництво для лікарів та клінічних психологів / В.М. Блейхер, І.В. Крук, С.М. Боков. 2008. 624 с. URL: <http://ibib.ltd.ua/klinicheskaya-patopsihologiya-rukovodstvo-dlya.html>.
4. Карагодіна О.Г. Соціальна значущість депресивних розладів (аналітичний огляд літератури). *Вісник асоціації психіатрів України*. 2013. № 3. URL: <http://www.mif-ua.com/archive/article/36845>.
5. Медична психологія : в 2-х т. Т.1. Загальна медична психологія / Г.Я. Пилягіна, О.О. Хаустова, О.С. Чабан, К.В. Аймедов, Ю.О. Асєєва ; за ред. Г.Я. Пилягіної. Вінниця : Нова Книга, 2020. 288 с. URL: <https://nk.in.ua/pdf/1890.pdf>.
6. Менделевич В.Д. Клінічна та медична психологія. Київ : Либідь, 2009. 390 с.
7. Депресія. Маленька книжка про велику людську проблему, або Що необхідно знати про хворобу і догляд за пацієнтом / О. Чабан, Е. Хаустова, Е. Жабенко. Київ, 2012. 120 с.
8. Antidepressant prescribing in five European countries: application of common definitions to assess the prevalence, clinical observations, and methodological implications / V. Abbing-Karahagopian, C. Huerta, P.C. Souverein, F. de Abajo, H.G. Leufkens, J. Slattery, Y. Alvarez, M. Miret, M. Gil, B. Oliva, U. Hesse, G. Requena, F. de Vries, M. Rottenkolber, S. Schmiedl, R. Reynolds, R.G. Schlienger, M.C. de Groot, O.H. Klungel, T.P. van Staa, L. van Dijk, A.C. Egberts, H. Gardarsdottir, M.L. De Bruin. *Eur J Clin Pharmacol*. 2014. № 70. P. 849–857.
9. Beattie G.S. Social Causes of Depression. Rochester Institute of Technology, 2005. URL: <http://www.personalityresearch.org/papers/beattie.html>.
10. On the boundaries of blunt affect/alogia across severe mental illness: implications for Research Domain Criteria / A.S. Cohen, G.M. Najolia, Y. Kim, T.J. Dinzeo. *Schizophrenia Research*. 2012. № 140. P. 41–45.
11. Members of the Consensus Meeting. Evidence-based guidelines for treating depressive disorders with antidepressants: A revision of the 2008 British Association for Psychopharmacology guidelines / A. Cleare, C.M. Pariante, A.H. Young, I.M. Anderson, D. Christmas, P.J. Cowen, C. Dickens, I.N. Ferrer, J. Geddes, S. Gilbody, P.M. Haddad, C. Katona, G. Lewis, A. Malizia, R.H. McAllister-Williams, P. Ramchandani, J. Scott, D. Taylor, R. Uher. *Psychopharmacol*. 2015. № 29. P. 459–525.

## ПСИХОЛОГІЧНА КОРЕКЦІЯ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ ЗА ДОПОМОГОЮ ДИХАЛЬНИХ ПСИХОТЕХНІК У МЕЖАХ МЕТОДУ ГАЛАТЕРАПІЇ

### PSYCHOLOGICAL CORRECTION OF THE EMOTIONAL AND VOCATIONAL SPHERE OF THE PERSONALITY WITH THE HELP OF BREATHING EXERCISES WITHIN THE LIMITS OF THE HALOTHERAPY METHOD

Стаття знайомить вітчизняну наукову спільноту з використанням дихальних психотехнологій у межах методу галатерапії. Відзначається, що порівняно із загальноприйнятим і найбільш часто використовуваним психологами в роботі із кризовими станами методом психологічного консультування дихальні технології орієнтовані на комплексність психологічного впливу та мобілізацію резервних можливостей особистості у стресі. Однак ефективність і механізми дії цього класу дихальних психотехнологій на емоційно-вольову сферу в осіб, які перебувають у кризовому стані, у вітчизняній психологічній науці ще досліджені мало.

Саме тому видається актуальним вивчення ефективності застосування дихальних технологій для корекції кризових станів особистості практично здорових осіб працездатного віку в межах методу галатерапії. Адже соляні печери надають оздоровчий вплив на дихальну та нервову системи, на психо-емоційний стан людини, з успіхом можуть використовуватися під час проведення комплексної медико-соціально-психологічної реабілітації професійних контингентів сектору безпеки й оборони України.

У січні 2021 року – лютому 2022 року по медико-психологічну допомогу звернулися 122 пацієнти (42 чоловіка та 80 жінок). Короткострокова сесія дихальних вправ з особами, які перебували у кризовому стані, включала 10 сеансів, що проводились у гала-камері 5 разів на тиждень, тривалістю 60 хвилин кожний. Використання сесії дихальних психотехнологій у пацієнтів тривало 10 днів (включаючи навчання необхідних первинних технік). Це забезпечило постійний психологічний контакт фахівців центру з пацієнтом, а також дозволило проробити психологічні проблеми пацієнта, які й зумовили виникнення в нього кризового стану.

Рекомендуємо в роботі з пацієнтами, які перебувають у кризовому стані, використовувати дихальні техніки трьох типів: (1) «заспокоєння» – для нормалізації наявного стану та досягнення учасниками занять урівноваженого стану спокою; (2) «позитив» – для зміни стану з дискомфортного на піднесено позитивний, комфортний; (3) «супровід» – для супроводу переживання негативних психічних станів пацієнта та трансформації їх у позитивні стани, з подальшим поглибленням і поширенням цих позитивних станів.

**Ключові слова:** дихальні психотехніки, метод галатерапії, психологічне консуль-

тування, емоційно-вольова сфера особистості.

The article introduces the domestic scientific community to the use of breathing exercises within the scope of the galotherapy method. It is noted that, in comparison with the generally accepted and most often used by psychologists when working with crisis situations, the method of psychological counseling, respiratory technologies are focused on the complexity of the psychological impact and the mobilization of reserve capabilities of the individual under stress. However, the mechanisms of action and effectiveness of this class of breathing exercises on the emotional and volitional sphere of persons in a state of crisis have not yet been researched in domestic psychological science.

That is why it seems relevant to study the effectiveness of the use of respiratory technologies for the correction of crisis states of the personality of practically healthy persons of working age within the limits of the galotherapy method. After all, salt caves have a health-improving effect on the respiratory and nervous systems, on the psycho-emotional state of a person and can be successfully used during the comprehensive medical-social-psychological rehabilitation of professional contingents of the security and defense sector of Ukraine.

In January 2021 – February 2022, 122 patients (42 men and 80 women) sought medical and psychological help. A short-term session of breathing exercises with persons who were in a state of crisis included 10 sessions held in a halo chamber 5 times a week lasting 60 minutes each. The use of a breathing exercises session in patients lasted 10 days (including training in the necessary primary techniques). This ensured the constant psychological contact of the center's specialists with the patient, and also made it possible to work out the patient's psychological problems, which caused him to be in a crisis state.

When working with patients who are in a state of crisis, we recommend using breathing techniques of three types: (1) "calming" – to normalize the existing state and achieve a balanced state of rest by the participants of the classes; (2) "positive" – to change the state from uncomfortable to sublimely positive, comfortable; (3) "support" – to accompany the patient's experience of negative mental states and their transformation into positive states, with further deepening and spreading of these positive states.

**Key words:** breathing exercises, galotherapy method, psychological counseling, emotional and volitional sphere of personality.

УДК 159.9

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

2023.52.46

**Тімченко М.В.**

аспірантка навчально-наукової лабораторії екстремальної та кризової психології

Науково-дослідний центр

Національного університету цивільного захисту України

**Постановка проблеми.** Численні несприятливі фізичні та психологічні стрес-фактори соціального життя та професійної діяльності можуть призводити до неадекватних змін психічного стану та виникнення кризових станів особисто-

сті [1]. У зв'язку із цим важливим напрямом збереження психічного здоров'я та профілактики негативних наслідків кризових станів особистості є система психологічної допомоги, що забезпечує психологічну корекцію та реабілітацію [2].

Психологічна допомога є складовою частиною загальної системи реабілітації, яка є єдиною системою взаємопов'язаних державних, соціально-економічних, організаційних, медичних, соціальних, психологічних, педагогічних та інших заходів, спрямованих на запобігання розвитку патологічних процесів, що призводять до тимчасової або стійкої втрати працездатності, на ефективне та раннє повернення людини в суспільство і до суспільно корисної праці. Цілком застосовне це і до кризових станів особистості [3].

Натепер у світовій і вітчизняній практиці активно розробляється ціла низка напрямів із надання ефективної допомоги людині у кризовому стані [4].

Сучасний арсенал індивідуальних психокорекційних заходів надання допомоги особистості у кризових станах досить широкий (психологічна саморегуляція й аутотренінг, психологічне консультування, сімейна психотерапія, сугестія, нейролінгвістичне програмування, раціональна психотерапія, арттерапія тощо). Кожен із них має свої позитивні та негативні особливості.

Методичний арсенал психологічних засобів корекції кризових станів особистості постійно перебуває в розвитку та пошуку нових, найбільш ефективних засобів і способів. Одним із них, на нашу думку, можуть бути дихальні психотехнології, які забезпечують через соматичний вплив зміну психічного стану особистості [5].

Останніми роками у вітчизняній реабілітаційній практиці розвивається новий клас – дихальні технології, орієнтовані на комплексність психологічного впливу та мобілізацію резервних можливостей особистості у стресі. Однак ефективність і механізми дії цього класу дихальних психотехнологій на ціннісно-мотиваційну, емоційно-вольову, самооцінну сфери особистості, її копінг-ресурси, психоемоційний стан, психофізіологічні функції, розумову та фізичну працездатність, функціональні резерви ЦНС в осіб, які перебувають у кризовому стані, досліджені мало.

Видається актуальним вивчення ефективності застосування дихальних технологій для корекції кризових станів особистості практично здорових осіб працездатного віку в межах методу галатерапії. Адже соляні печери надають оздоровчий вплив на дихальну та нервову системи, на психоемоційний стан людини, з успіхом можуть використовуватися під час проведення комплексної медико-соціально-психологічної реабілітації [6; 7].

**Мета дослідження** полягає в ознайомленні широкого кола вітчизняної наукової спільноти з ефективністю використання дихальних технологій у межах методу галатерапії в порівнянні із загальноприйнятим і найбільш часто використовуваним психологами в роботі із

кризовими станами методом психологічного консультування.

**Результати дослідження.** У січні 2021 р. – лютому 2022 р. по медико-психологічну допомогу звернулися 122 пацієнти (42 чоловіка та 80 жінок). Середній вік чоловіків – 43,4 роки, що достовірно ( $p < 0,01$ ) перевищувало середній вік жінок (32,7 роки). Обставини, що спричинили звернення по медико-психологічну допомогу, наведені в таблиці 1.

Серед кризових ситуацій, що зумовили появу кризового стану особистості та змусили людину звернутися по допомогу (див. табл. 1), приблизно третина (29,5%) назвали проблеми сімейних взаємин; 19% зазначили конфлікти на роботі та пов'язані з ними чинники (відсутність перспектив кар'єрного зростання, низький дохід тощо); 12,3% тих, хто звернувся по медико-психологічну допомогу, назвали причиною втрату роботи; 12,3% – розлучення.

Як видно з даних, наведених у таблиці 1, психологічний статус осіб, які звернулися по медико-психологічну допомогу, характеризується ознаками кризового стану особистості. Це проявилось в характерних для них почуттях тривоги, суму, депресії, відчуттям безпомічності, зниженням самооцінки, наявністю суїцидальних думок і намірів, високому ризику суїциду.

Усе вищезазначене дозволяє зробити висновок про те, що 122 особи, які звернулися до медичного центру, перебували у кризовому стані та потребували медико-психологічної допомоги, яка і була їм надана фахівцями центру (див. табл. 2).

**Аналіз результатів дослідження.** Короткострокова сесія дихальних вправ, що використовувалися нами в роботі з особами, які перебували у кризовому стані, включала 10 сеансів, що проводилися в галакамері 5 разів на тиждень, тривалістю 60 хвилин кожний.

Використання сесії дихальних психотехнологій у пацієнтів, які перебували у кризовому стані, тривало 10 днів (разом із часом навчання необхідних первинних технік). Це забезпечувало постійний психологічний контакт фахівців центру з пацієнтом, а також дозволяло проробити психологічні проблеми пацієнта, які й зумовили появу і нього кризового стану.

Під час надання медико-психологічної допомоги з використанням соляної печери використовувалися дихальні техніки трьох типів:

Перший тип – «заспокоєння», використовувався нами для нормалізації наявного стану та досягнення учасниками занять урівноваженого стану спокою.

Другий тип – «позитив», застосовувався для зміни стану з дискомфортного на піднесено позитивний, комфортний.

Третій тип – «супровід». Він застосовувався для супроводу переживання негативних



Таблиця 1

**Обставини, що зумовили рішення пацієнтів звернутися по медико-психологічну допомогу**

Показники	Чоловіки		Жінки		Разом	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
Втрата (смерть) близької людини	3	7	8	10	11	9,1
Сімейні взаємини, зокрема:	12	29	24	30	36	29,5
– розлучення;	5	12	10	12	15	12,3
– конфлікти в сім'ї, зокрема й у цивільному шлюбі.	7	17	14	18	21	17,2
Конфлікти на роботі (відсутність перспективи кар'єрного зростання, низька заробітна платня тощо)	11	26	12	15	23	19
Втрата роботи, різке погіршення матеріального становища	5	12	10	13	15	12,3
Зниження соціального статусу (вихід на пенсію тощо)	4	10	5	6	9	7,4
Вимушена зміна місця проживання	3	7	5	6	8	6,7
Погіршення стану здоров'я	2	5	5	6	6	5
Участь у бойових діях на Сході України	1	2	–	–	1	1
Сексуальне насильство	–	–	5	6	5	4,1
Небажана вагітність	–	–	4	5	4	3,3
Інше	1	2	2	3	3	2,6
Усього	42	100	80	100	122	100

Таблиця 2

**Характеристика психічного стану пацієнтів**

Показники психологічного статусу	Усього	
	Абс.	%
Почуття тривоги	122	100
Сум, депресія	115	95
Почуття безпомічності	107	88
Знижена самооцінка	113	93
Високий ризик суїциду	95	78
Суїцидальні думки	90	74
Суїцидальні наміри	106	87
Порушення інтелектуальних функцій (концентрації уваги, пам'яті, абстрактного мислення)	71	58
Високий рівень реактивної тривожності (за методикою Спілбергера – Ханіна)	92	75
Високий рівень емоційного стресу (за методикою кольорового тесту М. Люшера)	115	95
Високий рівень психічної напруги (за методикою кольорового тесту М. Люшера)	93	76
Усього	122	100

психічних станів пацієнта та трансформації їх у позитивні стани, з подальшим поглибленням і поширенням цих позитивних станів [8].

Перший тип дихальної техніки (заспокоєння) найбільш ефективно застосовувався в разі наявності в пацієнта відчуття неспокою та дискомфорту перед початком занять. Він передбачав два етапи:

– перший етап – зосередження пацієнта на власному диханні, відтворення свого звичайного, рівномірного дихання, на якому він зосереджує свою увагу й індивідуально знаходить

для себе оптимальний, комфортний ритм частоти та глибини свого дихання. Коли оптимум характеристик дихання знайдено, зазвичай спонтанно виникає стан спокою;

– другий етап – зосередження на власному стані спокою, перебування в самовідчутті його епіцентру в тілі, поглиблення та поширення у просторі уяви цього стану спокою по всьому тілу з тенденцією виходу його за межі тіла. Унаслідок цього пацієнт може засвідчити, що він відчуває стан спокою в собі та себе у стані спокою. Доцільно

побути в такому стані кілька хвилин до відчуття завершеності.

Другий тип дихання («позитив») передбачав три етапи:

- перший етап полягав у початковому видиху та невеликій затримці вдиху;

- після затримки дихання розпочинався другий етап глибокого та частого дихання з акцентом на вдих до виникнення легкого запаморочення. Як тільки в пацієнта починалося запаморочення, ми зупинялися. Зазвичай у результаті такого дихання виникає перенасичення організму киснем, що приводить до стану піднесення, легкості та комфорту;

- третій етап цього типу є аналогічним завершальному етапу попереднього типу дихання – заспокоєння. Пацієнт знаходив епіцентр комфортного стану в тілі та спокійним диханням поширював у просторі уяви цей стан спочатку по всьому тілу, а потім і за межі тіла. Важливо було побути пацієнту в досягнутому стані до відчуття повноти та завершеності набутого стану.

Алгоритм реалізації третього типу дихальної техніки (супровід) також складався із трьох етапів. Його змістом було сприяння під час процесу дихання переживанню трансформації негативних психічних станів у позитивні:

- перший етап – підготовчий – полягав у допомозі пацієнту в з'ясуванні того факту, що його негативний стан є позитивною, захисною реакцією на небезпечний, загрозливий зовнішній чинник. Ми просили пацієнта згадати ситуації, у яких цей негативний стан (якого він зазвичай хоче позбутись) виникав;

- другий етап полягав у допомозі пацієнту в усвідомленні відчуття цього стану як свого, як власної захисної реакції на загрозливий зовнішній чинник. Далі скеровували пацієнта на визначення епіцентру цього негативного стану в тілі та зосереджували увагу та фокус спокійного дихання на цьому епіцентрі. Під час дихання надавали простір цьому стану як власному захисту, сприяючи його захисному аспекту. Під час такого спокійного дихання виникали позитивні психічні стани, наприклад такі, як тепло, спокій, комфорт;

- змістом заключного третього етапу було вже знайоме з попередніх типів дихальних технік зосередження пацієнта на епіцентрі набутих позитивних станів і їх поширення за допомогою уяви у своєму тілі з подальшим їх сприйняттям як таких, що виходять за межі тіла. Доцільним є перебування пацієнта в досягнутих позитивних психічних станах до відчуття завершеності процесу.

Психологічне консультування також проводилося протягом аналогічного часу, тобто включало 10 сеансів, 5 разів на тиждень, протягом не менш 60 хвилин кожний.

Психологічне дослідження пацієнтів проводилося до та після (через 12–14 днів) надання психологічної допомоги.

За допомогою добре відомих вітчизняним психологам психодіагностичних методик САН, Спілбергера – Ханіна та кольорового тесту М. Люшера було вивчено зміну психоемоційного стану в пацієнтів основної групи до та після сесії дихальних вправ із використанням соляної кімнати, контрольної групи, де для корекції психічного стану було використано лише психологічне консультування.

Показники вищезазначених методик дозволили оцінити до та після проведення психологічної корекції в пацієнтів обох груп самопочуття, активність, настрій, ситуативну (реактивну) тривожність, а також сумарне відхилення, вегетативний коефіцієнт, емоційний стрес, психічну втому, психічну напругу та тривогу. Також було проведено самооцінку працездатності досліджуваних за суб'єктивними показниками. Отримані в динаміці до та після психологічної корекції дані в кожній із груп досліджуваних наведені в таблиці 3 та таблиці 4 відповідно.

Наведені в таблицях 3 та 4 дані вказують на достовірне покращення показників психоемоційного стану досліджуваних пацієнтів основної та контрольної груп. Так, в осіб основної групи порівняння даних до психологічної корекції та після її завершення показало достовірне покращення 10 з 11 показників.

Окрім того, у пацієнтів цієї групи досліджуваних достовірно знизився рівень реактивної тривожності, тривоги, психічного напруження й емоційного стресу. В осіб контрольної групи досліджуваних спостерігалось достовірне покращення 8 з 11 показників психоемоційного стану, зокрема і 3 показників тесту САН, що характеризують самопочуття, активність і настрої, а також показника «реактивна тривожність» методики Спілбергера – Ханіна та 4 показників кольорового тесту М. Люшера.

Отримані дані дозволили дійти висновку, що найбільш виражені позитивні зміни психоемоційного стану спостерігались в основній групі, де в результаті використання дихальних психотехнологій відмічена нормалізація 91% показників (тоді як у контрольній групі, де проводилось лише психологічне консультування, нормалізація цих же показників становила лише 73%).

Отже, по-перше, порівнянням показників психоемоційного стану досліджуваних груп пацієнтів встановлено низку достовірних змін після закінчення курсу дихальних технік у порівнянні з вихідними даними. Ці дані також відображають інформативність показників психодіагностичних методик для контролю за психоемоційним станом пацієнта.

По-друге, наведені в таблицях дані свідчать про те, що показники психоемоційного статусу

Таблиця 3

**Психоемоційний стан пацієнтів основної групи до та після використання дихальних технологій у межах методу галатерапії**

Показники психоемоційного статусу	Статистичні показники		P<
	до психологічної корекції	після психологічної корекції	
Самопочуття	1,45 ± 0,31	3,11 ± 0,47	0,01
Активність	1,13 ± 0,34	2,62 ± 0,46	0,05
Настрій	1,23 ± 0,36	3,32 ± 0,44	0,01
Реактивна тривожність	23,32 ± 3,55	12,1 ± 3,55	0,01
Сумарне відхилення	24,19 ± 2,51	13,23 ± 2,86	0,05
Вегетативний коефіцієнт	1,36 ± 0,15	0,93 ± 0,12	0,05
Емоційний стрес	10,11 ± 0,68	7,47 ± 0,79	0,05
Психічна втома	10,98 ± 0,65	8,67 ± 0,74	–
Психічна напруга	9,64 ± 0,67	6,15 ± 0,78	0,05
Тривога	11,11 ± 0,64	8,15 ± 0,77	0,05
Працездатність	1,36 ± 0,26	3,54 ± 0,63	0,01
<b>Загальна кількість достовірних відмінностей</b>			<b>10 / 90,9%</b>

Таблиця 4

**Психоемоційний стан пацієнтів контрольної групи до та після використання психологічного консультування**

Показники психоемоційного статусу	Статистичні показники		P<
	до психологічної корекції	після психологічної корекції	
Самопочуття	1,52 ± 0,34	2,91 ± 0,47	0,01
Активність	1,21 ± 0,37	2,52 ± 0,46	0,05
Настрій	1,25 ± 0,38	3,14 ± 0,50	0,01
Реактивна тривожність	23,12 ± 3,57	14,21 ± 3,65	0,05
Сумарне відхилення	25,0 ± 2,54	15,23 ± 2,87	0,05
Вегетативний коефіцієнт	1,32 ± 0,16	1,03 ± 0,14	0,05
Емоційний стрес	10,23 ± 0,70	7,89 ± 0,72	0,05
Психічна втома	11,18 ± 0,71	8,89 ± 0,70	–
Психічна напруга	9,24 ± 0,68	7,85 ± 0,71	–
Тривога	10,85 ± 0,65	8,65 ± 0,72	0,05
Працездатність	1,25 ± 0,36	2,14 ± 0,61	–
<b>Загальна кількість достовірних відмінностей</b>			<b>8 / 72,7%</b>

у групах досліджуваних після закінчення психологічної корекції покращилися.

**Висновки.** Отже, за даними використаних нами психодіагностичних методик, зміни психоемоційного стану в досліджуваних осіб основної та контрольної груп мали позитивний характер. Однак найбільш виражені позитивні зміни психоемоційного стану зазначено в пацієнтів основної групи, де для надання психологічної допомоги використовувався комплекс дихальних вправ разом із цілющими властивостями соляної кімнати.

**ЛІТЕРАТУРА:**

1. Кризова психологія : навчальний посібник / за заг. ред. О.В. Тімченка. Харків : НУЦЗУ, 2010. 401 с.
2. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи : навчальний посібник. Т. I. Київ, 2018. 208 с.

3. Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології : монографія. Т. II / за заг. ред. В.П. Садкового, О.В. Тімченка. НУЦЗУ. Харків : ФОП В.В. Мезіна, 2022. 436 с.

4. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій : методичний посібник / З.Г. Кісарчук та ін. Київ : Логос, 2015. 207 с.

5. Бондаренко О.Ф. Психологічна допомога особистості : навчальний посібник для студентів старших курсів психологічних факультетів і відділень університетів. Харків : Фолю, 1996. 237 с.

6. Тімченко М.В. Вплив мікроклімату соляних печер на психічне та психологічне здоров'я професійних контингентів сектору безпеки та оборони України. *Філософсько-соціологічні та психолого-педагогічні проблеми підготовки особистості до виконання завдань в особливих умовах* : матеріали Науково-практичної конференції, м. Київ, 1 грудня

2022 р. Міністерство оборони України, Національний університет оборони України. Київ : НУОУ, 2022. С. 168–173.

7. Тімченко М.В. Галотерапія у практиці корекції кризових станів екскомбатантів. *Актуальні аспекти психологічного забезпечення професійної діяльності сил безпеки та оборони України* : матеріали VII Всеукраїнської науково-практичної конференції, м. Харків, 29 листопада 2021 р. Харків : Націо-

нальна академія Національної гвардії України, 2021. С. 247–250.

8. Тімченко М.В. Дихальні техніки саморегуляції стресових станів в умовах психологічної реабілітації ветеранів бойових дій. Вектори соціальної, організаційної та економічної психології : тези доповідей II Міжнародної науково-практичної конференції, м. Київ, 17 лютого 2023 р. / відп. ред. С.М. Миронець. Київ : Держ. торг.-екон. ун-т, 2023. С. 273–276.

## 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 52**

Коректура • Я. Вишнякова

Комп'ютерна верстка • В. Гайдабрус

Формат 60x84/8. Гарнітура Pragmatica.  
Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 30,68. Ум. друк. арк. 32,32.  
Підписано до друку 30.08.2023. Замов. № 1023/625. 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.